



健康生活事业部总监:程和平
新闻热线:13981393110
邮箱:2008hepingy@163.com



许洪梅坐诊中。

# 生命起点的双重守护

记者 戴余乐 文图

## 人文守护 让医疗有温度、有质感

如果说技术是安全的基石,那么温度则是康复的养分。

“生产时,助产士一直握着我的手,教我呼吸、给我鼓励,就像家人一样。”产妇产王女士对“家庭化”产房记忆犹新:房间内配备沙发、婴儿护理台,助产士手把手指导母乳喂养,帮助新手妈妈顺利过渡。

对于高危孕产妇,心理支持与身体治疗同样重要。为此,妇产科开设了产后心理关爱服务,通过一对一沟通、情绪评估与疏导,帮助产妇应对产后焦虑与情绪波动。“我们不仅要接住孩子,也要接住母亲。”许洪梅说。

## 初心与未来 构建区域母婴健康共同体

“特色专科的真正特色,是对生命的尊重,是技术与人文的双轨并行。”市人民医院党委书记陈佳表示,省级孕产期保健、新生儿保健特色专科的获批,标志着医院妇幼健康服务能力已进入全省前列,也为区域母婴安全保障体系增添了重要支点。

当前,随着三孩政策实施与儿童友好城市建设的推进,群众对优质妇幼健康服务的需求日益增

在NICU,人文关怀以更细微的方式渗透。护士为暖箱中的早产儿轻柔哼唱,蓝黄相间的床单缓解了病房的肃穆感,“袋鼠式护理”让父母的怀抱成为最好的“保温箱”……“我们希望让医疗不仅有精度,更有温度。”饶睿介绍,科室推行了新生儿发展性照顾,通过噪音与光线控制、抚触干预、家庭参与式护理等,减少重症环境对新生儿发育的影响。针对早产儿、高危儿建立健康档案,提供长期随访服务,包括生长发育评估、智力运动监测、家长健康教育等,并通过微信群、线上课堂搭建医患互助平台,陪伴孩子走好成长最初的一步。

市人民医院将以省级特色专科为新起点,制定清晰的发展路径:1至3年攻关极早早产儿精准救治技术,加强亚专科建设与科研转化;3至5年建成川西南地区新生儿救治枢纽,完善区域急救转运网络,打造专科人才培训基地。同时,常态化举办国家级、省级继教项目,开展技术下沉与质控指导,带动区域妇幼健康服务水平整体提升,为“健康乐山”“健康四川”建设注入更多温暖而坚实的力量。

一条融合技术突破与人文关怀,连接个体健康与区域福祉的医者之路。在这条路上,每一个生命的顺利启航,都是他们始终如一的初心与征程。

记者手记

从危急孕产妇的平安分娩,到超早产儿“巴掌宝宝”的顺利出院,市人民医院用两项省级特色专科的荣誉,写下了关于生命守护的生动故事。而这背后,是一条不断延伸的路——

## 技术攻坚 筑牢母婴安全生命防线

“救治超早产儿,就像在悬崖边行走,每一步都必须精准。”该院儿科主任饶睿回忆起“豆丁”的救治历程。感染关、营养关……救治团队24小时不间断监护,借助呼吸机精准支持、床旁超声实时评估、个性化营养方案,帮助这个小生命闯过重重难关。

这样的精准救治能力,来源于儿科多年的技术积累与创新。作为川西南地区危重新生儿救治核心,儿科已形成“精准救治-发育支持-长期随访”的全链条管理模式。新生儿重症监护病房(简称NICU)可开展有创/无创呼吸机支持、亚低温治疗、一氧化氮吸入治疗、新生儿换血治疗,并依托床旁监护与监护设备,实现救治过程的实时化与精细化。近年来,儿科28周及以上早产儿救治成功率达97.28%,近三年共成功抢救危重新生儿4441例。妇产科则是母婴平安的第

一道关口。38岁的高龄产妇张女士,孕合并妊娠期高血压与前置胎盘,被列为极高危孕产妇。市人民医院妇产科立即启动高危孕产妇专案管理,为她组建多学科团队,制定个性化产检与分娩方案,并通过高危妊娠专病门诊、前置胎盘多学科门诊等进行系统管理。最终,她平安生下一名健康女婴。

“技术突破的终点,始终是患者需求。”该院妇产科副主任、产科主任许洪梅表示。目前,科室已建立起覆盖孕产-孕产-分娩-产后的全链条管理体系,并开展宫颈环扎、瘢痕子宫阴道试产、中西医联合查房等高难度技术,配套24小时无痛分娩、自由体位分娩、助产士一对一陪伴等人性化服务。近年来,科室高危孕产妇管理率达100%,紧急剖宫产启动至胎儿娩出时间稳定控制在15分钟以内,连续三年实现院内孕产妇零死亡。

## 疾控大讲堂

乐山疾控支招:

# 科学防御诺如病毒

记者 戴余乐

随着年关临近,人员流动日益频繁,家庭聚餐、集市采购等活动增多,诺如病毒也进入高发期。对此,乐山疾控发布防御指南,从病毒特性、传播途径到防护措施,全方位为市民健康保驾护航。

童免疫力相对较弱,是诺如病毒感染的高危人群。若出现呕吐、腹泻频繁剧烈的情况,可能引发脱水,表现为超过8小时无尿、尿色深黄、口干舌燥、哭时无泪等,此时需及时送医治疗,切勿延误病情。

### 五大防御妙招请收好 全家安心过大年

“诺如病毒虽然难缠,但只要做好防护,就能有效降低感染风险。”乐山疾控为市民梳理出五大防御妙招。

第一招:认真洗手,拒绝“走过场”。饭前便后、外出返家、处理食材、照顾老幼后,都要用肥皂或洗手液和流动水搓洗至少20秒,彻底清洁双手,不给病毒可乘之机。

第二招:管好入口,把好饮食安全关。食材要新鲜干净,水果蔬菜需彻底清洗;生熟食分开处理,砧板、刀具不混用;贝类海鲜等易携带病毒的食物,务必煮熟煮透;隔夜食物食用前要彻底加热;饮用水首选开水或合格瓶装水,不喝生水,少喝冰饮;外出就餐选择卫生条件好的正规餐厅,远离路边摊。

第三招:规律作息,提升自身抵抗力。合理搭配饮食、保证充足睡眠、坚持适度运动,维持良好的免疫力,是抵御病毒的“坚固防线”。

第四招:及时隔离,做好居家防护。感染者不要带病上班、上学,居家期间单独食宿,减少与家人接触,尽量使用独立卫生间;同时注意口服补液盐或补液盐,补充水分和电解质。家人要避免与感染者接触,勤开窗通风,对门把手、桌面、卫生间等高频接触区域,用含氯消毒剂重点消毒。

第五招:规范处置,妥善处理吐泻物。吐泻物是诺如病毒传播的重要载体,处置时需先疏散无关人员,处理者要穿戴好一次性手套、口罩、隔离服等防护用品;清理前开窗通风,再用含氯消毒剂或消毒干巾覆盖污染物,作用足够时间后小心清除;被污染的毛巾、衣被,先消毒再清洗晾晒;使用过的清洁工具,用含氯消毒剂浸泡消毒后洗净晾干。

乐山疾控呼吁,市民要提高警惕,牢记防护要点,科学应对诺如病毒,携手筑牢健康屏障。

### 病毒“顽凶”有多难缠? 传染性强 生存力惊人

据了解,诺如病毒是引起急性胃肠炎的常见元凶。在我国,每年10月至次年3月是该病流行季,给市民健康带来不小威胁。

“诺如病毒的可怕之处,在于它极低的感染剂量和极强的传播能力。”据乐山疾控专家介绍,“一人中招,全家遭殃”是诺如病毒感染的常见现象。其中,“粪-口”传播是主要方式,食用或饮用被污染的食物、水,或是用沾染病毒的手接触口鼻,都可能被感染;直接接触感染者或其使用过的物品,也会造成病毒传播;更需警惕的是气溶胶传播——感染者剧烈呕吐时,病毒会随飞沫形成气溶胶飘散在空气中,旁人吸入后便可能“中招”,处理呕吐物或粪便时,也可能因气溶胶感染。

此外,诺如病毒生存能力强悍。它能在门把手、餐具、桌面等物体表面存活7天以上,在冷冻食品中存活时间更久。不仅如此,诺如病毒还善于“变身”,每隔几年就会出现新的变异株,让人群反复面临感染风险。学校、幼儿园、养老院、医院等人员密集场所,是诺如病毒聚集性疫情的高发地。共用餐具、未做好防护照顾病人等行为,都可能成为病毒传播的“突破口”。

### 感染症状早知晓 科学应对莫慌张

临床上,感染诺如病毒后,潜伏期通常为24至48小时,发病急、进展快,典型症状就是“上吐下泻”。

儿童感染后多以呕吐为主要表现,成人则更易出现腹泻,粪便多为稀水样。市民一旦出现上述症状,应立即居家隔离,直至症状消失后72小时,避免前往公共场所传播病毒。

需要特别注意的是,老人和儿

# 无偿献血公益活动进校园



活动现场。

本报讯(记者 戴余乐 文图)近日,乐山市中心血站联合乐山市惠德综合高级中学开展了无偿献血公益活动。在校师生积极响应、踊跃参与,将校园变为传递爱心与温暖的“热血课堂”,以实际行动诠释社会责任与奉献精神。

活动当天,参加献血的教师早早来到采血现场,在工作人员引导下有序进行信息登记、健康体检与血液初筛。采

血区内,市中心血站医护人员操作熟练,并细致讲解献血后的注意事项。

“希望通过实际行动告诉学生,奉献不仅在于言语,更应体现在具体行动中。”在教师们的带动下,符合献血条件且年满18周岁的学生也主动加入献血行列。“能在成人之际用献血帮助有需要的人,对我而言是一份特别的礼物。”一名刚结束献血的学生说道。

“近期临床用血需求有所增加,此次校园无偿献血活动为血液库存提供了及时补充。”乐山市中心血站相关负责人表示,无偿献血是保障医疗用血、拯救生命的重要公益行为。市中心血站将继续通过线上宣传与线下活动相结合的方式,普及无偿献血知识,展现献血者爱心风采,进一步营造互助奉献、关爱生命的社会风尚。

# 井研县举办防灾减灾与应急救援能力提升培训班

本报讯(记者 戴余乐)为提升基层应急处置能力,构建“横向到边、纵向到底”的应急响应体系,1月5日,井研县组织开展了防灾减灾与应急救援能力提升培训班。

本次培训坚持专业导向、实战为先的原则,课程设置兼具理论深度与实操价值。理论授课环节,行业专家围绕救援队自救互救核心技术展开细致讲解,既系统梳理救援队标准化建设与规范化管理的关键要点,又结合真

实救援案例,对救援营地选址搭建、后勤物资保障等实操内容进行深度剖析,让参训人员吃透政策要求、掌握理论精髓。

“帐篷搭建要注意地面平整,支架固定必须牢固,避免大风天气出现安全隐患。”实操演练现场,参训人员被划分为多个小组,围绕应急帐篷快速规范搭建与拆解开展实操训练。各组成员分工明确、配合默契,从支架组装、篷布固定到帐篷拆除、物资收纳,每个环节都有条不紊、操作规范,充

分展现了良好的团队协作意识与应急处置能力。实操结束后,专家团队逐组进行点评,针对操作中的薄弱环节现场指导,并解答参训人员提出的问题。

此次培训有效整合了部门资源与专业力量,为基层应急人员搭建了学习交流、能力提升的优质平台。参训人员纷纷表示,要把培训所学转化为实践能力,切实提高防灾减灾与应急救援水平,以实际行动守护群众生命财产安全。

# 市级专家对口帮扶 赋能县域医疗提质增效

本报讯(记者 戴余乐)为夯实县域医疗服务根基,1月6日,2026-2027年度乐山市人民医院对口支援县为县人民医院专家见面会在线举行。

此次对口帮扶,市人民医院选派了6名来自甲乳外科、妇科、产科、麻醉科、关节外科、神经外科的主治医师,进驻县为县人民医院开展为期两年的对口帮扶。帮扶期间,市人民医院专家团队将锚定临床专科建设、核心技术推广、中青年人才培养三大重点,通过坐诊、教学查房、手术带教、学术交流等多种形式,开展“手把手”带教、“面对面”交流,毫无保留地分享技术经验,助力县为县人民医院打造一支高素质医疗队伍。县为县人民医院将把帮扶成果转化为服务群众的内生动力,持续优化就医流程、提升诊疗水平,让优质医疗资源下沉基层,惠及更多群众。

“能参与此次帮扶,我们深感责任重大、使命光荣。”市人民医院产科主治医师曾亚敏表示,帮扶医疗队将结合县为县实际需求,做好诊疗指导、医护带教和健康宣教,把优质实用的服务理念与技能带到基层,为县为县医疗卫生事业发展和百姓健康保驾护航。

# 乐山友谊医院 第十一届肾友会举行

本报讯(记者 严俊铭)1月4日上午,乐山友谊医院第十一届肾友会举行,近300名肾友、家属与医护团队齐聚一堂,以知识分享、才艺展演等形式,共绘医患同心抗病的温情画卷,践行“让您的健康更有质量”的活动宗旨。

活动特邀乐山市人民医院血管通路专家鲍水强带来《守护“生命线”的那些事》专题分享。30分钟的干货讲解结合现场答疑,让肾友们对血管通路日常护理有了更科学的认识。交流环节中,肾友及家属敞开心扉,分享抗病心得、交流护理经验,医患间、患友间的真诚互动让现场暖意倍增。

活动中,精彩的才艺表演点燃全场氛围,乐山友谊医院护理部医护人员带来活力开场舞,动感十足;肾友们合唱《透析的战场》、演绎舞蹈《今生最爱》,赢得现场阵阵掌声。幸运转盘抽奖环节惊喜不断,血糖仪、血压计等礼品满载医院关怀,11位幸运肾友收获“健康好运”。

11年相伴,乐山友谊医院血液透析室已成为肾友们的“第二个家”。乐山友谊医院相关负责人表示,医院将持续以专业医术与人文温度为依托,做肾友最坚实的健康后盾。



# 乐山日报·健康周刊

技术支持单位

乐山市人民医院 医教处:2119310 急救:2119328 仁爱济世 精诚行医

乐山市中医医院 院办:2441183 急救:2446120 倾心为病人 德技双馨

乐山市妇幼保健院 院办:6268111 仁心仁术 呵护生命

乐山市精神卫生中心 心理健康咨询:5868866 仁爱至善 笃诚求精

乐山老年病专科医院 急救:2150330 敬老·精医·创新·卓越

乐山市中区人民医院 急救:2121999 厚德诚信 精医创新

乐山市市中区肿瘤医院 急救:2600241 敬慎 精诚 守正 弥新

乐山友谊医院 健康热线:2555120 仁爱·精诚·责任