



资料图片

乐山小伙的士车上“濒死”自救

医生提醒

心理健康需时刻关注

■ 记者 戴余乐

近日,乐山市融媒体中心报道了一则关于“小伙心脏不适,开启‘超强自救模式’,乐山的哥连闯2红灯5分钟送医”的消息,引起大众广泛关注。后续,记者采访了解到,小伙是因为焦虑引起了躯体化障碍。经过积极治疗,目前,小伙已经出院,身体逐渐恢复正常。

焦虑竟然会让人出现身体不适,甚至产生“濒死感”?日前,记者来到乐山市人民医院心身医学科进行了解。

“很多来心身医学科就诊的患者,实际上是身体不舒服,而不是自己感受到心理出现焦虑。躯体化的症状常常会表现为身体各个地方不舒服,有些人是肚子痛,长期拉肚子;有些人可能表现为身体长时间的疼痛。”市人

民医院心身医学科心理治疗师刘瑶颖介绍,临床上,引发焦虑躯体化症状的原因有很多,比如人际关系、社会环境,甚至是自身对于健康状况的过度关注等。此类人通常可以真切地感受到身体上的不适,却难以检测出实际的器质性问题。而当身体不适在心理上进行了放大,恐惧的感觉也会被放大,这就可能会导致躯体的一些症状进一步向惊恐过度,最终导致产生一些“濒死”的感觉。

“新闻中小伙产生的心脏不适,伴随强烈的‘濒死感’,就可能是焦虑躯体化症状伴随惊恐发作导致的。”刘瑶颖谈道,这个状态,一般在10分钟以内到达顶峰,然后慢慢缓解。躯体化症状的出现就像是身体的报警器报

警,以躯体方面的不适来传达心理上的矛盾和冲突。但出现躯体化症状并不代表就是患上了心理疾病,患者完全可以在出现症状早期及时筛查、治疗,以免恶化。一般来说,如果躯体不适症状反复持续出现,影响到了学习、生活、工作和人际交往,但身体各项检查又无法查明病情,则应考虑到心身医学科就诊。

刘瑶颖提醒,心理健康需时刻关注。在日常生活中,市民应保持规律作息、适度运动、减少刺激性食物摄入,有基础疾病者要遵医嘱规范用药,定期复查。当发现情绪不对,应及时寻求专业帮助,确诊后积极接受专业治疗。



检验科工作人员各司其职

精准「侦察」为生命负责

■ 记者 戴余乐 文图

近日,2024年度四川省“党建工作示范医院”和公立医院“标杆党支部”名单发布。市人民医院检验科党支部被授予四川省公立医院“标杆党支部”荣誉称号。

精准诊断是精准治疗的基石。如何向群众交出一份精准的检测单?市人民医院检验科党支部用实际行动践行初心使命。

每天早上8点,市人民医院检验科的检验师们早早到达岗位,开启一天的检验工作。他们指尖翻飞,通过样本接收机对标本进行逐一核验,再按项目分类,通过转运机器人分发至微生物组、生化组、免疫组等多个亚专业组。在各小组工作台前,检验师们或俯视图显微镜,或紧盯各个检测仪器,在数据洪流中解锁健康密码。每当异常数据闪现,他们立刻从多个方面复核确认,与临床科室共同架起生命救援的“信息桥梁”。

“我们的任务就是承担本院以及乐山区域内其他医疗机构无法检测而转运到我们实验室的各类标本检测工作。”市人民医院检验科党支部书记、学科带头人向尹介绍,检验科的工作虽然大都是在幕后进行,但却是医学治疗中必不可少的一个环节。这里的每一份报告,都是临床诊断的关键“拼图”。

从1942年建科至今,市人民医院检验科已沉淀发展了83年。在这期间,检验科始终坚持党建与业务两手抓,以党建促发展,着力把党支部建设着力点聚焦到提升科室服务能力,把科室人员的思想和行动统一到服务群众、促进发展上来,科室上下团结一心,形成了支部班子分工明确、支部党员通力协作的模式,成为集临床、科研、教学为一体的颇具实力的综合性医学实验室。

目前,市人民医院检验科可进行常规检测近400余种项目,结合临床医疗需要,创新开展病原微生物高通量测序等高新技术,为提高临床医生的判断和诊断治疗提供了有力保障。在专业学术和科研方面,检验科厚积薄发,先后参与国家级、省级重点课题5项,申请市级课题多项,参与制定全国检验专业专家共识3项,仅2023—2024年两年便在各类期刊发表论文20余篇,其中核心期刊6篇、SCI论文3篇,参与出版专著1部,开展新项目占到乐山检验专业80%以上,科室多人获得多项具有含金量的国家及省级学术任职。

除了奋力于实验室,在市人民医院检验科党支部的带领下,团队人员还通过医院官网、大众微信号、微信群、报刊等多种渠道,积极推送检验科普文章,普及检验科普知识。利用休息时间走出科室、走向群众,开展义务导诊、健康义诊检测等服务。通过举办全国、省、市级继续教育培训班,接收进修医师,指导基层医院解决检验难题等方式,带动全市检验水平提升。

从精密的仪器设备到严谨的检验流程,从专业的人才团队到丰硕的科研成果,市人民医院检验科这支“侦察兵”队伍,用专业与坚守诠释了“幕后英雄”的责任与担当。

“2024年底,借医院高新院区启用之机,我们建成了占地近4000平方米,全流水线智能化、智慧化、自动化、检验项目更齐全的山城区域检验中心,这为科室再次飞跃插上了翅膀。”向尹谈道,下一步,科室将继续抓好支部党建工作,提高科室人员的凝聚力、向心力和战斗力,着力打造现代化实验室,为患者提供更精准更高效的临床检验服务。

乐山老年病专科医院

开展科普讲座 护佑糖尿病患者健康



讲座现场

本报讯(记者 严俊铭 文/图)日前,乐山老年病专科医院肾脏内分泌科开展“三高共管——为糖尿病患者筑起‘心’防线”院内健康知识讲座。此次讲座旨在进一步普及糖尿病相关知识,更好护佑糖尿病患者健康,吸引了众多糖尿病患者及家属参加。

糖尿病、高血压、血脂异常合称“三高”,是心血管疾病重要危险因素。讲座中,主治医师曹倩指出,“三高”共管可产生1+1+1>3的效果,能有效降低心血管事件和死亡风险、提高管理效

率、节约医疗费用。在讲解过程中,曹倩医生用通俗易懂的语言,深入浅出地介绍了降糖、降压、调脂治疗和生活方式干预等“三高”控制目标及管理方法,提升了糖尿病患者对“三高”共管的认知。

乐山健康超市上线

市民感叹:“原来健康可以如此简单!”



健康超市上线

区,还设置了健康超市宣传栏,摆放有体重管理工具(控油壶、限盐罐、限盐勺、腰围尺等)和健康知识宣传手册。

目前,全市已建成8家健康超市,还有11家健康超市正在紧锣密鼓地建设中,预计7月底前全部投入运

营。下一步,市卫生健康委将持续推进“体重管理年”六大重点工作,联合商务部门深入开展健康超市创建行动,不断扩大健康超市的覆盖面和影响力,推动更多超市参与到健康升级改造中来,让健康消费理念深入人心,切实助力全民健康管理。

2025年乐山市居民健康素养监测工作研讨会召开

本报讯(记者 戴余乐)近日,市卫生健康委组织召开2025年乐山市居民健康素养监测工作研讨会。

会议就乐山2025年居民健康素养监测工作进行了安排部署,要求各地要严格按照国家统一标准和规范开展监测,确保监测数据真实可靠;要加

强数据分析和应用,为健康四川建设、健康乐山建设提供有力的数据支撑;要强化质量控制,建立健全全流程质量管理体系,确保监测工作规范有序。

随后,四川省疾病预防控制中心健康教育所专家就市级如何开展居民健康素养监测工作进行授课,尤其

对监测工作的开展流程、质控规则和相关注意事项进行深入讲解,并和参会人员进行了工作交流。

据悉,乐山市居民健康素养监测工作将在11个县(市、区)全面开展,重点对抽样监测点15至69岁城乡居民进行健康素养问卷调查。

健康

健康生活事业部总监:程和平

新闻热线:13981393110

邮箱:2008hepinggy@163.com

乐山举行2025年预防接种技能竞赛

本报讯(记者 戴余乐)6月19日至20日,2025年乐山市预防接种技能竞赛在马边彝族自治县举行。

本次竞赛主要围绕预防接种和免疫规划政策法规、专业基础和技术要求等设置题目,涵盖了预防接种全维度、全链条、全周期工作内容。旨在以赛促学、以赛促练、以赛促用,培养一批综合素质与专业能力并重、理论功底与实践技能兼优的预防接种人才骨干,提升预防接种法治化、规范化管理水平,助力疾控事业高质量发展。

乐山11个县(市、区)50名预防接种专业人员参赛。竞赛过程中,各选手全神贯注、奋笔疾书,充分展现自身扎实的基本功和专业素质。考场内,气氛紧张而热烈。经过激烈角逐,竞赛最终评选出个人奖项12名、团体奖项5个。本次竞赛的优秀选手将代表乐山市参加省级技能竞赛。

此次竞赛,进一步激发了疾控人员的学习主动性和工作积极性,提升了预防接种相关知识水平。下一步,乐山疾控系统将加强竞赛成果经验交流转化,形成比学赶超、练兵强基的良好氛围,不断提升地区预防接种工作质量和服务水平。

重庆市武隆区卫生健康委来乐考察

本报讯(记者 戴余乐)近日,重庆市武隆区卫生健康委考察组一行来乐,实地考察基层医疗服务能力提升、医共体建设暨公立医院高质量发展工作,并召开研讨会。

在乐期间,武隆区卫生健康委考察组一行先后前往市中区茅桥镇中心卫生院、苏稽镇中心卫生院,详细了解基层医疗机构等级创建工作的具体流程、特色做法以及工作成效;前往沐川县人民医院、沐川县医共体沐溪副中心,考察紧密型医共体建设模式,就优化医疗资源配置、提升基层服务能力等进行讨论研究;前往乐山市人民医院高新院区,实地了解现代化医院在学科建设、智慧医疗、服务创新等方面的先进理念与实践成果,并与相关负责人面对面交流,相互探讨先进经验和创新举措。

研讨会上,市人民医院及市中区、沐川县卫生健康局分管领导聚焦公立医院高质量发展、基层医疗卫生服务能力建设等核心主题,结合本地实际工作经验,分享了实践成果与创新思路。武隆区卫生健康委与乐山市卫生健康委员会分别就两地卫生健康工作开展情况进行介绍,围绕工作中的难点、痛点展开深入交流,积极探索破题之策。双方表示,通过此次考察,为双方在基层医疗服务提升和公立医院高质量发展等关键领域提供了全新思路与借鉴。未来,武隆区、乐山市将以此次考察交流为契机,进一步深化合作,共享优质资源,携手推动两地卫生健康事业高质量发展,为成渝地区双城经济圈建设注入更强劲的卫生健康动力。



疾病预防与控制

乐山市疾病预防控制中心 协告

快乐献血 自在嘉州

献血咨询电话:0833-5188116

团体预约电话:0833-2503103

乐山市公民无偿献血领导小组办公室 乐山市中心血站 广告



乐山市卫生健康委员会

乐山市健康教育协会

乐山日报·健康周刊

技术支持单位

乐山市人民医院 医数处: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 心理援助: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