



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

暑期安全指南

让孩子平安快乐一夏

记者 戴余乐

暑期,是孩子们放松和成长的快乐时刻,但也是儿童安全事故的高发期。溺水、交通事故、居家意外等安全隐患威胁着孩子们的健康和安全。如何让度过一个安全、快乐的假期?日前,记者采访了乐山市人民医院急诊医学科专家,梳理出暑期最常见的儿童安全隐患及预防措施。

交通安全 出行需谨慎

暑假期间,孩子外出游玩等出行频率增加,交通事故风险上升。部分孩子在马路上追逐打闹、违规骑行自行车或电动车,甚至出现“鬼探头”等危险行为。
专家支招——
家长应教育孩子遵守交通规则。

步行时走人行道,或紧靠路边远离车辆一侧。雨天撑伞过马路要注意伞面角度,保证视野清晰,以便及时躲避危险。12岁以下儿童不得独自骑自行车上路,16岁以下禁止骑行电动车。乘坐私家车时,儿童须坐在后排座椅,行驶中使用安全座椅或安全带。行驶中避免饮食,以免发生食物呛咳、戳伤、烫伤等伤害。儿童在公交车站等待车辆时应站在站台或人行道,待车辆停稳后有序上下车,乘车时不要把身体的任何部位伸出窗外。下车后不要在车辆前斜穿马路。

居家安全 警惕意外伤害

孩子独自在家时,可能因好奇心强、安全意识薄弱而发生意外,如触电、烫伤、坠楼、误食药品等。
专家支招——
家长应将药品、清洁剂等危险物品放在孩子无法触及的地方。尽量使用

有清晰标志的原装容器存放药品和化学用品。家中地面应保持干燥,做好防滑措施。窗户加装防护栏,避免孩子攀爬导致坠楼。教育孩子正确使用家电,不玩火、

不随意触碰电源插座。热水器温度设定在50℃左右,给孩子洗澡时应预先调好水温。发生烧烫伤后按照“冲(冲洗15至30分钟)-脱(剪开衣物)-泡(受伤部位浸泡15分钟)-盖(覆盖伤口)-送(送往医院)”的步骤妥善处理。

中暑与食品安全 健康不可忽视

高温天气下,孩子长时间户外活动易中暑,同时夏季食物易变质,引发肠胃疾病。

专家支招——
避免正午高温时段外出,及时补充水分。选择棉、麻材质的浅色宽松衣物,帮助散热。避免深色、化纤类衣物吸热。戴宽檐帽,用遮阳伞,6个月以上儿童可使用儿童专用防晒霜,并每2小

时补涂一次。若儿童出现中暑症状,应立即将儿童转移到阴凉通风处,解开衣物,用湿毛巾冷敷额头、颈部、腋下等部位。意识清醒时少量多次喂水或淡盐水;若已昏迷或呕吐,禁止强行喂水,需侧卧防窒息。出现高热、抽搐、意识不清时,立即拨打急救电话,同时持续物理降温。注意饮食卫生,不吃过期或路边

摊不洁食品。建议每餐现做现吃,不吃隔夜饭菜。夏季高温,孩子水分流失多,饮水频率增加,饮水安全问题也更加突出。建议儿童饮用白开水或正规包装饮用水,避免喝自来水、湖水、溪水等未经处理的水源。冰水、冷饮虽然能迅速降温,但大量饮用易刺激肠胃黏膜,建议控制总量,并避免空腹饮用。

溺水事故 夏季“头号杀手”

夏季天气炎热,游泳、玩水成为孩子们最喜欢的消暑活动,但溺水事故也频频发生。据统计,溺水是暑期儿童意外死亡的“头号杀手”,只要有水的地方就有可能发生溺水,如游泳池、水池、沟渠、池塘、无防护栏杆的河流,甚至水缸、浴缸等。

专家支招——
家长务必教育孩子远离野外危险水域,选择正规游泳场所,尽量只在水面低于头部的区域游泳,严格遵守泳池安全规则。儿童玩水时家长须密切看护,不应分心做其他事情。孩子游泳时应穿戴救生衣或游泳圈,切勿单独下水。孩子要学习基本的溺水自救和施救知识,避免盲目救援。发现有人溺水,务必保持冷静,大声呼救寻求更多帮助,不可擅自施救,以免发生连锁事故。

公立医院绩效监测 川西片区培训会在乐召开

本报讯(记者 戴余乐)7月24日,公立医院绩效监测川西片区培训会在乐山召开。来自攀枝花市、乐山市、雅安市、甘孜藏族自治州、凉山彝族自治州卫健委及5个市州所属二级、三级公立医院绩效监测的相关工作人员近400人参加培训。

此次培训,特邀四川大学华西医院、德阳市人民医院、乐山市人民医院、成都市双流区第一人民医院、西南医科大学附属医院的专家教授,围绕临床病案联动迎国考挑战、公立医院绩效监测数据治理、三级公立医院绩效监测探索与实践等主题进行专题培训,分享实践经验,为医院提升管理效能和医疗服务质量提供了宝贵指导建议。

近年来,乐山坚持以公立医院绩效监测为关键引领、区域医疗中心建设为重要突破口、临床重点学科培育为核心动力,高质量推动公立医院高质量发展。全市现有医疗机构3212家,其中三级公立医院卫生机构15家,二级公立医院卫生机构20家。乐山市将以此次会议为契机,深入贯彻落实国家和省公立医院绩效监测的决策部署,认真学习借鉴兄弟市州的先进经验,进一步强化组织领导,完善工作机制,推动公立医院绩效监测工作取得新成效。

乐山市人民医院胃肠外科与 井研县人民医院普外科建立专科联盟

本报讯(记者 戴余乐)近日,乐山市人民医院胃肠外科与井研县人民医院普外科正式签订专科联盟合作协议。此次合作标志着两家医院在胃肠疾病诊疗领域的深度合作迈入新阶段,也将为井研县及周边地区群众提供更优质、便捷的医疗服务。

签约仪式上,市人民医院、井研县人民医院围绕胃肠外科技术帮扶、学术联动、人才共育、科研协作等进行了深度交流讨论。市人民医院胃肠外科专家团队就胃肠外科的发展、伤口造口管理以及术后并发症转诊病人数据分析展开分享和讨论。

按照专科联盟合作协议,市人民医院胃肠外科将不定期派驻专家团队赴井研县开展手术指导、教学查房、疑难病例会诊等工作,同时为井研县人民医院胃肠外科专业的医护人员提供进修培训机会,助力其学科建设和人才梯队培养。

签约仪式后,市人民医院胃肠外科专家团队前往井研县人民医院普外科开展座谈及调研,并就医疗质量安全管理和疾病管理的同质化、规范化进行专项督导,针对发现的问题现场进行反馈与沟通。

据悉,市人民医院胃肠外科、井研县人民医院普外科将逐步落实专科联盟建设规划,通过资源互通、信息互联、技术互促,构建区域胃肠疾病协同诊疗网络,进一步推动井研县普外科在胃肠肿瘤微创手术、围术期管理、多学科诊疗(MDT)等领域的突破,让县域患者“足不出县”即可享受三甲医院的同质化医疗服务,为推进健康乐山建设注入新活力。

乐山市医学会普外专委会年会暨首届ERCP基层培训班举办



ERCP实操培训中

本报讯(记者 戴余乐 文/图)为进一步提升乐山市普外专业诊疗水平,推动ERCP(经内镜逆行胰胆管造影)技术在基层医院的规范化应用,近日,由乐山市医学会主办,乐山市人民医院肝胆胰外科承办的“乐山市医学会普外专委会年会暨首届ERCP基层培训班”成功举办。

培训班特邀四川大学华西医院、西南医科大学附属医院、

雅安市人民医院等多家医疗机构的知名专家进行专题授课。与会专家围绕ERCP的操作规范、并发症防治、普外科最新技术进展等热点问题展开深入讲解,并结合临床案例分享实战经验。专题讲座内容翔实、贴近基层需求,为参会人员提供了宝贵的学术指导。

为强化培训效果,会议还特别设置ERCP实操培训环节。在专家教授指导下,学员们从体位摆放、插管技巧到治

疗策略制定,逐步掌握技术要点。手把手的教学模式受到学员一致好评,有效提升了基层医护人员的实操能力。

作为乐山市ERCP技术推广的“破冰之举”,此次培训是推动优质医疗资源下沉、提升基层服务能力的重要举措。据悉,乐山市医学会普外专委会将持续开展此类培训,推动新技术普及,助力乐山市肝胆胰疾病诊疗水平迈上新台阶。

乐自两地血站生命接力 大出血产妇及时输上“救命血”

本报讯(记者 戴余乐)7月24日深夜,一场跨越乐山、自贡两地的“生命接力赛”在疾驰的救护车中紧张上演。一名产后大出血的产妇因急需AB型血小板命悬一线,两地血站与医护人员争分夺秒,仅用2小时完成血小板调运、交接和输注,最终将患者从死亡边缘拉回。

当天21时35分,乐山市中心血站接到市中区人民医院的急救电话:“一名产妇因产后大出血陷入休克,急需AB型血小板2个治疗量。”然而,当时乐山市中心血站该型血小板库存已告罄。在此

紧张时刻,乐山市中心血站迅速启动紧急调配机制,向周边城市血站发出求助。当晚21时37分,自贡市中心血站传来好消息:库存中恰有2个治疗量的AB型血小板!得知患者情况危急,自贡市中心血站当即决定:“我们派车紧急送血!”21时52分,载着救命血小板的送血车从自贡市疾驰而出。与此同时,乐山市中心血站负责对接的驾驶员于22时整出发,奔赴途中会合。夜色中,两地送血车通过实时定位协调路线,最终在22时40分顺利完成交接。血小板23时27分抵达乐山市中心血站后,快速完成入、出库,23时40分便送达乐山市市中区人民医院输血科。此时,产妇已因失血过多出现多器官衰竭征兆,医护人员迅速为其输注血小板,抢救期间同步输入红细胞悬液18单位、全血800毫升、血浆2000多毫升等血液制品。经过彻夜抢救,产妇生命体征逐步稳定,目前正在接受进一步治疗。

微创手术解除「巨大包块」威胁

近日,乐山市人民医院高新院区胃肠外科成功为一位饱受数十年巨大双侧阴囊疝折磨的七旬老人张大爷(化名)实施手术,助其摆脱病痛,重拾生活信心。

记者了解到,张大爷自幼年起便患有腹股沟疝,因早年医疗条件有限及对手术的畏惧,其始终未接受规范治疗。随着时间推移,张大爷双侧疝囊持续增大并坠入阴囊,形成极为罕见的巨大包块。由于肿物压迫,张大爷不仅出现了行走困难,还饱受局部坠胀、疼痛及生活不便的困扰。

张大爷被病痛折磨得寝食难安,在家人的再三劝说下,终于来到市人民医院高新院区胃肠外科就诊。入院时,张大爷双侧阴囊内的疝内容物体积巨大,形似足球。若不及时手术,嵌顿的疝内容物(大网膜或肠管)因疝环压迫,会逐渐出现血运障碍,导致缺血性坏死。一旦肠管坏死穿孔,肠道内的细菌、消化液将大量涌入腹腔,引发急性弥漫性腹膜炎。毒素吸收入血后,极易发展为感染性休克,甚至导致多器官功能障碍综合征,危及生命。与此同时,肿物对泌尿系统的压迫持续加重,不仅会造成急性尿潴留,长期还可能引发肾功能。

然而,由于张大爷高龄、超长病史、疝囊巨大,术中操作精度及修复要求极高。面对这一复杂病例,市人民医院高新院区胃肠外科立即组织多学科会诊,综合评估患者病情,并制定个性化手术方案。手术过程中,胃肠外科团队成员凭借丰富经验,仔细分离疝囊与周围组织,精准修补疝环,成功完成手术。术后,在医护团队的精心照料下,张大爷恢复良好,阴囊疝完全消失,活动自如。目前,张大爷已顺利出院。

市人民医院胃肠外科医生提醒市民,看似不起眼的“小鼓包”可能暗藏大隐患。一旦发现腹股沟区出现可复性肿物,应及时就医评估。早期干预不仅能避免疼痛和并发症,还能显著提高生活质量。

市中区人民医院 开展中暑急诊急救实战应急演练



应急演练现场

本报讯(记者 戴余乐 文/图)日前,乐山市市中区人民医院组织开展了中暑急诊急救实战应急演练。

此次演练以“实战模拟+多学科协作”的形式展开,由市中区人民医院医学科、护理部、急诊科、重症监护室等相关科室联动配合。

本次演练模拟了某学校突发10人中暑事件,通过事件触发急诊科医护人员迅速响应,按照预先制定的中暑急救流程展开行动,对先兆中暑—轻度中暑—重度中暑不同程度病人开展急救响应。演练第一阶段(院前处置),“120”急救人员到达现场立即将

患者安置到阴凉通风的地方,迅速开展分诊,第一时间进行快速评估,判断病情,通过分类分级优先处置重度中暑和轻症患者,给予降温的同时并及时送急诊科抢救室,启动急救绿色通道。演练第二阶段(院内急救),重症医学科与急诊科医生一起,对重症中暑患者进行急救处理,护士快速为患者进行冰袋降温、建立静脉通道、采集血液标本、心电图检查等,其余患者则被组织转运至急诊科观察治疗。演练第三阶段(复盘总结),护理部组织全体参演人员进行复盘,就各个环节存在的问题提出改进建议。

疾病预防与控制 乐山市疾病预防控制中心 协办

快乐献血 自在嘉州 献血咨询电话:0833-5188116 团体预约电话:0833-2503103

乐山市卫生健康委员会 乐山市健康教育协会

Table with 2 columns: Hospital Name and Contact Info. Includes: 乐山市人民医院, 乐山市中医医院, 乐山市妇幼保健院, 乐山市精神卫生中心, 乐山老年病专科医院, 乐山市市中区人民医院, 乐山市市中区肿瘤医院, 乐山友谊医院.

