



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

2026年全市爱国卫生与健康促进和职业健康工作培训会召开

本报讯(记者 戴余乐)近日,2026年全市爱国卫生与健康促进和职业健康工作培训会召开。会议系统复盘2025年工作成果及“十四五”时期全市爱国卫生、健康促进与职业健康领域建设成效,精准剖析当前工作面临的新形势、现存短板与攻坚重点,全面部署2026年核心任务,为全市卫生健康事业高质量发展锚定方向、凝聚合力。会上,峨眉山市、沙湾区、五通桥区围绕爱国卫生长效机制建设、健康促进品牌打造、职业健康精准监管等工作亮点与实践经验作交流发言,分享典型案例、探索创新路径,为各地各单位提供可借鉴、可复制的实践样本,形成互学互鉴、共促提升的良好氛围。下一步,全市将紧扣目标定位,强化协同联动,以更高标准推动爱国卫生运动提质增效,持续深化城乡环境综合治理、病媒生物防制等基础工作,打造爱国卫生特色品牌;以更实举措推进健康促进行动走深走实,聚焦重点人群、重点场景普及健康知识,培育全民健康生活方式;以更严力度强化职业健康监管,健全风险预警、精准执法体系,筑牢职业健康防护屏障,切实守护群众生命健康安全,为全市经济社会高质量发展夯实健康根基。

共话学科发展与诊疗新突破 乐山这场活动输出满满干货

本报讯(记者 戴余乐)近日,乐山市医学会皮肤病学专业委员会2026年学术年会暨新进展培训班在中心城区举行。全市皮肤性病领域医务工作者齐聚一堂,共话学科发展新突破。本次年会紧扣皮肤性病诊疗新进展核心主题,采用专题讲座、病例分享、学科交叉讨论等多元形式,聚焦临床关键领域开展深度学术交流。会上,省级医疗机构专家团队带来前沿专题分享,围绕光线性皮肤病临床与病理关联、皮肤镜无创辅助诊断应用、自身免疫性疱病血清学诊断等前沿课题,系统讲解诊疗核心要点,剖析先进技术协同应用价值,为参会人员带来行业前沿学术成果。本地临床专家立足基层诊疗实际,针对银屑病规范化诊疗与生物制剂转换、特殊类型带状疱疹诊疗、梅毒规范诊疗、带状疱疹神经病管理以及银屑病全程管理等临床重点难点问题展开研讨,分享实战经验与诊疗思路,内容兼具学术前沿性与临床实用性,切实贴合基层医疗需求。此次会议搭建了高水平、专业化的学习交流交流平台,有效更新了区域皮肤性病诊疗理念,推广了先进适宜技术,强化了临床诊疗规范化意识,助力全市皮肤性病学科诊疗能力全面提升。下一步,市医学会皮肤病学专委会将持续发挥学术引领与平台纽带作用,深化基层医师规范化培训,推进多中心临床研究协作,加强健康科普宣教,以学科高质量发展赋能“健康乐山”建设,为群众提供更优质、规范的皮肤性病医疗服务。

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	急救:2119310 总机:2119328
仁爱济世 精诚行医	
乐山市中医院	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	

不用开腹切病灶! 市中医院成功攻克高难度肠道微创术

七旬老人一周康复出院

记者 戴余乐

6小时“镜下精雕” 微创技术实现“根治”与“保肛”兼顾

如何在完整切除巨大病灶的基础上,保住老人的肛门功能,尽可能减少手术创伤?面对这一高难度挑战,市中医院肛肠科团队迅速行动,第一时间联合麻醉科、病理科进行多学科会诊,综合评估老人身体状况与病灶特点。经过反复论证,团队最终确定采用内镜黏膜下剥离术(ESD)这一微创技术,以小创伤、高安全性为老人彻底清除病灶。手术中,肛肠科医疗团队创新性地采用了“黏膜下注射联合钛夹预置”的双重保障策略,先在病变边缘建立“黏膜下隧道”,再用精细的“点切法”一点点分离病变。针对病灶环绕生长的特点,团队采取“分段剥离、实时止血”的战术,确保每一步都精准安全。历经6小时镜下细致操作,肛肠科团队成功将巨大病变组织完整、整块剥离,而周围健康的肠道组织完好无损,老人的肛门功能得以保全。

中医特色护理“加速康复” 老人术后一周步行出院

手术成功只是第一步,如何让高龄老人快速康复才是关键。术后,市中医院肛肠科充分发挥中西医结合的优势,为罗奶奶量身定制了康复方案。除了常规护理,还运用中药熨烫、穴位电刺激等中医特色疗法,帮助她调理气血、恢复胃肠功能。在中医的助力下,罗奶奶的恢复速度令人惊喜:术后第3天,能顺利进食流食;第5天,肠道功能恢复正常;一周后,老人便在家人的陪伴下步行出院。“没想到这么大的毛病,不开刀就治好了,恢复还这么快,感谢医生护士们!”出院时,罗奶奶紧紧握着医护人员的手,激动之情溢于言表。此次手术的成功,不仅为罗奶奶解除了病痛,也标志着市中医院在消化内镜微创治疗领域迈上了新台阶。“让更多肛肠疾病患者不用‘开大刀’就能得到根治,同时保住器官功能,是我们一直努力的方向。”市中医院肛肠科主任陈建川表示,未来,科室将持续深耕微创技术,不断推进诊疗模式创新,以更先进、更微创、更舒适的中西医结合诊疗服务,守护乐山百姓的肛肠健康。

近日,一场高难度的肠道微创手术在乐山市中医院成功开展——医院采用内镜黏膜下剥离术(ESD),为73岁高龄老人完整切除了大小约10cm×9cm(接近一个苹果大小)的直肠巨大病变。手术无需开腹,成功实现保肛与病灶根治,标志着该院在高难度肠道微创治疗领域取得新进展。

反复便血原是巨大肿瘤 传统手术面临“保肛”难题

据了解,今年1月起,罗奶奶开始出现反复便血的情况,严重影响了生活质量。3月初,她在家人的陪同下前往市中医院就诊。检查结果让一家人心头一紧:老人的直肠内竟长了一个约10cm×9cm的巨大病灶,占据了肠腔的五分之四,几乎环绕肠道一周,情况十分复杂。临床上,这样巨大的病灶一般采用开腹手术治疗,但这种方法不仅创伤大、恢复缓慢,还存在无法保肛的风险。对于老年人来说,一旦无法保肛,终身携带造口袋将给生活带来极大的不便和心理负担。“年纪大了,就怕开刀受罪,更担心术后生活没法自理。”这让罗奶奶和家人忧心忡忡。

疾控大讲堂

记者 戴余乐

春日出游要警惕 这份狂犬病防护指南请收好

每年三四月,正是踏青赏景、亲近自然的好时节。但随着春日暖意渐浓,犬只活跃度提升,犬只伤人风险随之增加,狂犬病防控进入关键时期。对此,乐山疾控提醒:狂犬病可防不可治,关键在于预防与科学处置。市民在户外游玩时,需提高警惕,主动规避风险,切不可掉以轻心。

常规预防 从源头规避暴露风险

据了解,狂犬病是由狂犬病毒引起的急性传染病,一旦发病,死亡率接近100%,我国90%以上病例由犬只咬伤导致,因此源头预防是防控核心。日常防护中,市民需牢记“四不原则”:不随意挑逗、抚摸陌生犬只;不近距离接触哺乳母犬与幼犬;不主动惊扰流浪猫、流浪狗;不接触蝙蝠等野生动物。饲养宠物的市民,应按时为犬只接种狂犬病疫苗,遛犬时务必牵绳、佩戴嘴套,避免宠物扑咬路人或与其他动物发生冲突。

对于高危人群,如宠物饲养员、兽医、户外工作者等,建议提前进行暴露前预防接种;计划前往狂犬病高发地区的人员及高风险地区儿童,也应提前接种疫苗,构建免疫屏障。

科学处置 暴露后黄金处置法

若不慎被犬、猫等动物咬伤、抓伤,或黏膜接触动物体液,需立即启动“三步处置流程”,每一步都关乎生命安全。第一步:立即清洗伤口(黄金第一步)。用肥皂水(或其他弱碱性清洁剂)和流动清水交替冲洗伤口至少15分钟,彻底冲洗后用碘伏或医用酒精消毒伤口,减少病毒残留。第二步:迅速就医评估。尽快前往正规医疗机构,由医生判断暴露等级,对伤口进行清创处理,必要时注射狂犬病免疫球蛋白。第三步:严格完成疫苗全程接种。按照医嘱完成狂犬病疫苗全程接种,切勿自行中断或延迟针次,确保体内产生足够抗体。

误区纠正 破除谣言避风险

生活中关于狂犬病的常见说法,有些其实是误区,需要仔细辨别。比如,“只有疯狗才传播狂犬病”——实际上,看似健康的犬只也可能携带狂犬病毒,无明显症状却具有传染性。“被咬后伤口愈合就没事”——狂犬病潜伏期长短不一,短则数天,长可达数年,伤口愈合不代表病毒被清除。“接种一次疫苗就终身免疫”——狂犬病疫苗无终身保护效果,暴露后需按程序全程接种,暴露前免疫也需定期加强。春暖花开,美景与安全可兼得。乐山疾控提醒,踏青赏春时只要牢记“不挑逗、不靠近、遇暴露、快处置”十二字准则,远离危险动物、做好预防、受伤后及时规范处置,就能牢牢守住健康防线,安心享受美好的春日时光。

凝聚全社会防控合力 我市举行第31个世界防治结核病日宣传活动



本报讯(记者 戴余乐 文/图)3月24日,是第31个世界防治结核病日,今年我国的宣传主题为“全面行动 全力投入 全民参与 终结结核”。为进一步普及结核病防治知识,凝聚全社会防控合力,筑牢群众健康防线,当天,乐山市第31个世界防治结核病日宣传活动在马边彝族自治县举行。活动现场氛围浓厚,设置了主题墙、签名墙,通过文艺表演、发放资料、现场问答等多种方式,向百姓普及结核病传播途径、典型症状、国家免费诊疗政策等核心知识,让防控理念深入人心。在义诊咨询区内,医护人员耐心为群众测量血压、解答健康疑问,同时免费发放结核病防治手册、环保袋等宣传物资,将健康服务送到群众家门口。“以前总觉得结核病离自己很远,通过今天的活动才知道,它就在我们身边,早发现、早治疗特别重要。”市民阿洛说道,“医护人员讲得很仔细,我不仅了解了日常通风、勤洗手等预防方法,还知道了国家有免费治疗政策,心里踏实多了,以后我也会向家人朋友宣传这些知识,大家一起做好防控。”

开展公益宣传 守护市民肝脏健康

本报讯(记者 戴余乐 文/图)为提升公众爱肝护肝意识,推动肝病早筛查、早诊断、早规范治疗,近日,乐山市中医院肝病科以“遏制肝硬化、守护肝脏健康”为主题,在门诊大厅、病区同步开展公益宣传活动,通过多种形式普及肝病防治知识,让市民在家门口收获专业的肝脏健康指导。活动现场人头攒动,义诊咨询台前围满了前来问诊的市民,市中医院肝病科医生耐心接待每一位咨询者,细致解答慢性肝炎、脂肪肝、肝硬化等疾病的防治疑问,结合市民年龄、生活习惯定制个性化护肝方案,纠正日常护肝误区,普及科学用药、合理膳食等核心护肝知识。现场还特别设置了免费便民服务区,为市民进行肝功能初步筛查、测量血压,医护人员边检查边叮嘱护肝要点。“平时总熬夜,一直担心肝脏不好,今天医生不仅免费看诊,还教了好多实用的护肝方法,特别贴心。”前来咨询的市民张先生说。针对住院患者,市中医院肝病科还在住院部同步开展了科普宣讲,通过专题讲解、播放科普视频、发放宣传手册等方式,为患者和家属讲解肝脏生理功能、肝病三级预防措施,以及术后康复、饮食调理等知识,缓解患者焦虑情绪,引导高危人群定期进行筛查。此次活动累计服务群众200人次,发放科普资料数百份,有效提升了公众对肝病防治的认知水平。下一步,市中医院将持续深耕肝病防治领域,常态化开展科普和义诊活动,以专业的医疗服务守护市民肝脏健康,为遏制肝硬化、降低肝癌发病率贡献力量。

