

守护健康“不打烊”

——市人民医院春节假期服务患者侧记

本报记者 孙阁河

这里有一群健康守护者。
2025年春节假期，门诊接待患者14573人次，完成急诊以及择期手术101例，多学科联合成功救治一名危重胸主动脉夹层动脉瘤患者，为血液透析患者完成治疗550例次，965557健康综合服务平台总受理通话量1345人次……在广大市民阖家团圆、辞旧迎新的欢乐时刻，市人民医院广大医护人员以饱满的工作热情和严谨的工作作风，坚守在各自的工作岗位上，用优质的服务和高超的医术，默默地为广大患者筑起一道牢固的健康防线。

医疗服务不放假

门诊是医疗服务的最前沿。市人民医院是全年无假日门诊，春节假期依然24小时为患者提供医疗服务，神经内科主任吕海东、儿科一区主任马卫东、内分泌一区主任赵菊珍、呼吸与危重症医学科副主任薛东鹰等专家坚持坐诊，且常常加班加点，直到看完最后一位患者。一站式患者服务中心的各职能部门主任主动放弃休假，带头值班坚守岗位。该院新区门诊春节假期各类诊疗服务有序开展，共接诊患者706人，其中儿科二区主任宋文涛一上午就接诊50多位患儿，一直到下午1时才结束上午的坐诊。

麻醉手术中心是医院的核心区域之一。春节假期，该院麻醉手术中心全体医护人员24小时待命，共完成急诊以及择期

手术101例，其中手术室内麻醉75台、介入手术麻醉11台、无痛分娩3例、无痛宫腔镜人流3例、无痛胃肠镜6例和小儿肺灌注3例。同时，手术室外的麻醉工作同样有条不紊进行，医生张帅一共进行介入麻醉11例，均是需要紧急手术的患者。

血液透析是大多数肾功能衰竭患者维持生命的重要手段，即便是节假日也不能随意中断。为了保障患者的治疗，春节假期，该院肾内科及时调整透析时间，除夕早上6时，医护人员全部到位，开始做准备工作，以确保透析患者当日可以提前结束透析与家人团聚。春节假期，肾内科又新增20名危重透析病人，透析人数达到175人，并从大年初二开始，救治心衰、重症胰腺炎、重症肝炎等连续性床旁血液滤过治疗患者共6名，总时长110小时。

联合救治不延时

春节假期，市人民医院多学科联合救治机制依然有效运行。该院心胸外科接诊1例胸主动脉夹层动脉瘤患者，患者合并肾衰、高血压，病情危重，心胸外科立即组织麻醉手术中心、介入科、重症医学科、透析室、CT室等多科室专家会诊，制订科学的救治方案，相关医护人员更是在接到通知后第一时间到岗，为患者进行急诊手术，确保患者转危为安。

大年初一清晨，一位股骨转子间骨折的老年患者被紧急送入骨科一区。患者疼痛剧烈、无法活动，如延误治疗很可能导致患者长期卧床并加重并发症，该科副主任姚鹏举迅速组织团队制订手术方案，其

他医生接通知后也放弃与家人团聚，从家中赶回医院，与麻醉科、护理团队协作，为患者实施闭合复位髓内钉内固定术。整个手术过程精准高效，术后患者疼痛即刻缓解，次日即可在助行器的辅助下活动。患者家属说：“没想到市人民医院春节期间还能这么快安排手术，这里的医护人员真是我们的救命恩人啊！”没过两天，又一位饱受膝关节炎折磨的患者在家人的陪同下入院治疗，骨科一区医护团队同样主动调整休假安排，为其完成了人工全膝关节置换术。术后第三天，患者即独立行走出院。

一名84岁老人因嵌顿性混合痔伴严重感染在春节期间入院，病情危急，该院肛肠科立即组织多学科会诊，针对患者高龄、基础病多的情况，制订个性化微创手术方案，并克服麻醉风险高、组织脆弱等挑战，顺利完成手术。

绿色通道保畅通

春节是心脑血管疾病的多发期。春节假期，市人民医院心脑血管绿色救治通道始终畅通无阻，神经外科一区实施手术12台，其中大年初一晚上就做了4台脑出血手术；神经外科三区共收治住院患者13人，完成手术4台，实施特级护理64人次，救治气管切开患者11人；神经外科四区共收治患者50余人次，转出及出院患者26人次，平均每日在院患者18人次。

除夕晚上10时，该院神经内科二区一位刚入院的患者病情突然恶化，需要紧急行血管开通介入手术，主任吕海东和副主

任瞿千千立刻从家中赶来为患者进行手术。春节钟声刚刚敲响，神经内科二区急诊卒中绿色通道值班医生又接诊一名突发双眼凝视、失语、一侧肢体瘫痪的患者，经过急诊CT、抽血、脑血管增强CT、头灌注评估后，确定患者为急性大血管闭塞，需要紧急实施脑血管开通手术。为挽救患者的生命，瞿千千、付文华和多名介入科医护人员又再次投入手术中。

市人民医院神经重症监护室肩负着全市神经重症患者的救治任务，春节假期，神经重症监护病房床位保持满员运行，医护人员24小时轮转。大年初二，一位患者突发室性心动过速，血压骤降，主管医生迅速反应，立即给予患者同步电复律1次，1秒钟的时间，患者心律即转为窦性，血压上升、心率下降，意识好转。

春节期间，市人民医院广大医护人员始终奔波忙碌，ICU南区、ICU北区、疼痛科、神经内科一区、神经内科三区、心血管内科二区、儿科二区、内分泌一区、内分泌二区、肛肠科、血液病科、皮肤烧伤整形外科等临床科室也都在时刻上演着救死扶伤的感人画面。而淋巴瘤科更是将服务延伸到院外，大年初二上门为一位81岁长期卧床、颈椎骨折、重症肺炎的老人开展“鼻胃管留置”护理服务，让患者家属深受感动。

医者仁心映烟火，守护生命不停歇。正是因为有了像市人民医院医护人员这样千千万万的健康守护者，全市千家万户的节日灯火才能更加温暖璀璨。

健康小贴士

开学在即 防控校园流感这样做

开学季将至，学生们将重返校园。疾控专家提示，因人员流动和聚集因素，流感等呼吸道传染病存在一定反弹风险，仍需重点关注并加强防控。学校和家庭可采取科学有效预防措施，确保学生健康安全。

学生日常活动如上课、课间操等容易形成聚集，加之流感病毒传播力强、未成年学生免疫系统相对较弱，使得流感在校园内传播风险较高，因此校园是流感防控的重点场所之一。

北京大学人民医院呼吸与危重症医学科主任医师马艳良介绍，流感与普通感冒虽然症状相似，但两者在病因、症状严重程度和传播性上存在显著差异。流感是由流感病毒感染引起，患者往往会出現高热、乏力、精神差、肌肉酸痛等全身症状，儿童、老年人、患有慢性病或体质虚弱者的重症风险较大，需及时就医接受规范治疗。

如何帮助孩子预防校园流感？对此，中国疾控中心环境所有关专家表示，应引导孩子加强个人卫生，尤其是在饭前、便

后、手部接触污染物后，及时用洗手液或肥皂在流动水下洗手；学校在保证室内温度的情况下，加强教室、活动室等区域的通风换气；尽量避免孩子与流感样病例接触；接种流感疫苗是预防流感最有效的方法之一，现在接种仍有效；学校及托幼机构需做好每日健康状况监测，对环境进行科学适度消毒。

首都医科大学附属北京儿童医院主任医师徐保平说，家长如发现孩子出现流感症状，应及时就医并告知学校，对于已经确诊流感的学龄儿童，要居家休息，不建议带病上学。这既有利于孩子尽早康复，也是对学校其他孩子的保护。

徐保平特别提醒，如果孩子得了流感，需根据医生的处方使用药物。早期使用抗病毒药物可有效抑制病毒的复制和传播，缩短流感病程，预防重症和并发症，但不建议自行使用处方药，儿童应慎用镇咳药。同时，要特别关注用药安全，不能随意增加药物剂量，也不能随意增加给药频次。（据新华社）

专家提示 寒冷季节哮喘患者要做好自我管理

新华社北京2月11日电（记者李恒）低气温对哮喘患者来说是一个不小的挑战。专家提示，在寒冷季节哮喘患者要充分了解病情，做好自我管理，避免致敏因素，同时坚持健康的生活方式。

专家告诉记者，哮喘是过敏性慢性气道疾病，也是急性发作性疾病，当患者接触过敏原时可能会造成症状的急性发作，部分患者还可能出現致命性危险。因此，哮喘患者要与医生制订哮喘急救计划，并随身备用一些急救药物。

“哮喘患者的自我管理是提高哮喘患者生活质量、减少症状

发作以及急性加重的重要措施。”中日友好医院主任医师陈文慧表示，要鼓励哮喘患者记录哮喘日志，即记录平常的症状变化，包括胸闷、喘息、咳嗽等症状以及肺功能变化，便于医生在随访时了解哮喘患者的病情变化。

陈文慧提醒，哮喘患者还要积极控制体重，合理饮食，避免焦虑，保持充足睡眠等。此外，哮喘患者需要长期用药维持治疗，不能随便停药。

对于人们关心的哮喘患者是否可以运动等问题，陈文慧表示，只有过量运动或者是特别劳累才会诱发哮喘发作，适当运动对哮喘患者来说可以保持身心愉悦。

本期关注

怎样避免老年人因听力衰退 陷入交流“孤岛”

新华社记者 侠 克

“上了年纪耳朵也老了，跟人聊天总闹笑话，索性我也不爱出门了。”近日，74岁的北京市民杨阿姨在一次听力测试活动上跟听力师讲述自己的困扰，重度听力损失已经严重影响她的日常生活和社交，也让她的心情一度十分低落。

根据第七次人口普查和《中国听力健康现状与发展趋势》报告测算，我国约有1.2亿老年人患有听力障碍、听力受损，群体数量巨大。随着我国人口老龄化加剧，老年人的听力健康问题愈发凸显。如何通过科学有效的手段，避免老年人陷入交流“孤岛”，记者采访了相关专家。

听力衰退 老年人陷入“无声困境”

听力下降是隐藏在老年群体中的一个普遍现象。随着年纪增长，耳朵像是蒙上了一层布，听不见、听不清时刻困扰老年人的生活。春节期间，走亲访友增多，阖家团圆的热闹氛围里，老人的世界可能悄然被“按下了静音键”。

北京听力协会专家委员、北京协和医学院基础学院听力学专家张建一介绍，老年人听力下降人数占比较大，具有普遍性。65~75岁的老年人当中，听力损失发病率大于25%。到了75岁以上，听力损失的发病率会大幅上升，通常大于60%。

“随着年龄增长，听觉系统会发生退化，内耳中的听毛细胞会逐渐减少或受损，这是导致老年性耳聋的主要原因之

一。”张建一说，高频听毛细胞的减少对语言清晰度影响非常大，“听得见但听不清”是老年听力损失的主要特点。

听力下降给老年人的生活带来许多不便，对危险信号的感知和方位判断也会出现問題。“走在路上有车按喇叭，我想叫老伴儿往边上走走，他却听不见，非常影响安全。”63岁的柳阿姨说，“其实老人自己也很苦恼，他想和人交流，却听不见，社交时多少也会受到‘排挤’。”

声稀影孤 耳朵“不灵光” “偷走”老人社交圈

听力衰退在老年人生活中的影响远超言语交流本身。由于耳朵“不灵光”，在社交场合中听不清别人说话，老年人难以参与沟通，容易感到被孤立，久而久之，就会产生强烈的孤独、焦虑、抑郁等不良情绪，甚至给家庭的生活质量和成员关系带来微妙变化。

65岁的金阿姨说：“听力不好，甚至连子女都不愿意跟老人交流了。说话声音大了觉得凶，声音小了又听不见。”

北京听力协会与天猫健康联合发布的《中国老年人听力损失现状与助听器应用调研》显示，24%的老年听力损失患者有不同程度的心理或精神异常；在伴有轻、中、重度听力性损失老年人中阿尔茨海默病发病率分别是听力正常老年人的2倍、3倍和5倍。

中国老龄事业发展基金会理事长于建伟说：“老年人听力健康需要全社会引起重视，积极开展预防科普、引导他们采取科学有效的措施进行干预和治疗，缓解因听力损失而引发的社交障碍和心理问题。”

国家卫生健康委老龄健康司有关负责人表示，听力健康是保障身体健康、生活质量和社会参与的重要基础。维护老年听力健康，能预防和减缓老年听力损失的发生，降低老年痴呆、焦虑抑郁和跌倒等风险。

保卫听力 及早筛查、尽早干预

记者了解到，老年人听力损失目前常见的干预手段主要是佩戴助听器和人工耳蜗。对于中度及以上老年性听力损失患者，主流的干预方案是验配助听器。《中国老年人听力损失现状与助听器应用调研》显示，我国助听器佩戴率不到5%，远低于发达国家。

北京听力协会会长万敏说：“听力损失虽是一个不可逆的过程，但及时、有效的干预能够大幅减缓危害影响。当老人出现听力下降的迹象时，应当遵循‘早发现、早诊断、早干预’的原则，及时选择合适的干预手段。”

2024年6月，《国家卫生健康委办公厅关于开展老年听力健康促进行动（2024—2027年）的通知》指出，将于2024~2027年在全国组织开展老年听力健康促进行动，开展老年听力筛查与干预。对筛查结果为中度及以上听力损失的老年人，建议其及时到专业机构就诊，通过药物治疗、听觉辅助技术、听觉康复训练等方式改善听觉功能，延缓听力损失的进展。

专家提示，老年人看电视、听广播的时候，音量不要太大。过大的声音刺激，容易诱发噪声性耳聋。其次要规律作息，保持充足的睡眠。不要过度情绪化，大喜、大怒也容易诱发突发性耳聋。如果发现老人总是打岔、嗓门变大、电视声音开得很大等现象，就要及时就医。“不论是哪种听力损失，一经确定，一定要进行干预。”张建一说。

受访专家表示，新的一年，要紧扣国家卫生健康委发布的《老年听力健康核心信息》，积极推动实施老年听力健康促进行动，重点是倡导老年人远离噪声环境，科学使用耳机，注意耳部卫生，合理使用药物，定期检测听力，及时看病就医，尽早助听干预等。

（新华社北京电）

本报讯（记者朱传胜）如果你有心理困扰、情绪问题或者想咨询心理健康知识，请拨打全国统一心理援助热线12356。记者近日从市精神病院了解到，这条免费心理热线端口在市卫生健康委的积极运作下，目前已接入我市，依托市精神病院心理援助热线团队，市民在家中就可享受免费心理咨询服务。

据介绍，2024年12月25日，国家卫生健康委官网发布通知，到2025年5月1日0时前，各地现有心理援助热线将与12356连接，实现一个号码接通心理援助热线。为此，市卫生健康委迅速响应，积极依托市精神病院的专业力量，全力推进我市12356全国统一心理援助热线的建设工作。经过紧张而有序的准备，这条热线于1月27日在全省率先开通，旨在为人民群众提供更专业、更便捷的心理健康教育、心理支持和心理疏导等公益服务，此举也标志着我市心理健康服务工作迈上了新台阶。

市精神病院院长郝霄波介绍，12356热线号码巧妙地融入了谐音元素，其中没有“4”，谐音“没事”，以一种温馨且幽默的方式传递着对大众心理健康的美好祝愿，期盼大家远离心理困扰，拥有积极乐观的生活态度。而“有5有我”则寓意着无论你遇到何种心理挑战，热线团队都将始终陪伴在你的身边，成为你心灵的守护者，与你共同面对、一起成长。12356热线不仅仅是一个简单的电话号码，更是一个充满温情与希望的象征，代表着社会对心理健康的高度重视与全力支持。

如果你遇到这些情况，可拨打心理援助热线：情绪长期低落、焦虑，影响日常生活与工作；遭遇失业、离婚等重大变故，心理压力大且无法缓解；深陷家庭矛盾、职场冲突等人际关系困境；难以适应搬家、换工作等生活变化；对自身心理状态存疑，想获取专业评估产生自杀、自残想法或冲动。

心理援助热线团队由市精神病院一群具备专业资质和丰富经验的精神科医师、心理治疗师、心理咨询师组成。经过严格的培训，他们不仅拥有扎实的专业知识，更具备高度的职业素养和敏锐的危机识别能力。热线提供24小时服务，服务内容全面而深入，涵盖专业心理健康咨询、心理危机干预、情绪疏导、心理评估、心理健康宣教等方面，并特别关注特殊人群的需求，为其量身定制针对性支持方案。该院始终秉持严格的保密原则，全力守护每一位来电者的隐私安全，旨在通过专业、贴心的服务，帮助公众解决心理困扰，提升心理健康水平，为公众打造一个安全、可靠、专业的心理支持平台。

“我们坚信，在大家的一起努力下，12356热线能够帮到更多人，给大家心里点亮一盏灯。我们医院全体医护人员肯定会继续努力，把专业水平提得更高、服务做得更好，为全市人民的心理健康多出一分力，让每个人都能开开心心、健健康康。”市精神病院党支部书记、心理咨询专家程群满满怀期待地说。

身边提示

这种病家长须引起重视

本报记者 朱传胜

近期，市人民医院小儿外科连续收治两例睾丸扭转患儿，都是因未及时就诊，导致睾丸坏死切除。

李理介绍，目前两名患儿均已出院。他建议，家长平时要多关注孩子的阴囊情况，尤其在孩子洗澡、熟睡等放松、温暖的情况下，要观察双侧阴囊内是否有睾丸、是否对称，并判断是否存在阴囊空虚、阴囊肿胀、腹股沟区肿痛等异常现象。比如第二个案例，就是家长先前未发现患儿隐睾，这种情况下出現腹股沟区肿块，往往会以为是腹股沟斜疝嵌顿。另外，家长要鼓励孩子正确表述诉求，如阴囊肿痛、会阴部疼痛，甚至下腹部疼痛、腹股沟区疼痛等，必要时可鼓励孩子指明部位，避免因害羞而含糊表述，造成病情延误。正常情况下，如果睾丸扭转，2小时病程都可能造成睾丸缺血坏死。而第一个案例，孩子已经12岁，睾丸扭转1天多时间，其间患儿不可避免会出现下体不适。但孩子羞于表示，仍坚持上学，直至走路受限后，才到医院就诊，最终导致睾丸坏死切除。睾丸扭转，如果在短时间内通过手法复位或手术复位，是完全可以避免睾丸坏死、睾丸萎缩等悲剧发生。所以，家长应正确认识睾丸扭转带来的严重后果，并对孩子做好生理教育，以便发现问题后及时就诊，切莫讳疾忌医，延误病情。

全国统一心理援助热线接入我市

有心理困扰、情绪问题请拨打12356

扫一扫 关注我们

焦报健康 微信公众号

扫码关注

