

医卫快讯

市医学会重症医学专业委员会体外生命支持学组成立

本报讯（记者孙阎河）日前，市医学会重症医学专业委员会体外生命支持学组一届一次代表大会暨学术年会召开，市人民医院重症医学科副主任张满堂当选为组长。会议邀请多位省内外重症医学领域知名专家进行学术讲座和经验分享。

体外生命支持技术（ECMO）作为一项高级生命支持手段，在急危重症患者的救治中发挥着至关重要的作用。市人民医院重症医学科是我市医学重点学科，其中ECMO（体外膜肺氧合）技术作为重症医学领域的一项尖端生命支持技术，近年来在临床应用中取得了显著成效。

此次会议旨在进一步提升焦作地区重症医学领域体外生命支持技术水平，加强学术交流与合作，为本区域重症患者提供更优质的救治服务。张满堂在当选后表示，将充分发挥学组平台作用，积极组织学术活动、技术培训和病例讨论，促进成员单位之间的资源共享与协作，提高重症患者救治能力，进一步提升区域医疗水平。

市人民医院相关负责人表示，该院将以学组建设为契机，全力履行主委单位职责，强化技术引领，定期组织ECMO技术培训、模拟演练和病例研讨，推动体外生命支持技术在全市范围内得到规范化应用。同时，深化协作共享，聚焦科研创新，围绕体外生命支持领域的难点问题，开展多中心临床研究，为行业发展提供实践参考。

会议相关议程结束后，受邀专家围绕体外生命支持技术的最新进展、临床应用中的关键问题以及并发症的防治等内容进行了深入探讨，为参会人员带来了一场学术盛宴。

夯实质量基础 保障患者安全 我市开展护理质量管理专题培训

本报讯（记者孙阎河）为贯彻落实国家卫生健康委《2025年各专业质控工作改进目标》，进一步推进护理质量管理同质化与标准化，不断探索和创新护理质量控制的方法与模式，激发全市护理人员工作的主动性和创造性，日前，由市卫生健康委主办，市护理管理专业医疗质量控制中心、市护理学会承办的专题培训会在市人民医院新门诊楼举行。会议特别邀请河南省护理质量控制专家委员会主任委员、河南省人民医院豫东北医院执行院长张红梅及专家团队进行授课。

护理质量是医疗事业的基石。在医疗技术发展和患者需求多元化的背景下，提升护理管理水平至关重要。河南省人民医院始终致力于护理标准化建设，通过临床问题的发现与解决，构建了完善的质控体系，为患者提供了安全、优质的护理服务，是全省护理管理和质量控制的标杆。

培训会上，张红梅以《基于临床问题的护理标准化建设实践》为题，深入剖析了护理管理标准化建设的核心要点与实施路径。省人民医院护士长赵文利通过线上授课，深入解析了预防导管相关血流感染质控实践的核心措施，强调了标准化操作与多环节防控的重要性。省人民医院护士长卫晓静针对《预防ICU压力性损伤过程质控工具包》进行了专题讲解，并分享了临床实践经验。省人民医院护士长单单单以《预防术中获得性压力性损伤过程使用工具包》为题，详细解读了工具包的操作流程和评估要点。每位专家的授课都紧扣临床需求，为参会人员提供了非常具有操作性的护理管理质控工具与方法。

“质量管理工作坊”环节，在专业学组老师的带领下，与会人员分为多个小组，针对静脉留置针、PICC、CVC、压力性损伤敷料选择等进行了演练。同时，大家充分运用培训中学到的工具包，对具体案例进行深入分析，并找到具体的解决办法。整个现场气氛热烈，互动交流频繁，不仅进一步巩固了参会人员的理论知识与实践技能，还有效规范了操作流程和方法，为推动全市护理质量管理提升奠定了坚实基础。

本次会议采取“线上+线下”的方式举行，全市二级及以上医疗机构护理部主任、相关专业护理人员等共计3000余人参加了此次培训。

我市举行糖尿病护理管理优秀案例竞赛

本报讯（记者孙阎河）为进一步提高护理人员在糖尿病护理领域的综合管理水平，拓宽护理视野，创新并优化护理服务，日前，我市糖尿病护理管理优秀案例竞赛在市人民医院举行。

糖尿病是一种慢性疾病，患者的血糖控制非常关键。同时，由于长期患病，患者的心理问题也是护理工作的重点。因此，科学规范的护理对于糖尿病患者至关重要，不仅可以帮助患者有效控制病情，减少并发症的发生，还能给予患者充分的心理支持和疏导，提高生活质量。

本次竞赛由市护理管理专业医疗质量控制中心主办，共有来自全市16家医院的21名选手参赛，参赛案例涵盖糖尿病精准护理与患者全周期管理，内容包括糖尿病及合并症之间的诊疗矛盾、院内血糖管理新模式、老年糖尿病患者居家护理干预、妊娠糖尿病多学科协作等诸多场景，每一个案例都体现出护理人员良好的护理技能和对患者的亲切关怀，其中很多案例还展现了护理人员在临床护理技术上的新突破。

经过激烈角逐，市人民医院原玲玲、乔慧慧、原艺芳的参赛作品《一例糖尿病合并心衰患者的精准护理实践》、焦煤集团中央医院杨玲利的参赛作品《基于循证的PDCA护理模式在指导老年糖尿病患者自我注射中的应用》获得一等奖。

市护理管理专业医疗质量控制中心主任、市人民医院护理部主任卢明表示，改善护理服务没有终点，护理专业要以患者为镜，深耕专科内涵，赋能慢性病管理新生态。同时，还要将质量改善贯穿于护理全过程，以数据为尺，丈量专业深度，让案例成果沉淀为标准流程。今后，将继续开展多学科协作和全程慢性病管理，推动优质资源下沉基层，让创新成果惠及更多患者，并将临床观察转化为创新实践，让护理从“被动执行”迈向“主动破局”。

解放区疫苗接种惠民活动启动

接种HPV疫苗、重组带状疱疹疫苗可享优惠

本报讯（记者金珊珊、朱传胜）4月25日，恰逢第39个全国儿童预防接种日，解放区启动“‘疾’先锋·解放‘行’”疫苗接种惠民活动，并率先在全国接种重组带状疱疹疫苗（CHO细胞）惠民首针。市民刘女士以1600余元的惠民价格，在解放区平光社区卫生服务中心完成接种。此次惠民活动旨在落实国家战略，推动全民健康，提升居民生活质量。

此次活动聚焦宫颈癌和带状疱疹两大疾病的防控，推出一系列惠民政策。HPV疫苗针对9~14岁女生、35~45岁女性及9~14岁男生，首针接种须在6月底前完成可享受惠民减免一针剂费用的活动；重组带状疱疹疫苗针对50岁及以上人群，首针接种须在8月底前完成可享受惠民减免一针剂费用的活动（减免针剂的接种仅需支付接种服务费14元）。

刘女士表示，得知这个惠民活动后便立即预约接种，对能够以优惠价格接种疫苗感到庆幸。她的姐姐也紧随其后完成接种，并表示：“这是个惠民好政策，一定要抓住，其他地方打这个疫苗还是3200多元。”

重组带状疱疹疫苗（CHO细胞）适用于50岁及以上人群，目前尚未对年轻人

开放。而四价和九价HPV疫苗则主要面向年轻群体，且9岁至26岁的男性也可按需接种。HPV不仅与宫颈癌相关，还可能导致肛门癌前病变及生殖器疣，因此男性接种同样重要。

宫颈癌长期位居我国女性生殖系统恶性肿瘤发病率首位，且发病年龄呈年轻化趋势；带状疱疹则以其剧烈的神经痛著称，高发人群为50岁以上中老年人和免疫力低下者，其后遗症神经痛可能持续数月甚至数年。疫苗接种是预防这些疾病的有效手段，现有疫苗的保护率分别高达90%以上和97.2%。

通过提高疫苗接种率，可有效减少宫颈癌新发病例及带状疱疹相关的医疗负担。每增加1%的HPV疫苗接种率，可减少约2.3万例宫颈癌新发病例；带状疱疹疫苗接种更可使老年人住院率降低88%，凸显了疫苗接种的重要性和成本效益。

解放区卫生健康委负责人在致辞时表示，当前，《“健康中国2030”规划纲要》明确提出“预防为主”的战略方针，《加速消除宫颈癌行动计划（2023—2030年）》更将适龄女性HPV疫苗接种率纳入核心指标。此次活动不仅是一项利民举措，更是解放区在公共卫生事业上迈出的



工作人员向市民宣传惠民政策。

本报记者 宋崇飞 摄

坚实一步，旨在通过政府、企业和社区的共同努力，以科学预防筑牢免疫长城，守护群众健康福祉。

活动启动以来，解放区各社区卫生服

务中心的预防接种门诊全面向市民开放，积极推广并实施疫苗接种服务，致力于为更多居民提供健康保障，共同构建健康和谐的社区环境。



接种疫苗。本报记者 赵改玲 摄

■相关阅读

男性也可以接种HPV疫苗了

本报讯（记者赵改玲）5月4日下午，13岁的小王同学在家长的陪同下来到解放区焦南平光社区卫生服务中心，成功接种了四价HPV疫苗。他也由此成为我市首位参与惠民接种HPV疫苗的男性。男性接种HPV疫苗，有助于提高公众对HPV感染的认知，增强全社会对宫颈癌防控的重视程度，形成男女共防的良好氛围。

小王同学的妈妈张女士告诉记者，自己已经打过HPV疫苗了，现在听说9到26岁的男性也可以打了，就让儿子来接种了。“儿子经常去外面参加比赛，要住酒店，实在担心酒店的马桶消毒不彻底，所以给儿子接种HPV疫苗，也让他健康多一道保障。”张女士说。

解放区疾控中心免疫规划科负责

人表示，接种HPV疫苗并不只是女性的“专利”，男性接种HPV疫苗不仅能有效预防肛门癌、口咽癌、阴茎癌等HPV相关癌症，还能避免90%的生殖器疣感染。同时，男性接种可显著降低HPV传播风险，间接保护女性伴侣免受宫颈癌等疾病的威胁。因此，呼吁更多男性重视HPV疫苗接种，为自己和家人的健康负责。



接种疫苗。本报记者 赵改玲 摄

市中医院肾病风湿免疫科团队：

为肾病患者照亮希望之路

本报记者 朱传胜

在医学领域，血液透析宛如一束希望之光，为尿毒症患者照亮延续生命的道路。对于肾功能衰竭无法正常工作的人群而言，血液透析是他们维持生命的关键手段，堪称一场关乎生存与希望的“生命净化之旅”。在众多患者印象中，患上尿毒症就如同被判了“死缓”，若不能进行肾脏移植，便要一辈子依赖透析治疗。因此，当一些患者及其家属得知需要进行透析时，往往感到极度恐惧。记者近日在市中医院采访时了解到，该院肾病风湿免疫科团队通过中西医结合治疗，成功让部分尿毒症患者恢复肾功能并脱离透析治疗。

逆转肾功能，部分患者脱离血液透析

年近七旬的孔先生被诊断为尿毒症，不得不依赖每周3次的血液透析来维持生命。透析期间，孔先生的生活被完全打乱，每周去医院3次，每次透析都要花费数小时，身体也日渐消瘦。然而，在市中医院肾病风湿免疫科医生的精心治疗下，他的肌酐水平逐渐下降至130umol/L，最终成功脱离透析，重新回归正常生活。目前，孔先生已经一年多没有进行透析了。

60岁的谢阿姨的情况也类似。她的肌酐水平曾高达716umol/L，维持性血液透析1年多，经过药物治疗后，降至176umol/L，目前成功脱离透析已有半年。谢阿姨感慨地说：“原本以为自己要一辈子进行透析治疗，没想到还能恢复到这种程度，真的太感谢医生了。”

这些看似普通的数值变化，却是市中医院肾病风湿免疫科团队创造的生命奇迹。

“肌酐是衡量肾功能的重要指标（正常值44umol/L至115umol/L），而上述患者的肌酐水平降幅明显，有的接近正常范围，这意味着他们的肾脏功能已部分恢复。”该科主任郭林在接受采访时说，“很多患者认为，病情发展到肾功能衰竭后，一旦开始血液透析就无法停止。其实在临床上，有一部分患者经过积极治疗后，肾功能能够有所恢复，血液透析治疗是可以停止的。”

郭林的这番话背后，有着强大的硬实力作支撑。作为市医学会肾脏病专业委员会主任委员，他熟练掌握各



本报记者 吉亚南 摄

种原发性、继发性肾脏病的诊疗技术，尤其擅长血液透析、腹膜透析通路技术，2017年自主完成我省首例“穿刺法腹膜透析导管植入术”；2018年自主完成我市首例“动静脉内瘘PTA”；2019年自主完成我市首例“人工血管动静脉内瘘成形术”，还开展了彩超引导下人工血管动静脉内瘘球囊扩张术（PTA）、DSA下血液透析相关中心静脉狭窄/闭塞的治疗；2024年自主完成我省地市级医院首例经皮上腔静脉直接穿刺中心静脉导管植入术，年手术量约600台。此外，他还荣获河南省医学科技奖2项、河南省医学科普奖1项，拥有发明专利1项，承担焦作市科技攻关项目2项，获得焦作市科技成果奖3项，发表国家级以上论文10余篇。

郭林介绍，人体肾脏形状如蚕豆，大小似手掌，具有排毒功能，在维持人体内环境平衡中起着关键作用，同时在调节血压、造血和骨骼生长等方面也发挥着重要作用。尿毒症即肾脏出现问题无法正常排出毒素。血液透析就像滤水器一样，将身体里的血液经过透析器滤出毒素后，再流回身体，达到人体排毒效果。

目前，郭林带领团队积极探索中西医结合疗法，努力让更多符合条件的尿毒症患者摆脱透析治疗。

创造奇迹，让患者重拾生活信心

肾乃生命之本，若没有肾脏的排毒功能，人的身体就会被毒素吞噬。在市中医院，郭林带领医护团队凭借妙手仁心与病魔斗争，挽救并延续了无数肾病患者的生命。

立夏养阳重养心

本报记者 孙阎河

5月5日是二十四节气中的立夏，标志春季已经结束，夏季正式开始。立夏之际，天干物燥，风多雨少，人体的水分比较容易通过呼吸、出汗等流失，尤其是进入夏季后，人们容易烦躁不安，产生焦虑的情绪。那么，立夏后又该如何养生呢？为此，记者走访了市中医院肝胆脾胃科副主任赵秋升。他提醒：“立夏须养阳，养阳重养心。”

赵秋升解释，《黄帝内经》说：“秋冬养阴，春夏养阳。”而养阳重在养心。到了夏天，人的心阳最为旺盛，功能最强，但极易烦躁不安，好发脾气。这是因为气温过高加剧了人们的紧张心理并引发心火过旺所致。此时，人们不仅情绪波动起伏较大，机体的免疫功能也较为低下，起居、饮食稍有不妥，就会发生各种疾病。所以，立夏后昼长夜短，人们就应该顺应自然界阳盛阴虚的变化，睡眠方面也应相对“晚睡”“早起”，以接受天地的清明之气，尤其要注意睡好“子午觉”。午饭后，人的身体为保证食物的消化吸收，全身大部分血液流向消化系统，大脑的血液相对减少，加上一个上午的工作或学习，脑细胞也处于疲劳状态，故有昏昏欲睡的感觉。而通过午睡来进行调节，就能补偿夜间睡眠不足，使人的大脑和身体各个系统都得到放松和休息，更有利于下午、晚上的工作或学习。健康的午睡以15~30分钟最恰当，若是超过30分钟，身体便会进入不易睡醒的深睡期。

赵秋升建议，除了合理午休，立夏时节还应清淡饮食。立夏后，自然界的变化是阳气渐长、阴气渐弱，相对人体脏腑来说，肝气渐弱、心气渐强。这时候就应遵循“增酸减苦、补肾助肝、调养胃气”的原则，饮食上以易消化、富含维生素的食物为主，多吃蔬果、粗粮，也可多喝牛奶、多吃豆制品以及适量补充鸡肉、瘦肉等。大鱼大肉、动物内脏和油腻辛辣的食物不要多吃，过咸的食物也要少吃。另外，要避免贪凉。随着天气日渐炎热，人体腠理开泄，如果长时间使用电扇或空调，就会使寒凉直入身体，让人感到四肢疲乏、精神倦怠，还容易受凉感冒，严重者会引起气管炎、肺炎、关节炎等。同时，立夏之后冷饮要少吃，以免损伤脾胃的运化功能，出现长期食欲不振、腹痛、大便异常等症状。再有，要重视静养。

中医认为：夏气与心气相通。立夏以后，天气转热，人的心神易受到扰动，出现心神不宁。这个时候，尤其是老年人，要加强对心脏的保养，做到戒怒戒躁，时常保持精神安详、心情舒畅、悠闲自乐，切忌大喜大怒。

最后，赵秋升提醒，夏季属火，是万物蓬勃生长的季节，也是人体阳气最盛、新陈代谢旺盛的时期。虽然立夏以后气温渐升，易出汗，但是应适当锻炼，适量出汗，既能降低体温，又可排除体内毒素。至于锻炼方式，应选择散步、慢跑等慢节奏的有氧运动，并在运动后适当饮温水，补充体液。强度以不感到疲惫为宜，时间不宜超过1小时，以减少心脏负荷。