

浦东新区举办世界急救日主题宣传活动 让每个人都能成为生命守护者

■本报记者 张琪

9月14日是第25个“世界急救日”，当天下午，浦东新区红十字会、金杨新村街道共同举办世界急救日主题宣传活动。浦东新区第96例造血干细胞捐献志愿者、援疆干部朱文强获颁“浦东新区造血干细胞捐献优秀志愿者”荣誉证书，金杨新村街道获颁“浦东新区造血干细胞捐献工作贡献奖”。

活动现场，红十字志愿者们带来情景剧《红十字“救”在身边》和诗朗诵《博爱暖

阳》，展现红十字志愿者在日常生活中的急救行动和志愿服务，呼吁更多人学习、掌握急救知识，加入红十字志愿者队伍。场外，红十字急救技能趣味闯关、“博爱之魂水墨绘”书法体验、“红娃”爱心奶茶铺、“让博爱的温暖在指尖流动”手工包制作体验、造血干细胞招募宣讲小课堂等摊位吸引市民驻足参观和体验。

与此同时，浦东新区公利医院、浦东新区医疗急救中心、浦东新区医学会联合

上海市护理医学会老年护理专委会，以“运动与急救—人人救我，我救人人”为主题，在浦东图书馆举办了一场科普活动。公利医院急诊科郭东风教授讲授了运动猝死的原因和预防措施。在专业医护人员的指导下，参加活动的市民们亲自动手进行了心肺复苏和AED操作，体验了急救的全过程。大家纷纷表示，期待有更多这样的活动，让急救知识普及到每一个角落，让每个人都能成为生命的守护者。

浦东老年医院骨质疏松专病防治联盟升级为“骨”健康保驾护航

■本报记者 张琪

在宣桥镇今年65岁以上人群免费体检中，浦东新区老年医院增加了骨质疏松的筛查项目。结果，不仅掌握了浦东新区南部社区的发病率，还了解到了老百姓科普方面的误区。为此，老年医院升级了骨质疏松专病防治联盟——与上海市东方医院深度“绑定”，形成了筛查—预防—药物—手术—康复—随访全生命周期的健康护航方案。

记者了解到，老年医院在宣桥镇已经筛查了2000多人，发现65岁以上人群骨质疏松症患病率为38.3%，其中女性为61.1%，男性为14.7%。全国最新的骨质疏松症流行病学调查结果则为：65岁以上人群骨质疏松症患病率为32.0%，其中女性为51.6%，男性为10.7%。

今年5月，浦东新区老年医院骨质疏松诊疗中心成立，该中心汇聚了一支由硕士及以上学历组成的多学科医师诊疗团队，从健康科普、疾病筛查、社区医生培训、规范化诊疗、多学科合作等方面全面推进骨质疏松防治工作。中心成立后，老年医院先后联合宣桥、新场、六灶、航头鹤沙等社区卫生服务中心，形成骨质疏松专病防治联盟，每周深入基层，通过一系列社区健康宣教活动，让老年人全面理解骨质疏松的成因、预防与自我管理知识。同时，为了确保诊疗的规范与高效，老年医院骨质疏松诊疗中心的专家团队对社区医生进行了全面专业的培训，为宣桥镇老年人构建了一个“家门口”的骨质疏松防控网络，使每一位潜在的骨质疏松症患者都能得到专业诊断和规范治疗，探索出医联体模式下的双向转诊和联合诊疗模式，形成了具有“老年医院”特色的骨质疏松诊疗方案，为患者的“骨”健康保驾护航。作为骨科专家，浦东新区医学会骨质疏松专委会主任委员、浦东新区医院院长王善金深知患者之“痛”：“首先要意识到发生了骨质疏松，其次是要懂得骨质疏松是一个需要终身治疗的病，另外一旦发生相关骨折要有治疗途径。”

一次教科书级别的急救 这里有“急救冲锋队”和“抢救特种兵”

■本报记者 张琪

9月14日是世界急救日。前不久，一名网友在社交媒体上发文，寻找救命医生。9月6日早上，她父亲在家中突然心跳、呼吸消失，拨打“120”之后，急救医生通过电话指导进行心肺复苏。随后急救医生赶到，通过除颤将她父亲的心跳恢复了。最让她感动的是，在东方医院南院急诊抢救时，一位医生趴在她爸爸身上，一起进入核磁仪做了头部核磁检查。这位医生的救死扶伤精神给了她们极大的安慰和心理安全感。

随即，在社交媒体上，很多网友留言表示“好医生值得被看到”。还有人认出了这位医生：“这是我们科室人帅话不多的吴医生”。记者了解到，“120”急救的医生是浦东新区急救中心三林分站急救医生张学，趴在患者身上一同做核磁检查的医生是东方医院南院心内科医生吴奕章。

进病房，患者老刘便拉着吴医生坐下，老刘哽咽着说：“我就想跟医生行个礼！”说着就向吴医生鞠躬，吴医生赶紧将老刘扶住，他表示：“救死扶伤是医生的‘肌肉记忆’，我当时根本就没多想什么。”老刘的爱人奚女士回忆9月6日的情况：7点左右，老两口散步归来，奚女士刚进卧室就听见老刘倒在客厅里，一个劲抽搐。女儿打完“120”后，“120”医生回拨电话并一直指导他们做心肺复苏。不久后，3位急救人员赶到，他们分工明确采取抢救措施，几分钟后老刘的心跳就恢复了。“120”将老刘送到最近的东方医院南院急诊，老刘产生了应激反应，在意识不清的情况下，四肢乱舞。吴奕章被紧急通知前来，正是这位素昧平生的年轻医生的一个举动，让患者一家人动容：做核磁共振检查需要5分钟以上，可是，老刘即使打了安定也做不到安静，于是，吴医生毫不犹豫地和家属一起，俯身固定住老刘，和他一起进了核磁检查范围。

老刘说：“从我倒下，直到三天后在病房醒来，其间的事情我一概不知，现在我恢复了，就想找到救命的医生，向他表示敬意。”于是发生了上述一幕。

急救“三人组”个个是“高手”

“我们的司机、担架员都能当‘半个医生’用，日常培训形成‘肌肉记忆’，一到现场，心脏按压、捏皮球、除颤，三个人自然站位，即时上传信息到医院。”浦东新区急救中心主任王萍介绍。负责老刘急救的“三人组”中的急救医生张学告诉记者：“这次急救，一是患者家属冷静，听‘指挥’，当时正值早高峰，家属现场心脏按压将患者从鬼门关关回了时间。二是与医院的信息高速路畅通，上车即入院，一环套一环，分秒必争。”他说，这位患者在心脏恢复跳动之后出现躁狂，比较罕见。

记者从东方医院了解到，老刘出现精神症状，与心脏骤停复苏过程中，脑内缺血再灌注等病理生理变化相关。

东方医院南院医务部主任鲍欢介绍，“我们院内有一支快速反应团队（RRT），如果说‘120’是院前的急救冲锋队，那么RRT就是院内的抢救特种兵。经过RRT理念的深入宣传，心跳呼吸骤停患者的院内救治成功率得到了提高。”

“我就想给医生行个礼”

9月14日上午，记者在东方医院南院16楼心内科病房见到了这一幕：吴奕章一

一妇婴举行“医院开放日”活动 体验“上海大摇篮” 解锁“隐秘的角落”

■本报记者 张琪

作为由上海申康医院发展中心主办的第六届上海市级医院“市民健康科普宣传周”和“医院开放日”分会场之一，近日，上海市第一妇婴保健院邀请市民“深度探院”，沉浸式体验“上海大摇篮”里医护的工作日常，解锁医院中不为人知的“隐秘的角落”。

“小蝌蚪”的奇妙日记

胚胎实验室，被喻为生殖医学中心的“心脏”，也是“试管婴儿”的诞生地。这里，是一妇婴鲜少对外开放的“隐秘的角落”。“胚胎宝宝”们到底经历了什么？在一妇婴胚胎实验室副主任技师潘家坪的带领下，大家“全副武装”穿戴好，严格清洗消毒，经过风淋通道净化的“层层关卡”抵达体外受精实验室。

“都说精子是‘小蝌蚪’，显微镜下竟然真的是‘小蝌蚪’啊！”市民张阿姨孩子都上大学了，这还是首次看到精子真身。潘家坪惟妙惟肖地指导：“最好的‘小蝌蚪’精力旺盛，勇往直前，如一道闪电；不灵的‘小蝌蚪’就一直在打转。”张阿姨边听边回应：“真的呀！有些‘小蝌蚪’一下就跑，有的呆头呆脑。”潘家坪乘机科普：“我们在实验室里就要把不灵的‘小蝌蚪’淘汰掉，留下最好的‘小蝌蚪’。”

在这“与世隔绝”的超净空间里，潘家坪生动讲述了卵子在受精后一周内从卵裂到形成囊胚的“奇幻旅行”，视频演示更是引发全场对生命起源的感慨：“一变两，两变四，到第6天就数也数不清了！”随后，市民一行还参观了冷冻胚胎储存室，了解到更多关于胚胎保存、查询与身份核验的具体工作流程。

宠妻英雄，感“痛”深受

在临床疼痛指数上，产痛排名第二，仅次于烧灼的伤痛。在一妇婴模拟实训中心举办的“宠妻英雄训练营”中，两位准爸爸



上海市第一妇婴保健院邀请市民“深度探院”。 □本报记者 张琪 摄

在妻子的陪伴下，体验了模拟分娩痛。当仪器设置到一级疼痛时，轻微的酸麻让两位准爸爸淡定自若。但到了接近三级疼痛时，一位“挑战者”的额头，已经沁出了汗水。“忍不住痛的话，你就按暂停。”妻子忍不住替丈夫担心起来。“停！”这位准爸爸在三级的時候，忍不住按了暂停键。

而另一位“挑战者”则一直紧咬牙关，四级、五级、六级……周围的人都忍不住为他捏把汗，但他却一直没有喊停。终于到了十级，“挑战成功！”当麻醉护士宣布这个结果时，现场爆发出热烈的掌声。

“到三级的時候，那是真的疼！但如果撑过去以后，就痛得麻木了。”这位成功挑战了“十级”的准爸爸周先生在结束后感叹道，“只有真切地体会过这种疼痛，才更觉得广大的女性朋友孕育生命的不易。希望不光是我自己，大家都要更加体谅、照顾自己的老婆。”

除了当天的探院活动，本次“市民健康科普宣传周”期间，一妇婴还安排了系列科普活动。9月8日的“好孕开放日”，聚焦备孕、早早孕人群需求，邀请资深产科专家讲授孕产期保健要点，提升年轻夫妇们科学孕育的意识和能力。9月9日—10日，胎儿医学科、乳腺科专家在云端，带来精彩纷呈的主题讲座。9月11日—12日，东院门诊大厅里，科普小剧场、科普图书赠阅以及多场主题丰富的科普小课堂轮番上演。

作为一家建院近80年的三甲等专科医院，“妇”和“婴”始终是一妇婴团队服务的核心人群。一妇婴党委副书记周倩表示，很高兴有这样的机会邀请市民代表们走进一妇婴，走近医生、走近医学，大家双向奔赴，共同增进健康获得感，“未来，我们还将举办更多的‘多维探院’活动，给大家送上有用更有趣的妇幼健康科普‘大礼包’。”

相关链接

何为骨质疏松症

骨质疏松症是一种以骨量低下，骨微结构损坏，导致骨脆性增加，易发生骨折为特征的全身性骨病。

女性一生预计发生骨质疏松性骨折的风险为40%，高于乳腺癌、子宫内膜癌和卵巢癌的总和。

男性一生预计发生骨质疏松性骨折的风险为13%，高于前列腺癌。

绝经后的女性是高危因素，一般55岁至60岁以后容易发生骨质疏松症；老年男性也不能忽视，特别是年龄大于70岁的男性。

症状：骨质疏松症初期通常没有明显的临床表现，部分患者可没有临床症状，仅在发生骨质疏松性骨折等严重并发症后才被诊断为骨质疏松症。

疼痛：患者有腰背疼痛或全身骨骼疼痛，一般骨量丢失12%以上即可出现骨痛，部位不固定，性质为钝性痛。无固定的压痛点，向脊柱两侧扩散；严重的骨质疏松患者会出现“浑身痛”。

骨质疏松引起的疼痛常常发生在晚上，影响夜间睡眠；白天适当活动后，疼痛常常得到一定的缓解。

弘扬新型婚育文化 促进健康家庭发展 浦东新区举行生育友好文艺演出

■本报记者 张琪

手里推着一个宝宝，背上背着一个宝宝，肚子里还怀着一个宝宝，这样的妈妈将得到“生育友好”志愿者的主动帮助。近日，2024年浦东新区生育友好文艺演出在浦东新区青少年活动中心红领巾剧场举行，开场节目的第一幕就展现了这一场景，揭开了演出主题：“弘扬新型婚育文化、促进健康家庭发展”。

《健康家庭中国行》原创音舞快板表演；还有上海市第七人民医院的表演，把对海上孕妇的关爱展现得淋漓尽致。此外宁波银行浦东支行的戏剧小品《回家过年》、浦东新区医疗急救中心的戏歌《婚约》、公利医院的国潮服饰表演《花好月圆》无不展现出中国传统家庭文化之美。

为全面贯彻落实党的二十届三中全会关于“完善生育支持政策体系和激励机制，推动建设生育友好型社会”的决策部署，推动加快建立生育支持政策体系，营造生育友好宣传氛围，推动健康家庭建设，助力人口高质量发展，浦东新区卫生健康委员会主办了这场演出。演出内容丰富，既有周康医联体的《走过四季》情景诗朗诵，也有浦东新区精神卫生中心的

扫码关注
浦东卫生健康
微信公众号

发布浦东新区卫生健康重大活动、重要政策
报道浦东医疗卫生健康机构相关情况和特色服务
宣传浦东卫生健康系统优秀集体和个人先进事迹