

爱卫新征程 健康中国行

医院动态

一座江南古城的健康新实践

□本报记者 段梦兰

位于长江下游南岸的江苏省苏州市张家港市，是一座有着千年历史的江南古城。自20世纪90年代成为江苏省首批国家卫生城市以来，这座古城走出了具有当地特色的爱国卫生运动之路，并获评2018年度全国健康城市建设示范市、2020年度全国健康城市建设样板市。

自今年4月以来，全国爱国卫生运动委员会办公室部署各地开展“爱卫新征程 健康中国行”系列主题活动，并组织调研团深入各地。6月30日，调研团来到张家港市，探寻这座江南古城在健康城市建设和健康细胞建设工作方面的生动实践和典型经验。

品牌项目传播“我要健康”

“那天跳广场舞时，我看到她们手腕上都戴了这个手环，所以今天来看看。”在福前村五福庭院里，年逾花甲的袁阿姨和老伙伴们围坐在一起说说笑笑，在工作人员指导下试戴健康手环。

“我有点肥胖，减肥的方法我也懂点，但就是坚持不下去。”袁阿姨一边调整手环的位置，一边告诉记者。她知道村里有了健康“管”家服务后便想参与进来。

位于张家港市北部的杨舍镇福前村，是有名的全国文明村、江苏省健康村。这里山清水秀、和美宜居，健康步道几乎延伸到每户居民家门口。

“过去，我们在爱国卫生运动工作中着重于环境治理和健康设施建设。

如今，在人居环境整治基本完成的情况下，我们将重心放在了健康宣教和健康促进上，大力培养居民‘我要健康’的意识，让更多人养成好习惯、将设备设施都用起来。”张家港市爱国卫生运动与健康促进委员会副主任、市城乡环境卫生指导中心主任阳曦介绍，健康城市不只是外在美，更追求内在美。

健康“管”家服务是张家港市为居民提供专业化健康管理服务的品牌项目之一，由政府搭台，多家社工组织和机构参与承办，在全市遍地开花。

“项目以管理人群慢性病、常见病、职业病为主要内容，聘请市中医医院的健康管理师为居民提供‘一对一’健康管理服务。”指导袁阿姨戴健康手环的工作人员告诉记者，健康“管”家项目为居民免费提供健康手环，监测心率、血压、步数等指标，健康管理师会根据每位居民的健康指标提出运动、饮食建议，进行慢性病管理，科学指导用药。

“经过3个月左右，居民能自觉进行自我健康管理、各项监测数据达到要求后，就可以归还手环，项目再吸纳、惠及更多有需要的居民。”这名工作人员说道，项目在福前村已经开展了第三批，每批约30人，受到了大家欢迎。

健康“益”家项目是张家港市开展的另一项健康服务项目，相较于健康“管”家项目，健康“益”家项目侧重于在更大范围内覆盖更多人。

“在前期走访调研基础上，今年3月我们启动了健康‘益’家项目。”当地社工张璇介绍，该项目通过走访了解社区慢性病患者情况，有针对性地组织医务人员提供健康讲座、义诊等服务，并开展家庭健康知识竞赛等活动，宣传健康知识和理念。同时，项目将在入户过程中发现的符合条件的居民转入健康“管”家项目。

张家港市城乡环境卫生指导中心副主任陆海涛介绍，截至7月，该市已累计开展健康“益”家项目37个，受益人群6.7万余人次；开展健康“管”家项目41个，为1230人开展了健康风险评估，并提供个性化健康指导。

健康公园点燃锻炼热情

上午9时，斜风细雨里，一场“苏州市民健康公约定向赛”在张家港市黄泗浦生态公园拉开帷幕。身着红色短袖的参赛者聚集在一起，不少人带着孩子参加，有情侣举起手机对着镜头比了个“耶”。

全程3公里的定向赛沿途设置了10个点位，参赛者通过参与健康小游戏、家庭急救现场演练等活动在各个点位打卡。大家呼吸着清新空气，沿红色漫步道行至终点处，那里有张家港市第三人民医院的专科医生在讲解慢性病防治知识和中医适宜技术。

类似赛事常常在张家港市的各个健康主题公园举办，功能完备、环境优美健康主题公园已成为备受当地居民欢迎的打卡点。比如，经过改造的张家港公园里，绿树环绕，健康小屋、健康步道、健身器材等一应俱全。“这里原来是城西片区的一个废弃厂，政府进行湿地改造后变成了公园。”家住清水湾小区的市民李先生说，自己每天早晨都会到张家港公园锻炼、唱歌。

“这里是我们的健康小屋，内设智能体检一体机，还可观看健康科普视频、阅读健康科普书籍。”下午4时，在张家港公园中心地带的一间健康小屋，张家港市健康促进中心工作人员郑新对初次来访的市民讲解道。

郑新拿起自己的身份证，在健康小屋一进门左侧的机器上刷了一下，随后在机器语音指导下站上了测量平台。“在这里可以测量身高、体重、人体成分等指标，测完可以现场打印一份体检报告，很方便。”郑新说，每次测量的健康信息会自动上传到健康管理系统，如果测量者的指标有异常，系统会及时发送通知，提醒测量者复查或就诊。

此外，公园里全程1.8公里的健康步道设置了3个65寸的电子大屏，屏幕上滚动展示着市民运动量、累计里程的即时排名。“市民在手机上下载App，联合覆盖全公园的蓝牙系统，就可以实现即时数据传输、联网排名，此举激发了大家的锻炼热情。”郑新说，考虑到残障人士入园的问题，公园还特别开设了一条无障碍通道。

“健康主题公园是活跃的健康细胞，能够提供家门口的健康服务。近年来，我们会同文体广电和旅游局、住房和城乡建设局等多部门共同设计、打造了类似场所。目前，全市有120个设施完善的户外健康主题公园。”阳曦介绍。

“居民健康档案，13101人。”“老年人健康档案，3442人。”“老年人关注一级，12.97%。”……步入张家港市南丰镇永合社区的新时代文明实践站，一块蓝色电子大屏上的几组数据引人注目。

“这是我们的永联数字康养平台。”现场工作人员介绍，平台对接市卫生健康委收集的居民健康档案数据，根据性别、年龄、身体情况等信息，将辖区内的老年人划分为关注一级（危险程度最高）、关注二级、关注三级，社工对不同类别的老年人开展不同次数的入户巡视，进行健康跟踪。

路过数字康养平台往里走，来到健康小屋内，一位身着花色短袖的老奶奶正伸出手准备在机器上量血压。“居民可以在这里自助检测身体各项指标，由专职家庭医生进行健康指导。”永合社区负责人秦欢说，“对于需转诊至上一级医疗机构进行救治的居民，家庭医生可辅助在网上预约挂号，并提供前期检测的健康资料。上级医疗机构的专家也会定期来社区坐诊，这就在社区形成了一站式健康管理服务。”

新时代文明实践站不仅建立了数字康养平台、健康小屋，还有颐养中心、家庭医生工作室、专家诊疗室……依托这些阵地，永合社区打造了“智慧健康服务圈”，积极链接各方优质医疗资源，帮助居民预防和管理慢性病。“2000年，苏州市建成全国首个国家卫生城市群。经过20多年努力，市民健康水平逐步提升。”苏州市副市长查颖冬说，其中，张家港市实现了国家卫生城市“十连冠”、全国文明城市“六连冠”，走出了一条以文明涵养健康、以健康护航发展的路径。下一步，该市将进一步以健康细胞、健康城市建设为载体，立足全人群和全生命周期两个着力点，构建多层次社会健康保障体系。

华西第二医院发布“华西妇幼健康门户”

本报讯（特约记者喻文芬）近日，由四川大学华西第二医院举办的第二届华西妇幼论坛在成都举办，“华西妇幼健康门户”发布。

“华西妇幼健康门户”在四川大学华西第二医院公众号基础上全面升级建成，整合了该院医疗集团和产业中心的优质资源，致力于为女性全生命周期和儿童全生长发育周期提供优质的医疗健康服务。“华西妇幼健康门户”可为患者提供智慧就医、在线门诊、托管医院就医等相关诊疗服务，实现跨院区挂号转诊就医、跨院区检查检验申请等多家医院的协同服务。

安医大二附院成立儿童肥胖专科门诊

本报讯（特约记者颜理海 戴睿）近日，“中国儿童肥胖全程管理示范中心”“国家卫生健康委儿童生长发育专项能力提升项目培训基地”暨安徽省内首家“儿童肥胖专科门诊”在安徽医科大学第二附属医院揭牌。

当日，该院举办了儿童肥胖暨内分泌疾病大型义诊，现场还进行了儿童免费骨龄检测、肥胖儿童体脂分析、儿童肥胖公益讲座等。活动吸引了近200名儿童患者及家长参与。据该院儿科副主任刘德云介绍，该科在安徽省内率先开展儿童肥胖、矮小、性早熟等儿童内分泌疾病的诊治。

新疆喀什二院投入产休一体化病房

本报讯（特约记者张楠 刘青夏莉涓 通讯员姑力比亚·努尔艾力）近日，新疆首个产休一体化病房在新疆维吾尔自治区喀什地区第二人民医院产科投入使用。该病房打破了过去孕产妇在“产前—产时—产后”需多次转移的安排方式，孕产妇不出病房就可得到各种特色服务。

喀什二院产休一体化病房除具备基本医疗配备条件外，还配备了相关生活服务设施设备，并提供免费的营养餐和停车位。“科室将根据每位孕产妇情况制订个性化诊疗方案，并由高年资医师每日诊察，配备足够护理力量。”喀什二院产科主任巴哈尔古丽·阿不来提表示，孕产妇住院期间，病房实行专家会诊服务，在保障医疗质量、提升服务水平的前提下，努力为孕产妇提供全程优质的医疗、护理、助产服务。

“行走健康课”

近日，浙江省杭州市拱墅区康桥街道举办“行走健康课，博爱满康桥”暑期活动。街道社区卫生服务中心、学校、社区相互协作，将中医药文化、传统文化、急救文化、亚运文化有机融合在各种活动中。图为小朋友和家长们一起参加“小小急救侠养成记”主题体验。

通讯员徐彬 本报记者郑纯彬 摄影报道

□荆晶

老年缺乏社交与脑容量缩小有关

先前有研究显示，缺乏社会交往会令大脑缺少来自对话的刺激，从而增加患痴呆症风险，而依据日本一项最新研究，老年缺乏社交还关联脑容量缩小。研究人员据此认为，孤独可能关联老年人脑容量加速缩小，进而提升痴呆症患病风险，建议提供更多支持以帮助老年人增加社交。

美国《神经学》杂志网络版7月12日刊载的一份研究报告显示，为弄清孤独对老年人脑容量的影响，日本研究人员调查了近9000名65岁及以上老年人。这些人平均年龄73岁，参与研究时均未患痴呆症。

研究人员询问他们与不住在一起的亲友的交流情况，如会面和打电话频率等，还用磁共振成像设备扫描他们的大脑。

分析结果显示，缺乏社交与脑容量缩小之间存在关联：社交最少组的人总脑容量明显低于社交交往最多组的人。即便考虑到体重、是否抽烟喝酒、是否患糖尿病等可能影响大脑的因素，这种关联依然存在。

另外，缺乏社交的人的海马体和杏仁核等大脑区域的体积也较小。这些区域在记忆中起着重要作用，并与痴呆症有关。

研究还显示，与经常接触社会的人相比，缺乏社交的老人存在更多脑白质病变。平均而言，他们脑白质病变部位占颅内容量的0.3%，而社交活跃组这一数字为0.26%。

研究人员说，人在衰老过程中大脑也会逐渐萎缩，而缺乏社交可能会加速脑萎缩。另外，抑郁以及不健康的生活方式等也可能损害大脑健康。

研究报告主要作者之一、九州大学医学研究院教授二宫利治说，虽然这项研究不能确定缺乏社交会直接导致脑萎缩，但一些研究表明，让老年人更多接触社会可能有助于阻止甚至逆转脑容量的减少，改善老年人的思维和记忆能力。

二宫利治说：“对老年人而言，缺乏社交是一个日渐严重的问题。这些研究结果显示，为老人提供支持，帮助他们建立并保持与他人的联系，可能有利于预防脑萎缩和痴呆症的发生。”（新华社专特稿）



□特约记者 郝东亮 崔志芳 杨蕾

天山南北，戈壁大漠。5月中旬，山西第五批援疆医疗队跨越万水千山，从三晋大地来到天山脚下，为援疆事业接续奋斗。近日，记者走访了在新疆维吾尔自治区昌吉回族自治州和新疆生产建设兵团第六师五家渠市的山西援疆医疗队员。

竭尽全力 持之以恒

新疆生产建设兵团第六师医院神经外科病房内，59岁的脑出血患者老王瘫卧在床，不能言语，半边身子无法动弹。可当医生张文举、赵贵福一出现在他的面前，他的目光便落在他们身上，眼神中透着感激。

“3月前，老王被送入院时，瞳孔已散大，情况十分危急。如果将他转送上级医院，途中会有生命危险，必须要尽快抢救。”刚来不久的第五批援疆医生张文举回忆说。

自2010年起，山西省开始对口医

疗援疆，开启“临床诊疗+疾病预防+人才培养+科学管理”的组团式医疗援疆。2022年3月，第四批山西援疆干部、时任新疆生产建设兵团第六师五家渠市卫生健康委副主任田峰在医疗组团式援疆基础上，组织成立新疆兵团第六师五家渠市山西省援疆医疗专家联盟，推动医疗援疆工作持续发力。

“山西援疆医疗队员逐年增加，今年第五批队员有来自山西各大医院的38名各领域专家，进疆一个多月接诊患者就超过1400人次，开展手术150台，开展新技术新项目12项。”山西援疆前方指挥部副总指挥朱红海介绍。

山西省援疆干部、第六师副师长

唐胜表示：“我们要通过一批又一批队员的努力，打造多个‘拳头科室’。”

多点发力 填补空白

5月19日，兵团第六师医院心血管内科门诊接诊了一位82岁的女患者。山西援疆医疗专家宋俊平、池瑞芳仔细分析检查结果，诊断患者患有病态窦房结综合征，并对其进行了双腔永久起搏器植入术。术后，患者恢复良好。

“宋俊平来自山西省心血管病医院心内科，援疆不到2个月时间，就带动第六师医院实现多项技术零的突破。”山西援疆干部、现任兵团第六师五家

渠市卫生健康委副主任李艳介绍。

山西援疆医疗队连续解锁多个“第一”，填补了受援地多项医疗技术空白。“我们这次来最重要的任务就是为当地建立新生儿重症科，引入重症理念，开展一些新技术。”援疆队员、昌吉州人民医院儿童重症医学科主任刘映红表示。

此外，山西省首次选派了护理人员援疆。来自山西省儿童医院，现任昌吉州人民医院新生儿重症病房护士长的李鹏，在一个多月时间里，积极帮助当地科室开展院级护理新技术——新生儿PICC置管术、床旁超声对PICC导管尖端定位等技术，为危重新生儿救治提供了坚实的技术保障。

随着援疆人才和资金的持续注

入，受援地医院接诊能力和服务水平大大提升。5月14日，222团医院停诊20多年的妇产科再次开诊，援疆医生方金荣开始接诊当地患者。6月7日，昌吉州中医医院病理科在援疆医生和娟的推动下挂牌。

知识润疆 打造“永久牌”

在多学科、深层次、宽领域发挥特长的同时，援疆医生注重传、帮、带、学，“师带徒”90余人，为受援地倾心打造“永久牌”医疗人才队伍。

“谢医生，低倍镜下显示这是一个囊性病变，囊壁并不厚，可以看到增生的纤维，但你注意到了没有？”

在天山脚下镌刻医者情怀

——山西第五批援疆医疗队工作掠影

“啊！好险！幸亏让您复核了切片！”在不久前成立的昌吉州中医医院病理科实验室内，和娟与她的徒弟正探讨着一个病例。

科室的可持续发展，最主要的是人才培养。和娟与科室3位同事建立了师徒关系。“在一年半时间里，我将秉承知无不言、言无不尽的作风，把3位同事的业务能力提升起来。”和娟说。

“现在我看视频比手术前清晰多了，感谢山西的专家治好了我的病。”在昌吉州中医医院接受黄斑裂孔玻璃体手术的66岁老人王钢吉激动地说。

王钢吉是山西省眼科医院医生杜淑芳来疆后接诊的患者。通过术后几天的观察，老人恢复良好，手术取得了成功。

昌吉州中医医院眼科医生马国虎说：“在山西援疆专家手把手的帮助下，我已经可以独立开展许多手术。”

“通过查房、教学、师带徒等方式，以及读经典、学思维、学规范，可以使年轻医生快速成长和成熟；在临床过程中，能及时发现并解决问题，从问题中学习，在实践中成长，不断提高，共同进步。”援疆昌吉州中医医院眼科队员、山西省中医医院医生索伟说。