

# 从0到1,西藏阿里铺就“血透生命线”

□特约记者 刘小晋  
通讯员 李航

日前,西藏自治区阿里地区人民医院血液净化中心投入临床运营。这是阿里地区首个标准化的血液净化治疗平台,标志着阿里地区终末期肾病规范化救治机构实现零的突破。陕西省人民医院肾脏内科梁衍副主任医师,是陕西省第一批“组团式”医疗援藏队伍中唯一的肾脏内科专家。她深度参与并见证了这一蜕变。

2025年7月,梁衍踏上了援藏之路。除了要克服高寒缺氧的环境挑战,还面临更艰巨的现实条件:阿里地区没有一家能够开展血液透析的机构。终末期肾病患者往往需要辗转千里,奔波于拉萨与阿里之间,不仅要承

受病痛的折磨,还要面对高昂的费用和漫长的治疗周期。

回忆起初到阿里时的一次惊心动魄的抢救,梁衍至今记忆犹新。

一名27岁的产妇因妊娠期高血压及产后大出血,相继出现弥散性血管内凝血、失血性休克,随后发展为急性肾衰竭。面对患者无尿、肌酐飙升、严重酸中毒的危急状况,梁衍果断启动连续性肾脏替代治疗(CRRT)。40多个小时里,她与阿里地区人民医院重症监护室医护人员寸步不离,直至患者意识逐渐清醒,生命体征趋于平稳。

抢救成功了,但一个更大的问题浮出水面。“CRRT能‘救命’,却不能解决后续的‘续命’问题。”梁衍说。患者虽然暂时脱离危险,但如果肾功能情况无法逆转,将需要长期、规律的透

析治疗——而这恰恰是当地医疗服务体系中缺失的一环。

这次抢救让援藏医疗队和当地医院深刻意识到:没有血液净化中心,重症患者救治即便能成功一时,也难以维系。

在阿里地区地委行署及卫生健康委等部门的支持下,血液净化中心的建设工作紧锣密鼓地展开。2025年9月底,梁衍展开密集调研:跑卫生健康委、医保部门,研究建筑图纸,精读血液净化法律法规与行业标准。然而,在高海拔地区建血透中心,难度远超平原。

“高寒缺氧会直接影响透析设备和水处理系统的稳定性。”梁衍介绍,低气压、低水温、低温环境会干扰透析机电控参数与反渗透水处理系统的泵体、滤膜,造成出水水质和设备运行参

数偏离标准。

她和工程师们反复调整方案,小到墙面走管、地面防水,大到设备适配、通风保障,反复推敲每一个环节。建设过程中,阿里地区地委行署及卫生健康委全力协调场地、资金与人员培训;陕西省人民医院肾病透析中心多次远程指导,并在血液净化中心开诊前派出护士长及技师现场支援。

从规划设计到设备调试,从制度完善到最终验收,8个多月的筹备终于迎来结果。5月中旬,血液净化中心通过阿里地区卫生健康委验收。5月25日,首名患者安全下机。

阿里地区人民医院血液净化中心的启用,终结了阿里地区无透析服务的历史。终末期肾病患者再也不用背井离乡,在“家门口”就能得到规范治

疗,实现“透析不出阿里”。

藏族患者次仁(化名)就是受益者之一。此前,为了做透析治疗,她和老伴远离家乡、告别亲人,常年独居拉萨市,时常感到孤独和焦虑。现在,她在“家门口”就能完成血液透析,再也不用“流浪”了。

为了表达内心最真挚的谢意,次仁精心准备了锦旗。“援藏行医传仁术,精研净血育桃李”——两排烫金大字,是对医疗援藏的真挚褒奖。

从血透机维护到并发症应急处理,梁衍把手把手倾囊相授。“是援藏这份责任推着我们前行。”梁衍说。还有一个多月,她的援藏工作就要结束了。望着透析区里平稳运转的机器和患者的笑容,她说:“不仅要建起一家血液净化中心,更要留下一支能独立运转的队伍。”

山东青岛举办  
中医文化进校园活动

本报讯(特约记者宋茜茜)近日,由山东省青岛市卫生健康委、市计生协联合青岛理工大学共同举办的“医校同心护青春 健康赋能向未来”中医文化与青春健康进校园主题活动举行。青岛市卫生健康委党组成员、市计生协副会长赵国磊出席活动并致辞,青岛理工大学3000余名师生参加活动。

活动现场设置中医文化展示区,展出中医文创、茶饮、药膳等特色内容。工作人员围绕青春身心健康、合理膳食营养等主题开展健康科普宣讲,并带领师生学习八段锦。

来自20余家医疗机构的46名医护人员现场开展义诊,为师生检查身体、答疑解惑。其中,5家中医医疗机构的16名医护人员为师生开展推拿、拔罐、耳穴压豆等中医非药物理疗,让师生亲身感受传统中医魅力。

此外,现场分区域开展居民健康素养知识有奖答题,以趣味方式普及日常健康常识。医护人员进行急救技能教学,详细讲解并演示心肺复苏术、自动体外除颤器操作、海姆立克急救法等,帮助师生掌握自救互救技能。

北京大兴把健康知识  
装进“菜篮子”

本报讯(特约记者戴京琦 通讯员刘碧野)“逛一趟大集,不光买到了新鲜菜,还学会了健康知识,这样的活动真不赖!”近日,在北京大兴区庞各庄镇的大集上,刚刚参与完健康游戏的张大爷笑着竖起大拇指。这是大兴区疾控中心(卫生健康监督所)推出的全新健康科普品牌——“大兴大集大健康”的首场活动。

大兴区卫生健康委将健康宣教阵地延伸至烟火气最浓的乡村大集。首场活动选在庞各庄镇大集,让群众在采购新鲜食材和日用百货的同时,把健康知识“打包”带回家。

活动现场,工作人员化身“健康摊主”,摆起宣传位,悬挂起醒目的健康标语。赶集的街坊邻居纷纷驻足,在趣味游戏中学习合理膳食、传染病预防、慢性病管理等知识。健康书包、套圈赢奖品、转盘抢答题……寓教于乐的形式,让健康教育充满乐趣。据统计,首场活动吸引数百名赶集群众参与,发放各类健康宣传品及资料千余份。

“大兴大集大健康”系列宣教活动将以大集为流动阵地,陆续走进大兴区各镇,结合当地赶集日定期开展。通过持续、灵活、贴近农村居民生活的方式,推动健康知识落地生根。

安徽滁州开展  
“全民健康 减脂同行”活动

本报讯(特约记者冯耀岭 通讯员陈皓)由安徽省滁州市卫生健康委、共青团滁州市委联合主办的“全民健康 减脂同行”主题活动近日收官。活动为期一个月,围绕“三减三健”健康理念,通过线上科普引导、线下打卡激励等方式,引导市民科学管理体重。

活动受到市民欢迎,线上报名人数达7000人。参与群体以20岁至45岁市民为主。不少市民自发组团参与,在相互监督、彼此鼓励中形成了浓厚的互助减重氛围。活动设置了6000元的一等奖及多项参与奖。

据悉,滁州市公立医院已常态化开设体重管理门诊,持续为群众提供专业减重诊疗服务。

## 医院风景线

### 万株向日葵在这里绽放

□特约记者 喻文苏  
通讯员 贺健美

近日,四川省绵阳市第三人民医院内,1万株向日葵迎着阳光绽放,金黄的花海绵延成片,吸引了不少市民拍照打卡。特别之处是,这片花海是由该院的患者播种、浇灌、养护而成的。

今年2月,这家精神专科医院进行了一次特别的尝试:组织患者自愿种植向日葵。这不是一次简单的农业活动,而是一场用心良苦的康复治疗。

“许多患者在病情缓解后,依然缺乏社交、工作和学习能力,出院后无法适应社会生活,甚至出现社会性功能障碍性衰退。”绵阳市第三人民医院院长助理邓建说,康复的真正目的,是让患者重新拥有生活、工作的能力,以及

被需要的感觉。

然而,传统的康复路子并不好走。“以前,我们也开展手工、画画、听音乐这些项目,但患者参与度不高。”邓建坦言,该院患者大多来自农村,文化程度相对较低,那些“洋气”的方式有些不接地气。后来,一份问卷调查给出了答案——大家最喜欢的,其实是种地。

种什么?经过一番讨论,该院最后把目光落在了向日葵上。向日葵不光好种植,更有好的寓意——向阳而生。而这,正是该院想借由这片花田,传递给每一名患者的力量。

如今,该院参加这项活动的患者达到近30名,他们种下的不仅有向日葵,还有百合、天冬等中药材。

“踏实,有成就感。”正在花田里除草的彭大爷笑着说,最喜欢的是每天有事做,心里不空了,人也精神了。

## “心理健康集市”进校园

□特约记者 李道国

前不久,一个特殊的集市开进了重庆市八中两江数据谷中学校:不售商品,而是为孩子们送上一份珍贵的“心理礼物”。

这是由重庆市爱卫办、市卫生健康委主办,重庆市精神卫生中心、市卫生健康委宣传教育中心承办的重庆市“健康科普行一千万”健康知识讲座“送心理健康进校园”的活动现场。一场专题讲座、10余个互动展位,让学校的近千名学生在游戏与体验中学会了与自己的情绪“握手言和”。

“为什么我一考试就心慌?”“爸妈总说‘别想太多’,可我控制不住……”讲座过程中,重庆市精神卫生中心专家周小艳从一封封真实的“树洞来信”(向“心理树

洞”进行倾诉的匿名书信)切入,剖析学业焦虑、青春期情绪波动与逆反行为背后的心理机制。

讲座结束后,初二学生小宇(化名)主动找到心理老师说:“如果我以后有调节不了的情绪,不会再闷在心里,我会预约心理咨询。”

这样的转变,正是活动设计者期待看到的——讲座就是要引导学生正视心理需求。

同步开张的“健康集市”别开生面。在心理测评展位,学生扫码完成焦虑自评量表,心理治疗师当场解读结果。“轻度焦虑,但别担心。你刚刚考完试,这种反应很正常。”心理专家一句“很正常”,让孩子长舒一口气。

更受追捧的是体验区。中医耳穴睡眠调理摊位前,孩子们好奇地贴上压丸;在植物拓印减压区,学生们用锤子将花瓣的汁液拓在布袋上,连续的敲击动作本身就是一种宣泄;VR(虚拟现实)

注意力训练系统前,一名专注力较弱的男生在虚拟场景中完成了10分钟挑战,兴奋地给自己点赞。

户外区域更是笑声不断。“扔掉负面情绪”沙包投掷游戏中,学生们把写着“考试焦虑”“因被同学误会而难过”的沙包用力扔进目标筐。击打“出气假人”解压工坊里,孩子们排队轮流释放情绪。

“青少年心理服务最难的不是没有专家,而是孩子不愿主动走进咨询室。”重庆市卫生健康委相关负责人表示,“我们把心理服务搬到操场上,融进游戏里,让‘求助’变成‘体验’,让‘疏解’成为‘游戏’。孩子们不觉得这是看病,而是一次有趣的探索。”

据了解,今年,重庆市计划开展超过200场校园心理健康主题活动,逐步将“健康集市”模式复制到社区和企业。



重庆市八中两江数据谷中学校学生在参加“心理健康集市”中的VR注意力训练。 特约记者李道国摄

## “云端”合力救治重症脑炎少女

□特约记者 叶利民  
通讯员 陆希成

近日,一名突发重症病毒性脑炎伴癫痫持续状态的15岁少女,在云南省迪庆藏族自治州维西傈僳族自治县人民医院接受救治。依托上海市“组团式”帮扶机制和远程会诊平台,沪滇两地专家“云端”接力研判,将其从危重病情中救回。目前,该患者已康复出院。

患者转入维西县人民医院时,持续抽搐、意识不清,伴有高热。上海市援滇医疗队内科副主任医师杨志琳、急救科副主任医师汪丽群会诊,初步判断其为急性病毒性脑炎伴癫痫持续状态,该院随即启动抗病毒、抗癫痫治疗。经过治疗,患者体温逐渐下降,抽搐频次减少,但仍存在失神小发作。

为进一步细化救治方案,援滇医疗队连线上海市宝山区中西医结合医院神经内科开展远程会诊;正在维西县人民医院交流的丽江市人民医院重

症医学科主任陈一峰也加入会诊。沪滇两地专家通过视频连线逐日跟进,随患者病情变化精细调整方案,患者抽搐最终停止,神志逐渐清醒。

治疗期间,患者家庭一度因经济困难萌生放弃念头。援滇医疗队队员反复与患者家属沟通,并联合上海市宝山区援滇维西小组、维西县人民医院干部职工自发募捐,为其筹集治疗费用。

维西县人民医院相关负责人表示,此次救治既得益于上海市“组团式”帮扶“前方扎根、后方支撑”的协作机制,也是远程会诊突破地域阻隔、提升边疆基层救治能力的一个实例。

20多年来,在沪滇协作机制下,迪庆州累计落地实施以教育、医疗为主的民生保障项目486个;上海交通大学医学院附属瑞金医院累计派出16批81名医疗队队员驰援迪庆州,迪庆州人民医院选派195人次赴上海市培训、进修挂职。“请进来、送出去”的双向交流,正不断提升雪域高原的医疗服务水平。

## 专题

□特约记者 郭睿琦 闫彩奕  
通讯员 刘梦玲

近日,“红医薪火千里传,劳动礼赞惠鹤乡”中国医科大学北京校友会医学专家义诊暨健康帮扶活动在辽宁省盘锦市举办。本次活动由盘锦市卫生健康委、中国医科大学北京校友会联合主办,盘锦市中心医院承办,旨在将优质医疗资源下沉至基层,让当地群众在家门口获得高水平的诊疗服务。

### 专家义诊送健康

“不用奔波,在家门口就有北京的专家给看病,省心又踏实。”近日,家住盘锦市的柳大妈在参加义诊后感慨不已。柳大妈长期受不明原因心动过缓的困扰,先后在多家医院进行了冠状动脉造影、动态心电图、CT等检查,却始终未能明确病因。中国医科大学北京校友会成员、首都医科大学附属北京朝阳医院心内科主任医师王红石为其细致诊

疗、梳理病史,判断心肌病可能为潜在病因,于是指导柳大妈进行专项检查,并留存了联系方式,便于后续随访跟踪。

据了解,此次义诊团队的专家来自北京医院、中国医学科学院北京协和医院、首都医科大学附属北京儿童医院等多家知名医疗机构,涵盖内分泌科、泌尿外科、儿科、心内科、肿瘤科、神经内科、风湿免疫科等专科。在诊疗过程中,专家耐心倾听患者需求,细致分析检查报告,为患者定制个体化诊疗方案。针对疑难复杂病例,专家现场拆解诊疗思路、分享前沿临床经验,凭借精湛医术与暖心服务获得群众一致好评。

中国医科大学北京校友会成立于1992年8月31日,秉承中国医科大学“政治坚定、技术优良”的校训,传承红医精神,以“为校友服务、为学校服务”为宗旨,积极发挥整合优势资源、搭建服务平台、构建桥梁纽带等作用,助力会员单位实现高质量发展。

### 查房授课“传帮带”

除了为群众义诊,专家团队还深入盘锦市中心医院各病区,以“传帮带”的形式开展查房与授课,助力医

院医疗服务能力提升。活动中,北京协和医院泌尿外科主任医师石冰冰查看术后患者恢复情况,规范手术诊疗要点及术后管理流程;北京儿童医院心脏中心主任医师袁越围绕儿童心脏疾病诊疗规范开展专题授课,拆解专业难点并现场答疑。此外,肿瘤科、神经内科等领域的专家深入病区,对疑难病例诊疗方案进行讨论,优化治疗路径。

专家结合前沿学术成果,分析患者病情、研判病情发展情况,规范诊疗操作,指导当地医务人员为复杂病例制定更加科学的诊疗方案,并围绕临床难点、典型病例处置、学科前沿动态等内容,与院内医务人员进行深度交流,分享先进诊疗理念与实操经验,帮

助当地医务人员拓宽诊疗视野、更新临床思维,提升复杂疾病规范化救治水平。

“这样的活动既能让群众就近获得优质医疗服务,免去异地求医奔波之苦,还能搭建长效帮扶平台,通过师徒结对的方式,系统提升本院医务人员的专业技术水平。”盘锦市中心医院院长鞠培新介绍。医院为本次活动提前进行了统筹部署,安排各专科主任及业务骨干对接北京专家,全程跟班学习、跟岗实操,掌握先进的诊疗技术。

此次活动进一步推动了盘锦市中心医院与北京知名医疗机构在技术帮扶、学科共建、人才培养等领域的深度合作。高水平学术交流平台

的搭建,开拓了当地医务人员的专业视野,更新了诊疗理念,为医疗服务提质升级夯实根基,注入持久活力。北京专家返程后,盘锦市中心医院医护人员严格落实诊疗意见,持续做好患者随访、康复管理及接续治疗,切实将先进的诊疗理念和技术留在当地,让群众获得优质诊疗服务。

下一步,盘锦市中心医院将依托京盘医疗协作纽带,常态化开展医疗帮扶工作,每年组织开展不少于一定次数的义诊、巡诊及学术交流,以长效协作推动科室人才培养、学科建设水平稳步提升,以优质、高效、便捷的医疗服务守护群众安康,为健康盘锦建设赋能助力。

## 红医薪火千里传 健康帮扶惠鹤乡

——中国医科大学北京校友会赴盘锦开展义诊暨健康帮扶活动侧记