

医院风景线

他们,为生活方式“把脉开方”

□本报记者 吴倩 张可心

如何找到适合自己的健康生活方式?近日,全国首个健康生活方式医学中心示范区在中国医学科学院阜外医院西院区投入使用。该中心面向健康和亚健康人群,提供个性化健康检查、生活方式指导、康复干预治疗等服务。

“心血管疾病、糖尿病等慢性病是我国公共卫生领域面临的主要挑战,约60%的慢性病发病可归因于不良生活方式。”国家心血管病中心主任、中国医学科学院阜外医院院长胡盛寿说,80%的慢性病能通过调整生活方式预防。健康生活方式医学中心搭建“零级预防”体系,就是要把健康干预提前到疾病发生之前,从而降低发病率。

示范区里,室内光线自然柔和,跑步机、椭圆机、划船机、力量器械等各类健身器材一应俱全。立在一层大厅的智能大屏格外醒目。“这是医院自主研发的智能人体运动能力评估系统,能够对人体的运动能力进行初评。”阜

外医院西院区健康管理中心康复治疗师方晴介绍,受检者站在屏幕前跟随指令完成标准化动作,设备可实时捕捉人体姿态、关节活动度、平衡能力等指标,自动生成基础评估报告,同步输出适配个人的运动建议和训练方案。

运动能力评估是示范区对生活方式进行筛查的重要手段。“中心不只查病变,还系统性评估人体机能。”胡盛寿指出,希望借此传递一种新的观念:科学的健康管理从科学评估开始。他表示,健康生活方式也应从科学评估开始,要对人体进行多维度、深层次的评价。

示范区着力构建“筛查评估—风险定位—分层干预”的全周期生活方式医学服务链条。健康生活方式医学中心常务副主任冯雪介绍,以生活方式医学为核心,示范区通过科学评估定位健康风险与功能失衡点,为不同人群开具包括运动、营养、睡眠、压力管理等在内的个性化生活方式处方。

冯雪介绍,围绕运动、营养、心理、睡眠、中西医协同、远程健康管控六大板块,示范区开设36个生活方式医学

特色项目,覆盖从儿童到老年、从健康促进到慢性病逆转、从生理修复到心理赋能的完整链条。

为示范区提供技术支撑的,是一支涵盖心内外科医生、运动处方师、注册营养师、心理医生与治疗师、康复与睡眠管理专家、中医理疗师、个案管理师的多学科团队。示范区首诊医生作为生活方式诊疗的“总规划师”,结合各类检查结果给出整体治疗建议;担任“健康管家”的个案管理师根据首诊医生的建议,全程陪同患者到营养、运动、心理等科室完成进一步评估,然后将各科建议汇总到首诊医生,最终为患者制定健康目标和可执行生活方式干预方案。同时,个案管理师会根据评估结果,为患者精准匹配所需临床资源,统筹安排其后续个性化诊疗内容,并通过定期随访、数据跟踪和行为反馈,密切跟踪改善进程,切实推动患者实现生活方式的实质性转变。

此外,示范区引进经络调理,盐疗、水疗、芳香、脑波舒缓等五感沉浸式智能疗愈系统,以及氧梯度训练、眼

息修复等特色治疗项目,依托多元化非药物干预手段,为就诊者提供温和长效的健康干预方案。

据了解,2020年,阜外医院成立国内首家健康生活方式医学中心。截至目前,该院已牵头构建面向全国、多层次的健康生活方式医学体系,并牵头成立覆盖全国20余个省份217家成员单位的健康生活方式医学联盟。

胡盛寿表示,示范区将聚焦心血管慢性病防治与全生命周期健康管理,打造“从评估开始、结构功能完整、具备超越性、全概念”的国家级健康生活方式医学中心示范样板,持续构建适配中国人群的生活方式医学技术与能力支撑体系,引领我国医疗服务理念与模式革新,推动卫生健康事业加快实现从“以疾病为中心”向“以人民健康为中心”转型。



7月29日,重庆市永川区永荣镇卫生院医务人员深入永兴社区等地,开展关爱老兵“送健康”志愿服务。图为医务人员为老兵检测血糖。 特约记者陈仕川摄

“希望之翼”艺术疗愈系列活动举行

本报讯 (特约记者原瑛 通讯员陈梦瑶)7月27日,山东省青岛市精神卫生中心儿科邀请患儿与十几位退休老人一同走进青岛市美术馆,参加“希望之翼”艺术疗愈系列项目的第14场活动。本场活动主题为“画音相映·岁月同频”。

活动中,参与者聆听古琴演奏、围坐体验敲击手碟,孩子们提笔涂鸦,老人们舒展身体,既被艺术感染,又被艺术疗愈。据介绍,今年以来,青岛市社

会心理健康公共服务中心、市精神卫生中心与市美术馆以党建共建为平台,推出“希望之翼”艺术疗愈系列项目,至今已举办14场活动,服务近400人次,初步构建起“党建引领、空间赋能、专业融合、分层覆盖”的艺术疗愈工作体系。青岛市精神卫生中心儿科追踪评估结果显示,44名参与艺术疗愈活动的患儿精力、睡眠、兴趣、情绪4项指标明显改善,其中24人重返校园,恢复正常学习生活。

长沙市口腔医院梅溪湖院区开诊

本报讯 近日,湖南省长沙市口腔医院梅溪湖院区投入使用。长沙市卫生健康委党组书记、二级巡视员刘佳勇,长沙市卫生健康委主任苏敏芳,以及多位国内口腔领域专家出席启用仪式。

据介绍,长沙市口腔医院梅溪湖院区占地约60亩,总建筑面积达146万平方米,一期开放牙椅274台、床位66张,设16个临床医技科室,着力打

造现代化区域口腔医疗中心。开诊首月,该院区将面向市民提供免费咨询诊疗服务,并针对老年人、儿童及新就业群体推出专项义诊。同时,配套举办为期一周的口腔学术会议。

据悉,依托长沙市口腔医院“一院三址”错位发展布局,该院区将重点攻坚口腔疑难重症,搭建科研教学平台,进一步推动优质口腔医疗资源下沉。(余琼)

市县新景象

吉林省吉林市——

送医疗服务到养老院

□特约记者 杨萍

“现在,养老院每周一到周五早上8点都有大医院医生来查房,不用总折腾儿女领着我跑医院了。”近日,吉林省吉林市江城养老院的金爷爷告诉记者,医生在查房时为其调整了高血压用药方案,并给出休养和饮食建议。经过医生的诊疗,金爷爷的血压渐趋平稳。

金爷爷的获益源自吉林市卫生健康委的医养结合改革——1家医院与1家养老院签约,建立疾病诊疗、双向转诊、安宁疗护、药事管理指导、专业培训等合作机制。这项工作于2025年8月开始试点,目前已有16家二级以上公立综合医院(含6家三甲医院)与29家医养结合机构签约。

今年,吉林市卫生健康委进一步健全合作机制,各医疗机构与签约机构成立联合医务室,每周一至周五按

需派驻医生。吉林市人民医院还利用互联网医院平台搭建远程医疗对接渠道,协调老人线上就诊、预约到院及院内诊疗等事宜。截至今年6月底,12家城区二级以上公立医院向签约医养结合机构派驻内科、老年科、中医科等医生764人次,提供诊疗服务2894人次、用药指导1489人次、健康咨询2990人次,协助建立健康档案559份,开展急救培训213人次。通过签约机构转诊“绿色通道”,65名老年人

获得“先诊疗后付费”服务。

吉林市卫生健康委还制定工作标准,将下沉养老机构纳入医务人员服务基层工作范围,与职称晋升挂钩。江城养老院长张寿月介绍,签约以来,养老院收住的老人从90多人增加到146人,小病不出养老院、大病快速转医院是很多老年人选择这里的原因。

针对不具备医疗资质的养老机构,今年4月,吉林市卫生健康委组织二级以上公立医院成立18支巡回医疗队,包保服务城区151家养老机构,每周开展1~2次巡诊。吉林市中心医院巡回医疗队包保8家养老院,这些养老院收住的大多数为失能老人,巡回医疗队每周固定2天派出8名医生和1名护士到包保机构提供服务,实现全覆盖。截至今年6月底,18支巡回医疗队已开展巡诊825次,参与医务人员达1757人次。

专题

1912年,四川省遂宁市中心医院的前身——博济医院开门接诊,以首日免收挂号费的善举,为百姓推开生命救治的大门。

114载薪火相传,从初创时仅有13名医务人员,发展到如今拥有3000余名职工、硕博人才汇聚的专业医疗队伍;从只拥有简陋诊室,到如今获批国家自然科学基金项目、建成多个国家级临床医学研究分中心;从一家单院区小医院,发展到如今拥有河东、德胜路两大院区,开放2000张床位的现代化医疗集团;从名不见经传,到在全国三级公立医院绩效监测中斩获A+等级,跻身全国同级医院前10%行列……医院始终坚持党建引领发展、学科夯实根基、人才驱动创新、人文温暖行医,走出了一条高质量发展之路。

薪火相传 仁心如炬

——遂宁市中心医院的百年发展之路



医院外景

党建铸魂 锚定发展航向

院党委深耕“党建+”融合发展模式,严格落实党委领导下的院长负责制,落地“双带头人”培育工程,把党的政治优势和组织优势切实转化为医院高质量发展的动能。

全院压实“一岗双责”,常态化推进清廉医院建设、纪委下沉基层督导;同步借力数字化手段搭建智慧监督平台,实现院内权力运行全程可视、风险实时预警,以严密监督护航医院稳步发展。

医院紧扣遂宁融入成渝地区双城经济圈建设大局,锚定成渝中部区域医学中心建设目标,以党建为引领,让百年红色医疗基因在新时代落地生根。

学科立院 打磨硬核技术

医院坚持专科精细化发展思路,打破科室壁垒,打造“以疾病诊疗链条为核心”的一体化诊疗体系,专科实力稳居省内第一梯队。

目前,医院拥有1个国家临床重点专科(肿瘤科),2个国家临床重点专科建设项目(急诊科、康复医学科),1个国家级中西医结合旗舰科室,3个省级区域医疗中心(呼吸内科、骨科、肿瘤科),11个省级临床重点专科,20个省级重点学(专)科,以多层次的专科体系覆盖群众全方位的诊疗需求。

高强度聚焦超声(HIFU,海扶)是医院一张特色名片。依托海扶诊疗中心,医院已累计完成保器官功能的

无创治疗超万例,帮助患者免受开刀之苦。一名患者辗转多家医院均被建议切除子宫,在遂宁市中心医院接受海扶无创治疗后,成功保留了子宫并顺利生育。在遂宁市中心医院,以海扶无创治疗守护女性生育功能的案例已超百例。

依托这项技术,医院吸引了来自48个国家和地区的171名医务人员前来参观交流,为18个国家和地区的69名医师开展专项技术培训。2023年,第五届国际微无创医学长江高峰论坛期间,来自英国、俄罗斯、南非、菲律宾等国的30名专家专程到访,实地观摩后纷纷为国产原创医疗技术点赞。

2025年8月15日,中非医院联盟在北京成立。依托海扶无创治疗技术优势,遂宁市中心医院牵头组建“中非医院联盟微无创医学联合工作组”,该院也是全国唯一牵头此项工作的地市级医院。

人才兴院 广纳贤才筑基

2003年,时任医院副院长陈拥军对青年医者许下承诺:“这里条件虽不算最优越,但能给大家提供广阔舞台,我们会全力为人才发展铺路,解决其后顾之忧。”同年,医院引进首批硕士研究生,正式迈入人才驱动发展新阶段。

多年来,医院持续实施“双百人才计划”“博济英才计划”,现已汇聚1059名硕博人才,包含137名博士、922名硕士,高层次人才规模位居四川省地市级医院前列,构建起“博士领军、硕士主体、学士补充”的完备人才梯队。

医院获评国家自然科学基金依托单位、省级博士后创新实践基地;院内生物样本库取得中国人类遗传资源保藏资质,全省仅5家医疗机构获此许可。同时,医院深度联动国内知名科研机构成渝中部分中心,在地市级医院搭建起国家级科研协作网络。

近年来,医院科研成果持续落地:累计获批2项国家自然科学基金项目、73项厅级及以上科研课题,斩获29项科技奖项,发表608篇SCI学术论文,真正实现临床诊疗和医学教研相辅相成、同步提升。

人文润院 传递医疗温度

医院以独具特色的空间设计,实现救治时间压缩,为急危重症患者抢

救争取黄金窗口。2022年,医院河东区门诊急诊大楼投入使用,新院区急诊医学科全部设置在第一层,面积近5000平方米,做到“三个门对门零距离”,即救护车与抢救室、抢救室与手术室、手术室与EICU(急诊重症监护室)门对门零距离。

医院河东区160米门诊医疗长廊串联全部诊疗科室,最大限度减少患者往返奔波;同步优化医护工作空间,打造通透的采光、舒适的休息区,让医者被温柔以待,进而更好地服务每一名患者。

温暖不止于院内,更跨越地域、下沉基层,融入每一次诊疗服务、每一场帮扶活动之中。医院积极响应中央、省、市援藏工作号召,2005年至今,先后向康定、泸定、理塘、理县等地派出上百人,10余批次的医疗骨干支援组常年驻守高原,以技术帮带、设备支援等方式开展医疗援藏工作;与贵州省松桃苗族自治县人民医院建立跨省帮扶机制,帮扶模式获贵州省卫生健康委系统推介;联动遂宁市射洪、蓬溪、大英等周边区(县)医院搭建全域医疗合作体系,通过下乡查房、学术授课、远程会诊,持续提升基层诊疗水平;牵头建成遂宁市区域医疗影像中心,实现川渝81项检验、141项检查结果互认共享。

从114年前的博济医院,到如今的区域医疗中心,遂宁市中心医院的发展历程印证了一所公立医院的价值,从来不在于高楼与设备,而在于始终把群众生命健康放在第一位。立足新发展阶段,遂宁市中心医院将持续夯实发展根基,锚定成渝中部医疗高地核心功能定位,向着“全国一流、西部先进、四川引领、国际接轨”的长远目标奋力前行。百年博济,仁心如炬,这束从涪江之畔点亮的医者微光,将持续照亮更多群众的生命健康之路。(王丽 赖海林)

图片由遂宁市中心医院提供