

相约冬奥·一起向未来

这样的速度是无数次考验练就的

□本报记者 赵星月

北京市延庆区小海坨山南麓,无暇的雪道自山顶蜿蜒而下。坐落于冰封雪盖之中的国家高山滑雪中心,承担着北京2022年冬奥会和冬残奥会高山滑雪赛事。在这里,将产生11枚金牌。

赛道之上,地势复杂,风向多变。据统计,高山滑雪项目中,运动员最高时速可达140千米,一旦受伤,伤势通常较为严重,甚至危及生命。因此,高山滑雪

被称为“勇敢者的运动”,也是救援难度最大的冬奥项目,考验着北京冬奥会高山滑雪医疗队的滑雪技术和救治技术。

国际雪联原定2月6日开赛,但由于当日风力过大、气温陡降,国际雪联最终决定将比赛延至2月7日。

赛前,医疗队医疗官梁学亚,副医疗官袁强、郭祁、韦祎对医护人员进行动员:“2月7日赛事增加,医疗保障压力必将翻倍,拿出我们的果敢,展现出我们的能力!”

2月7日6时,晨曦微露,高山滑雪医疗队整装待发。7时,队员们到达指定地点,20个比赛场地医疗站分

别位于竞速、竞技赛道和训练道两旁,对讲机密集传出医疗官的指令。

12时,在男子滑降比赛中,一名运动员以超130千米的时速飞驰,但不幸失误摔倒,冲出赛道触网。接到救援指令后,北京积水潭医院创伤骨科孙旭副主任医师背负约15公斤重的急救包,脚踏滑雪板,急速滑行,仅用两分钟就到达现场。赛时事故的黄金救援时间为4分钟,孙旭为救援争取到两分钟。孙旭即检查运动员伤情,为其止痛并给予左肩和左前臂软性甲板固定。5分钟后,受伤运动员被转运至竞速运动员医疗站,北京积水潭医院运动医学科李旭副主任医师

进一步检查和处置伤情。随后,救护车将受伤运动员转运至延庆冬奥医疗保障中心接受救治。

考验接连不断。16时许,在女子竞技超大回转比赛中,一名运动员在接近终点线时摔倒、翻滚,郭祁凭借娴熟的滑雪技巧,仅用1分钟就穿过终点区赶到事故现场。雪道上,医疗队员给予受伤运动员止痛、下肢夹板固定,并迅速将其转运至竞技运动员医疗站。随后,北京积水潭医院创伤骨科李宇能副主任医师接诊,检查伤口、包扎止血,并用英语向队医交代病情。

“这样的救治速度,是历经无数次

考验才得以练就的。”正如梁学亚所说,赛道上,队员们所能依靠的交通工具就是滑雪板,这就要求他们把滑雪练到像平时走路一样自如。

“对滑雪医生的技术要求有两条。”孙旭说,首先要保证自己的安全,不能自己摔倒,累及他人;其次要路线精准,运动员自上而下一滑到底,而滑雪医生都是中途出发,需要停驻在运动员摔伤的指定地点,而此处往往险峻,与休闲滑雪截然不同。“即便是有多年雪龄的医生,也要经受专业而严格的训练。”

山西划出全民健身行动重点

本报讯 特约记者刘翔近日从山西省体育局了解到,该省2022年全民健身行动专项重点工作是要构建更高层次的全民健身设施,广泛开展全民健身赛事活动,激发体育社会组织活力,推进体医融合发展。

据了解,今年该省将新建或改扩建10个以上体育公园,补齐一批乡镇全民健身场地器材,建设20个以上社区全民健身中心,继续建设汾河自行车健身长廊;做好国家扶持的全民健身中心、公共体育场馆、健身步道、足球场、户外运动设施等中央预算内投资项目的立项申报与建设工作;开展公共体育场馆开放服务提升行动,提高全民健身设施智能化服务水平。

此外,该省将广泛开展全民健身赛事活动,加大政府购买体育社会组织服务力度,引导体育社会组织参与和承接政府购买的全民健身公共服务。依托县、市、区三级健康体育局职能优势,推动体卫融合服务机构向基层覆盖延伸。

甘肃兰州出台急救救助制度

本报讯 (记者王耀 林丽)近日,甘肃省兰州市卫生健康委、公安局、民政局、财政局、人社局、医保局6部门联合印发《兰州市疾病急救救助制度实施细则》,对疾病急救救助对象及身份认定、基金申报、审批、支付流程,救助费用及标准,经办机构设置等内容作出明确规定。其中,兰州市各级医疗机构均承担疾病急救救助职责,必须及时、有效地对身份不明和无力支付的患者实施紧急救治。

《实施细则》规定,对身份不明确或无力支付的患者所拖欠的急救费用,按照规定由责任人、工伤保险和基本医疗保险、公共卫生经费、医疗救助、道路交通事故社会救助等已有渠道支付,对无支付渠道或通过已有渠道支付后费用仍有缺口的,由疾病急救救助基金予以补助。对于度过急救期、病情平稳后,仍需住院治疗患者的医疗费用,根据其身份认定情况,由医疗机构协助患者向其他相应保障渠道申请救助。

《实施细则》还提出了对精神分裂症、偏执性精神病、双相障碍、分裂情感性精神病、癫痫所致精神障碍、精神发育迟滞伴精神障碍、肇事肇祸危险性评估3级以上的7类严重精神疾病患者的救助。

广东佛山破解就医停车难题

本报讯 (通讯员佛卫宣 特约记者朱琳)近日,“佛山卫生健康”移动综合服务平台推出求医问诊“停车服务”。广东佛山市民前往医院就诊前,可通过“佛山卫生健康”微信服务号实时查询附近各家医院的停车实况,综合选择目标医院,或有针对性改变出行方式。

据悉,佛山市卫生健康局将破解就医停车难题作为扎实开展党史学习教育“我为群众办实事”活动的具体实践,基于“佛山卫生健康”移动综合服务平台推出求医问诊“停车服务”,在首批8家大型医院共10个停车场试点上线“停车服务”应用功能,市民可实时查询相关医院的总停车位及剩余车位。

在冰雪运动热潮中提防受伤

本报讯 (记者高艳坤)随着北京冬奥会的举行,冰雪运动掀起热潮。在近日召开的国务院联防联控机制新闻发布会上,北京儿童医院急诊科主任王荃表示,适宜的冰雪运动对孩子有很多好处,可以增强孩子御寒能力,锻炼心肺功能,提升肢体协调能力,促进生长发育等。但是在寒冷环境中,身体处于收缩保护状态,灵活性降低,肌肉拉伤、韧带关节损伤运动风险也会增加。因此,在冰雪运动中要特别注意保护孩子不要受伤。

王荃提示,要给孩子选择正规的场地进行冰雪运动,不要滑野冰。要选择合适且正规的冰雪运动着装和运动器材,并按要求穿戴。要客观评估孩子的运动能力和运动水平,给孩子选择适合

年龄、身高和体重以及身体状况的冰雪运动,最好在专业教练的指导下进行练习。在户外冰雪运动前,应该关注天气状况,大雪、强风、气温过低、雾霾或者能见度较差时不适合户外运动。运动前做好充分热身,让肌肉和关节都达到很好的机能状态再开始正式运动。在运动中注意补充水分,防止冻伤。休息时或运动结束后,要及时给孩子添加衣物,以免失温。

王荃强调,如果孩子运动时受伤了,一定要及时呼救,同时家长可以先做一些简单自救。如果出现了局部出血,可以按压止血;出现扭伤,可以把患肢抬高、制动,局部冰敷,不要揉搓患处,以免加重肿胀;如果出现关节脱臼,在转运前一定要把受伤的关节固定好之后再转运;如果出现骨折,一定不要随意搬动孩子,做好固定之后再搬动孩子。



剪纸助力冬奥

2月13日,浙江省湖州市长兴县李家巷镇中心幼儿园的老师们创作“冰墩墩”剪纸作品,用非物质文化遗产献礼冬奥会。

许斌华摄

□新华社记者 姬烨 马向菲 李春宇 董意行

北京冬奥会如何进行兴奋剂检查

9日深夜,北京冬奥会官方信息系统消息,国际检查机构发布报告称,一名伊朗男子高山滑雪运动员兴奋剂检测结果异常。这是北京冬奥会开赛以来公布的首例兴奋剂检测结果异常案例。

近日,在新华社北京冬奥会前方报道中心演播室,当今世界反兴奋剂机构的最高领导层——主席托尔·班卡、副主席杨扬和总干事奥利维尔·尼格利一起接受了新华社记者专访。

谈冬奥:干血点检测首次成为常规检测手段

谈及北京冬奥会兴奋剂检查的特点,尼格利介绍,第一,无论检查数量还是参与的全球检查机构数量,北京冬奥会的赛前检查是历届冬奥会规模最大的。

第二,赛中兴奋剂检查方式包括血检、尿检,同时干血点检测也首次成为常规手段。该技

术是取运动员一滴血放在试纸上以测试是否含有违禁物质。这种方法对运动员损伤极小,血液在试纸上迅速变干,很好地保存了一些不稳定的违禁物质。此外,这项技术所使用的器材较传统方法更经济,容易保存也便于运输。

对此,班卡说,干血点技术经过东京奥运会试验之后,在北京冬奥会正式成为常规检测手段之一。“干血点是兴奋剂中振奋人心的技术发展。与传统形式相比,它具有采集更便捷、运输和储存更方便等优势,这让它成为已有的样本收集方法的强有力补充。”

据了解,中国反兴奋剂中心是这项技术的发起方之一,从2019年开始与国际奥委会、世界反兴奋剂机构、国际检查机构、美国反兴奋剂中心等共同进行研发等工作。北京冬奥会中使用的干血点检测器材也是中心与浙

江大学、国药集团和浙江奥泰等单位合作研制的。“中国是我们研发这一技术的小组成员之一,各方共同努力研发来确保新技术得以实施。我相信这种(检测)方式将为未来的反兴奋剂工作带来颠覆性变革。”班卡说。

谈疫情:兴奋剂检查维持正常水平

疫情之下,世界各地旅行受限,而这对兴奋剂检查造成了影响。不过,班卡表示,经过各方努力,2021年的兴奋剂检查维持了正常水平。他举例,在去年最后一季度,尽管全球遭遇奥密克戎疫情,但每月收集的兴奋剂检查样本仍超过2.4万件,而2021年赛外兴奋剂检查也比2019年的整体数量高很多。

“在北京冬奥会之前,世界反兴奋

剂机构敦促所有反兴奋剂机构对参加北京冬奥会的运动员进行赛前检测,也告知相关机构,国际奥委会和国际检查机构将依旧免费提供奥运赛前检测样本的长期存储服务,该举措是为了在将来科技进步之后,对样本进行进一步分析。”班卡说。

在他看来,即便遭遇了疫情挑战,兴奋剂检查工作从未止步。他开玩笑说,“反兴奋剂从来不曾睡觉”。杨扬也强调,“我们所做的,是努力保护体育运动的纯洁,这是体育和奥运的未来。”

谈未来:开启反兴奋剂新时代

展望未来,班卡认为如今的世界反兴奋剂机构与六七年前已经完全不同了,他和团队一起多措并举,

完善反兴奋剂体系。“除了杨扬提到的教育,我们还与有关机构加强合作,比如我们与欧洲刑警组织和国际刑警组织都签订了谅解备忘录,这将帮助我们搜集相关情报。”班卡说。

随着兴奋剂“入刑”,中国治理兴奋剂的法律规范愈加完善。对此,班卡非常赞赏,他说:“只有通过各国政府的良好合作,我们才能加强反兴奋剂工作。我知道中国政府和负责反兴奋剂的相关部门在反兴奋剂工作中发挥着至关重要的作用,这一点非常重要。”

班卡专门提到了世界反兴奋剂机构2020—2024年发展规划,其中的标题就是“领导反兴奋剂进入新时代”。“我想这不仅是一个标题,还是我们全力以赴的目标。”他说。

《大众健康》杂志与您一起呵护家人健康

大众健康 WELL-BEING

健康年味

千禧 编辑“健康年味” 容易忽视的“糖尿病陷阱” 中成药说明书里的八个秘密 喝酒会伤肝 伤肺伤肝 总头晕 多按摩这些穴位

2022年《大众健康》杂志订阅中

2022年02期杂志 目录精选

共同关注 哪些甜食才是年味“绝绝子” 酸,一半烟火,一半清欢 宜苦丝甜过好年 辣么爱你,为什么 时间揉碎盐,思念化成成 进阶年味,“鲜”才够味

求真证伪 安检对身体有没有伤害

科普新势力 喝酒脸红,是真的会喝酒?

中医养生 喝酒会伤肝 伤肺伤肝 总头晕 多按摩这些穴位

国际前沿 寻找大自然馈赠的抗肿瘤药物

求医向导 容易忽视的“糖尿病陷阱” 氧疗,助慢阻肺患者平稳过冬 看完这篇,你还敢憋尿吗 痛风急性发作,冷敷还是热敷

百姓药房 中成药说明书里的八个秘密 儿童感冒打点滴真能好得快?

妈咪宝贝 弱视经典三连问 哪些妈妈可能生出溶血症宝宝 语迟,是贵人之兆吗

心理月刊 放下烦恼与恼,优雅地变老 “摩擦力”帮你戒掉坏习惯

每月杂谈 睾酮多,意味着更好? 性学内参 无性生活太久,会憋出大问题

扫描二维码

沈阳人均预期寿命要达81.29岁

本报讯 (记者邹欣芮 郭睿琦)日前,辽宁省沈阳市卫生健康委发布《沈阳市“十四五”卫生健康事业发展规划》。《规划》在健康水平再度提升、公共卫生体系越发强大、医药改革更加深入、医疗质量持续提升、中医药事业创新发展、人口老龄化积极应对、治理水平不断提高7个方面提出了发展目标。到“十四五”末,沈阳将建设成为全国公共卫生体系最健全、公共卫生最安全的城市之一,人均预期寿命达到或者超过81.29岁。

在防控重大疾病方面,《规划》提出,实现“三高”(高血压、高血糖、高血脂)共管,强化脑卒中、胸痛诊疗相关院前急救设施配备,推进完善并发布卒中、胸痛“急救地图”;建设医院急诊胸痛中心、胸痛绿色通道,实现院前急救与院内急诊的互联互通和有效衔接,提高救治效率;依托沈阳区