

河南省2026年居民健康素养监测培训班举办 我市在开班仪式上作典型发言

4月3日,河南省2026年居民健康素养监测培训班在郑州举办,省卫生健康委、省疾控局、省疾控中心相关领导出席。全省各地市200余名相关工作人员参会。我市受邀作为先进典型在开班仪式上作经验交流。市疾控中心主任刘瑜围绕居民健康素养监测工作创新实践与成效所作的发言得到与会人员的高度认可。

刘瑜系统总结了2025年居民健康素养监测工作亮点,确立以疾控专业人员为调查主力军的工作模式,构建起高效规范、运转有序的监测工作体系。工作推进中,我市坚持高位统筹、协同发力,建立“卫生健康统筹、疾控主导”工作格局,抽调全市疾控骨干力量组建专职调查队伍,层层压实工作责任,严格落实日报制度,保障监测工作平稳有序推进。坚持专业赋能强基,采取分层分类培训模式,

邀请省级专家专题授课,同步开展实操演练与技能考核,全面提升调查队伍专业素养。创新“疾控骨干+基层力量”协同机制,各级疾控领导带头入户走访,有效破解入户难、群众配合度不高等现实难题。严守数据质量底线,建立三级质量控制体系,对监测全过程从严把关,确保数据真实、准确、完整,高质量完成年度监测任务,监测工作质效持续提升。

此次作为先进典型在全省培训班上作交流发言,充分彰显了我市居民健康素养监测工作的扎实举措与显著成效。下一步,我市将以此次培训为新起点,持续深化“疾控主力、专业赋能”工作模式,补齐薄弱环节,健全长效监测机制,不断推动居民健康素养监测工作向专业化、规范化、精细化迈进,为全省居民健康素养监测工作高质量发展贡献漯河力量。张丽萍

近日,中国中医药研究促进会内分泌学分会换届大会暨2026纯中医逆转糖尿病学术研讨会在重庆召开。市中医院糖尿病逆转管理中心的刘革命、牛喜平、李佳作为医院代表受邀参会,与全国中医内分泌领域专家共探纯中医逆转糖尿病发展路径。

中国中医药研究促进会内分泌学分会换届 市中医院代表参会

下一步,该中心将吸收借鉴会议学术成果和专家建议,持续优化管理与诊疗服务,深耕纯中医逆转糖尿病领域,提升学科建设水平,为漯河及周边糖尿病患者提供更高品质的中医诊疗服务,助力区域中医内分泌学科高质量发展。

郭鑫珂

本次会议由业内知名专家,围绕纯中医逆转糖尿病病理理论、临床研究等内容开展专题研讨,同时完成内分泌学分会换届。会议期间,我市代表与参会专家深入交流,详细介绍

郭鑫珂

危急时刻显身手 抢救生命践初心

市心血管病医院(市六院)

3月31日中午12时30分,市心血管病医院(市六院)心内二病区一名中年男性患者在进餐时突然四肢抽搐、牙关紧闭,随即丧失意识。这是一名急性冠脉综合征(一种严重的心脏缺血性疾病)患者。病情万分紧急,患者生命危在旦夕。

值班护士发现患者异常后,立即向医护人员呼救。接到呼救,整个团队瞬间进入应急状态,一场与死神的赛跑立即展开。

抢救现场分工明确、环环相扣:医生迅速在患者上下齿之间放置牙垫,防

止舌咬伤。一名护士为患者测量生命体征并实时记录;另一名护士快速建立静脉通路,按照医嘱精准给予急救药物。还有医生全程守护在患者身旁,密切观察患者意识和病情变化……

由于医护人员配合默契,仅用了几分钟便化险为夷。看到患者抽搐逐渐停止、意识慢慢恢复、生命体征趋于平稳且未出现其他并发症,大家紧绷的神经才松了下来。随后,医护人员又为这名患者作了头颅CT检查,排除其他潜在风险。

谢雨君

市中心医院

近日,市中心医院产科二病区接诊一名患妊娠期子宫极度右旋孕妇。该病例十分罕见。情况紧急,医护人员果断制订治疗方案,最终成功救下母婴。

据介绍,该产妇因妊娠高血压合并子痫前期,且胎位为臀位,不具备自然分娩条件,遂行剖宫产术。然而术中打开腹腔后,医生发现子宫严重向右旋转,下段前壁被完全遮挡,无法按常规方式暴露和切开。

“这种情况在临床上称为‘子宫极度右旋’或‘子宫扭转’,是一种罕见

的妊娠并发症,发生率约为千分之一至六分之一,常与盆腔粘连、胎位异常、多胎妊娠、子宫畸形等因素有关。”该院产科二病区主任王锋介绍,正常情况下,妊娠晚期约80%的子宫会有轻度右旋,但旋转角度超过45度即属病理性,可能压迫血管影响胎盘供血,危及胎儿安全。面对紧急情况,该院产科二病区医疗团队迅速作出评估,并制订出可行的救治方案进行手术。手术进行顺利,母婴得到救治。

刘彩霞

市三院(市妇幼保健院) 优质医疗服务获称赞

近日,市三院(市妇幼保健院)接连收到政协漯河市委办公室、市信访工作联席会议办公室发来的感谢信,感谢医护人员在重大政务保障、信访医疗服务工作中的出色表现。

在市政协八届四次会议医疗保障工作中,该院医护人员以高度的政治站位和精湛的业务能力高效完成大会交办的各项保障任务,与兄弟单位密切配合,赢得各级领导、政协委员及全体与会人员的一致认可。

在信访医疗驻点服务工作中,该院始终坚守人民至上、生命至上的服务理念,主动将医疗服务延伸至信访工作一线,每周选派骨干医护人员进

驻信访接待大厅。两年来,以荆爱霞医生为代表的驻点医护人员风雨无阻、坚守岗位;门诊部护理团队无缝衔接、全程值守,快速处置各类突发健康状况,及时化解医疗安全隐患,以专业的医疗素养和细致的贴心服务,守护信访接待大厅秩序平稳、安全有序。

这些感谢信是对该院医疗服务工作的高度认可与莫大激励。下一步,该院将以此为契机,持续深化与各部门的协作联动,不断提升医疗服务能力与技术水平,在重大政务保障、公共医疗服务延伸等领域主动担当、积极作为,切实维护群众健康权益,为促进社会和谐稳定贡献更多医疗力量。

郭娇娟

多国花粉季 如何防过敏

■新华社记者 李变

春季到来,弥漫在空气中的花粉让不少人“痛哭流涕”,北半球多国拉响花粉过敏警报。防治花粉过敏,国际机构和专家都有什么建议?

世界变态反应组织指出,全球约30%的人口受过敏性疾病困扰。据美国克利夫兰医学中心的数据,美国大约有2000万人存在因花粉而出现季节性过敏的问题。欧洲气候与健康观察组织发布的数据显示,花粉过敏在欧洲人群中的患病率估计为40%。

中国首都医科大学附属复兴医院眼科主治医师陈小丽说,花粉过敏的症状多种多样,主要影响呼吸道和眼结膜,也可波及皮肤和其他器官。双眼过敏会出现明显痒感、红肿、流泪、异物感等症状,严重时影响视力。鼻痒、打喷嚏、流鼻涕是常见症状,严重时可能发展为哮喘。少数严重的花粉过敏患者可能出现全身症状,如乏力、头晕、头痛、发热甚至过敏性休克等。

美国北卡罗来纳大学副教授克里斯蒂娜·德梅森日前在美国耳鼻喉过敏学会官网上发文建议:过敏人群在花粉浓度较高时,即上午晚些时候至下午限制户外活动;如果在户外活动,戴口罩也有助于减少花粉接触;紧闭门窗不仅可以减少室内花粉数量,还可以减轻人们眼部和鼻部等过敏症状;接触花粉后,淋浴和换掉户外穿的衣服也可以减轻过敏症

花粉过敏的症状多种多样,主要影响呼吸道和眼结膜,也可波及皮肤和其他器官



警惕花粉过敏。

新华社发 程硕作

状。除改变生活方式外,还可以通过药物应对过敏。克利夫兰医学中心表示,应对花粉过敏的方式包括服用药物、注射脱敏

针等。其中,脱敏针的作用原理是逐渐改变免疫系统对过敏原的反应。医生可为过敏患者注射一系列含有花粉的脱敏针,并逐渐增加注射的花粉量,从而增强患者对

花粉的耐受性。

美国过敏学、哮喘和免疫学学会建议,过敏风险较高者可在花粉季节之前就开始服用相关药物。例如,西替利嗪或氯雷他定等抗组胺药可发挥缓解过敏症状的作用,氟替卡松等鼻喷雾剂可减少鼻腔炎症。

陈小丽介绍,为防治过敏,国际上相关机构还推荐了一些药物。例如,2025年,英国国家卫生与保健标准研究所推荐,用舌下片Acarizax可防治尘螨过敏,用舌下片Itulazax可防治桦树花粉过敏。

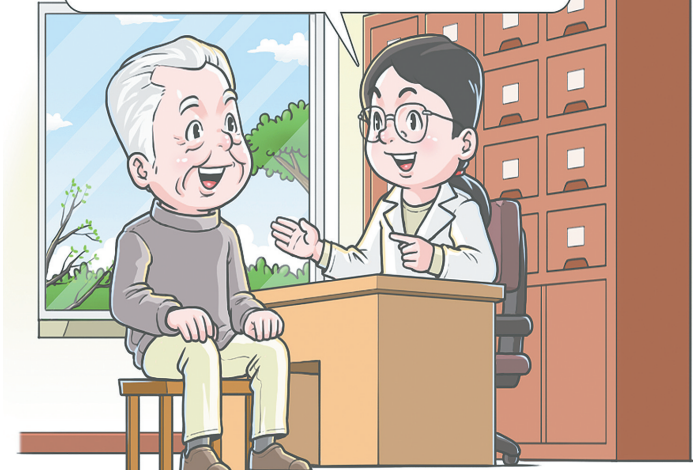
近来,对花粉过敏的人逐渐增加,可能与气候变化的影响有关。美国疾病控制和预防中心指出,气候变化可能导致降水变化、霜冻天数减少、气温升高等。这些变化会影响花粉季节的开始、结束时间,以及植物产生的花粉量、空气中的花粉量、花粉的致敏性等,从而影响人们接触花粉及花粉过敏的风险程度。

欧洲气候与健康观察组织发布的研究显示,在大多数欧洲人居住的城市地区,城市热岛效应加剧了高温,导致花粉季节提前开始。城市环境中长期高水平的二氧化氮与不少物种,比如桦树花粉的致敏性增强有关。臭氧也会起到推波助澜的作用。该组织指出,通过精心选择树种在城市内外建立低过敏性绿地,可以降低花粉过敏的患病率。德梅森也建议,种植由昆虫授粉的植物而非风媒授粉的植物可以减少花粉数量。

据新华社

漫说新闻

清明养生的核心原则在于:调肝、运脾、养阳以安内;行气、避风、化湿以攘外



清明是二十四节气中的第五个节气。在中医看来,这一时节是调气机、养护脾胃的黄金期。养生的核心原则在于调肝、运脾、养阳以安内,行气、避风、化湿以攘外。

新华社发 程硕作

健康课堂

如何保护心脏健康



资料图片

近期,心源性猝死引发人们关注。心源性猝死是什么?它与心梗有何区别?如何识别和预防心源性猝死?

首都医科大学附属北京安贞医院健康

管理中心主任、心内科主任医师胡荣介绍,心源性猝死和急性心肌梗死关系密切但概念不同。心源性猝死是由所有和心血管相关原因导致的猝死,而急性心肌梗死是导致心源性猝死的原因之一。

心梗是心脏的冠状动脉堵塞了,而心源性猝死是各种原因导致的心脏“停了”。冠状动脉像一棵大树,有主干和分支。如果堵塞发生在主干位置,心脏的大片区域失去供血,极易发生心源性猝死;如果堵塞在较细的分支末端,虽然也是心梗,但抢救成功率较高。

为什么有些年轻人能跑能跳并且体检也没发现严重问题却突然倒下?

胡荣分析,老年人的血管狭窄通常是长期慢性病变,身体可逐渐建立侧支循环进行代偿。而年轻人的血管内壁可能只有轻斑斑块,平时并无明显症状,但若加上“三高”指标控制不佳,在长期熬夜、吸烟、过度劳累等诱因作用下,这些不稳定斑块可能会突然破裂,迅速形成血栓堵塞血管。由于缺少侧支循环的代偿,一旦发生,往往就是大面积心梗,心源性猝死风险极高。

心脏在“罢工”之前往往会发出胸闷、心慌甚至后背撕裂样疼痛等预警信号。在关注预警信号的同时,更重要的是建立心脏的“健康底账”:血压理想状态

是控制在高压120毫米汞柱、低压80毫米汞柱以下;健康人群的低密度脂蛋白胆固醇建议低于每升2.6毫摩尔;血糖保持在正常范围;身体质量指数(BMI)控制在24以下;尽量在晚上11点前入睡,保证规律作息。

跑步时突发心源性猝死的事件时有发生,运动时要注意哪些事项?北京大学第三医院心血管内科主任医师徐顺霖认为,跑步时猝死,死者大概率有潜在的心脏病。常规静态心电图仅能捕捉检查瞬间的心电活动,难以发现隐匿问题。因此,要做24小时或更久的动态心电图,以及心肺功能运动试验、心脏超声等,才能筛查出隐匿性心脏病。

“并非运动越多身体越好。从心脏运动、心脏病的角度来看,运动过量可能会造成心肌劳损、动脉硬化等。尤其是45岁以上的人群如果运动过量,更易造成动脉硬化,或者产生动脉斑块,增加猝死风险。”徐顺霖说。

胡荣建议,运动前要做好安全评估。身体极度疲劳时不要去挑战高强度器械训练或长跑。此时心脏处于应激状态,心率运动会直接增加心源性猝死风险。

如果遇到身边人突然倒地、意识丧失,怎么办?

首先要判断患者状态。如果患者无反应、无呼吸、无脉搏,应立即启动急救,指定周围一人拨打120,并迅速寻找附近的自动体外除颤器(AED)。同时让患者平卧,头歪向一侧,确保其嘴里没有异物,进行心肺复苏。当AED到达现场后立即开机,按照语音提示操作。持续进行心肺复苏和AED分析,直至患者恢复自主呼吸和心跳,或专业救援人员到达现场。

关于急救药物,胡荣介绍,硝酸甘油仅适用于明确的心绞痛发作,舌下含服可缓解症状,但对其他心脏病患者含服药物意义不大;速效救心丸有芳香开窍的作用,但对于心梗或室颤患者,其救治意义有限;阿司匹林对明确的冠心病有用,但对心源性猝死急救没有帮助。在“黄金4分钟”内及时进行心肺复苏和除颤才是救命关键。

对于有“三高”或者心血管病家族史的人群,建议定期体检。须重点关注基础指标(血压、血糖、血脂四项、电解质)、心电图(静息心电图,排查心律失常、心肌缺血等)和心脏结构功能(心脏彩超,评估心室壁厚度、心功能、瓣膜情况,筛查心肌病等)。发现异常应优先就诊心血管内科,遵医嘱进行进一步检查。

据《人民日报》



干细胞治疗后“细胞可穿过血脑屏障或通过分泌活性因子远程调节大脑微环境”“患儿可减少刻板行为、改善脑区连接、缓解焦虑情绪、增强主动社交意愿”……

4月2日是世界强化孤独症意识日。针对社会机构宣传的此类干细胞治疗孤独症方法,记者采访了权威专家。多位专家表示,干细胞治疗孤独症目前在全球范围仍处于研究阶段,争议极大,尚无明确临床证据支持其安全性和有效性。国内外权威医学指南均不推荐将干细胞治疗作为孤独症的常规临床干预手段,我国尚未批准任何用于孤独症治疗的干细胞疗法。

专家提醒,孤独症的核心应对方式当前仍以行为干预、康复训练等科学方法。一些正规医院也在推广照顾者技能培训,发展由亲属进行的家庭干预。

新华社发 朱慧卿 作