

# 筑牢健康服务体系 护航群众幸福生活

——积石山县6.2级地震卫生健康项目灾后恢复重建如期完成

临夏融媒记者 马进忠

维修加固、11个恢复重建及10个安置区配套项目,总投资30842.54万元。

为确保项目高效推进,各级政府成立专项工作组,统筹协调资源调度与进度监管,从立项到施工,各环节实施“清单式”管理,倒排工期、挂图作战,在严保质量的前提下全力提速,为项目如期竣工奠定了坚实基础。

## 精准施策“强基补链” 从核心医院到村卫生室全升级

如今,走进积石山县中西医结合医院,门诊楼电子屏滚动着专家坐诊信息,中医康复科的理疗设备有序运转——这座震中核心医疗枢纽,正是重建提质效的标杆。

积石山县中西医结合医院灾后恢复重建及维修加固提升改造项目总投资8197万元,通过新建门诊医技楼、中医康复楼及附属设施,对住院部、宿舍楼等现有建筑维修加固,显著提升了医院的接诊能力和服务水平。项目于2024年6月27日动工,维修加固部分

仅用1个月完成并于8月11日投入使用;重建主体工程于2024年11月底基本完工。

“以前做CT得跑临夏或县城,现在咱医院的设备跟州县一样好,省路费、报销比例高,看病方便多了!”刚做完康复治疗的大墩村村民马全武笑着说道。

基层医疗网点重建同样成效显著。6家受损严重的乡镇卫生院和13所村卫生室获得重点支持。北京韩红慈善基金会投入5500余万元,助力其修复设施、添置设备,迅速恢复诊疗功能。同时,安置点配套新建的5个社区卫生服务站、8个村卫生室和1个异地新建乡镇卫生院陆续投用,构建起“县级医院—乡镇卫生院—村卫生室”三级联动转诊体系,让群众在家门口就能享受便捷医疗服务。

## 多方聚力“造血赋能” 让优质医疗“扎根下根”

重建过程中,社会各界的鼎力相

助为提升积石山县医疗能力注入了强劲动能。依托东西部协作“组团式”帮扶等机制,积石山县累计引进医疗帮扶专家243名。他们不仅参与日常诊疗,更通过技术培训、病例研讨等方式,有力带动了本地医务人员专业水平的提升。新技术、新业务的引进应用,显著提高了当地医院的诊疗救治能力。

如今漫步积石山县,崭新的医疗建筑拔地而起,先进的设备高效运转,专业的医护随时待命,“县级医院牵头、乡镇卫生院枢纽、村卫生室兜底”的三级网络已然成形。

“重建不仅是复原,更是升级的契机。”该县卫健局负责人指着崭新的医疗建筑群说,“这些亮着灯的诊室,就是乡亲们心里最踏实的光。”

从帐篷诊所到智慧医院,从应急救治到体系重塑,积石山用如期完成的卫健重建答卷,不仅让当地医疗卫生服务体系重焕生机,更以更高标准筑牢了守护群众健康的防线,让健康中国的承诺深深扎根于积石大地。

# 健康临夏

共建共享 全民健康

临夏州融媒体中心 临夏州卫生健康委 合办

临夏州融媒体中心 临夏州卫生健康委 合办

# 州医院在省院感防控知识和技能竞赛中获佳绩

本报讯 (临夏融媒记者 马进忠)日前,由甘肃省卫生健康委员会、省疾病预防控制局、省中医药管理局联合主办,甘肃省第二人民医院、省人民医院、省医院感染管理质控中心共同承办的“2025年甘肃省院感防控知识和技能竞赛”省级决赛在兰州圆满落幕。州人民医院公共卫生管理科组建的参赛团队凭借扎实的理论功底和出色的技能操作,荣获市州队团体一等奖,马明艳医师荣获个人一等奖。

此次竞赛获奖,不仅是对州人民医院感防控工作的肯定,更为医院后续工作注入了强劲动力。该院公共卫生管理科将以此为契机,进一步强化全员院感防控意识,持续夯实防控基础、提升防控能力,用实际行动践行“人人都是感控实践者”的理念,为保障患者与医护人员生命安全,推动医院高质量发展保驾护航。

# 省血液安全技术核查工作专家组到州中心血站开展专项核查

本报讯 (临夏融媒记者 马进忠)近日,甘肃省血液安全技术核查工作专家组一行4人到临夏州中心血站,开展血液安全技术核查工作。

核查期间,专家组严格依据《血站管理办法》《血站质量管理规范》《血站技术操作规程(2019版)》等法规标准,深入各业务科室,通过听取汇报、查阅资料、现场检查和人员访谈等形式,对献血服务、实验室管理、血液制备、医疗服务、信息管理、队伍建设、文档记录、生物安全、设备与物料控制、业务流程及人员培训等方面,进行全面、系统、细致的核查与指导。

# 州中医院举办“世界精神卫生日”系列宣传义诊活动

本报讯 (临夏融媒记者 马进忠)10月10日是第34个“世界精神卫生日”,围绕“人人享有心理健康服务”的主题号召,州中医院精神卫生中心于9月下旬至10月上旬,精心策划并组织开展了形式多样、内容丰富的系列宣传与义诊活动。

活动期间,医院积极推动心理健康服务下沉,重点深入校园与社区。精神卫生中心专业团队先后走进临夏中学、临夏现代职业学院及临夏县韩集初级中学,为600多名学生举办了多场针对青少年常见心理问题的专题讲

# 州妇幼保健院规范临床用血保障母婴安全

本报讯 (临夏融媒记者 马进忠)为强化产科危急重症救治能力,规范临床用血流程,保障母婴安全,近日,临夏州妇幼保健院开展临床用血安全专题培训会。

培训特邀甘肃省妇幼保健院(甘肃省中心医院)张红红主任担任主讲,培训内容涵盖产后出血需要关注低血容量休克、早期识别、限制性液体复苏与允许性低血压等规范用血全流

程管理等方面。张红红结合临床案例,深入阐释产后出血引发低血容量性休克的病理生理机制,强调应动态监测心率、血压、尿量及乳酸值等关键指标,建

# 广河县开展基层医疗机构检验质量指导工作

本报讯 (临夏融媒记者 马进忠)近日,广河县卫健局、广河县县域检验质量控制中心组织开展全县基层医疗机构检验检测实验室专项指导工作,对全县12家基层医疗机构实验室进行现场技术帮扶与质量管控。

专家团队以“规范执业行为、强化质量监管、保障生物安全”为核心,通过现场巡查、资料核查、技术交流等方式,重点围绕人员资质管理、设备维护保养、试剂耗材规范使用、实验室环境条件优化

# 秋冬季骨伤科疾病如何预防?

临夏融媒记者 马进忠

进入秋冬季,寒冷的天气给人们的骨关节健康带来了挑战,尤其是中老年人和关节疾病患者,更易受到低温影响。低温会导致肌肉收缩、关节僵硬、血液循环不畅,关节磨损加剧,增加各类骨科疾病的发病风险,如关节炎、腰腿痛、颈椎病等。同时,路面湿滑也增加了跌倒骨折的风险,常见的腕部、髋部、腰部等部位的骨折发生率明显上升。

秋冬季骨伤科疾病高发的诱因有哪些?秋冬季骨伤科疾病的注意事项有哪些?我们该如何预防?近日,记者就这些大家关心的问题,专访了临夏州中医医院骨科专家、骨伤科主任、主任医师张卫东。

张卫东介绍,秋冬季骨伤科疾病高发的诱因主要有以下几点。其一,低温环境会导致人体血管收缩,尤其是四肢末端及关节部位的血液循环速度减缓,关节滑液分泌减少,软骨间的润滑度下降,进而增加关节摩擦损伤风险,诱发或加重骨关节炎、类风湿关节炎等疾病。其二,冬季光照时间缩短,人体皮肤合成维生素D的效率降低,而维生素D是促进钙吸收、维持骨骼密度的关键营养素,缺乏会导致骨质强度下降,增加骨质疏松及骨折概率。其三,冬季衣物厚重导致行动灵活性降低,雨雪天气路面湿滑易引发跌倒,使得骨折(尤其是髋部、腕部、脊柱骨折)成为冬季高发骨科损伤类型。

针对秋冬季骨伤科疾病,张卫东提出几点注意事项:1.注意保暖。寒冷会使肌肉收缩,关节血液循环减慢,所以要根据天气增添衣物,尤其要注意颈部、

腰部、膝盖和脚踝等关节部位的保暖。足部血液循环较差,冬季易因受凉导致低温影响。低温会导致肌肉收缩、关节僵硬、血液循环不畅,关节磨损加剧,增加各类骨科疾病的发病风险,如关节炎、腰腿痛、颈椎病等。同时,路面湿滑也增加了跌倒骨折的风险,常见的腕部、髋部、腰部等部位的骨折发生率明显上升。

目前,甘肃省红十字基金会联合省人民医院在东乡县开展“博爱陇原健康行”公益活动,由儿科、肛肠科、心内科、脑血管病科等科室13人组成的专家团队,为基层医院医护人员与居民提供健康宣教、健康咨询、基础检查和疾病筛查等服务,将省级优质医疗资源送至群众“家门口”。

节酸痛、腰背僵硬),可通过居家护理缓解,避免症状加重;若不适持续或加重,需及时就医,切勿拖延。1.轻微不适的居家护理:关节酸痛时可采用热敷(用热水袋或热毛巾,温度40℃左右,每次15—20分钟,每日2—3次),促进局部血液循环,缓解肌肉痉挛;腰背僵硬时可进行轻柔按摩(沿脊柱两侧肌肉,由上至下顺时针按摩),或做简单的腰背拉伸动作(如靠墙站立,双手上举,身体缓慢后仰),改善肌肉僵硬;避免长时间久坐或久站,每30—40分钟起身活动,做关节环绕或简单拉伸,防止肌肉僵硬加重。2.及时就医的警示信号。若出现以下情况,需立即就医:关节疼痛持续超过3天,且热敷或休息后无缓解;关节肿胀、发红,或伴随发热、活动受限;出现腰背疼痛剧烈,无法站立或弯腰;跌倒后出现肢体肿胀、畸形,或无法活动(可能为骨折)。就医时需告知医生冬季活动情况、保暖措施及不适诱因,以便于医生精准诊断和治疗。3.长期健康习惯的养成:冬季骨科健康需长期坚持防护习惯,如每日固定时间保暖、规律运动、均衡饮食;定期监测骨骼健康(尤其是50岁以上人群,建议每年进行1次骨密度检测),及时发现骨质疏松等问题;保持良好心态,避免因冬季情绪低落导致活动量减少,形成“久坐—肌肉萎缩—骨骼风险升高”的恶性循环。

5.避免受伤。冬季路面湿滑,要注意行走安全,避免滑倒受伤。6.定期检查。对于一些慢性骨科疾病患者,要定期检查,遵医嘱进行治疗和康复。

若秋冬季出现轻微骨科不适(如关

# 医讯

## 兰大二院首席专家岳中瑾到州医院坐诊

临夏州人民医院泌尿外科特聘专家、兰大二院首席专家、主任医师岳中瑾教授,将于10月21日(周二)到州人民医院泌尿外科门诊坐诊,住院部查房、手术,请有就诊需求的患者前来预约就诊。

咨询电话:0930—5910755  
就诊地址:临夏州人民医院门诊楼四楼泌尿外科门诊

岳中瑾,主任医师,教授、博士生导师、兰州大学第二医院首席专家,中

华医学学会泌尿外科分会第十二届委员会委员;中华医学器官移植学分会第五届委员会委员;中国抗癌协会泌尿系肿瘤委员会委员;甘肃省医学科学院泌尿外科学分会第七届委员会主任委员;甘肃省抗癌协会泌尿及男生殖肿瘤专业委员会主任委员;甘肃省领军人才。擅长前列腺癌、肾癌、肾盂癌、膀胱癌等肿瘤的根治性手术;肾盂输尿管、尿道狭窄及小儿先天性阴茎、尿道畸形的矫形重建手术。