

## 药箱变“智箱” 服务更暖心

——东乡县公共卫生服务绘就健康新图景

临夏融媒记者 张姝 通讯员 唐雨晴

今年,国家基本公共卫生服务项目实施迎来15周年。15年间,覆盖东乡县23个乡镇、205个行政村(社区)、约28.50万常住人口的公共卫生服务网络,完成了从“赤脚医生”的简陋药箱到智能系统精准管护、从群众疑虑抗拒到主动参与的华丽转身。从达板镇的街巷到锁南镇的村落,从河滩镇的卫生室到千家万户的家庭,公共卫生服务实现“从无到有、从有到全、从弱到强”的跨越式发展。

“2009年人均公卫经费才15元,现在涨到了99元,增长了近7倍!”河滩卫生院副院长刘雨英的话语中,满是对公共卫生服务保障升级的感慨。这15年,经费的大幅提升如“及时雨”,让全县基层医疗设施彻底告别了“简陋时代”。

回忆往昔,河滩镇汪湖村村医张自安印象深刻:“2004年,我接过父亲的药箱时,村卫生室还是汪胡大队卫生服务站,条件简陋,只有1张桌子、1个听诊器、1个血压计和一些简单的药品。”而如今的村卫生室宽敞明亮,

化验设备、B超机一应俱全,村民口中“一年一次的免费体检”都落到了实处。

锁南镇马场村村医徐克雷也细数着如今的便利:“现在村卫生室药品品种类超120种,感冒发烧药、降压降糖药都齐全,村民用慢病卡就能在家门口取药,不用再跑卫生院或县城医院,对行动不便的老人很好。”交谈间,不时有村民来到卫生室找徐医生开药。

更具变革意义的是智慧医疗的落地。过去村医下乡“一支笔、一个本子、一个血压计”,数据手写记录、再录入电脑,既费时又易出错;如今,刘雨英团队用手机APP和体检系统实时上传数据,随访记录、体检结果同步至省公卫平台,居民随时能查电子健康档案;徐克雷也靠公卫智能系统提升效率,“以前随访记在纸上,现在直接在系统里填内容,省事还准确。”

15年间,东乡县公共卫生服务的“版图”不断扩大,从最初聚焦预防接种,拓展到覆盖全人群、全生命周期

的健康管理,基本公共卫生项目从9项增至12项,涵盖老年人健康管理、慢性病防控、孕产妇保健等多个领域。刘雨英告诉记者:“过去公卫主要是打预防针、发糖丸,现在高血压、糖尿病患者数量比以前多了,还多了老年人健康管理、精神病管理、肺结核管理。”这与该县慢性病规范化管理率较2015年实现翻倍增长的成果相呼应。

张自安感受到服务的“温度”:“以前公卫简单,现在不只是完成项目,更要帮助群众解决实际问题。有的村民查出慢病后不按时吃药,我们定期上门,面对面指导怎么用药、怎么调饮食,帮他们把病情控制好。”

“没病治啥?有病你们能治好?”这是马玉姗刚当上达板镇陈家社区的村医时,一位奶奶拒绝测血压时说的话。彼时,村民对“免费体检”半信半疑,对慢病随访不认可。而如今,这样的场景早已成为历史,该县群众对基本公共卫生服务的满意度连续多年保持在90%以上,这份认可源于

15年间医患之间的双向奔赴。马玉姗还记得那位奶奶的转变,“我们坚持上门服务,1年后她主动来体检,查出高血压、2型糖尿病,如今成了我们的宣传员。”

徐克雷虽然从业才3年,却也直观看到了村民的变化:“刚开始给群众量血压、测血糖,很多人都会质疑,觉得不如发点免费药。现在大家都主动来卫生室作检查,健康观念有了潜移默化的变化。”

15年栉风沐雨,东乡县公共卫生服务的跨越,浸透着基层医务工作者的汗水,承载着百姓对健康生活的期盼。这份成绩,源于政府出台专项文件、规范资金管理的重视,源于204个家庭医生团队巡回诊疗的支撑,更源于“互联网+公共卫生”的创新动力。展望未来,该县将聚焦人才建设、宣传优化、信息深化、资金监管,持续深化基层医疗服务改革。正如无数基层村医的期盼,东乡县将推动便捷优质的健康服务覆盖每个角落,续写全民健康的新篇章。

## 资讯



临夏州级特色专科

康乐县中西医结合医院风湿骨病科

康乐县中西医结合医院风湿骨病科是州级中医特色优势专科,是集医疗、教学、科研于一体的临床科室和教学基地。科室现有医护人员20人,床位60张。风湿骨病科始终秉承“中西医结合 突出中医优势”的发展理念,形成了规范化诊治常见风湿骨病的科学诊疗体系,坚持以疗效、技术和服务为宗旨,诚挚地为广大患者服务。

诊疗范围包括慢性消耗性疾病、带状疱疹、银屑病、面神经炎、风湿性关节炎、类风湿性关节炎及各类组织损伤、颈椎病、腰椎病、肩周炎、肌筋膜炎、周围神经病变、足跟痛、肩周炎等肌腱末端病。有毫针刺法、艾灸、针刀、浮针、火针、穴位埋线、放血疗法、刮痧、拔罐、穴位贴敷、耳穴、小儿推拿及中药熏洗等特色疗法。

具备电脑中频治疗仪、离子导入仪、超声波治疗仪、冲击波治疗仪、高压低频脉冲治疗仪、超短波治疗仪、智能数码多功能治疗仪、脑电仿生电刺激仪、腿浴治疗器、中药熏蒸仪、低频电刺激仪等先进设备。

临夏本草漫谈

鸡娃草

为白花丹科小蓝雪花属植物鸡娃草的全草。

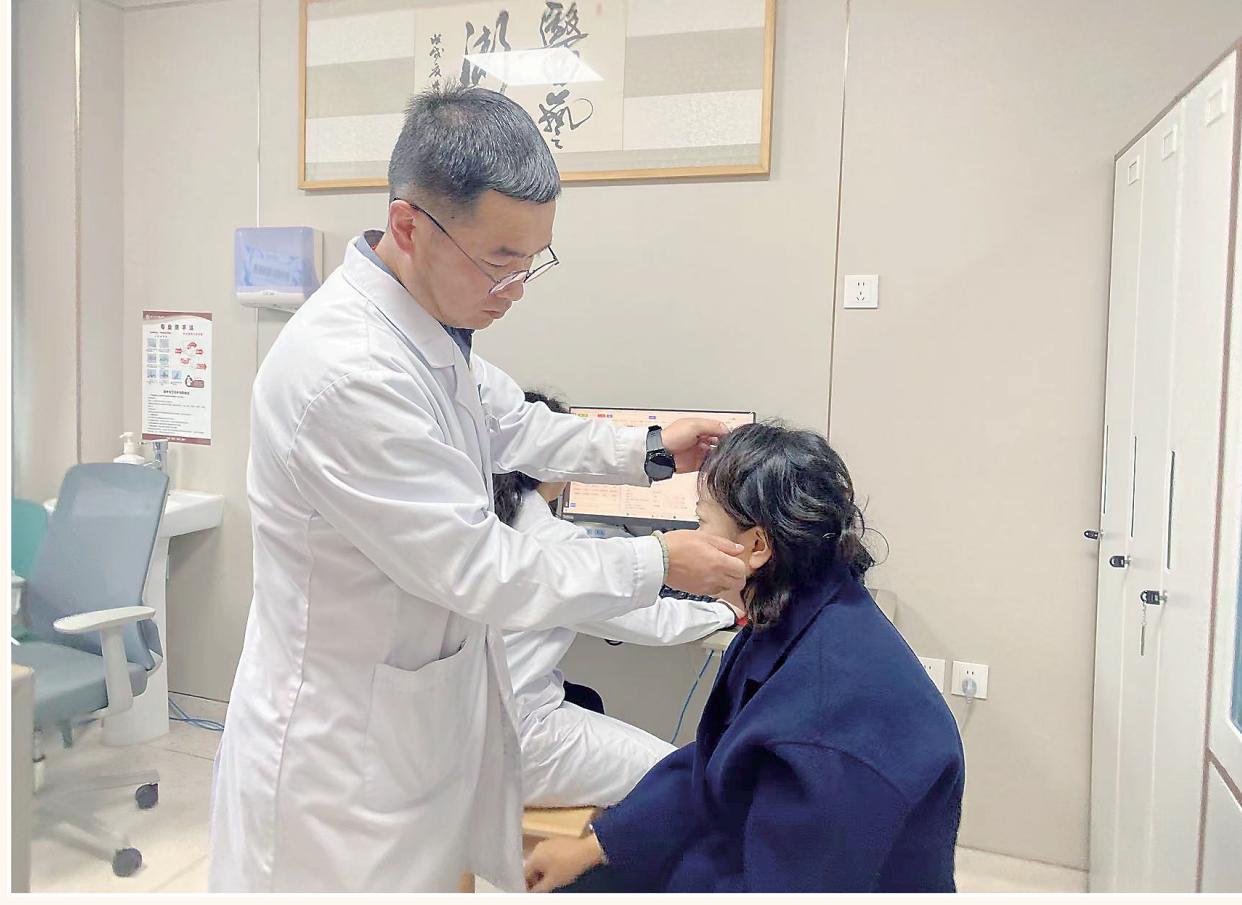
生于海拔2000—3500米的山坡、路旁、田间、沟渠。

临夏地区有分布。

鸡娃草性味苦,寒。具有杀虫止痒,腐蚀疮疡的功效。主治体癣、头癣、手足癣、神经性皮炎、疣症。

用法 外用:鲜草捣糊,湿敷局部,浸酒涂;研末制成油膏。

选方 治疣症、恶肉:蓝雪草茎叶,晒干碾末,调制而成油膏涂敷。



近年来,州中医医院传承发扬传统针灸特色,结合现代疼痛诊疗技术,运用中医理论知识进行辨证施护、中医养生、健康宣教、功能锻炼及康复指导。图为该院针灸科医护人员正在门诊开展诊疗服务。

临夏融媒记者 张姝 摄

## 慢阻肺患者如何守住“呼吸防线”?

临夏融媒记者 张姝

随着季节更替,早晚温差对于大多数人来说只是需要增添衣物,但对于慢阻肺患者而言,意味着打响了一场严峻的“呼吸保卫战”。近期,我州昼夜温差显著增大,寒潮天气频发,老人等重点人群的冬季常见病、多发病进入高发期。

那么,为何秋冬是慢阻肺患者的“多事之秋”?又该如何科学应对,平稳度过?为此,记者采访广河县中医医院综合门诊医生买孝林,请他为大家解读科学预防方法。

### 为何秋冬换季如此“凶险”?

买孝林分析慢阻肺患者的呼吸道非常脆弱,秋冬季节的几种变化,正好击中了他们的“软肋”:1.冷空气刺激:寒冷空气会直接刺激气道,导致支气管痉挛、管腔变窄,从而引发咳嗽、气短加重。2.病毒感染:冬季是流感病毒、呼吸道合胞病毒等的高发期,慢阻肺患者免疫力相对较低,极易发生呼吸道感染,一次普通的感冒就可能演变为致命的急性加重。3.空气干燥:干燥的空气会使呼吸道黏膜干燥,纤毛运动能力减弱,导致痰液黏稠、不易咳出,加重肺部负担。4.气压变化:秋冬季气压变化可能影响人体氧合,部分患者会感到胸闷。

### 慢阻肺患者应该如何做好防护呢?

买孝林建议:首先,规范治疗、坚持用药,切勿自行停药。医生开具的吸入性支气管扩张剂和激素,是维持气道通畅、控制炎症的关键,无论自我感觉多好,都不能擅自停药或减量。

提前接种疫苗,“流感疫苗”(每年接种)和“肺炎球菌疫苗”是预防急性加重的重要措施,能

大大降低因感染导致病情恶化的风险。病情变化或加重时,应该及时就医。

其次,在日常生活管理方面,保暖防寒是头等大事。出门戴口罩,既能温暖湿润吸入的空气,又能过滤病原体。“洋葱式”穿衣,方便根据室内外温差灵活增减,重点保护颈部和背部不受凉,坚持呼吸康复锻炼,比如腹式呼吸和缩唇呼吸,这是慢阻肺患者的“看家本领”。每天练习15—20分钟(每次5分钟,一天3—4次),能有效改善呼吸效率,缓解气短。特别是缩唇呼吸,在感到气促时随时可以做。合理饮食,保证营养,遵循“高蛋白 高热量 易消化”原则,多吃鱼、蛋、奶、豆制品,多吃新鲜蔬果,补充维生素。少食多餐,避免饱腹压迫膈肌影响呼吸。多喝温水,稀释痰液,助力排痰。

### 如何做好环境控制,营造“安全室内港”?

买孝林建议:保持空气流通与洁净,每天定时开窗通风,避免空气污浊。可使用空气净化器来减少室内污染物和过敏原。维持适宜湿度,使用加湿器,将室内湿度保持在40%—60%,能有效缓解呼吸干燥。维持适宜温度,室内温度以20—22℃为宜,温度过高可能导致胸闷、呼吸费力;温度过低可能引发气道痉挛,加重呼吸困难。严格预防感染,勤洗手,是预防病毒传播最简单有效的方法。避免去人多拥挤的场所,如必须前往,务必戴好口罩。

### 慢阻肺患者出现哪些症状时,需要及时就医?

买孝林提醒:识别慢阻肺患者急性加重的“早期信号”,是避免情况恶化的



关键。一旦出现以下变化,请立即就医:1.痰液变多、变浓,痰量明显增多,颜色由白变黄,变绿或带血。2.气短加剧,平静休息时或轻微活动后,气促感比平时严重很多。3.咳嗽加重,咳嗽更频繁、更剧烈,影响睡眠。4.出现全身症状,如发烧、乏力、嗜睡、食欲骤减、下肢水肿等。

除了以上4点,彻底戒烟和远离二手烟是慢阻肺管理的根本前提,任何时候都不能松懈;保持积极乐观的心态,对疾病的稳定控制也大有裨益。

最后告诉大家2个养生的小方子:山药银耳莲子粥,每天早起喝一碗,养阴益胃;生姜羊肉汤,驱散寒气,提高免疫力。

冬季疾病预防,既需医院的专业守护,也离不开个人的科学防护。从及时添衣护住关键部位、接种流感疫苗,到坚持食疗调理、规律作息,每一步都能为健康“加码”。



## 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



## “母亲的河”肿瘤防治公益项目专家基层行”活动走进临夏市

本报讯 (临夏融媒记者 张姝)近日,由白求恩公益基金会放射治疗专家委员会主任委员、中华医学学会肿瘤放射治疗分会主任委员、北京大学第三医院肿瘤放疗科主任王俊杰带队,汇聚来自北京大学第三医院、兰州市重离子中心医院等单位的10位放疗领域知名专家走进临夏市人民医院,开展义诊、教学查房、学术交流与学科建设指导等系列活动。

学术交流环节,专家组成员分别围绕《中国肿瘤放射治疗实现高质量发展之路》《局部晚期宫颈癌深部热疗与放疗的综合应用》《肿瘤放射治疗概

述和重离子治疗》《局部晚期食管癌的放疗》等主题,作了精彩分享,为该院带来前沿的诊疗理念与实践经验。义诊现场,专家团队耐心细致地为患者分析病情、解读报告,提供个体化诊疗建议;对疑难病例进行多学科讨论,为患者指明后续治疗方向,缓解他们的焦虑情绪。

此次“母亲的河”专家基层行活动,不仅让临夏市肿瘤患者在家门口享受到国家级优质医疗服务,切实提升了群众健康获得感,也为该院加强肿瘤专科建设、培养专业人才、深化多学科协作提供了契机,为推动医院肿瘤防治事业高质量发展注入了动力。

## “益路光华——基层医生肿瘤防治能力提升公益项目”活动在积石山县举行

本报讯 (临夏融媒记者 张姝)日前,“益路光华——基层医生肿瘤防治能力提升公益项目”活动在积石山县人民医院举行。项目特邀多位国内知名肿瘤专家,为该县基层医务工作者带来系统性专题培训,旨在强化农村肿瘤防控“第一道防线”。

培训围绕农村地区高发恶性肿瘤设计,内容覆盖早期筛查、规范诊断、科学治疗及预防干预等全流程。来自北京大学肿瘤医院、海军军医大学第三附属医院、复旦大学附属肿瘤医院的专家教授,分别以《值得关注的大肠癌》《重视肝癌的预防及治疗》《筑牢胃

癌防治的第一道防线》《肺癌的早期诊断、治疗及预防》为题,结合专业所长,详细解析大肠癌筛查要点与规范诊疗路径和基层肝癌防治实践中的关键环节,指导基层医生精准识别胃癌高危人群并开展早期干预,全面科普肿瘤综合防治策略。

本次活动聚焦基层医生肿瘤防治能力提升,吸引当地众多基层医务工作者参与,专家们带来的前沿知识与实践经验,将有效提升积石山县基层肿瘤防治能力,为守护当地群众健康、推动健康乡村建设贡献力量。

## 和政县医院与兰大一院举行党建结对共建活动

本报讯 (临夏融媒记者 张姝)近日,由兰州大学第一医院西院区主办、和政县人民医院承办的肝领未来·攀峰对话——党建结对共建暨西部脂肪肝研究与临床实践新视野巡讲活动,在和政县人民医院举办。

活动中,兰州大学第一医院西院区直属党支部与和政县人民医院住院部党支部举行了党建结对共建签约仪式。双方通过党建引领、资源共享、优势互补,为脂肪肝研究与临床实践注入新动能,推动“肝领未来 攀峰对话”活动朝着更高质量、更具实效的方向发展。

活动还聚焦脂肪肝诊疗领域的前沿进展与临床难点,组织了多维度、深层次的学术交流与专题研讨。与会专家以《代谢相关(非酒精性)脂肪肝病防治指南》《2型糖尿病患者合并MASLD筛查与管理》《脂肪肝管理的挑战与思考》《肥胖、运动与脂肪肝》为题,通过生动的临床案例与循证医学证据,层层解析生活方式干预在脂肪肝防治中的核心作用,为基层诊疗工作提供了实用性强、操作性高的系统防治方案。

## 永靖县妇幼保健院开展医保知识培训会

本报讯 (临夏融媒记者 张姝)为进一步加强医院医保基金监管,规范医保服务行为,日前,永靖县妇幼保健院特邀兰州大学第二医院医保处处长吴小璐召开医保相关知识培训会。

医保基金是群众的“救命钱”,其安全关系到每一位患者的切身利益。吴小璐通过剖析典型案例,以案为鉴,让每位医务人员深刻认识违规使用基金的严重后果,牢固树立底线意识。

结合实际案例,详细解读最新医保政

策法规,介绍医保支付方式改革的要点及医院和医务人员在医保工作中的责任与义务,深入讲解医保报销范围、报销比例与特殊病种管理等医务人员关心的问题,现场解答医务人员在实际工作中遇到的疑惑。

通过此次培训,加强了医务人员对医保政策的了解,提高了思想认识,切实树立了底线意识。今后,该院将持续加强医保政策培训与监督力度,切实维护医疗保险基金安全,努力为辖区群众提供优质的医疗保障服务。

## 临夏县中医院全面提升护理服务水平

本报讯 (临夏融媒记者 张姝)为持续提升护理专业能力、筑牢医疗质量安全防线,近日,临夏县中医院通过精准培训,全方位赋能护理团队,推动护理服务向专业化、精细化、人性化纵深发展。

培训环节聚焦实战需求,内容兼具专业性与实用性。在中医适宜技术推广板块,系统讲解艾灸、拔罐、穴位贴敷、耳穴贴压等技术的原理、适应症及实操要点。通过典型案例深度剖

析,引导护理人员强化风险预判能力与规范操作意识;聚焦人文关怀与专业服务的有机结合,提升“十多个一”服务理念水平,从沟通技巧、细节关怀等方面入手,构建有温度的护患关系;紧扣“十大安全目标”,组织静脉治疗安全培训,规范血管通路选择、并发症预防等核心操作;明确交接班流程、危重症患者照护等关键节点的工作规范与分工要求,进一步优化护理服务流程。



## 省人民医院专家刘静将在州医院坐诊

甘肃省人民医院刘静主任作为州人民医院内分泌代谢病诊疗中心主任,甘肃省内分泌代谢病重点实验室学术主任。主持国家自然科学基金项目、国际合作项目及主持和参与完成省厅级专业科研项目30余项,其中获甘肃省科技进步一等奖等20余项,撰写论文400余篇。曾荣获“甘肃省优秀科技工作者”“甘肃省最喜爱的健康卫士”等称号。

擅长糖尿病及各种并发症、妊娠糖尿病、甲状腺疾病、肾上腺疾病及骨质疏松症等内分泌及代谢性疾病的诊治。