责编:杜恩亮 组版:张宗健 校对:周万琴 E-mail:ztrbbjb@126.com

三年援滇践初心 山海情深护安康

——记上海援滇医生李平卫

通讯员 朱 睿 邓斌杰

一场山海之约,三年坚守奉献。2023年,上海市闵行区中心医院副主任医师李平卫积极响应沪滇协作号召,远赴乌蒙山区挂职大关县人民医院副院长,开启为期3年的“组团式”医疗帮扶。他扎根基层一线,优化医院管理、深耕临床诊疗、培育本土人才、心系群众健康,用实干与担当搭建起沪滇医疗连心桥,为大关医疗卫生事业高质量发展注入了强劲动力。

初心如磐,主动请缨担使命

彼时,家中的4位高龄老人需要照料,年幼的女儿也需要陪伴,但李平卫始终牢记共产党员的初心与使命,毅然克服诸多困难,主动投身援滇医疗帮扶事业。这份奔赴,既是扛起组织交付的重任,也藏着一段别样的山海情缘——妻子幼时在云南生活多年的经历让他始终怀揣感恩之心,深耕这片热土,践行医者使命。

初到大关,方言不通、山路崎岖、基层医疗基础薄弱等诸多难题接踵而至。为尽快摸清县域医疗短板,李平卫逐一走访各个临床科室,深入各乡镇卫生院实地调研,全面掌握基层医疗现状。从需要当地医生翻译沟通病情,到熟练听懂本地方言;从畏惧蜿蜒山路,到每月下乡开展义诊帮扶,3年来,他用脚步丈量乌蒙大地,用坚守诠释医者担当,切实把诊疗服务送到群众家门口。

精耕细作,革新管理提质增效

依托上海市闵行区中心医院成熟的管理经验,李平卫结合大关县人民医院发展现状,推动先进管理模式本土化落地。他对照大关县人民医院18项核心管理制度,新增10项医保绩效考核细则,创新推出“一科一策”精细化管理模式,优化绩效分配体系,极大地激发了全院医护人员干事创业的积极性。

与此同时,李平卫牵头推进医院二甲复审、县级公立医院提质达标、五大临床服务中心建设等重点工作,助力大关县人民医院顺利通过各项验收;落地心电网络中心数字化项目,实现全县乡镇卫生院心电图远程阅片全覆盖,补齐基层诊疗服务短板。经过一系列系统化改革,大关县人民医院各项医疗核心指标持续向好,县域重症患者外转率同比下降60%,患者满意度从81%提升至92%,医院规范化、标准化、数字化发展水平显著提升。

“李平卫带来的不仅是先进的诊疗技术,还有科学的管理理念和严谨的行医作风,他的到来让医院发展有方向、科室建设有目标,为县域医疗事业发展筑牢了坚实根基。”谈及李平卫,大关县人民医院有关负责人这样说道。

授人以渔,深耕帮扶培育人才

为破解县域医疗人才断层、技术薄弱、科研滞后的发展难题,李平卫秉持“输血与造血并重”的帮扶理念,全力搭建人才培育平台。3年来,他带领援滇医疗团队落地临床新技术157项,填补县域心内科经皮冠状动脉介入治疗术、皮肤科特色外科手术等多项技术空白,助力大关县人民医院建成2个省级重点专科、3个市级重点专科,县域专科诊疗能力大幅提升。

在科研领域,李平卫牵头推动大关县人民医院立项2项省级临床研究课题,带动全院发表11篇SCI论文,实现本土医师SCI论文“零”的突破。他结合基层麻风病诊疗实践撰写的学术论文,成功刊发于国际顶尖期刊《英国医学杂志》。为补齐基层硬件短板,他多方协调,筹措专项帮扶资金800万元,为基层医疗机构添置高精尖诊疗设备。此外,他还推动上海4家社区卫生服务机构与昭通基层卫生院开展结对共建,搭建长期协作交流平台。

在人才培育方面,李平卫创新建立“双向选择、双向考核”师带徒机制,培养院内81名骨干医师,选派88名本土医务工作者前往上海进修学习。聚焦自身深耕的皮肤科领域,他积极争取编制名额引进青年人才,手把手带教3名科室骨干,指导2名青年医师顺利通过执业医师资格考试,彻底改变了科室人才紧缺的局面。经过3年悉心培育,一批本土青年医师快速成长,现已能独当一面,成为守护群众健康的中坚力量。

医者仁心,扎根一线履职尽责

3年来,李平卫固定每周三开设专家门诊,凭借精湛的医术和贴心的服务赢得患者广泛认可。面对疑难杂症,他精准研判、对症施治,免去患者辗转求医的奔波之苦;面对经济困难的患者,他优化诊疗方案,尽力减轻他们的就医负担,用心守护群众健康。

针对山区群众就医不便的痛点,李平卫优化诊疗流程,减少群众往返次数;接诊少数民族罕见病患儿时,他克服语言不通、医疗设备有限等多重困难,多方会诊研判病情,为其量身定制长期诊疗和护理方案,用温情与专业守护孩子健康。此外,他还常态化深入天星镇等乡镇开展义诊活动,为基层群众问诊施治、普及健康知识;建立线上学习交流群,汇集全县基层皮肤科医务工作者,常态化在线答疑、分享病例,把优质医疗指导送到基层一线。

山海有情,薪火相传。3年帮扶时光匆匆而过,即将返程的李平卫依旧心系大关县医疗卫生事业发展,牵挂基层群众的健康。他谋划长远发展,着力完善皮肤科远程会诊体系,优化医院门诊服务流程,建立重点专科长效化帮扶机制,有效避免短期帮扶结束后出现的技术断层问题。

“组织派我来,就是要留下一支带不走的医疗队伍。”这是李平卫常挂在嘴边的一句话。3年来,他以党员的初心、医者的仁心、帮扶的真心,脚踏实地、履职奉献,不仅为大关县带来了先进的诊疗技术和规范化的管理制度,培养了一批医疗人才,还缔结了跨越山海的深厚情谊。

千里援滇传仁术 微创诊疗惠民生

——记上海援滇医生刘青春

通讯员 刘 荣 文/图

金沙江畔群山绵延,沪滇同心医者情深。2025年7月,上海援滇骨科医生刘青春跨越千里来到巧家县人民医院,开启为期1年的对口医疗帮扶工作。1年来,他依托脊柱、关节微创技术补齐县域诊疗短板,手把手带教本土医师,常态化下沉基层开展义诊,用专业、坚守与温情在乌蒙山间践行医者的使命与担当。

微创破瓶颈,骨关节大病不出县

巧家不少群众从事农耕、搬运等重体力劳动,腰椎间盘突出、腰椎管狭窄、肩袖损伤、半月板撕裂等骨关节病高发。刘青春到院帮扶前,巧家县人民医院骨科微创诊疗发展滞后,肩、膝关节镜手术处于起步阶段,配套手术器械亦不足。患者遇上复杂的肩膝关节修复、重度腰椎病变,只能前往外地治疗,不仅就医成本高,还耗费了大量时间和精力。

“不少患者被病痛折磨了两三年,因害怕开刀、顾虑治疗费用而一直硬扛,小病拖成重病。”刘青春说。在上海市第六人民医院工作期间,他积累了丰富的临床经验,熟练掌握各类脊柱、关节内镜微创术式,这类手术具有创伤小、恢复快的优势,十分契合山区群众的就医需求。找准县域骨科诊疗痛点后,他联合科室2名主任全面推动微创诊疗技术迭代升级。针对器械短缺难题,他主动对接普陀区派驻巧家的援滇干部,通过区级帮扶资金打通设备采购渠道,配齐微创手术设备。依托院内现有的椎间孔镜,他带领团队开展UBE单侧双通道脊柱内镜手术,为多名长年卧床、行走困难的患者根除了顽疾。

对待每一台手术,刘青春始终秉持精益求精的诊疗态度。术前细致查体、研读影像,结合患者年龄、病情制定个体化手术方案;术中依托内镜设备精细操作,最大限度降低患者机体损伤风险;术后为患者量身定制康复计划,全程监测其恢复情况。白鹤滩街道巧家营社区居民邵某因外伤造成膝关节多发韧带损伤,病情复杂。刘青春亲自主刀为其开展人工肌腱修复手术,术中同步向科室医师讲解操作要点,术后持续跟进指导康复训练。

目前邵某已出院2个多月,身体恢复情况良好,可正常从事轻体力劳动。“在家门口就治好了腿,不用远赴外地求医,真心感谢刘医生。”邵某连连道谢。经过1年的技术攻坚,过去需要邀请外地专家才能开展的复杂骨科微创手术,如今巧家县人民医院骨科团队已能独立完成,真正实现骨关节大病不出县,切实减轻了群众的就医负担。

授人以渔,打造带不走的骨科微创队伍

“短期帮扶只能救治少量患者,唯有留下成熟的技术和培养好专业人才,才能长久守护群众健康。”刘青春说。秉持“造血式”帮扶理念,刘青春搭建起“理论授课+手术示教+床边查房+病例研讨”一体化带教模式,全方位培育本土骨科医疗人才。在日常工作中,他手把手示范内镜标准化操作,细致拆解镜下解剖要点与手术核心逻辑,毫无保留地分享临床经验。遇到疑难复杂病例时,他组织科室全员复盘研讨,拓宽青年医师的诊疗思路。

在他的悉心指导下,科室医护人员的业务水平实现跨越式提升。骨科主任范绍华坦言,刘青春到院之前,科室肩、膝关节镜手术开展难度大,如今已能独立完成肩袖修补、肩峰成形、交叉韧带重建、半月板缝合等多项高难度微创手术。副主任医师徐霄也表示,以往膝关节多发韧带修复手术只能邀请外地专家主刀,跟随刘青春实操学习后,自己现已能独立开展此类手术。一支留得下、业务精、敢攻坚的本土微创骨科队伍逐步发展壮大。

下沉基层,把暖心服务送到群众家门口

临床诊疗与带教之余,刘青春始终心系偏远群众的就医需求,主动参与下乡巡回义诊活动,打通基层健康服务“最后一公里”。小河镇距离县城较远,留守老人、务农群众出行不便,骨关节病难以得到规范诊治。每一次下乡义诊,刘青春都细致地为村民检查腰腿、肩膝关节,精准诊断病情并现场答疑解惑。针对群众拖延就诊、畏惧微创手术、忽视术后养护的固有认知,他用通俗易懂的话语讲解微创手术的优势,现场示范居家关节康复动作,纠正群众就医误区,让村民在家门口就能享受专业的诊疗服务与健康指导。

“能看着乡亲们摆脱腰腿病痛,安心生产生活,就是我扎根巧家最大的动力。”淳朴的乡亲、并肩奋斗的同事,早已让刘青春把巧家视作自己的第二故乡。

为期1年的基层帮扶即将结束,回望在巧家的每个日夜,刘青春心中满是不舍。他说,这段援滇经历淬炼了医者初心,成为他职业生涯中弥足珍贵的财富。

帮扶有期,协作无期。返回上海后,刘青春计划持续搭建沪滇骨科长效协作桥梁,远程为巧家县人民医院提供病理指导和技术支持,维系这条跨越千里的医疗纽带。“医疗帮扶不是单向付出,而是双向奔赴、彼此成就。”刘青春表示,今后无论身在何处,都会持续关注巧家骨科诊疗事业发展,让跨越山海的深情厚谊长久延续。

刘青春(右一)为患者做手术。

健康昭通

昭通市第三人民医院:

深耕神经专科 守护群众“脑健康”

通讯员 牛文炬 马祥刚 马关明

近年来,昭通市第三人民医院神经内科医护团队深耕脑血管疾病诊疗一线,以极速急救、精细化诊疗、精进技术为抓手,畅通脑卒中救治绿色通道,完善多学科诊疗机制,不断提升区域神经系统疾病诊疗水平,为滇东北群众筑牢坚实的脑血管健康屏障。

脑卒中发病急、致残率高、致死率高,黄金救治时间极为有限,每一分钟都关乎患者预后。凌晨3点,昭通市第三人民医院神经内科主治医师马简珺成功为一名急性脑卒中患者实施溶栓抢救,精准把握黄金救治窗口期,顺利完成紧急救治。

极速急救的背后,离不开神经内科成熟高效的脑卒中救治体系。2025年冬季的某个清晨,一名患者突发言语障碍、右侧肢体无力等典型脑卒中症状,家属紧急送医。接到救治指令后,神经内科主任秦绍荣第一时间启动脑卒中绿色通道,统筹调度医护人员开展救治。护士快速完成生命体征监测、抽血化验,医生同步开展床旁心电图检查,影像科优先完成头颅CT检查,各环节无缝衔接、高效联动。15分钟后,CT结果排除颅内出血,科室随即启动溶栓治疗,患者转危为安。

除紧急抢救外,科室还深耕脑血管疾病精细化诊疗,精准排查隐匿性脑血管病变风险。神经内科医师曹靖专注脑血管疾病专项诊疗,常态化为患者开展脑血管造影检查,精准定位颅内病灶。此前,一名患者多次出现单侧肢体无力、行走障碍等症状,但因休息后可自行缓解,家属并未重视。经曹靖细致问诊、进行造影检查后发现,患者脑血管堵塞近80%,属于反复发作的短暂性脑缺血,随时可能引发大面积脑梗死,风险极高。

为打消家属顾虑和清晰告知病情,曹靖亲手绘制脑血管结构与手术流程示意图,耐心讲解疾病潜在风险、药物治疗方案及择期介入手术规划,用细致、专业的服务让患者及其家属安心就医。精细化问诊、规范化诊疗、个性化答疑,早已成为科室全体医护人员的工作准则。

针对神经内科急症发病突然、病情凶险的特点,昭通市第三人民医院神经内科严格落实24小时在岗值班及应急备班制度,全天候处置各类突发病情。神经内科护士长马菲介绍,科室夜间急症接诊量大、危重患者多,曾出现单个夜班连续收治3名脑卒中患者的情况,医护人员通宵值守、全力救治,牢牢守住生命救治防线,确保急症患者得到及时救治。

为提升患者康复质量、减少后遗症影响,科室推行多学科协作诊疗模式,构建起“急性期救治+后期康复”一体化诊疗体系。脑卒中患者在神经内科完成急性期抢救与药物干预后,康复科团队会为其量身定制系统化康复方案,通过专业康复训练帮助患者恢复肢体功能、改善预后,切实提升患者的生活自理能力,助力其回归正常生活。

精进诊疗技术、深耕专科建设是神经内科实现长效发展的核心动力。为持续提升区域神经系统疾病诊疗能力,让群众在家门口就能享受到优质的医疗资源,科室常态化开展病例研讨与学术交流活动。针对癫痫、复杂脑血管病变等疑难病例进行集中分析,研讨最优诊疗思路及用药方案,助力年轻医生快速成长。与此同时,依托远程会诊系统,联动省级医院专家资源,精准攻克各类疑难病症。

在人才培养与技术创新方面,神经内科持续发力、苦练内功。近年来,昭通市第三人民医院积极引进神经介入等前沿诊疗新技术,同时牵头建成鲁甸县首个头痛眩晕诊疗中心,填补了区域专科诊疗领域的空白,有效解决了群众脑病就医路途远、看病难的问题。

精准的诊疗、暖心的守护,让众多脑血管病患者重获新生。在日常诊疗中,时常有患者传来康复喜讯——从无法行动、言语不清到自主行走、生活自理,患者的每一点康复进步,都是医护团队坚守的意义。昭通市第三人民医院神经内科团队始终以专业履职担当,以坚守守护健康,在临床诊疗一线精益求精、默默耕耘,用一次次精准救治、一次次温情守护,为滇东北群众的神经系统健康保驾护航。

健康知识科普

科学控糖 远离并发症

不少糖尿病患者虽然按时吃药、规律注射胰岛素,但血糖始终居高不下。临床发现,90%的患者血糖控制不达标的根源并非药物疗效不足,而是自身缺乏疾病认知、自我管理不当。只有系统掌握科学控糖知识,做好饮食管控、运动干预、血糖监测、情绪调节,才能控制血糖平稳正常。

想要管好血糖,首先要正确认识糖尿病。糖尿病是由胰岛素分泌不足或胰岛素抵抗引发的一种慢性病,虽然目前尚无根治方法,但通过科学管理,患者完全可以正常生活和工作。单次血糖短暂升高不会给身体造成严重损伤,但血糖长期不稳定会持续损害心、脑、肾、眼底、神经及足部等靶器官,进而诱发脑梗死、肾功能衰竭、失明、糖尿病足,严重时甚至需要截肢,严重降低患者生活质量。临床上以2型糖尿病最为常见,患者早期无明显不适症状,等到出现多饮、多食、多尿、体重骤降时,脏器往往已经产生不可逆损伤。控糖不只是单纯让血糖指标达标,核心在于预防各种并发症,保障患者正常生活自理能力。

日常生活中五大控糖误区极易加重糖尿病病情,广大糖尿病患者务必避开。一是血糖正常便擅自停药、减药。血糖维持稳定是药物、饮食、运动协同作用的结果,私自停药会造成血糖反弹,持续损伤胰岛,若要调整药量,必须咨询医生。二是依靠完全不吃主食控制血糖。长期断绝主食摄入极易引发低血糖、酮症酸中毒及营养不良,应定量摄入主食,做到粗细搭配,选用燕麦、玉米、糙米等杂粮替代精制米面。三是无糖食品随意吃。无糖糕点只是不添加蔗糖,但其淀粉、油脂含量偏高,过量食用会造成血糖升高,因此食用时必须严格控制分量。四是只监测空腹血糖、忽略餐后血糖。餐后高血糖对全身血管的损害更为严重,空腹、餐后两项血糖监测缺一不可。五是确诊糖尿病后彻底不吃水果。在血糖控制平稳的前提下,患者可在两餐之间少量食用柚子、小番茄等低升糖果品。

糖尿病管理讲究“三分治疗,七分调养”,自律是平稳控糖的关键。血糖管控贵在持之以恒,切忌时断时续,熬夜、久坐、暴饮暴食会加重胰岛素抵抗,降低降糖药物疗效。切勿轻信偏方、宣称可根治糖尿病的特效药,在内分泌专科接受规范化诊疗才是安全有效的控糖途径。

定期筛查能及早发现糖尿病并发症。一旦出现手脚麻木、皮肤瘙痒、视物模糊、小便泡沫增多等症状,要立刻就医。糖尿病患者每年应完成糖化血红蛋白、血脂、肾功能、眼底、四肢神经、足部全套筛查,全面评估身体状况,便于医生及时调整控糖方案。

情绪波动同样会影响血糖水平。人在生气、焦虑、压力过大时会分泌升糖激素,极易造成血糖骤升。确诊糖尿病无需过度焦虑和自卑,日常应当保持平和心态,可通过散步、培养兴趣爱好等方式舒缓情绪,良好平稳的心态是天然的“降糖良方”。

药物治疗、饮食管控、运动干预、血糖监测、情绪调节五大环节环环相扣。如果缺乏科学控糖知识,控糖效果会大打折扣。广大糖尿病患者应当主动学习科普知识,摒弃错误的控糖观念,养成自律健康的生活习惯,并积极配合专业治疗,长期平稳控制血糖,远离并发症,守护自身健康与生活质量。

(本报综合整理)

暖心送医送关怀 守护老年群体健康

通讯员 邱裕丹

近日,云南省滇东北中心医院(昆明医科大学滇东北中心医院)联合昭通市第一人民医院,组织老年医学专家团队走进辖区敬老院,开展义诊筛查、健康科普与暖心慰问活动,以实际行动弘扬尊老、敬老、爱老、助老的传统美德,用心守护辖区老年群众身心健康。

为保障活动精准、高效开展,活动前期,两院医护人员提前与敬老院对接沟通,细致摸排院内老年人慢性病患病情况、日常服药规范、身体行动状况等基础信息。结合老年群体健康需求,专家团队有针对性地准备健康科普讲座、宣传手册以及血压计、血糖仪、听诊器等诊疗器械,并科学划分功能服务区域,为活动有序开展奠定基础。

本次活动设置科普宣讲区、义诊诊疗区、爱心互动区三大服务板块,全方位守护老年人身心健康。在健康科普课堂上,专家采用通俗易懂的方言开展健康宣讲。围绕高血压、糖尿病、慢阻肺、心脑血管疾病等老年人常见的慢性病,重点科普多重用药禁忌、错服漏服、擅自增减药量的潜在危害,细致讲解降压药、降糖药、抗凝类药物的规范服用方法。此外,专家还现场普及老年人防跌倒、夏季养生、慢性病居家养护等实用知识,逐一解答老人们提出的健康疑问,并发放健康宣传资料,帮助大家树立科学用药、科学养生的健康理念。

义诊现场,专家团队耐心地为每位老人测量血压、血糖,开展心肺听诊与细致问诊,全面评估慢性病控制情况。结合不同老人的身体状况,专家为其制定了个性化用药指导、膳食调理和康复养护方案,精准解决他们的日常就医、用药与居家养护难题。针对高龄、失能、行动不便的特殊老年群体,专家主动上门开展床边巡诊,并指导敬老院护理人员做好日常健康照护,打通老年健康服务“最后一公里”。

活动期间,专家团队还同步开展暖心慰问,为老人们送上各种生活用品。便捷的上门服务、专业的诊疗指导、贴心的温情关怀,让老人们足不出户就享受到优质的医疗服务,切实感受到社会的温暖与关怀。

此次活动集志愿服务、健康科普、专业义诊、暖心慰问于一体,有效增强了老年群体的安全用药意识,提升了他们的自我健康管理能力。