

# 市卫健委举行党组理论学习中心组第十四次集中学习(扩大)会议 努力开创卫健系统高质量发展新局面

本报讯(记者刘洁 通讯员李轩 杨光)10月31日上午,市卫健委举行党组理论学习中心组第十四次集中学习(扩大)会议。

会议强调,市卫健系统各级党组织要深刻认识党的二十届三中全会的重要政治意义、理论意义、实践意义,切实把思想和行动统一到党的二十届三中全会精神上来,把全会精神转化为干事

创业的精气神,努力开创卫健系统高质量发展新局面。要坚持以上率下,强化督导问责、压力传导,落实“四个亲自”(亲自研究、亲自调度、亲自调研、亲自领办民生实事),细化工作措施,为推动卫生事业高质量发展营造风清气正的良好环境。要严格按照工作清单,认真梳理各项工作任务,明确责任、强化措施,加快进度,切实做到全年重点工作

人人都参与、个个有压力、逐级抓落实,确保年底交出满意答卷。

会上,荆州市第三人民医院党委书记杨义以《以党的自我革命理论引领医院高质量发展》为题,阐述了党的自我革命理论的由来与内涵,以及党的自我革命理论在医院发展中的具体实践、实施效果和主要不足。荆州市博爱医院(市妇幼保健院)纪委书记万晓燕以《对

标巡视工作新条例从严治党 护航公立医院高质量发展》为题,从深刻认识巡视巡察工作的定位和方针、深刻了解巡察工作的重点和变化、深刻领悟协助党委抓好全面从严治党工作等三个方面为大家上了一堂主题鲜明、内涵丰富的纪律党课。

会议还通报了2024年我市卫生健康系统征文活动获奖情况。

## 科研领航 共筑高地

# 荆州一医与长江大学医学部深化科研合作交流

本报讯(特约记者杜川 通讯员徐智彬 汪娅)为深入推进医院科技创新千万工程建设,全面提升医院科研水平,10月24日下午,荆州一医与长江大学医学部就深化双方科研合作交流举行座谈会。

此次座谈会旨在进一步加深两院在科研领域的合作,并结合医院在创新

科研团队建设方面的规划,探讨未来的合作愿景。会上,长江大学医学部相关负责人说,荆州一医作为荆州地区医疗服务的重要力量,不仅积累了丰富的临床经验,还为地方医疗事业的发展作出了显著贡献。长江大学医学部拥有较强的科研实力和人才优势,双方此次的深度合作正是顺应时代发展的潮流,通

过资源共享和优势互补,必将促进双方共赢,推动医学研究的持续创新与发展,为提升医疗服务水平和培养更多优秀医疗人才奠定坚实基础。

荆州一医相关负责人说,该院高度重视科学研究水平的提升,近年来不断创新科研管理机制,通过实施科技创新千万工程计划、设立科研岗位以及加速

科研成果转化等一系列举措,逐步构建起“产学研用”紧密结合的科技创新体系。该院诚挚邀请更多的长江大学教授来院开展科研工作,共同推动荆州医学领域科技创新水平的不断提升。

会上,双方均表示将共同努力、携手共进,为学校“双一流”建设和医院的高质量发展贡献更大力量。

# 警惕秋冬季急性“杀手”! 健康预防6要素请拿好

## 健康科普

心脑血管疾病急性发作,致死致残,让人猝不及防。秋季转凉,严寒将至,猝死、心肌梗死、脑出血等急性患者明显增多。世界心脏日、世界重启心脏日、世界卒中日、世界急救日、中国心梗救治日均设在严冬即将来临之际,提前做好预防应对非常重要。

心脑血管疾病急性发作具有明显季节变化规律,急症患者随着天气变冷显著增多。秋冬时节气温降低,人体血管收缩,当达到一定程度时就会引起脏器缺血缺氧,诱发心脑血管疾病急性发作。针对常见诱因,我们有如下健康提示与倡议。

### 注意保暖御寒

居室内应保持18℃以上,除集中供热外,也可使用壁挂炉、空调、电暖器等设施使居室内更加温暖舒适。人体应避免长时间处于寒冷环境,应根据气温变化增减衣物,严寒时尤其应穿保暖

衣裤;头部、四肢是身体的重要散热部位,应穿戴保暖的帽子、手套和袜子避免体热流失;室外体育锻炼有助于提高人体御寒保暖能力。

### 居所适时通风

冬日里人们不愿外出,为了保暖往往紧闭门窗。密闭空间内氧气含量不足可引起大脑缺氧、心肺功能下降,部分人可出现头晕等症;换气不足还容易积聚病原微生物,通过感染性疾病诱发心脑血管疾病。因此,尽管冬日寒冷,但仍然提倡在阳光充足、风力不大的日子适时开窗、通风换气,时间不用很长,同时避免着凉。

### 严格控制血压

人体血压存在季节规律,寒冷天气的血压高于炎热天气。很多高血压患者秋冬时节血压上升,血压控制情况明显不如夏季。较高的血压水平和较大的血压波动加速动脉粥样硬化,容易诱发血管狭窄阻塞(急性心肌梗死、脑梗死等),存在隐性病变的血管更易受到

冲击,诱发破裂出血(脑出血)。因此,高血压患者在秋冬时节应避免自行停药减药,要严格监测血压和坚持低盐低油、戒烟限酒、适量运动等健康生活方式。

### 避免秋冬熬夜

睡眠是生命的需要,是人体机能恢复和修复的重要过程。寒冷时节熬夜严重损害心脑血管健康,极易出现致死致残的心脑血管意外事件。冬季气温低,人体为了维持体温,心脏需要更多能量维持泵血,熬夜将进一步加重心脏负担;冬季气温变化大,容易导致血管收缩和血压波动,熬夜会打乱人体生物钟,血管和血压规律性变化被破坏;冬季人体内分泌系统易受气温因素影响,熬夜加剧内分泌紊乱,导致血糖、血脂等代谢指标异常。总之,熬夜显著增加心脑血管风险,冬季更应注意保持规律的作息、保持充足睡眠。

### 保持肠道畅通

长期便秘增加肠道内压,肠壁血管

扩张,具有心脏毒性的有害物质重吸收增加;用力排便增加腹压和心脏瞬时负荷,血压骤然升高。因此,便秘是心脏性猝死、急性心肌梗死和脑卒中的重要诱因。寒冷季节,应特别注意肠道问题,增加水果、蔬菜、全谷类食物、豆类、坚果等高膳食纤维食物摄入,每天饮水2升以上;养成定时排便习惯,避免排便时过度用力或过度屏气;适量有氧运动有助于胃肠蠕动,严重便秘者应遵医嘱采取药物干预。

### 讲求科学洗澡

洗热水澡时会导致全身毛细血管扩张,全身血流重新分配,心脑血管等重要脏器回血量减少、缺血缺氧。同时,浴室狭小封闭,通风不良导致氧气不足。秋冬时节,人们洗澡时间更长、水温更高、更喜欢泡澡,洗澡更易诱发急性心脑血管事件。因此,提倡水温适度、时间不长的洗澡方式,缓慢变换体位,洗澡同时打开换气扇;不提倡饭后酒后立即洗澡。

(来源:荆州市卫健委)

## +医苑 简讯

# 体医融合 战胜卒中 市中医医院开展“世界卒中日”义诊活动

本报讯(特约记者汪振华 通讯员襄阳陵)2024年10月29日是第19个“世界卒中日”,今年的主题是——体医融合,战胜卒中。是日上午,市中医医院卒中中心脑病科(神经内科)携手脑外科(神经外科)、急诊科、康复科及针灸科专家团队,在该院杏林楼举办了一场大型义诊与健康教育活动。

活动现场,专家们接诊前来咨询就医的群众,医护人员引导群众测量血压、血糖并进行卒中风险筛查。脑病科专家为现场群众进行了主题为“体医融合、战胜卒中”的健康讲座,科

普如何早期识别卒中、正确进行卒中救治,同时告诉大家如何科学进行体育锻炼防治脑卒中。脑病科护士演示中医适宜技术,“耳穴埋豆”“火龙罐”等特色疗法吸引广大群众关注。活动还设置了互动问答、发放小礼品等环节,针对卒中预防、识别、急救措施等关键知识提出问题,群众积极参与,现场气氛热烈。

此次活动不仅为市民群众带来了切实的健康福祉,还极大地提升了公众对脑卒中的关注度与重视程度,增强了人们自我保健意识。

# 湖北省医学会医学工程分会学术年会在荆召开 共克医疗「卡脖子」技术

本报讯(记者赵保佳 卢成海 特约记者夏宇 通讯员鲁萌 胡艺之)如何进一步促进医工融合创新?先进医疗装备如何助力医疗新质生产力发展?10月25日至26日,2024年湖北省医学会医学工程分会学术年会暨医工融合、创新引领新质生产力发展大会在荆召开。来自省内外医学工程领域的众多知名专家汇聚一堂,共绘医工融合发展新蓝图。

医工融合,即医学和现代工程技术交叉融合,是推动医疗领域创新发展的重要途径,被公认为突破医疗“卡脖子”技术的关键钥匙。近年来,随着科学技术和医学专业的快速发展,大批高新医疗器械投入使用,大量先进技术成果得到应用,对医学工程专业提出更高的要求和挑战。新形势下,如何探索现代医学设备管理新模式、明确学科定位、加强学科建设、完善学科职能,已成为医院管理的重要课题。

本次学术年会由湖北省医学会医学工程分会主办,华中科技大学同济医学院附属协和医院、荆州市中心医院承办。大会围绕医学工程领域创新与发展、医疗设备运维及质量控制、医用耗材精细化管理等方面展开讨论,内容既包含目前学科前沿,又有学科发展中的难点和热点,为与会者提供了充分交流的平台。

“近年来,我市医学工程专业取得长足发展,但学科发展不平衡、发展不充分的问题依然存在。”市卫健委主任姜桂峰认为,本次会议为医工融合创新发展提供了新的思路,拓展了新的视野,搭建了新的沟通交流平台,为进一步推动荆州的医学工程学科建设及提升医学装备创新水平发挥出新更大贡献。

“医学装备是提升医学诊疗水平的重要载体,是促进卫生健康事业发展、提高人民群众健康水平的硬件基础。”市中心医院院长梅京松表示,会上,全国各地专家学者探讨分享医学工程领域的新进展、新理念、新技术,共同开辟医学装备管理新格局,将更好地为人民群众生命健康保驾护航。

公益广告

# 促进儿童身心健康 共同守护美好未来