

晋江市医院晋南分院：专家下沉送健康 精准服务暖民心

新年伊始，暖意先行。1月10日，晋江市医院晋南分院举办县域肿瘤诊疗能力提升CACA巡讲暨肿瘤筛查义诊咨询活动。活动邀请福建省抗癌协会会长陈传本带领的专家团队倾情助阵，通过专题授课、多学科义诊、现场手术、免费彩超筛查、免费CT筛查、免费消化道早癌筛查等丰富形式，将优质医疗资源与前沿健康理念送到群众家门口，切实提升区域肿瘤防治能力，惠及晋南片区及周边镇街群众。



学术领航：前沿诊疗理念精准赋能基层

上午9时30分，活动启动仪式如期举行。晋江市卫生健康局副局长洪肇堆、龙山镇相关领导及各医疗卫生单位业务骨干出席活动。仪式由该院党委书记罗金泉主持。

洪肇堆在致辞中指出，近年来，晋江市持续深化医药卫生体制改革，通过“攀高接强”“强基固本”双轮驱动，推动优质医疗资源扩容下沉。“晋南分院作为南部区域重要医疗中心，是晋江市夯实基层医疗网底的生动缩影。”他强调，当前，肿瘤疾病负担日益加重，提升县域肿瘤早筛、早诊、早治能力是卫健部门的重要职责，此次活动实现了学术赋能与惠民服务的有机结合，对完善区域肿瘤诊疗体系具有重要意义。

启动仪式后，CACA巡讲学术盛宴拉开帷幕。福建省肿瘤医院叶再生、陈有挺等5位专家分别围绕胃癌全程化管理、胰腺癌认知、泌尿生殖系统肿瘤多学科诊疗等主题开展专题授课，结合典型案例深入浅出解析诊疗难点，为基层医务人员带来前沿学术洗礼。罗金泉在接受采访时说：“此次巡讲为基层医务人员搭建了高效学习平台，我们将把专家分享的前沿理念与临床经验转化为实际服务能力，持续提升肿瘤规范化诊疗水平。”活动现场还举行了授牌仪式，陈传本向晋南分院授予“创新驱动服务站”牌匾，标志着该院在肿瘤防治创新实践领域迈出关键一步。

精准服务：定制手术诠释医者仁心

“太感谢医院了，在家门口就能享受到优质服务，省去了来回奔波的麻烦！”当天下午，在晋江市医院晋南分院的手术室里，经过精心准备的妇科手术顺利完成，患者王女士的家属难掩感激之情。据悉，王女士此前向该院提出妇科手术需求，医院了解情况后高度重视，结合此次活动专家资源优势，提前组织医疗团队完善术前检查与方案制定，最终在活动当天为其成功实施手术，以精准高效的服务解决群众急难愁盼问题。

这一暖心举措正是本次活动的特色亮点之一。罗金泉介绍：“我们始终坚持以患者为中心，针对群众提出的合理诊疗需求，主动统筹资源、优化流程，让惠民服务不仅停留在咨询筛查层面，更延伸到精准治疗环节，真正实现‘群众有需求，医院有回应’。”

义诊惠民：家门口享优质医疗省时省力

与学术巡讲同步，该院5号楼三楼大厅的义诊现场人头攒动，秩序井然。来自呼吸内科、肝胆外科、甲状腺外科等多个学科的专家团队坐诊咨询，为群众提供免费肿瘤筛查、病情诊断、用药指导等服务。现场设置的健康科普专区，通过宣传手册、专家讲解等形式，广泛普及早癌早筛早治理念，帮助群众树立科学防癌意识。

记者在现场看到，不少群众早早前来排队，其中既有携带既往病历的复诊患者，也有专程咨询防癌知识的老年人。“之前去省里看病要花大半天时间，路费、住宿费都是负担；今天在家门口就能让省级专家复诊，还做了免费筛查，太方便了！”来自龙湖镇的施大爷拿着检查报告高兴地说。据了解，本次义诊现场配备了齐全的检查设备，累计为200余名群众提供服务，发放健康科普资料300余份。

此次活动将学术交流、精准诊疗与公益服务深度融合，既提升了基层医疗服务能力，又切实减轻了群众就医负担。罗金泉表示，医院将以此次活动为契机，依托福建省抗癌协会“创新驱动服务站”平台，持续开展常态化专家下沉、学术交流等活动，让群众在家门口就能享受到更优质、更便捷的医疗服务，筑牢群众健康“防护网”。

新年焕新 别忘给健康档案“升级”



辞旧迎新之际，人们忙着整理物品，规划新年目标，却容易忽略一份关键的“健康资产”——个人健康档案。晋江市医院晋南分院公共卫生科科长邱秀差提醒，新年给健康档案做一次全面“更新升级”，系统梳理个人及家族疾病史、过敏史、用药记录等信息，能为就医提供精准参考，更助力基层公共卫生服务精准落地，守护全家健康。

为何要更新健康档案？ 精准医疗的“基础前提”

“很多人觉得健康档案‘建完就够用’，却忽视了身体状态的动态变化，这会让档案沦为‘死档案’，失去其应有的价值。”邱秀差解释，从公共卫生服务角度来说，健康档案是实现精准健康管理的基础，随着年龄增长、生活习惯改变，个人的健康数据会不断更新，家族疾病史也可能因新病例出现而补充，这些信息不仅是医生判断病情的重要依据，也是基层开展重点人群健康管理的关键参考。

她结合公共卫生工作经验举例：“曾有辖区居民就医时忘记告知近期新增的高血压病史，导致医生开具的药物与降压药产生相互作用，引发不适。而如果他的健康档案及时更新了这一信息，家庭医生团队在随访时就能提前预警并给出用药指导。”尤其是新年前后，不少人会进行年度体检，体检报告中的新数据整合到健康档案中，能让医生全面掌握身体状况，避免漏诊、误诊。邱秀差强调，健康档案不仅是个人的“健康账本”，更是基层公共卫生服务的“精准导航”，及时更新对个人健康管理和公共卫生服务优化都至关重要。

核心内容更新：三类信息缺一不可

更新健康档案并非“面面俱到”，重点要聚焦核心信息的补充与核对。邱秀差结合国家基本公共卫生服务规范要求，建议优先梳理以下三类关键信息：

一是个人及家族疾病史。除了已确诊的慢性病（如糖尿病、冠心病），还要记录过去一年新增的不适症状、确诊的新疾病，以及家族中新增的遗传性疾病患者信息。“从公共卫生管理角度，家族疾病史是重点人群筛查的重要依据，比如家族中有多人患高血压，这类人群就属于我们的重点随访对象，需提前做好健康干预。”邱秀差补充道。二是过敏史。详细记录对药物、食物、花粉等过敏原的反应，包括过敏发生时间、症状表现，避免就医时因遗漏信息导致过敏风险，这也是健康档案中不可或缺的核心信息。三是用药记录。整理过去一年的用药情况，包括药物名称、剂量、用药时长、停药原因，尤其是处方药的使用记录，方便家庭医生团队精准调整健康管理方案，也为后续就医提供参考。

规范管理：让健康档案“用得上、不遗漏”

更新后的健康档案，科学管理才能发挥最大价值。邱秀差结合基层公共卫生工作实践，给出具体建议：“可采用‘纸质+电子’双备份的方式，纸质档案可存放于家中固定位置，电子档案可优先使用‘健康晋江’微信公众号等官方平台存储，既能随时调取，又能保障信息安全。”

同时，要注意保护隐私，避免健康信息泄露。家庭健康档案建议“一人一档、集中管理”，尤其要关注老人和儿童这两类重点人群的档案更新。

孩子反复感冒总不好？ 中医建议这样调护

“医生，我家孩子这半年都感冒五六次了，刚好转没几天又开始咳嗽流涕，真是愁坏了！”在灵源街道社区卫生服务中心中医科诊室，家长王女士带着4岁的儿子小宇焦急地向医师陈克智求助。入冬以来，儿科呼吸道感染进入高发期，像小宇这样的反复上呼吸道感染患儿明显增多。陈克智医师结合多年儿科临床经验，为家长们解读儿童反复“上感”的防治要点。

案例：过度呵护反成“催病符”

陈克智医师仔细询问后了解到，小宇从小体质较弱，家长总担心他着凉，平时穿衣比同龄人厚不少，冬季更是极少出门。每次感冒后，家长都会立即给孩子服用抗生素和感冒药，可症状缓解后没多久就会复发。“这其实是很多家长的常见误区。”陈克智表示，小儿脏腑娇嫩、形气未充，肺脾常不足，过度保暖会导致孩子汗液蒸发不畅，毛孔持续张开，反而易受外邪侵袭，而滥用抗生素会破坏肠道菌群平衡，削弱免疫力，形成恶性循环。

针对小宇的情况，陈克智采用“中和思想”指导下的中药结合方案，急性期以疏风清热的中药汤剂缓解症状，配合温和的小儿推拿疏通经络；缓解期则侧重健脾益肺，开具调理方剂，并指导家长进行食疗辅助。经过一个月的调理，小宇的体质明显改善，近期未再出现感冒症状。

病因：不只是免疫力差，这些因素是关键

陈克智医师介绍，儿童反复上呼吸道感染在中医范畴属“易感儿”，核心病机是正气不足、卫外不固。从临床来看，除了先天禀赋不足，后天调护失宜也是主要诱因。“不少家长误以为多穿衣、多进补就能增强体质，实则适得其反。”他指出，儿童代谢比成人旺盛，过度保暖易引发“捂热综合征”，降低对温度变化的适应能力；而盲目进补会加重脾胃负担，导致食积化热，诱发感染。此外，缺乏户外活动，室内通风不良等环境因素，也会增加感染风险。

干货：中医调护三步走，增强体质少生病

如何科学防治儿童反复“上感”？陈克智分享了实用的中医调护方法。首先是日常护理要“得法”，遵循“要想小儿安，三分饥和寒”的古训，根据室内温度及时增减衣物，保持手脚温暖即可；每天定时开窗通风2-3次，每次20-30分钟，保持空气清新。其次是饮食调理要“对症”，脾胃虚弱的孩子可多吃山药、小米、南瓜等健脾食材，避免辛辣、油腻食物；感冒间歇期可饮用太子参瘦肉汤，帮助益气固本。最后是中医保健要“坚持”，家长可学习简单的小儿推拿手法，如按揉三里、捏脊等，每次5-10分钟，每周2-3次，能有效增强免疫力。

天使在身边 年终体检 你的报告看懂了吗？



岁末年初，年终体检报告陆续发放，不少人面对报告上的箭头和专业术语忧心忡忡。血脂、血糖、尿酸作为体检中最常出现异常的三大指标，其背后的健康信号常被误解。近日，记者专访晋江市医院（上海六院福建医院）健康管理中心内联组长、主管护师林华永，为市民权威解读这些指标异常的含义与科学应对方法。

血脂异常：血管的“隐形杀手” 分清好坏胆固醇是关键

“很多人看到血脂高就恐慌，其实要先分清指标类型。”林华永在该科日常负责体检业务的对接、检后随访、科普宣教的相关工作。她介绍，血脂主要看总胆固醇、甘油三酯、低密度脂蛋白胆固醇（坏胆固醇）和高密度脂蛋白胆固醇（好胆固醇）。其中，坏胆固醇升高是动脉粥样硬化的主要元凶，会增加冠心病、脑卒中风险；好胆固醇偏低则失去了血管“清道夫”的保护作用。林华永指出，不良饮食、缺乏运动、肥胖是血脂异常的主要诱因，“轻度异常无需急于用药，可通过减少油炸食品、动物内脏摄入，每周150分钟中等强度运动改善，3个月后复查；若显著升高，需结合家族病史进一步检查治疗。”

血糖异常：不只是糖尿病预警 前期干预可逆转

体检中空腹血糖偏高的人群逐年增多，不少人担心自己患上糖尿病。林华永解释，空腹血糖6.1-6.9mmol/L属于糖尿病前期，此时尚未发展为真正的糖尿病，是干预黄金期。“很多人因体检前熬夜、高糖饮食导致血糖一过性升高，建议先排除干扰因素后复查。”她表示，糖尿病前期可通过生活方式干预逆转，比如用粗粮替代精米白面，减少含糖饮料摄入，控制体重。若空腹血糖≥7.0mmol/L，需及时检测糖化血红蛋白，明确诊断后遵医嘱治疗。“大家还可以尝试监测一下自己的动态血糖，探索自己的食物密码。”林华永表示，动态血糖是其这几年一直想要给大众科普的一个知识点，以前这个监测费用比较高，很少人知道也比较不容易接受。现在动态血糖监测费用便宜了很多。通过动态监测，就可以协助自己更好地开展生活方式管理，直观地了解饮食、运动对血糖波动的影响。

尿酸异常：无症状也需警惕 饮食管控是核心

“男性尿酸超过420μmol/L，女性超过360μmol/L即为异常，即便没有痛风症状，也可能损伤肾脏。”林华永提醒，高嘌呤饮食、饮水不足是尿酸升高的主要原因。他建议，高尿酸人群需严格限制动物内脏、海鲜、啤酒摄入，每日饮水不少于2000毫升促进排泄。对于无症状轻度升高者，可通过饮食调整调整3-6个月后复查；若持续升高或合并高血压、肾病，需及时用药干预。林华永最后强调，体检指标异常是健康预警信号，而非疾病诊断。拿到报告后不必过度焦虑，应结合自身情况和医生建议科学应对，将健康管理融入日常生活，才能真正守护好身体。

成功救治重度有机溶剂中毒患者 晋江市中医院：多学科协同 中西医精准施救

近日，晋江市中医院重症医学科（ICU）凭借成熟的多学科协作机制与特色中西医结合救治模式，成功从死神手中夺回一名重度有机溶剂中毒患者的生命。44岁女性患者误服天那水（主要成分为二甲苯）后，瞬间陷入意识障碍、呼吸衰竭的危急状态；经ICU团队连续5个昼夜精准施救，目前已脱离生命危险，平稳转入普通病房康复。这充分彰显了该院在急危重症综合救治领域的过硬实力。



生死时速：筑牢生命“防护墙”

患者入院时已呈深度昏迷，呼吸功能濒临衰竭，情况万分危急。ICU团队第一时间启动急危重症急救预案，迅速实施气管插管辅助通气，为生命争取时间。肺部CT显示双肺感染，实验室检查提示严重电解质紊乱与代谢性酸中毒，多器官功能面临损伤风险。医疗团队当机立断，启动持续肾脏替代治疗（CRRT）联合血液灌流，快速建立体外循环“净化通路”，精准清除血液中的有机溶剂毒素，为后续器官功能保护筑牢基础。

中西协同：精准解毒促修复

在西医强效支持治疗的基础上，医院充分发挥中医特色优势，早期介入形成“解毒—修复”协同方案。ICU团队结合患者病情辨证施治，通过鼻饲郭氏清肠汤加减方，实现通腑泄浊、清热解毒的功效，既加速毒物排出，又有效保护胃肠黏膜；同时配合中医理气法调节气机运行，改善脏腑功能，助力机体整体状态恢复。仅

经3日协同治疗，患者意识成功转清，顺利脱离呼吸机，恢复自主呼吸，为后续救治奠定关键基础。

精准调控：平稳过渡保康复

治疗期间，患者曾出现严重电解质紊乱、心动过缓等并发症。ICU团队凭借丰富的危重症救治经验，通过24小时密切监测生命体征，精准调整用药方案与心率调控策略，逐步纠正内环境紊乱。持续70余小时的CRRT与血液灌流治疗，为重要脏器功能恢复提供了关键支持。经过5天全力救治，患者肺部感染吸收，胸腔积液减少，肝功能逐步恢复，生命体征趋于平稳，成功转入普通病房接受后续康复治疗。

医生提醒，天那水等有机溶剂毒性极强，少量误服即可危及生命，家中存放需与食品、儿童严格隔离。若发生误服，切勿盲目催吐，应立即拨打急救电话送医诊治。此次救治的成功，再次印证了晋江市中医院重症医学科在多器官功能障碍、急危重症综合救治方面的专业能力，也彰显了中西医结合在危重症救治中的独特优势。

科室巡礼

晋江市中医院重症医学科

晋江市中医院重症医学科成立于2010年，目前开放床位17张，配备中央监护系统、多功能呼吸机、持续肾脏替代治疗（CRRT）、主动脉搏泵反搏（IABP）等诊疗设备，电子病历（基层）中医重点专科，国家中医优势专科重症医学科专科联盟成员单位、福建省重症医学专科联盟成员单位、泉州市重症医学专科联盟核心成员单位、中国重症医学临床研究中心成员单位、中国腹腔镜平台晋江基地、福建心脏重症医学专科联盟成员单位。2023年，科室获评“泉州市青年文明号”。该科擅长脓毒症、脓毒性休克、重症肺炎等疾病的集束化治疗，具备急危重症、多器官功能障碍的综合救治能力，常规开展围手术期重症监护与管理，熟练掌握气管插管、机械通气、动静脉穿刺置管、床旁纤维支气管镜、重症超声、连续性血液净化等技术，并开展心肺复苏、经皮气管切开、亚低温治疗等核心救治技术。

麻醉守护手术、失眠人群有妙招

寒冬时节，气温骤降，不仅是呼吸道疾病的高发期，也给手术麻醉和术后恢复带来诸多挑战。同时，冬季日照短、气温偏低等因素，还容易诱发或加重失眠问题。近日，记者专访了晋江市医院（上海六院福建医院）麻醉科特聘主任颜景佳，围绕冬季手术麻醉安全与睡眠健康两大核心话题，带来权威科普解读。

冬季手术防“冷应激” 麻醉守护有妙招

“冬季手术最关键的风险点之一就是低体温带来的‘冷应激’，尤其是老人和慢性病患者，风险更高。”颜景佳主任开门见山。他近期接诊的68岁王大爷就是典型案例，老人因肺结节需进行胸腔镜手术，术前合并高血压、肺气肿，冬季低温让手术麻醉风险陡增。

针对这一情况，颜景佳团队为其制定了个性化方案，采用全省率先开展的保留自主呼吸不插管麻醉（Tubeless麻醉）技术，配合术中保温措施。“我们通过加温输液仪将液体加热至37℃，使用保温毯维持患者核心体温，同时术中不插管，少用肌松药，减少气道损伤和药物代谢负担。”颜主任介绍，最终手术顺利完成，王大爷术后4小时即可下床活动，6小时正常进食，避免了冬季术后常见的肺部感染和苏醒延迟问题。



颜景佳提醒，冬季手术患者术前要做好保暖准备，避免术前受凉；术后需遵医嘱加强呼吸功能锻炼，如深呼吸、咳嗽排痰，同时注意伤口保暖，减少感染风险。对于高血压、糖尿病患者，术前要将基础病指标控制稳定，降低麻醉中血压波动和血糖异常的风险。

冬季失眠别硬扛 麻醉疗法解难题

冬季光照不足、活动减少，不少人深受失眠困扰。来自泉州的陈先生就被失眠折磨了20年，冬季尤为严重，曾三四天无法入睡，辗转多地求医未果。经朋友推荐，他找到颜景佳主任领衔的全省首家“麻醉治疗与睡眠门诊”。

常睡眠。“冬季失眠多与神经功能紊乱、血液循环减慢相关，传统安眠药易产生依赖，我们通过麻醉技术调节中枢神经微循环，修复睡眠结构损伤。”颜主任介绍，自门诊开诊以来，已累计帮助1500余名失眠患者摆脱困扰。

颜景佳提醒，冬季失眠超过2周需及时就医，避免诱发高血压、免疫力下降等问题。日常可通过增加室内光照、适当运动改善睡眠，睡前避免受凉和过度兴奋。对于顽固性失眠，可选择麻醉治疗等非药物方案，安全戒断安眠药依赖。

作为多项麻醉新技术的发明者，颜景佳主任强调，冬季健康管理需“精准防护”，无论是手术患者还是失眠人群，都应重视个性化诊疗。市民可通过医院微信公众号预约咨询，获取专业医疗指导。