

一花引得百花开

——市人民医院党建赋能医疗创新

通讯员 陈双江 汪富涛

近年来，市人民医院以高度的责任感和使命感，推动党建与医疗业务深度融合。医院以“党建+肿瘤多学科协作(MDT)”为关键切入点，全力深化肿瘤多学科协作体系，走出了一条党建赋能医疗创新的特色之路。

党建领航，铸就MDT“红色引擎”

安康市人民医院充分发挥党组织的战斗堡垒作用，外科第四党支部联合内科第一党支部、内科第四党支部、携手普外科、胸外科、泌尿外科、肿瘤科、消化内科、呼吸内科、影像科、病理科等10个科室的党员及业务骨干力量，共同组建“肿瘤MDT小组”。通过构建“党委牵头、支部联动、党员带头”的三级协作机制，为MDT诊疗体系的高效运行提供了坚实的保障。

医院依托主题党日活动、肿瘤MDT讨论等多种形式，不断强化“以患者为中心”的服务理念，将党建工作与医疗业务紧密结合，以强大的组织力推动执行力显著提升。在“党建+肿瘤MDT”诊疗体系中，党员先锋模范作用得到了充分体现。医院设立“党员先锋岗”，积极推行“双培养”模式，将党员培养成业务骨干，把业务骨干培养成党员。党员专家充分发挥先锋模范作用，牵头组建MDT攻关小组，凭借高度的责任心、扎实的专业知识和丰富的临床经验，成功攻克了多个疑难病例。

“党建+肿瘤MDT”诊疗体系的强大优势，在高龄且病情复杂患者的治疗中得到了充分彰显。近期，普外科收治两名85岁以上高龄患者，均以“消化道出血、梗阻合并重度贫血”就诊，完善检查后分别明确诊断为胃癌和直肠癌，如不及时手术，患者将面临生命危险。经科室党员攻坚小组积极准备，党员专家团队MDT讨论后，为其量身定制了精准的手术治疗方案及术后抗肿瘤综合治疗方案，顺利及时地为高龄胃癌患者施行了“腹腔镜胃癌根治性全胃切除术”。另一位直肠癌患者，虽手术困难，但在普外科学术带头人、副院长鲁信军的指导下，医疗团队为其成功实施“腹腔镜左半结肠癌根治术”。



安康市人民医院肿瘤MDT小组开展讨论

两位患者术后均恢复良好。

为确保“党建+肿瘤MDT”诊疗体系能够长效、稳定运行，外科第四党支部通过集体决策，起草了《MDT规范化流程》和《多学科协作激励办法》。同时，建立了“病例筛选——讨论决策——跟踪反馈”的闭环管理机制，将MDT参与度与党员评优等直接挂钩，有效激发了党员和医护人员的内生动力，形成了比学赶超、积极向上的良好工作氛围。

多学科协作，重塑医疗新模式

MDT模式的推行，为患者带来了极大的便利。患者只需挂一次号或提交一次MDT申请，即可获得来自多个领域的专家联合制定的个性化治疗方案，真正实现了“一站式”诊疗服务。自MDT实施以来，共为38位肿瘤患者提供了精准治疗，患者平均等待时间缩短了40%，诊疗满意度高达98%。

针对罕见肿瘤、复杂疑难病例，MDT团队依托党建共建平台，积极拓展合作渠道，联合国内顶尖专家开展手术指导及“云端会诊”。医院与北京301医院、西安交大第一、第二附属医院、西京医院、唐都医院和陕西省人民医院、

陕西省肿瘤医院均建立了多学科长期帮扶带教关系，通过互联网会诊、定期来院查房、手术带教等方式，打破了地域限制，汇聚了各方智慧，为患者带来了更多的治疗希望。

此外，医院以MDT病例库为基础，积极推动建立“肿瘤大数据中心”。党员带头申报省市级科研课题，将科研与临床紧密结合，通过对大量临床数据的分析和研究，不断探索肿瘤诊疗的新方法、新技术，带动了医院肿瘤学科的快速发展和提升，提升了医院的整体医疗水平。

初心为民，传递红色温暖

在服务患者的过程中，医院始终坚守初心，将患者的需求放在首位。支部成立了“党员志愿随访小组”，为患者提供从诊断、治疗到康复的全方位“一站式”服务。党员志愿者们定期对患者进行随访，了解患者的康复情况，及时为患者提供健康指导和心理支持。

同时，医院还开设了“肿瘤无痛病房”，定期举办健康教育沙龙、营养课堂等活动，为患者提供了一个交流互动、分享经验的平台，帮助患者树立战胜疾

病的信心。通过这些贴心的服务举措，患者满意度达到了99%，让患者在治疗过程中感受到了家一般的温暖。

此外，外科第四党支部以党建为引领，聚焦紧密型对口支援与学科共建新路径的探索实践，勇于开拓“党建+帮扶”融合发展新模式。自2024年10月以来，选派副高级以上职称的党员同志到紫阳县中医院外科长期开展业务帮扶工作。帮扶团队充分发挥自身专业优势，累计开展三四级微创手术140余台，惠及患者100余人；开展教学查房90余次、线上线下业务培训学习20余次，并积极开展党纪党规、党的先进理论知识学习，使帮扶对象在医疗技术、医护业务能力及党员党性修养方面均有效提升。“党建引领业务发展”的模式，有效提升了基层医院的诊疗能力和服务水平，进一步保障了医疗质量安全，让基层患者，特别是“五保、低保”等困难人群在家门口就能享受到优质的医疗服务。

从“单科诊疗”向“多学科协作”深度转变，从“疾病治疗”向“生命关怀”全面升级，安康市人民医院发展的脚步永不停歇。下一步，医院将继续秉承创新发展的理念，持续深化“党建+肿瘤MDT”模式内涵，以紧密型城市医疗集团建设为契机，探索构建全市三级癌防治与肿瘤康复网络，推进“安康市肿瘤康复专科联盟”建设，打造区域性肿瘤康复中心，提升肿瘤救治与康复能力，形成“预防筛查——精准诊疗——智慧康复”全链条服务体系。进一步深化“党建联建”格局，与县域医共体、社区携手共建“肿瘤防治联合体”，整合各方资源，构建全生命周期服务体系，实现肿瘤防治工作的全方位覆盖。同时，持续深入实施“双培养”计划，选派青年党员赴国内顶尖医疗机构研修学习，为MDT发展储备核心力量，培养一批既懂党建又懂业务的复合型人才。

初心如磐，使命在肩。安康市人民医院将以党建为引领，以多学科协作为支撑，不断践行使命担当，奋力谱写新时代公立医院高质量发展的新篇章，为健康中国战略的实施贡献更大的力量。



久坐已被世界卫生组织列为十大致死疾病的杀手之一，全球每年有200多万人因久坐而死亡。久坐到底会引发哪些危害呢？下面我们一起来了解一下。

1、久坐会腰酸背痛。许多人在工作时不仅坐得久，坐姿还不端正，弯腰驼背、跷二郎腿，一整天下来腰酸脖子疼，感觉整个人僵硬得像一块木头。长期久坐会使腰部和颈部软组织长期处于张力状态，软组织缺血，继而产生腰肌劳损、颈部肌肉劳损。

2、久坐会让情绪不佳。有最新研究表明，运动缺失和久坐，可能会加重人们的抑郁和焦虑感。

3、久坐会引起各种慢性病。研究发现，相比于每天坐不到6小时的人来说，坐的时间更长的人患上糖尿病的可能性会翻倍。除此之外，久坐还会引起尿路感染、便秘、痔疮、肥胖等等。据研究数据统计，久坐会增加罹患各种癌症风险，坐的时间越长，患结肠癌、肺癌等癌症的风险就越高。

如何避免久坐的危害呢？三个字，动起来！

可以每隔一个小时设置一个闹钟，提醒自己每工作一个小时后起来走动一下，也可以做一下简单的伸展活动，例如颈部拉伸，轻轻转动头部，上下左右拉伸颈部肌肉，减轻颈部压力。

工作忙碌没时间活动怎么办？

第一，工作时要保持正确的坐姿。时时保持颈、胸、腰挺直，避免耸肩、弓背，可以在腰部放一个靠枕，减轻压力，双脚着地，不要跷二郎腿。久坐时可以有意识的踮踮脚尖，促进下肢血液回流，加速血液循环，防止血栓形成。

第二，可以更换小容量水杯，以增加接水和上厕所的频率，强制给自己创造起身走动的时间，走动起来。

第三，改变上班的通勤方式，例如骑自行车或走路，增大运动量。公交车可以提前一站下车，步行上班或回家。能爬楼梯就不坐电梯。

第四，在休闲时间可选择打羽毛球、跑步、游泳等多种方式进行锻炼。如果休息时间较少还可以选择高强度间歇锻炼，让人用最短的时间，达到锻炼效果，且能促进身体机能的提升，使人不容易感觉到疲劳。

久坐是我们无法完全避免的生活方式，但我们可以通过科学的方法来减轻其危害，改变从今天开始，让我们用行动守护自己的健康！

如何避免久坐的危害？

安康市疾控中心 付妍妍

9岁娃误吞硬币 石泉医护3分钟化险为夷

本报讯(通讯员 曹靖 吴薇)4月18日，石泉县一名9岁儿童因误吞硬币，出现吞咽困难、疼痛难忍且呼吸困难的状况，情况十分危急。石泉县医院麻醉科与内室的医护人员凭借精湛的医术和默契的配合，成功从“死神”手中抢回了患儿。

当天，该儿童在家人的陪伴下焦急地来到石泉县医院就诊。经初步检查，确认硬币卡在患儿食管内。若不及时取出，可能引发食管穿孔、窒息等严重并发症，危及生命。然而，医护人员面临一个棘手问题：由于小儿禁食时间较短，普通麻醉存在较高的误吸风险，这对麻醉方式的选择和操作提出了极高要求。

时间就是生命！石泉县医院麻醉科医生迅速对患儿进行评估，果断采取全麻插管的方式，以最大程度保障患儿安全。随着麻醉药物注入，患儿逐渐进入麻醉状态，顺利完成全麻插管，成功避免了误吸风险，为后续的内镜异物操作奠定了坚实基础。内镜室团队迅速行动，凭借娴熟技术，3分钟内精准定位并完整取出硬币。

当看到硬币被成功取出的那一刻，在场的医护人员和患儿家属都舒了一口气。患儿的吞咽困难和疼痛症状随即得到缓解，生命体征也逐渐平稳。

此次成功救治，充分彰显了石泉县医院医护人员精湛的医术、高度的责任感和默契的团队协作能力。未来，石泉县医院全体医护人员将继续秉持“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的职业精神，持续提升医疗技术水平与服务能力，为广大患者提供更优质、高效、安全的医疗服务，全力守护人民群众的生命健康。

爱是你我用心交织的生活

——宁陕县红十字主题志愿服务活动记事

通讯员 梓菘

今春，秦岭腹地宁陕县的旅游火爆出圈。子午梅苑景区游人如织，景区入口处，红十字志愿者们身着红马甲，在志愿服务点热情提供旅游咨询，桌上AED、急救包和宣传资料摆放整齐，格外醒目。

这只是宁陕县红十字系列主题志愿服务活动的一个缩影。今年一季度，宁陕县红十字会按照“一季一主题、一月一活动”安排，紧扣“志愿奉献，红十字在行动”主题，积极主动作为，整合各方资源，创新志愿服务形式，从慰问困难群众、关爱留守儿童、到服务乡村健康，一系列志愿服务活动，让红十字精神在绿都宁陕落地生根。

“博爱送温暖”：情暖山乡，传递关怀

春节前夕，宁陕县四亩地镇梁家关村村医徐小明家中，迎来一位特殊客人。身为红十字会会员的徐小明，因大病导致生活压力重。红十字志愿者们带着慰问救助金上门，让徐小明满是感激。

“博爱送温暖 温馨过大年”活动筹备时，红十字会工作人员深入调研，从孤寡老人、受灾群众、大病患者等特殊群体中精准筛选出158户困难家庭，筹集价值3万元的米面油等物资。活动开展时，50余名志愿者分组奔赴乡村，不仅送上物资，还与困难群众唠家常、解

忧愁，给予精神慰藉。

与此同时，春联义写活动在各乡镇热闹开场。义写现场红十字宣传展板前人潮涌动，志愿者们发放宣传资料，讲解人道救助政策，演示心肺复苏等技能，巧妙融合传统文化、急救科普与红十字宣传，为乡村增添别样年味。四亩地镇严家坪村吴朝林说：“活动既有春联，又能学急救知识，过年更有意思。”

春节后，宁陕县红十字会还组织60余名应急救援持证志愿者参与3场“迎新春”欢乐奔跑活动，全力保障参与者安全。

“安全童伴守护”：守护成长，用爱相伴

“叔叔阿姨教了我好多安全知识，以后我知道咋保护自己啦！”留守儿童小辉兴奋地说道，脸上绽放着灿烂笑容。2月11至18日，宁陕县红十字会联合共青团宁陕县委等单位，开展“红十字安全童伴守护”活动。

活动采用上门服务方式，33名红十字志愿者分成小组，走进30名留守儿童家中。志愿者们为孩子们送去崭新书包和学习用品，辅导功课，并开展安全知识教育。通过图片、视频及案例分析，给孩子们讲解交通安全、消防安全等实用知识。

“红十字安全童伴守护”活动也是红十字会“生命教育”系列活动的重要延伸。宁陕县红十字会联合共青团宁陕县委、县妇联、县教育局、县委社会工作部等部门，整合资源，构建全方位、多层次关爱体系。

与以往关爱留守儿童活动相比，“红十字安全童伴守护”活动精准定位服务对象，注重个性化关怀，多部门协同合作，在解决留守儿童学习、生活问题的同时，更关注其心理健康和社交能力培养，为留守儿童成长撑起“保护伞”。

“服务进镇村”：守护健康，情暖乡村

在全面推进乡村振兴背景下，宁陕县红十字会联合多家单位开展“红十字志愿服务进镇村”活动。3月4日安全生产和消防安全宣传“五进”活动中，县红十字会设置咨询服务点，组织志愿者宣传“三救三献”知识，演示急救操作，用趣味问答激发群众学习急救知识的热情。

3月10日下午，县红十字会向子午梅苑景区捐赠AED及急救包，设立志愿服务点。周末，红十字志愿者们服务点开展急救演示，展示心肺复苏、海姆立克急救法等技能，发放宣传资料，提升游客自救互救能力。咸阳游客李先生称赞：“在景区能学到急救知识，太意外了，游玩更安心。”

3月21日，宁陕县“三下乡”集中示范活动在皇冠镇举行，县红十字会组织志愿者同步开展“红十字志愿服务进镇村”活动。急救培训现场，志愿者们通过案例和模拟演练，让村民掌握心肺复苏、气道异物梗阻处理等急救技能，发放200余份资料。义诊现场，医疗志愿者为村民提供基础检查，解答健康问题。

截至目前，“红十字志愿服务进镇村”活动已组织志愿者15人次走进3个镇3个村(社区)11个企业，开展急救普及培训300余人、持证培训47人，义诊200余人次。

用趣味问答激发群众学习急救知识的热情。

3月10日下午，县红十字会向子午梅苑景区捐赠AED及急救包，设立志愿服务点。周末，红十字志愿者们服务点开展急救演示，展示心肺复苏、海姆立克急救法等技能，发放宣传资料，提升游客自救互救能力。咸阳游客李先生称赞：“在景区能学到急救知识，太意外了，游玩更安心。”

3月21日，宁陕县“三下乡”集中示范活动在皇冠镇举行，县红十字会组织志愿者同步开展“红十字志愿服务进镇村”活动。急救培训现场，志愿者们通过案例和模拟演练，让村民掌握心肺复苏、气道异物梗阻处理等急救技能，发放200余份资料。义诊现场，医疗志愿者为村民提供基础检查，解答健康问题。

截至目前，“红十字志愿服务进镇村”活动已组织志愿者15人次走进3个镇3个村(社区)11个企业，开展急救普及培训300余人、持证培训47人，义诊200余人次。

截至目前，“红十字志愿服务进镇村”活动已组织志愿者15人次走进3个镇3个村(社区)11个企业，开展急救普及培训300余人、持证培训47人，义诊200余人次。

截至目前，“红十字志愿服务进镇村”活动已组织志愿者15人次走进3个镇3个村(社区)11个企业，开展急救普及培训300余人、持证培训47人，义诊200余人次。

截至目前，“红十字志愿服务进镇村”活动已组织志愿者15人次走进3个镇3个村(社区)11个企业，开展急救普及培训300余人、持证培训47人，义诊200余人次。

截至目前，“红十字志愿服务进镇村”活动已组织志愿者15人次走进3个镇3个村(社区)11个企业，开展急救普及培训300余人、持证培训47人，义诊200余人次。

截至目前，“红十字志愿服务进镇村”活动已组织志愿者15人次走进3个镇3个村(社区)11个企业，开展急救普及培训300余人、持证培训47人，义诊200余人次。

截至目前，“红十字志愿服务进镇村”活动已组织志愿者15人次走进3个镇3个村(社区)11个企业，开展急救普及培训300余人、持证培训47人，义诊200余人次。

在女性的健康版图中，卵巢囊肿蒂扭转犹如一颗隐匿的“定时炸弹”，随时可能引爆，给女性身体带来严重危害。

近日，王女士因下腹剧烈疼痛，被紧急送入市妇幼保健院。急诊B超检查发现附件区巨大包块，妇科团队迅速做出诊断并紧急行腹腔镜手术治疗。术中未发现右侧附件可见一囊性包块大小约16x15x15cm，其蒂部扭转3圈半，术后恢复良好，于术后2日顺利出院。幸运的是该患者无生育要求，如果发生在未生育的女性朋友身上，将是一件非常遗憾的事情。因为卵巢一旦坏死，只能进行手术切除，极大地降低了生育能力。

今天就带领大家了解一下卵巢囊肿蒂扭转的相关知识，对于女性朋友保护自身健康至关重要。

什么是卵巢囊肿蒂扭转？

卵巢囊肿蒂扭转是妇科最常见的急腹症，约10%发生蒂扭转。正常情况下，卵巢位于盆腔内，通过韧带等结构固定。当卵巢上生长出囊肿，且囊肿体积较大、重量不均时，就像在卵巢上挂了一个“重物”。在一些诱因作用下，卵巢囊肿就会连同其附着的蒂部发生扭转。

卵巢囊肿蒂扭转的病因是什么？

当卵巢囊肿的蒂较长、活动度良好、重心偏于一侧时，在突然改变体位，如快速转身、弯腰、剧烈运动、妊娠等情况下，就可能发生扭转。

卵巢囊肿蒂扭转有什么症状？

1. 腹痛：这是卵巢囊肿蒂扭转最主要的症状，疼痛往往突发，较为剧烈，呈持续性，多位于单侧下腹部。有些患者形容这种疼痛犹如刀绞，难以忍受，会因疼痛而大汗淋漓，面色苍白，甚至休

克。疼痛可能会在改变体位时有所加重，这是因为体位变动可进一步加剧蒂部的扭转程度。

2. 恶心、呕吐：当卵巢囊肿蒂扭转发生后，由于局部疼痛刺激腹膜以及神经反射，会引起恶心、呕吐。这种恶心、呕吐通常较为频繁，且与进食关系不大，即使未进食也可能出现。

3. 腹部肿块：部分患者可在自己的下腹部摸到肿块，尤其是已知自己患卵巢囊肿的患者。在发生蒂扭转后，可能会感觉肿块更明显，且质地较硬。这是因为囊肿扭转后，局部血液循环障碍，囊肿出现充血、水肿所致。

怎样诊断卵巢囊肿蒂扭转？

通常医生会根据患者临床症状、病史、妇科检查以及超声等影像学检查来确定诊断。超声检查是诊断卵巢囊肿蒂扭转最重要的辅助检查方法。可显示卵

巢囊肿的位置、大小、形态以及囊内的回声情况，囊肿周围血流信号减少或消失，则提示囊肿的血液供应受到影响。

如何治疗卵巢囊肿蒂扭转？

一旦确诊卵巢囊肿蒂扭转，通常需要尽快手术治疗。手术的目的是解除扭转，恢复卵巢的血供，最大程度保留卵巢组织。如果扭转时间较长，导致卵巢组织坏死，则可能需要切除卵巢。

怎样预防卵巢囊肿蒂扭转？

1. 定期妇科检查，尽早发现卵巢囊肿并积极治疗。

2. 运动循序渐进，避免突然改变体位和剧烈运动。

3. 注意腹痛等征象，出现腹痛，立即就医。

4. 怀孕合并卵巢囊肿，应告知医生，定期产检，密切关注囊肿变化。

“关注女性 健康陕西”公益活动 在汉阴县人民医院举办



专家耐心解答群众问题

本报讯(通讯员 唐翠琴)4月19日，由陕西省超声医学工程学会、西安国际医学中心医院、陕西省预防医学会生殖健康专委会主办的“关注女性 健康陕西”大型公益活动在汉阴县人民医院成功举办。

此次活动，由陕西省超声医学工程学会、西安国际医学中心医院联合空军军医大学西京医院、陕西省人民医院、西安高新医院、西安大兴医院、安康市中心医院、安康市中医医院及安康市高新医院，精心选派20余名专家教授深入汉阴县，免费为广大女性进行甲状腺、乳腺、妇科等相关疾病检查与诊治，将优质医疗服务送至群众身边。

活动现场，医疗专家们凭借丰富的临床经验与先进的诊疗设备，为女性朋友开展一对一精准检查。从乳腺超声筛查乳腺疾病，到妇科超声排查生殖系统隐患，再到甲状腺超声检测评估内分泌健康，专家们耐心询问病史、细致检查，并针对异常结果提出个性化诊疗建议，细致入微的服务让每一位参与者倍感安心。“平时去西安看专家号很难，没想到这次专家直接来到了家门口，还能免费做检查，真是太贴心了！”刚做完检查的李女士感慨道。

下午的学术培训环节，聚焦超声医学前沿技术及临床应用，陕西省超声医学工程学会主任委员周晓东教授以《医生的第三只眼——超声技术的临床价值》为题，深入浅出地讲解了超声在疾病诊断中的重要作用；西安高新医院超声医学科主任周英华教授分享了《甲状腺结节的多模态超声诊断》，为基层医生提供了规范化诊断思路；西安国际医学中心李庆副主任医师围绕《甲状腺结节射频消融术》，详细介绍了微创治疗技术的优势及操作要点。培训内容紧贴临床需求，参会医务人员纷纷表示受益匪浅，对提升基层超声诊疗水平具有重要意义。

汉阴县人民医院将以此次活动为契机，进一步加强与西安国际医学中心医院的交流与合作，不断提高自身医疗水平与服务能力，为守护汉阴群众健康贡献更多力量。