

四法并举打造“博爱汉滨”

通讯员 王辉

“新配送车让蔬菜损耗少了、成本降了，市民吃得更新鲜了！”这是汉滨区红十字会为建民街道忠诚园争取中国红十字总会“博爱家园”项目带来的实效。该项目投入5辆蔬菜运输配送车，同步修建产业路破解园区道路互通难题。近年来，汉滨区红十字会深耕“三救三献”主业，巧用“加减乘除”工作法，扎实推进“十四五”规划与改革任务，以实干担当书写“博爱汉滨”建设新篇章。

服务大局做“加法”，彰显担当高度。在乡村振兴一线，争取总会“博爱家园”产业项目50万元，在定点帮扶村落实各类救

助款物6.5万元，将“红会所能”融入“乡村所需”。常态化开展备灾救灾，积极协同应对全区各类自然灾害，面对夏季持续旱情，争取抗早救灾资金20.5万元，缓解瀛湖、吉河两镇饮水难题。深耕共驻共建，常态化下沉培新街社区参与文明创建，在服务发展大局中彰显责任担当。

聚焦主业做“减法”，提升服务温度。深化应急救援培训“六进”工程，自带设备教具免费上门“送教”，2025年培训持证救护员2339名，普及培训超1万人次，让急救技能走进千家万户。推行“全程代办”服务，全年为1064户困难家庭送去米面

油，为6000名学子发放价值76万元的衣物，为101名寒门学子发放助学金50.5万元，为18名大病患者纾困8万余元。同时，构建多维筹资渠道，全年募集款物170.41万元，为民生服务筑牢资金保障。

弘德扬善做“乘法”，拓展认同广度。借“3·5学雷锋日”“5·8世界红十字日”等节点，结合村歌大赛、“三下乡”等本地活动，开展人道文化宣讲、“三献”知识普及、器官捐献缅怀纪念等志愿服务43场，累计服务692小时，惠及群众1.2万余人次，新增遗体器官捐献登记142例。大力弘扬社会主义核心价值观，培育先进典型，筹资

本报讯(通讯员 王丹)1月20日是第三个国家急救日，市卫生健康委开展机关党支部走进“120”急救中心暨“健康安康 急救护航”主题党日活动。

活动中，市卫健委机关党员干部实地观摩了“120”电话受理、指令派发、车辆调度的全流程，深切体会急救调度是生命通道畅通的关键保障。开展了急救技能培训，通过理论讲解、动作示范、案例分析相结合的方式，让干部们详细了解心脏骤停、气道异物梗阻等常见突发状况的应急处置方法，学习了心肺复苏、海姆立克急救法等急救技能。

市“120”急救指挥中心是守护全市人民健康的前沿阵地，急救知识是人人可学、人人可用的“生命技能”。近年来，全市卫健系统深入践行“人民至上、生命至上”的发展理念，推动构建“政府主导、专业支撑、全民参与”的急救网络，筑牢了全市人民生命安全防线，充分彰显了“卫健人”的专业素养和责任担当。

市卫健委开展「健康安康 急救护航」主题党日活动

市人民医院运用胸腔镜技术为临床诊断提供解决方案

本报讯(通讯员 汪定军)“胸闷气短20天，咳嗽1周”，37岁的张先生被不明原因的症困扰多日，胸部CT检查提示双侧胸腔积液，常规检查却始终无法明确病因。近日，市人民医院呼吸内科团队运用内科胸腔镜技术，成功揪出“元凶”——曼氏裂头蚴，针对性治疗后，患者症状已完全缓解。

内科胸腔镜在临床应用中价值重大，对应用于不明原因胸腔积液、胸膜粘连、自发性气胸等疾病和膈肌、纵隔等特殊部位的活检需求。数据显示，其对胸膜良恶性病变的诊断准确率超95%，大幅提升了疑难呼吸疾病的诊疗效率。

自该院运用内科胸腔镜技术以来，已为众多患者解除病痛，凭借创伤小、恢复快等优势获得患者广泛认可。

汉阴县人民医院荣获2025年度“双向认证”称号

本报讯(通讯员 罗苗苗)近日，2025年陕西省百万减残工作推进会在西安交通大学第一附属医院召开。会上，汉阴县人民医院荣获2025年度“陕西省二级卒中中心”与“先进卒中中心建设医院”双向认证称号。

大会期间，汉阴县人民医院神经内科业务主任曾兆云受邀担任国家卒中学院西北分院青年菁英会场主持人，王定波主任被陕西省卒中专科联盟授予“2025年度卒中临床研究先进个人”称号。同时，曾兆云、王定波还被聘任为陕西省卒中专科联盟临床研究专业委员会委员。

2025年8月，省级专家依据《2024年陕西省二级卒中中心建设指引评价标准(试行)》，从管理规范、技术能力、平台数据等多维度，对汉阴县人民医院卒中中心建设开展现场调研、指导及打分评价，该中心获评A级，综合评分位居全省第七，充分彰显该中心建设成效。

紫阳县人民医院开展“健康义诊+产业奖补”惠民活动

本报讯(通讯员 李晓芹)近日，紫阳县人民医院联合江苏省常州市第一人民医院“组团式”帮扶医疗队前往高桥镇板厂村，开展“健康义诊+产业奖补”惠民活动。

活动现场，医务人员为村民们提供了免费诊疗服务，耐心询问病史、仔细查体，重点针对高血压、糖尿病、眼部疾病、胃肠道疾病等常见慢性病患者给予个性化治疗建议和用药指导。义诊活动共为80余人进行了血压、血糖检测，发放健康宣传彩页200余份。

同时，医院包联干部为板厂村符合条件的产业发展户集中发放了产业补助资金，并详细解读相关奖补政策与后续扶持措施，鼓励村民将资金用于扩大特色种养规模，提升自身“造血”能力。活动当天共发放产业奖补资金5万余元，惠及产业发展户100余户。

吕河镇中心卫生院考核“把脉”村卫生室

本报讯(通讯员 陈子贤)近日，旬阳市吕河镇中心卫生院启动辖区村卫生室公卫服务专项考核，考核组历时5天完成对全镇20家村卫生室全覆盖检查，以精准考核为抓手，推动基层公卫服务质量提档升级。

考核聚焦基本公共卫生服务项目执行、居民健康档案管理、慢性病随访、传染病防控、健康教育宣传及国家基本药物制度落实等核心内容，通过查阅台账、实地核查、面对面访谈等方式，开展全方位、精细化评估。

考核针对健康档案信息更新不及时、随访记录不完整等问题，逐条列出问题清单提出整改意见，同步现场指导村卫生室优化服务流程，规范工作记录。“此次考核既是对基层公卫工作的全面‘体检’，更是以考促改、以考促优的关键抓手。”吕河镇中心卫生院负责人表示，近期卫生院将重点督促各村卫生室限期整改到位，常态化开展业务培训与镇村结对帮扶，持续夯实基层公共卫生服务根基，切实提升辖区群众的健康获得感与幸福感。



近日，石泉县积极组织医务工作者到熨斗镇为群众开展义务诊疗、健康咨询和冬季传染病防治、合疗报销政策等宣讲活动。

谭文昌 摄

市妇幼保健院成功救治体重650克早产婴儿



医护人员为早产儿做系列抢救措施



严格执行无菌化管理



医护人员为早产儿精心打造了“恒温温室”



家属为医护人员送锦旗表达谢意

本报讯(通讯员 刘子丽 文/图)近日，市妇幼保健院一名胎龄仅28周、出生体重仅650克的早产儿，在历经81天的精心救治与暖心呵护后，顺利康复出院。

这名曾经命悬一线的早产宝宝，成功闯过呼吸、感染、喂养等重重险关，体重已增长至2.25公斤，刷新了全市成功救治最低出生体重纪录。

时间回溯到2025年国庆期间，市妇幼保健院手术室响起紧急呼叫——一名

胎龄28周的胎儿即将提前降临。新生儿科抢救团队闻讯而动，携带转运暖箱及全套急救设备火速抵达。宝宝出生时，体重仅650克，全身皮肤薄如蝉翼，呼吸微弱。医护人员立即展开高级生命支持，气管插管、呼吸机辅助通气、建立静脉通道……一系列抢救措施紧张而有序，为这个脆弱的小生命筑起了第一道生命屏障。

营养支持是早产儿成长的关键。医

疗团队采取“毫克级精准喂养”策略，从微量开始，循序渐进，耐心应对喂养不耐受等各项挑战。感染是早产儿面临的最大威胁，该院严格执行无菌化管理，从环境消毒到人员接触，每个环节都极为严谨。在此基础上，该院还为婴儿精心打造了“恒温温室”，严格调控光线与噪音，并通过开展“家庭参与式护理”，引入袋鼠式护理、音乐疗法等方式，让救治过程充满温度与亲情。

此次成功救治，不仅托起了一个家庭的希望，也充分体现了市妇幼保健院在危重新生儿救治技术上扎实深厚的积累、医疗过程中始终贯彻的人文关怀理念。



青少年如何做好近视防控?

安康职业技术学院医学院 唐德荣

寒假是青少年近视的高发期，主要与假期用眼习惯改变、户外活动减少等因素有关。青少年近视是人们既熟悉又陌生的话题，近视主要是眼球结构变化导致光线聚焦在视网膜前方，而非直接落在视网膜上，从而造成远距离物体模糊不清。高度近视会大大增加了未来罹患青光眼、视网膜脱离、黄斑病变等致盲性眼病的风险。因此，预防青少年近视问题刻不容缓。

一、导致近视的主要原因

一是遗传因素。如果父母一方或双方患有近视，子女患近视的风险会显著增加。研究表明，高度近视(>600度)与多个基因相关。

二是环境与行为因素。这是近年来全球近视率飙升的主要原因，正常情况下，婴儿出生时双眼呈远视状态，过早视觉刺激、环境“光污染”、长时间近距离用

眼等是主要诱因。其他因素：有研究表明，高糖饮食、维生素D缺乏可能与近视发展相关。

二、如何预防近视与控制进展

防控的核心是：科学、系统、早期。首先“光”是营养素。户外活动是基石，户外自然光的高照度能刺激视网膜释放多巴胺，有效抑制眼轴过快增长。其防控效果是目前最明确、最经济的方法。确保儿童每天白天户外活动2小时以上，关键在于“户外”和“白天”，而不在于运动强度。学校应保证课间出教室、体育课不被占用。家长应将户外活动作为家庭每日“必修课”。

其次“近”是主要诱因。减少持续近距离用眼，严格遵守“20-20-20”原则(每20秒近距离用眼20分钟，向6米外远眺20秒以上)。读写时坚持“一尺一拳一寸”的正确姿势；提供光线充足、适宜高度的书桌。

应尽量减少电子屏幕使用时间，优先选择大屏幕并保持远距离观看。

再次“诊”是安全阀门。建立屈光发育档案，从3岁起，每年至少一次到正规医疗机构进行全面的眼科检查，建立个人屈光发育档案，在近视苗头出现前就进行强化干预。

三、科学矫正与控制

若近视已经发生，目标应转变为“正确矫正”与“延缓进展”，避免发展为高度近视。首选具有防控功能的医学手段：

- 1.低浓度阿托品滴眼液：经研究证实能有效延缓近视进展，需在医生指导下使用并定期复查。
- 2.特殊光学设计眼镜或隐形眼镜：如角膜塑形镜(OK镜)、多焦点离焦软镜、离焦设计框架镜等，通过光学干预形成“周边离焦”信号来抑制眼轴增长。规范配戴合适度数的眼镜，避免陷入“眼镜越戴越

深”的误区，模糊的视觉反而会加剧眼睛疲劳，加速近视发展。

四、近视防控是一场“持久战”

当前，近视防控已上升为国家战略。全社会需营造支持儿童“目”浴阳光、减轻近距离用眼负荷的大环境。学校与家庭应成为户外活动的推动者、科学用眼的监督者、定期检查的参与者，帮助青少年从小建立爱护眼睛的自觉意识。医疗机构应从建档、预警到医学干预的全程专业服务。

近视防控是一场“持久战”，没有一劳永逸的神器。我们今天在孩子眼睛上投入的每一分努力，都是在为他们未来的视觉健康和生活质量投资。从今天起，带孩子走到阳光下，为他们预约一次全面的眼科检查，这就是参与这项“大计”最切实的一步。

科普角