

绿色通道为生命护航 警医联动助母婴平安

本报讯(记者 郭凡)“感谢安阳交警的一路加急护送,感谢安阳市妇幼保健院医护人员专业又及时的救治。谢谢你们,是你们让我和宝宝都平平安安的!”12月8日,回忆起那晚惊心动魄的跨省紧急救援,已顺利康复的产妇胡女士激动地说。

11月25日晚高峰,暮色中的安阳街头车流如织。河北省临漳县孕32+周的胡女士在前往我市妇幼保健院就医途中突发羊水破裂,胎儿随时可能因羊水过少引发宫内窘迫或脐带脱垂,危及胎儿生命。一场与时间赛跑的紧急救援在安阳这座城市悄然启动。

我市交警接到警情后,立即规划最优路线并启动“绿波”信号灯,全程警车开道,仅用8分钟便将胡女士安全送达目标医院——安阳市妇幼保健院。而此刻,市妇幼保健院早已同步启动急诊救治预案,“孕产妇急诊救治绿色通道”随即开启。

接到警情联动信息后,一条“启动危重孕产妇救治应急预案”的指令迅速传递至市妇幼保健院各相关科室。“绿色通道就是‘零等待’,必须做到孕妇到院即接、接后即治,丝毫不能耽



医护人员护理新生儿(医院供图)

搁。”市妇幼保健院生理产一科主任孔双表示。

当载着胡女士的车辆稳停在医院急诊门口时,早已等候在此的专职引导员立刻上前,无须家属排队登记,直接推着平车将胡女士送往产科急诊诊室,同时引导家属快速办理手续、完善相关

检查。经检查,胡女士被确诊为胎膜早破,且胎儿孕周不足月,其肺部发育尚未成熟,若不及时干预,极有可能出现新生儿呼吸窘迫综合征。“必须立即给予促进胎儿肺成熟和大脑中枢神经系统保护治疗,动态观察胎心和羊水变化,同时做好‘即刻剖宫产’准备。”

孔双说,医院随即召集超声科、新生儿科、产房、手术室、麻醉科等开展多学科会诊(MDT),快速敲定救治方案。

在多学科医护团队的通力协作下,胡女士顺利分娩一名男婴,母子各项生命体征平稳,这场跨省救援最终以“母婴平安”画上圆满句号。在孔双眼中,这样的紧急救援并非偶然:“我们的绿色通道不是‘临时开通’,而是‘常态备战’,从急诊接诊到多学科联动,每个环节都有明确的流程和责任人,就是为了在危重孕产妇救治中抢出哪怕一秒的黄金时间。”

作为市级危重孕产妇救治中心,市妇幼保健院的“孕产妇急诊救治绿色通道”已运行多年,通过“提前预警—专人引导—多科联动—优先救治”的模式,成功救治多例危重孕产妇。无论是突发高危病情,还是跨区域转诊病例,该院总能快速响应,用专业的医疗技术和高效的协作机制,为母婴安全筑起坚固防线。

如今,胡女士和她的宝宝已顺利度过观察期,而那条曾为她紧急开启的绿色通道依旧在默默守护着每一位孕产妇的平安,用责任与速度续写着“生命至上”的温暖故事。

●专家话健康

血常规报告上的“贫血信号”教您识别身体里的“红色危机”

□夏方方

在日常的检验工作中,医院的工作人员每天都会处理大量的血常规标本。一张张布满数字的报告单就像身体的“健康密码”,悄然诉说着您的健康状况。其中,贫血是一个检出率极高却又最容易被大家忽视的问题。

今天,就让我们化身“解码专家”,一起从血常规的细微数据中寻找“贫血信号”,教您识别身体里的“红色危机”。

一、贫血并不是血少了,那什么是贫血?

贫血是指人体外周血红细胞容量减少,低于正常范围下限的一种常见临床症状。打个比方,红细胞就像血液中的“运输船”,血红蛋白则是船上“搬运工”,它们的任务是携带氧气到全身各个器官。当“运输船”或“搬运工”数量不足时,身体就会“缺氧”,出现心慌气短、头晕没劲儿、脸色苍白等症状。

二、当我们拿到血常规报告时,不必被一堆“↑”“↓”箭头吓到,首先请锁定以下三个核心指标

1. 血红蛋白(Hb)——贫血的重要信号。血红蛋白是红细胞内的蛋白

质,负责携带氧气,临幊上诊断贫血主要是看血红蛋白浓度。

国内贫血诊断标准:海平面地区,成年男性血红蛋白<120g/L,成年女性(非妊娠)血红蛋白<110g/L,孕妇血红蛋白<100g/L。血红蛋白值越低,表示贫血程度越严重,轻度贫血(90g/L~正常下限),中度贫血(60g/L~89g/L),重度贫血(30g/L~59g/L),极重度贫血(<30g/L)。

2. 红细胞计数(RBC)——红细胞数量。直接反映单位体积血液中红细胞的数量。但需要注意的是,在某些类型的贫血中,红细胞数量可能仅轻微减少,而血红蛋白下降明显。

3. 血细胞比容(Hct)——血液的“浓缩度”。又称红细胞压积,表示红细胞在全血中所占的体积百分比。这个指标可以帮助判断贫血是否与血液稀释或浓缩有关。

三、细胞的“体型”决定贫血的类型

仅仅发现贫血还不够,就像医生治病要找到病因一样,我们还需要通过血常规中的其他指标来初步判断贫血的类型,这里的关键在于观察红细胞的“体型”变化,主要看以下指标:

1. 平均红细胞体积(MCV)告诉我们每个红细胞的平均大小,是判断贫血不是小事,它是藏在身体里

贫血类型的核心指标。

小细胞贫血:MCV<80fl,红细胞个头偏小,颜色较浅,主要问题是血红蛋白合成不足,常见于缺铁性贫血、地中海贫血等。

正细胞性贫血:MCV在80fl至100fl之间,红细胞大小正常,但数量不足,如再生障碍性贫血、部分溶血性贫血等。

大细胞性贫血:MCV>100fl,红细胞体积偏大,多见于巨幼细胞性贫血(缺乏叶酸或维生素B12)等。

2. MCH(平均红细胞血红蛋白含量)反映每个红细胞内血红蛋白的平均含量。

3. MCHC(平均红细胞血红蛋白浓度)反映红细胞内血红蛋白的浓度。

4. RDW(红细胞分布宽度)反映红细胞大小的均匀程度,RDW增高提示红细胞大小不均。

四、贫血≠缺铁,认识贫血的多面性

仅仅发现贫血还不够,就像医生治病要找到病因一样,我们还需要通过血常规中的其他指标来初步判断贫血的类型,这里的关键在于观察红细胞的“体型”变化,主要看以下指标:

1. 平均红细胞体积(MCV)告诉我们每个红细胞的平均大小,是判断贫血不是小事,它是藏在身体里

的“红色危机”。

轻度贫血可能仅导致轻微乏力、头晕,对日常活动影响较小;中度贫血会明显加重乏力、心慌气短等症状,降低工作和学习效率;重度贫血可能引发面色苍白、呼吸困难、心律失常,甚至影响心脏功能;极重度贫血会严重危及生命。

五、体检发现贫血后正确的做法

1. 携带血常规报告就医,不要自行补铁或服用补血药物。

2. 根据医生建议进行下一步检查,如铁代谢、叶酸和维生素B12水平测定等。

3. 明确贫血类型和原因后,需要在专科医生指导下治疗。

4. 治疗过程中需要定期复查血常规,评估疗效。

让我们重视每一份检查报告,及时发现、正确诊断、针对性治疗,从根本上解决贫血这个“红色危机”,成为自己健康守护的第一责任人!

(作者系安阳市疾病预防控制中心微生物检验副主任技师)

本栏目由安阳市疾病预防控制中心、安阳市健康教育所主办

传递健康活力 共赴健身盛宴

文峰区老年体协开展“燃情冬日·健步同行”持杖健走冬季运动会

本报讯(记者 张武杰 通讯员 黎明)12月6日上午,文峰区老年体协持杖健走专项委员会三角湖健步总队“燃情冬日·健步同行”持杖健走冬季运动会在市文体中心举行,众多持杖健走爱好者齐聚赛场,以运动之名传递健康活力,共赴冬日健身盛宴。

本次持杖健走冬季运动会以丰富中老年群体冬季文体生活、强化团队凝聚力为核心,着力推广持杖健走这一科学健身方式,助力全民健身理念落地生根。赛事精心设置男女混合个人赛、男子个人赛、女子个人赛三大项目,公平公正开展竞技比拼,每个项目分别评选出前三名,以赛事激励激发

大家参与健身的热情。

赛场上,参赛队员精神抖擞、身姿矫健,手持健杖整齐摆臂、稳步前行,动作规范协调,充分展现出良好的运动素养与默契的团队协作精神。赛场边,加油声此起彼伏,志愿者全程热忱服务,全方位保障赛事有序推进,尽显全民健身的浓厚氛围。

此次持杖健走冬季运动会的成功举办,不仅丰富了文峰区中老年群体冬季文体活动内涵,展现了新时代中老年人积极向上的精神风貌,更为安阳市冬季群众性体育活动注入了新活力,进一步推动全民健身事业蓬勃发展,全方位保障赛事有序推进,尽显全民健身的浓厚氛围。

笔墨飘香颂华年 反诈宣传入人心

北关区老年人书画专项委员会举办主题笔会

本报讯(记者 张武杰 通讯员 贺文激)12月5日上午,北关区老年人书画专项委员会一行13人走进我市一家保险公司,一场集文化传承与公益宣传于一体的“笔墨颂华年”主题笔会温情启幕。活动以笔墨为桥,以反诈为核,为到场的数十位群众奉上了一场兼具艺术韵味与时代意义的文化盛宴。

书画艺术是中华文脉之瑰宝,反诈宣传是守护民生之要务,二者相融,既彰显“文以载道”的传统智慧,也契合“守护幸福”的时代需求。活动中,北关区老年人书画委员会会员们挥毫泼墨,篆隶楷行各显神韵,梅兰竹菊栩栩如

生,一幅幅饱含家国情怀的书法作品、寓意吉祥的花鸟国画,既展现了老年人“老有所乐、老有所为”的精神风貌,也将防金融诈骗知识巧妙融入创作,让群众在欣赏艺术之美的同时筑牢安全防线。

现场墨香四溢,笑语盈盈,群众或驻足观赏,或交流心得,或咨询反诈知识,气氛热烈而温馨。此次笔会以文化为媒,将传统艺术与现代公益有机结合,既传承了中华优秀传统文化,又普及了金融安全知识,真正实现了“以墨传情、以艺反诈”,为构建和谐稳定的社区环境增添了文化力量。



笔会现场(贺文激 摄)

重点疾病 防控专栏

冬季预防老年人跌倒——雨雪天气出行指南

□郭中正

冬季雨雪天气使室外环境危机四伏。老年人出行需掌握安全要领,养成良好习惯,才能有效规避风险。

首先,密切关注天气预报,尽量减少雨雪、大风等恶劣天气外出。若必须出门,要提前规划路线,优先选择已清扫除冰、光线良好、无障碍的道路。夜晚能见度低,非必要不出外,如需外出,务必携带照明工具。

其次,牢记“慢、稳、看”三字诀:慢——放慢所有动作速度,上下台

阶、乘坐交通工具时务必站稳扶好,切忌匆忙;稳——穿戴防滑鞋,必要时使用手杖,走路步幅宜小,可学习“企鹅步”,外八字行走,增加稳定性;看——时刻注意观察路面,主动绕开冰面、积水和坑洼处。

最后,有备无患保平安,随身携带手机并保持电量,备好写有姓名、紧急联系人和病史的应急卡片。途中感到疲劳应主动休息,避免因体力不支导致意外。

安阳市疾病预防控制中心

安阳市健康教育所

流感季,如何安全合理使用抗流感病毒药物?

□刘冰凌

根据中国疾病预防控制中心数据,目前全国流感活动进入快速上升阶段,当前流感病毒以甲型H3N2亚型为主,其主要特点是易变异、传播快和致病性强。临床症状主要为高烧不退(39°C以上)、全身肌肉疼痛、头痛、乏力和干咳等。临幊上常用的口服抗流感病毒药为阿比多尔、奥司他韦、玛巴洛沙韦和玛舒拉沙韦。它们各自有哪些特点?该如何选择呢?

一、作用机制比较

流感病毒对人体的感染过程主要包括侵入、复制、释放三个步骤。临幊上常用的抗流感病毒药物,作用于病毒增殖的不同时期。玛巴洛沙韦、玛舒拉沙韦两者作用机制相同,为近两年新获批上市药品。

二、特殊人群用药

阿比多尔、奥司他韦、玛巴洛沙韦和玛舒拉沙韦均可用于甲流和乙流的治疗,其中仅奥司他韦说明书推荐可用于密接后流感的预防,适用人群以及肝肾功能不全患者的用药推荐如下:

项目	阿比多尔	玛巴洛沙韦	玛舒拉沙韦	奥司他韦
适用人群	成人	5岁及以上人群	12岁及以上人群	1岁及以上人群(奥司他韦干混悬剂可用于2周龄以上人群)
妊娠期	慎用	无数据	无数据	妊娠3级,权衡利弊,用药无须调整剂量
哺乳期				哺乳分级L2级,建议每次用药前先进行哺乳
肝功能不全	无数据	轻中度肝功能不全无须调整剂量	轻度肝功能不全无须调整剂量;中度肝功能不全慎用	轻中度肝功能不全无须调整治疗剂量
				重度肝功能不全数据尚不充分,不推荐
肾功能不全	严重肾功能不全者慎用	肌酐清除率≥50ml/min时无须调整剂量;重度肾损害数据尚不充分,不推荐	数据尚不充分,不推荐	肌酐清除率>60ml/min时无须调整治疗剂量;肌酐清除率≤60ml/min时需根据肌酐清除率相应调整剂量

三、用药时机

在流感发病早期,特别是发病的48小时内,病毒在体内复制活跃,尽早使用抗病毒药物可以更有效地抑制病毒的复制。因此,抗病毒药物治疗建议在发病48小时内给药。针对重症流感患者,即使发病已超过48小时,给予抗病毒药物治疗仍可降低病死率。

四、用药注意事项

阿比多尔和奥司他韦用于流感治疗时,每天需多次给药,疗程5天;而玛巴洛沙韦和玛舒拉沙韦均为单次服药,用药一次即可,患者服药的便利性和依从性较高。

奥司他韦建议进食时服用,以减轻恶心、呕吐等消化道反应;玛巴洛沙韦和玛舒拉沙韦避免与含金属离子的食物或药物同时服用,如乳制品、钙强化饮料、含高价阳离子的泻药、抗酸药或口服补充剂(如钙、镁、硒或锌)等。

所以,奥司他韦和玛巴洛沙韦可作为首选的流感治疗药物,玛舒拉沙韦可作为备选治疗药物,阿比多尔也可以使用。

在流感高发季节,最有效的预防方法是接种流感疫苗,同时注意日常防护细节,勤洗手、戴口罩,保持家居环境通风和清洁,尽量避开人群密集的场所。

(作者系安阳市人民医院药政部主任药师)

加强健康知识宣传 提高人民健康水平

用健康素养赢取健康未来

12月12日是“国际全民健康覆盖日”,全民健康覆盖指所有个体和社区获得所需卫生服务且不会造成经济困难,涵盖健康促进、预防、治疗等全周期服务,其中健康促进与预防是健康的第一道防线。全民健康覆盖的核心愿景是“人人享有优质卫生服务”,实现这一目标,不仅依靠医疗卫生系统,更需要我们每个人主动进行健康促进,提升自身的健康素养。

健康促进是指通过创造支持性的环境和社会,赋予人们掌控并改善自身健康的能力。它不仅是

(本报记者 郭凡 整理)

传播健康知识 搭建医患平台

本版由安阳市卫生健康委员会协办