



编辑/杜燕琴
版式/任宝红
校对/樊莉莉

木垒县总医院：推行“小而美”服务 彰显医疗“大温暖”

本报通讯员 李钰 张旭祥

今年以来，木垒县总医院聚焦患者就医体验，从细微处入手，创新推出全院一张床、检查结果互认、无偿献血者免普通门诊查费等多项“小而美”服务举措，持续提升医疗服务温度与品质，切实改善患者就医体验。

全院一张床：打破壁垒，缩短住院等待时间

为缓解住院床位供需矛盾，木垒县总医院创新实施“全院一张床”管理模式，打破过去科室床位“各自为政”的局限，由住院部统一调配全院床位资源。

“当科室床位已满，而患者病情允许跨科收治时，我们会立即协调将患者安排至其他科室空余床位，确保急危重症和符合住院指征的患者应收尽收、及时入院，有效盘活现有资源，缩短等候时

间。”木垒县总医院副院长赛力克·塔来说。

结果互认+双向转诊：减轻负担，优化诊疗流程

木垒县总医院积极推动区域内医疗机构检查检验结果互认，凡符合国家及自治区互认标准的检验报告和影像资料，在区域内医疗机构均予以认可，切实减少重复检查，降低患者就医成本。患者阿先生对此深有感触，他说：“我弟弟在乡镇分院拍的片子，到总医院也能用，不用重复拍片，省时又省钱。”

同时，医院进一步畅通“双向转诊”绿色通道，与乡镇分院等基层医疗机构建立上下联动、责任明确的协作机制，规范转诊流程，确保患者“上转医院接得住、下转基层接得稳”，逐步构建起科

学有序的分级诊疗格局。

礼遇献血者：传递温暖，让爱心有回响

为营造崇尚公益、关爱献血者的良好社会氛围，木垒县总医院推出无偿献血者就诊优待政策。无偿献血者凭献血证等有效证件到院就诊，可直接享受普通门诊查费减免。患者严先生说：“我去年献过血，今天挂号时医生主动告知查费全免。钱虽不多，但心里特别暖，感觉善举被看见、被尊重。”该举措不仅是对献血者奉献爱心的实质回馈，也体现了医院履行社会责任，弘扬正能量的担当，推动形成“奉献—回馈—再奉献”的良性循环。

木垒县总医院院长赵永胜表示，医院将推出更多贴心、便捷、暖心的服务，全力建设有温度、高品质的现代化医院。



近日，木垒县总医院内二科医生为患者做检查。

□张旭祥摄

健康快讯

昌吉州举办新生儿复苏技术培训暨技能大赛

本报讯 通讯员安小红报道：近日，由昌吉州卫生健康委员会主办、昌吉州人民医院承办的2025年昌吉州新生儿复苏技术培训暨新生儿复苏技能大赛举行。来自全州12家医疗机构的70余名医护人员参加了培训，44人参加了技能竞赛。

培训邀请专家授课，围绕新生儿复苏概论、初步复苏、气管插管、胸外按压及新生儿稳定复苏等10余个专项内容，开展系统培训与实操考核。

在新生儿复苏技能大赛中，来自昌吉州各县市的11支队伍同台竞技。比赛模拟真实分娩场景，全面考核团队在复苏准备、现场操作及复苏后处理等方面的综合能力。各参赛队选手配合默契、操作规范，展现出扎实的专业技能与良好的人文关怀素养。

此次活动通过以训促学、以赛促练的方式，有效提升了医护人员的实战能力与团队协作水平，为提升昌吉地区新生儿危重症救治能力注入新动能。

新医大一附院昌吉分院

脂肪肝门诊开诊

本报讯 通讯员曾涵报道：10月22日，新疆医科大学第一附属医院昌吉分院脂肪肝专科门诊正式开诊。该门诊将为肥胖合并脂肪肝患者提供从“评估—干预—随访”的全周期、系统化健康管理服务，助力患者科学控制体重、改善肝脏健康。

该脂肪肝门诊以“科学减重、逆转肝病”为宗旨，依托多学科协作模式，为每位患者制定个性化综合管理方案，涵盖营养指导、运动处方、行为干预与必要药物治疗，助力患者实现体重与代谢指标同步改善，从根源上控制并逆转脂肪肝。

专家提醒，肥胖人群应重视定期筛查，包括肝功能、血糖、血脂和体脂率等指标，实现对脂肪肝及相关代谢异常的早发现、早干预。已确诊合并代谢性疾病者，切勿自行盲目减重，应在专科医师指导下，结合自身健康状况制定安全可控的减重计划，确保健康、科学地完成体重管理目标。

阜康市妇幼保健院

开设小儿推拿课程

本报讯 通讯员唐艳玲报道：10月16日，阜康市妇幼保健院父母学校融合传统医学智慧与现代育儿理念，开设了以“关注传统医学，传承国学精髓——小儿推拿”为主题的实用课程。为新生代家长提供了一种安全、有效、无副作用的绿色保健方式，成为守护婴幼儿健康的新选择。本次活动共吸引20余名儿童及家长参与。

小儿推拿根植于中医阴阳五行、经络学说等国学基础理论，通过特定手法刺激体表穴位，调节脏腑功能、疏通气血，从而激发儿童自身抗病能力，达到防治疾病的目的。

课程中，专业医师系统讲解并演示了几种适用于退烧的核心手法，如清天河水、退六腑、推脊等，对小兒高热具有显著缓解效果。这些手法简单易学，但需在专业医师的指导下辨证施治。课后，医院还为参与活动的小朋友送上温馨小礼物。

健康视点

积极防治卒中 守护大脑健康

——昌吉州人民医院专家详解防治要点

□本报实习记者 马军 通讯员 贾佳

2025年10月29日是第20个“世界卒中日”。卒中中具有高发病率、高致残率、高死亡率、高复发率的特点，是威胁生命健康的主要慢性慢病之一。近日，昌吉州人民医院神经外科主任王军详细讲解了脑卒中的危险因素有哪些，如何预防脑卒中发生或复发等知识。

认识卒中：大脑的“血管危机”

“很多人觉得卒中是‘老年病’，离自己很遥远，这其实是一个极大的误区。”王军说，“近年来，我国卒中发病率呈现明显年轻化趋势，30岁至40岁的中青年患者屡见不鲜，而我们医院接诊的最小患者仅28岁。了解脑卒中的本质，是做好防治的第一步。”

王军介绍，脑卒中俗称“中风”，是一组以急性起病、局灶性或弥漫性脑功能缺失为共同特征的脑血管疾病，核心是脑部血管突然堵塞或破裂，导致脑组织缺血缺氧或受压损伤。根据发病机制，脑卒中主要分为两大类：缺血性脑卒中和出血性脑卒中，其中缺血性脑卒中占比高达85%，就像脑部血管被“血栓”堵住，导致脑组织“缺水断粮”；而出血性脑卒中则是脑血管破裂，血液压迫正常脑组织，如同“洪水漫灌”大脑。

“缺血性脑卒中最常见的原因是脑动脉粥样硬化，血管壁上的脂质斑块不断堆积，让血管越来越窄，最终完全堵塞；还有房颤等心脏疾病引发的栓子脱落，顺着血流进入脑血管形成栓塞，这类患者往往在活动中突然发病，症状瞬间达到高峰。”王军形象地比喻，“这就像农田灌溉水渠被杂物堵塞，庄稼得不到水分滋养会迅速枯萎，脑组织在缺血几分钟内就可能发生不可逆的坏死。”

而对于出血性脑卒中，高血压是首要危险因素。“长期血压控制不佳，会让脑部细小动脉变得脆弱，在情绪激动、用力排便等血压

骤升的情况下，血管容易破裂引发脑出血；还有颅内动脉瘤破裂导致的蛛网膜下腔出血，患者常突然出现剧烈头痛，若不及时救治，死亡率极高。”王军说。

脑卒中发病急、进展快，可导致肢体瘫痪、语言障碍、吞咽困难、认知障碍、精神抑郁等多种后遗症，严重影响患者生活质量。“我们见过太多患者因为脑卒中失去生活自理能力，从家庭的顶梁柱变成需要专人照顾的病人，不仅自己痛苦，也让整个家庭陷入困境。更值得警惕的是，若救治不及时，脑组织严重坏死或引发脑疝，会直接危及生命。”王军说，此外，脑卒中患者长期卧床还容易引发肺部感染、深静脉血栓、压疮等并发症，进一步加重病情。

识别卒中：把握黄金救治时间

“脑卒中救治有‘时间就是大脑’的说法，每延迟一分钟，就有大量脑细胞死亡。对于缺血性脑卒中患者，发病4.5小时内是静脉溶栓的黄金时间窗，6小时内是机械取栓的最佳时机，部分患者可延长至24小时内，越早得到规范治疗，致死率和死亡率就越低。”王军介绍，“但现实中，很多患者因为不会识别卒中症状，或存在认知误区，错过了最佳救治时机。”

为了让公众快速识别脑卒中，王军推荐了简单易懂的“中风120”口诀：“1”代表看一张脸，观察是否有口角歪斜、面部不对称的情况；“2”代表查两只手臂，让患者举起双臂，看是否有单侧无力、抬不起来的迹象；“0”代表听一句话，听患者说话是否口齿不清、表达困难，或听不懂他人话语。“只要出现以上任何一个症状，就必须立即拨打120急救电话，千万不能抱有休息一下就会好的侥幸心理。”王军提醒。

有些卒中症状容易被忽视，比如突然出现的头晕、视物模糊、单侧手脚麻木、走路不稳等，尤其是后循环卒中，可能仅表现为眩晕，容易被误诊为颈椎病或眩晕症。“还有短暂性脑缺血发作，也就是我们常说的‘小中风’，症

状在数分钟至数小时内会自行缓解，不留后遗症，但这其实是即将发生严重卒中中的最高级别警报，必须及时就医排查病因。”王军说。

在等待救护车和送医过程中，很多家庭存在错误的急救方式。王军提醒：“不要擅自给患者吃降压药，血压下降过低会加重脑缺血；不要喂服阿司匹林，无法判断是缺血性还是出血性卒中时，服用阿司匹林可能加重出血；更不要给意识不清的患者喂药、喂水或用指尖放血，这些行为不仅无效，还可能诱发误吸、窒息等危险。”

正确的做法是：让患者平躺，头部转向一侧，避免呕吐物堵塞气道，清除口鼻异物保证呼吸通畅，保持安静，等待救护车到来。“最重要的是，要选择有卒中救治能力的医院，昌吉州人民医院作为国家高级卒中中心，能为患者提供从急救到康复的全流程规范治疗。”王军说，昌吉州人民医院自2020年启动卒中中心建设以来，在福建援疆医疗专家的支持下，构建了完善的卒中防治体系，组建了涵盖多学科的专业团队，完成了州内首例急性大血管闭塞取栓术等多项技术突破。2024年医院就开展各类介入治疗手术，显著降低了卒中患者的致死率和致残率。

预防卒中：健康生活是关键

“虽然卒中危害巨大，但它是一种可防可治的疾病。”王军强调，卒中防治应遵循“预防为主”的原则，建立三级预防体系，从源头降低发病风险。

一级预防是面向全体人群的预防措施，核心是控制危险因素，养成健康生活方式，尤其适合有卒中家族史、高血压、糖尿病、肥胖等高危人群。控制高血压不仅要遵医嘱规律服用降压药，还要通过低盐饮食、适度运动等生活方式进行辅助控制。

管理血脂和血糖也至关重要。需通过合理饮食、规律运动、药物治疗等方式，将血糖控制在理想范围内，定期监测糖化血红蛋白。

戒烟限酒是预防脑卒中的重要举措。“长期吸烟者发生脑卒中的危险是

不吸烟者的6倍，被动吸烟也会使发病风险增加1.82倍，长期大量饮酒则会显著增加出血性脑卒中的风险。”王军说。

此外，保持健康生活方式不可或缺。饮食上要低盐、低脂、低糖，多吃蔬菜水果、全谷物和富含膳食纤维的食物，减少高脂肪、高胆固醇食物摄入；运动方面，每周应进行至少150分钟的中等强度有氧运动，如快走、慢跑、游泳等，增强血管弹性；同时要控制体重，避免肥胖，保持情绪稳定，避免过度劳累和长期熬夜，因为压力过大、睡眠不足也会增加脑卒中风险。

二级预防主要针对有脑卒中危险因素或既往发生过短暂性脑缺血发作的人群，核心是早发现、早诊断、早治疗，防止卒中再次发生或复发。

王军强调，定期体检是二级预防的关键。“建议40岁以上人群每年进行一次筛查，重点监测血压、血糖、血脂、凝血功能等指标，有条件的可进行颈动脉超声检查，评估血管狭窄情况。对于有脑卒中家族史、高血压、糖尿病等高危因素的人群，筛查频率应更高，一旦发现异常要及时干预。”

高危人群要坚持规范用药，不可自行停药或换药。“很多高血压、糖尿病患者觉得症状消失就停药，这是非常危险的，血压、血糖的剧烈波动会大幅增加卒中风险。”王军提醒，必须在医生指导下规律用药，定期复诊调整治疗方案。

三级预防主要针对已经发生脑卒中的患者，核心是通过规范治疗、康复训练和护理，减少后遗症，防止复发，提高生活质量。

王军介绍，昌吉州人民医院卒中中心已建立完善的康复体系，通过多学科协作，为患者制定个性化康复方案，同时关注患者的心理状态，及时进行心理疏导，避免因瘫痪、失语等后遗症引发焦虑、抑郁等心理问题。

手术台

昌吉州人民医院实施人工耳蜗植入术 8岁男孩重获新“声”

本报讯 通讯员武玉姣报道：近日，在昌吉州人民医院耳鼻喉科病房，来自塔城的8岁男孩巴图尔安静地坐在床边，等待接受一场改变他命运的手术——人工耳蜗植入术。这台手术将帮助他重返有声世界。

巴图尔出生时听力筛查结果正常。9个月时，他不慎从床上摔落后出现昏迷、发热等症状，经医院救治虽已康复，但语言能力却停滞不前。直至3岁，他仍只能发出“嗯嗯”声，对家人的呼唤没有反应。因种种原因未能及时诊治，巴图尔最终进入聋哑学校学习。

两个月前，巴图尔在一次听力检查中检测出双耳无听力，医生建议实施人工耳蜗植入术。当地政府了解情况后，告知其家属可通过浙江与新疆共同发起的“启明行动”医疗援疆公益项目获得手术救助。

作为该项目成员单位，昌吉州人民医院承担了此次手术。在项目支持下，巴图尔于9月23日入住昌吉州人民医院耳鼻喉科。手术当日，在手术团队的配合下精准置入耳蜗电极，神经反射测试显示电极工作正常。手术顺利完成，预计3周后进行开机调试。

巴图尔的人工耳蜗一侧由“启明行动”捐赠设备，另一侧通过医保报销，剩余费用由当地残联承担，切实减轻了患者的家庭经济负担。

昌吉州人民医院耳鼻喉科主任高明介绍，人工耳蜗植入对听障儿童意义重大，尤其是3岁以内处于听觉中枢发育黄金期的孩子，早期植入可最大程度恢复听觉和语言能力。早发现、早干预、早手术，才能帮助孩子尽早回归有声世界，融入正常学习与生活。

近年来，昌吉州人民医院积极做好公益项目落实落地，着眼于民生福祉，关注残障儿童这一特殊群体，通过医疗救助和康复支持，政策报销后手术自费仅需4000多元。自2019年以来，昌吉州人民医院已成功实施50余例人工耳蜗植入手术。

昌吉市人民医院

实施牙冠延长术 患者“危牙”成功保住

本报讯 通讯员吕大梅报道：近日，杨女士左上后牙疼得厉害，一开始只是冷热刺激疼，后来发展成咀嚼无力、牙龈反复肿胀疼痛。她在诊所看过几次，医生检查后都说：“牙齿坏得太严重，建议拔掉。”可杨女士保牙意愿强烈，听说昌吉市人民医院来了位福建口腔专家，便抱着试试看的心态挂了号。

泉州援疆医疗专家、昌吉市人民医院口腔科主任蔡巧棉仔细检查杨女士后发现，她左上后牙牙冠严重，牙齿缺损已深入龈下约3毫米，常规治疗几乎无法进行牙冠修复。更棘手的是，由于长期慢性炎症刺激，周围牙龈增生明显长入洞内，并把本所剩无几的牙龈边缘完全包裹住了。经过牙片检查发现，杨女士牙根完整，牙齿不松动，冠根比例协调——这意味着，这颗牙仍有保留可能。

“可以做牙冠延长术。”蔡巧棉给出了方案，“通过微创方式切除部分牙龈和少量牙槽骨，让隐藏在牙龈下的牙体暴露出来，之后就能正常预备牙体、取模、做牙冠。”杨女士一听不用拔牙欣喜不已，随即表示同意进行治疗。蔡巧棉在局麻下为她实施了牙冠延长术。

两周后复诊，创口愈合良好，牙体边缘清晰可见，具备下一步修复条件。



近日，涂银勇医生用肌骨超声设备给患者实施颈部神经根阻滞治疗。

□左明明摄

昌吉市人民医院引进肌骨超声设备

针灸治疗有导航 针尖直达病灶点

本报讯 通讯员左明明报道：为助力昌吉市人民医院提升中医针灸诊疗水平，近日，福建援疆泉州分指挥部为该院引进先进的肌骨超声设备。这一设备的投入使用，标志着昌吉市人民医院中医针灸诊疗正式迈入“可视化精准操作”新时代。

肌骨超声设备能够通过超声屏幕清晰显示神经、血管和肌肉的实时影像，让医生在治疗过程中能够“看着屏幕”操作。泉州市第九批援疆医疗专家、昌吉市人民医院中医针灸科副主任涂银勇形象地比喻：“过去我们打针主要依靠手感和经验，现在有了肌骨超声，就像给针尖安上了‘眼睛’。”

这一技术的引进，使医生能够精准

避开危险区域，将治疗针或药物准确送达病灶点。这不仅大大提高了治疗的安全性和有效性，还显著减轻了患者的痛苦。

深受颈肩痛和上肢放射性疼痛困扰的张先生，在接受两次颈部神经根阻滞治疗后，症状得到了明显缓解。“脖子灵活了，手也不麻了，终于能睡个安稳觉了。”张先生说。

为了让这项技术更好地服务当地群众，涂银勇带领科室团队开展系统化培训，从基础理论到实际操作，手把手教学，并结合日常门诊、查房和病例讨论，帮助医护人员提高肌骨超声的应用技能，培养一支“带不走”的高水平医疗队伍。