



编辑/杜燕琴
版式/张程程
审校/郑丽妮

从“群众跑”到“医生跑” 奇台县家庭医生把健康守护送上门

本报讯 通讯员王正佳、阿依曼报道：11月19日，奇台县西北湾镇西北湾村卫生室医生陈燕琳比往常更加忙碌。作为家庭医生团队的一员，她处理完卫生室常规诊疗工作后，开始走村入户随访，为辖区村民开展健康监测、用药指导等服务。

62岁的刘凤英是家庭医生团队的重点服务对象。“我有糖尿病十几年来了，打针也打了8年。以前测血糖要去县上的医院，花钱又费事。现在村医定期上门服务，测血糖不花钱，不用来回奔波，太方便了。”刘凤英说。

“十四五”以来，奇台县持续提升医疗卫生服务水平，不断深化家庭医生签约服务，以“家门口”的健康管理模式织密基层医疗和公共卫生服务网络，推动优质医疗资源下沉一线，让家庭医生成为居民身边的健康管家，夯实县域健康保障基础。

结合冬季气温骤降、慢性病高发的季节特点，连日来，奇台县全面启动第四季度家庭医生入户送医服务。活动启动当天，奇台县人民医院家庭医生赵贵贵按约定来到景苑社区骆道民家中，为他测血糖、量血压、讲解冬季健康防护要点。

目前，奇台县人民医院已组建4支家庭医生团队。“我负责景苑社区368名慢性病患者的健康管理工作，其中，65岁以上的老人有225名，平时通过微信或电话与居民约定入户时间，重点服务行动不便的老年患者。”赵贵贵说。

为做好特殊群体和困难群众健康保障工作，奇台县家庭医生服务团队以居民需求为导向，构建“全域覆盖、精准聚焦、主动服务”的健康管理体系，建立“筛查—建档—服务—随访”机制，为高

血压、糖尿病等慢性病患者建立电子档案，定制个性化健康方案，落实“一人一档、一季度一访”制度。

“我们构建了县、乡、村三级联动机制，家庭医生签约服务覆盖全县16个乡镇，组建74支‘1+1+1+X’服务团队，由县级专科医生、基层全科医生、护士、公共卫生人员组成，实现医疗技术、管理、服务的深度融合与协同管理。”奇台县总医院副院长柳晓成介绍，奇台县一般人群签约服务率从45.76%提升至70.5%，重点人群签约服务率达99%，高血压、糖尿病规范管理率超96%。

截至目前，奇台县常住人口家庭医生签约134085人，其中重点人群签约55569人。家庭医生常态化入户送诊，用贴心服务打通基层医疗“最后一公里”，群众在家门口就能享受到便捷、专业的健康服务。



近日，家庭医生赵贵贵为村民提供健康指导。
王正佳摄

健康快讯

昌吉州人民医院

中医膏方为健康“冬补”

本报讯 通讯员赵雪燕报道：俗话说“冬令进补，来年打虎”，又到了一年中最适合调养滋补的时节。近日，昌吉州人民医院中医科推出中药膏方，为健康“冬补”。

膏方又名“膏滋”，是中医“治未病”和调理养生的一大瑰宝。它根据个人的不同体质、不同症状“量体裁衣”，一人一方，具有营养滋补、预防治疗的综合作用。

适用人群：
职场亚健康人群；常因熬夜、压力导致气血亏虚、精力不济，可通过“补气+疏肝”配伍调和身体失衡。

睡眠困扰人群：入睡困难、多梦易醒，针对“心脾两虚”“阴虚火旺”证型搭配安神成分，温和改善睡眠质量。

免疫力低下人群：立冬后流感高发，一年感冒超4次、恢复缓慢，以补气健脾益肺为核心，构筑身体防护屏障。

中老年调理人群：脏腑机能减退、腰酸背痛或慢性病辅助调理，滋补肝肾、健脾益胃，延缓机能衰退。

女性养护人群：立冬后气血易凝滞，经期不适、更年期前期潮热失眠，调补气血滋养肝肾，由内而外改善状态。

昌吉市人民医院总医院

开展“世界压疮预防日”服务活动

本报讯 通讯员薛瑾报道：2025年11月20日是第13个“世界压疮预防日”。昌吉市人民医院总医院伤口造口专科小组联合昌吉市人民医院总医院延安北路街道分院，开展爱心帮扶活动，将专业护理与温暖关怀送至失能、卧床老人身边。

压疮又称压力性损伤，是长期卧床和行动不便老年人面临的主要健康威胁，不仅给患者带来痛苦，也给家庭

带来照护负担。

专科护士一边轻柔地操作，一边耐心对家属说：“翻身不是简单地把人推过去，要采用30度侧卧位，用软枕垫在背后、膝下，这样才能有效分散压力，避免局部长时间受压。”帮扶活动中，专科护士不仅为老人进行详细的皮肤评估，识别潜在的压疮风险，还手把手指导家属和社区护士掌握正确的预防技巧。

阜康市人民医院儿科定制斜坡垫 小设计化解喂养难题



阜康市人民医院儿科护士把宝宝放在斜坡垫上。
张海燕摄

本报讯 通讯员张海燕、宋丽琴报道：“以前喂奶得全程抱着，胳膊酸得抬不起来，宝宝还总吐奶。现在有了这个斜坡垫，孩子舒服了，我也轻松多了。”近日，在阜康市人民医院儿科病房，刚为出生14天的乐乐喂完奶的妈妈，看着安稳睡在白色斜坡垫上的孩子，欣慰地说。

这个看似普通的斜坡垫，如今已成为儿科病房里备受家长欢迎的“暖心神器”。

护士马晓芬在一次查房时，注意到乐乐妈妈手麻了却仍不敢放下孩子，便主动取来科室定制的斜坡垫，轻轻将宝宝安置在上面。这款白色斜坡垫设计贴心：高密度材质柔软亲肤，能稳稳托住宝宝身体，即使宝宝轻微翻身也不易滑落；表面覆有防水层，便于清洁，吐奶后一擦即净；边缘采用圆弧处理，能避免

蹭伤宝宝娇嫩肌肤。

“起初我还担心不安全，用起来才发现特别方便。喂奶后，乐乐不吐奶了，还能乖乖躺上面，我终于能喘口气了。”乐乐妈妈高兴地表示。

针对新生儿胃食管功能尚未发育完善、喂奶后容易出现呛奶、吐奶等问题，以及家长长时间抱喂易疲劳的情况，该院儿科特意引入这款专用斜坡垫。儿科护士王琳说：“我们希望借助这些细节上的改进，提升宝宝在医院的舒适度，同时缓解家长的照护压力。”

如今，在阜康市人民医院儿科病房，这样的斜坡垫已成为新生儿病床床标配。这件藏在病房里的“护理‘小神器’”，不仅实用，更承载着医护人员对患者与家属细致入微的关怀。

人民健康是立国之基

——健康中国建设10周年书写新坐标

□新华社记者

家庭氧疗，下周我带肺功能仪上门复查。”湖北省宜昌市秭归县人民医院呼吸内科医生陈金凤，准时打去随访电话。

早发现、早治疗！2025年11月18日，国家基层慢阻肺病防治及管理实施指南公布，给更多患者带来保障。

变“治已病”为“防未病”，开展全民健康生活方式行动、开展“体重管理年”活动……我国不断从“小切口”入手，努力破解看病治病“大问题”。

从预防“小胖墩”“小眼镜”，到全社会共建心理健康体系；从推动全民健身和全民健康深度融合，到谱写新时代爱国卫生运动新篇章——健康中国，不仅要让群众看病更便捷、更高效，更要让群众少得病、更健康。

幸福底色，书写温暖答卷

急性胸痛抢救，生死时速。但对于唐古拉山麓的那曲牧民，冰雪阻隔，平均海拔约4500米，千里转诊绝非易事。

随着一批批援藏医生入驻，当地心梗患者的命运被历史性地改写。今年5月，那曲市人民医院获授“国家胸痛中心（基层版）”认证，雪域高原又多了一条“家门口的生命通道”。

健康中国，一个都不能少。

“看大病在本省解决，一般的病在市里解决，日常的头疼脑热在乡村解决。”就近看病，看好病，是亿万百姓的期盼，也是健康中国的建设方向。

一组组数据，标示医疗服务的实效——

2024年底全国医疗卫生机构达109万所；2025年，125个国家区域医疗中心、82个国家巡回医疗队让高质量医疗服务惠及基层；跨省异地就医直接结算服务超5亿人次，减少群众垫付超5500亿元……

一系列部署，聚焦关键、着眼长远——强基层，推动优质医疗资源扩容下沉和区域均衡布局；促便利，稽查检验结果互认加快落地；补短板，开展“儿科和精神卫生服务年”行动……

让人人病有所医，中国直面医改这道世界性难题。

大山深处，重庆云阳县水口镇夜合社区。面对突发胸痛的村民，村医杜海兵立即进行心电图检查，结果同步传至县心电图诊断中心。

看病方便了，药价降了，报销多了。这一幕，正是三明医改经验不断拓展的缩影。从一城试点到全国推广，促进医疗、医保、医药协同发展和治理，医改不断向深水处迈进。

全面取消药品和耗材加成，多批国家组织药品集采覆盖490种药品，心脏支架、人工关节等多种高值医用耗材集采后价格降幅超过50%。

医疗机构大量开展微创手术、日间手术，群众看病入院、化验检查的等候时间大大缩短，全国每千人口托位数达4.73个，试点开展免陪照护服务……多维度发力，改革双向奔赴。

当健康成为发展的底色，幸福就有了更坚实的基石。

“您之前拍过肺部影像吗？我们医院可以跨省调阅。”

2025年11月20日，全国医保影像云跨省调阅启动。北京大学第三医院全科医学科副主任医师刘青一边询问来自河北的患者，一边在电脑上操作。

异地就医，未来无需携带厚厚一沓胶片，更能避免不必要的重复检查。国家医保局大数据中心预计，2027年底前将实现全国医保影像云“一张网”贯通。

十年跋涉，健康中国从蓝图走进千家万户，落在一张张降价后的药单上、一件件更高质量的诊疗服务中、一次次社区医院的贴心随访里。

步履不停，迈向全面发展新高度

从应对常见病到呵护罕见病，阳光照进昔日被忽视的角落。

难治性癫痫，小感冒就可能住进ICU，甚至拖垮一个家庭。如今，10岁的患儿亮亮规律用上药，发病明显少了，家人笑容一天天多了。

由进口到国产，由全自费到纳入国家医保药品目录，“救命药”氯巴占片为上万患儿家庭筑牢生命保障线。

“把健康融入所有政策，人民共建共享。”习近平总书记的重要指引，推进健康中国建设一路向前。

我国60周岁及以上老年人口已破3亿。养老，一道全球性的“必答题”，如何破局？

86岁的浙江绍兴柯桥老人沈来水，不久前用上了社区配备的智能监护套装，居家就能享受24小时健康监测、远程问诊和紧急救助服务。

到2027年底，基本实现医养结合服务县域全覆盖；到2030年，二级及以上综合性医院设置老年医学科的比例达到90%；推行长期护理保险，健全失能失智老年人照护体系……“中国药方”努力守护好“夕阳红”。

要长寿，更要健康，传统医药展现新魅力。

2024世界传统医药大会上，多国嘉宾品“古法新制”的中药茶饮，体验VR中医问诊。

传统医药焕发新风采：太极拳、藏医药浴法等被列入联合国人类非遗代表作名录；纳入国际疾病分类第十一次修订本，中医药历史性地进入世界主流医学体系。

到2030年乡镇卫生院、社区卫生服务中心普遍设立中医馆；研究出台中药材种植养殖、采集等技术标准；推动中医药现代化和“走出去”……解答时代课题，“中华瑰宝”将为人类健康作出更大贡献。

今年4月，健康中国专项行动从15个增至18个，新增健康体重管理行动、健康乡村建设行动、中医药健康促进行动，努力构建起全方位、全周期的健康保障网。

从“病有所医”到“病有良医”，考验中国医师队伍的智慧和信念。

8月19日，中国医师节。这个体现对医生尊重、关爱，行业自律促进的节日，走过了8个年头。

加快培养全科医生、公共卫生医师、护理人员及康复专家，让基层“有医生、有好医生”；建立更科学的职业发展和激励机制，让医者“能安心、愿奉献”……敬重背后，加速淬炼医务人员队伍，为的就是当好健康“守门人”。

“到2035年建成健康中国，历史性任务非常艰巨，前景也非常光明。”国家卫生健康委主任雷海潮说，我们将努力提供公平可及、系统连续、优质高效的医疗服务，争取到2030年中国居民人均预期寿命达到80岁左右，为推进中国式现代化作出标志性贡献。

健康是促进人的全面发展的必然要求。

13天、19城，刚刚落幕的第十五届全国运动会，点燃全民健身热情。从体育强国到健康中国，人民的健康、人民的体质、人民的幸福，一脉相承。

人民健康是社会文明进步的基础，拥有健康的人民意味着拥有更强大的综合国力和可持续发展能力。

从保障“有没有”到追求“好不好”，为人民的美好生活、为人类的健康福祉，建设健康中国，步履不停！

（记者陈芳、董瑞丰、彭韵佳、李恒）
（新华社北京11月26日电）

手术台

昌吉州人民医院 为尿毒症患者建立 腹膜透析“生命线”

本报讯 通讯员朱明晶报道：11月6日，昌吉州人民医院顺利完成医院首例腹腔镜下腹膜透析置管术，为末期肾病透析、复杂病情尿毒症患者提供微创创新选择。

60岁的张先生确诊尿毒症，全身浮肿，合并慢性肾功能衰竭、房间隔缺损、糖尿病等十余种疾病。因急性心力衰竭入院后，需紧急接受血液透析、腹膜透析等肾脏替代治疗。该院肾内科医疗团队综合评估患者情况，决定采用腹膜透析治疗。

腹膜透析作为终末期肾病的重要替代治疗方式，利用患者自身腹膜作为天然半透膜，通过透析液与腹膜血管的物质交换，排出代谢废物、调节水盐平衡，尤其适合老年人、糖尿病患者、心血管状态不稳定等复杂病情患者。

腹膜透析治疗前需行腹膜透析导管置管术，腹膜透析导管是腹膜透析患者的“生命线”。传统开腹置管术创伤较大、愈合慢，不能满足患者身体状况及急诊救治需求。肾内科随即启动多学科协作机制，联合急诊外科组、麻醉手术科会诊后，决定行腹腔镜下腹膜透析置管术。

手术中，急诊外科组与麻醉手术科医护团队密切协作，在腹腔镜直视下精准完成腹膜透析导管定位放置与皮下隧道建立，全程仅30分钟，紧急为患者打通了“生命线”。

昌吉州中医医院 成功救治 颅内动脉瘤患者

本报讯 通讯员冯志芳报道：近日，昌吉州中医医院脑病科收到一封患者的感谢信，信中表达了对科室全体医护人员的诚挚谢意，也记录下一段与时间赛跑、守护生命的救治历程。

10月下旬，患者王女士在常规体检中向脑病科医生冯志芳提及长期头痛。凭借丰富的临床经验，冯志芳建议其进行加强CT检查，结果提示颅内存在动脉瘤。

确诊后，脑病科医疗团队迅速响应。由主任马林牵头，医生俞天斌、冯志芳等组成治疗小组，结合患者年龄与身体状况，制定了个性化手术方案。术前，医护人员向家属细致解释病情与手术安排，并协助完善各项术前准备。

近日，手术在多学科协作下顺利完成。术后，医护团队密切监测患者生命体征，指导患者康复锻炼，反复叮嘱患者用药与饮食注意事项，并及时疏导患者焦虑情绪。在专业细致的照护下，王女士恢复良好，现已康复出院。

据悉，颅内动脉瘤多与先天发育、动脉硬化等因素有关。临床常用诊断手段包括头颅CT、磁共振和数字减影血管造影(DSA)。治疗方式主要有血管内介入治疗与开颅夹闭手术，术后需定期随访，监测恢复进展。

从精准诊断、高效手术到系统康复，脑病科团队展现出过硬的专业素养与温暖的人文关怀，赢得了患者及家属的高度认可。这份感谢信，不仅承载着患者一家人的真挚谢意，也是昌吉州中医医院践行“以患者为中心”服务理念的生动画照。