

把本职做到极致 把坚持变成习惯

——昌吉州人民医院重症医学科主治医师秦志豪的青春答卷

□本报记者 王薇

读懂，青春最美的模样，从来不是聚光灯下的鲜花和掌声，而是拼尽全力为生命托底的坚守。

凭着这股坚韧劲，秦志豪和团队实现昌吉州经皮气管切开、主动脉内球囊反搏治疗等多个“首次突破”，填补了当地重症医疗领域的多项技术空白，构建起ECMO全流程数字化临床路径，截至2026年4月累计开展ECMO救治34例，救治成功率达75%，远高于50%的行业平均水平。

从急性心肌梗死、重症肺炎到脓毒血症、多脏器功能衰竭，秦志豪和同事们凭借多项硬核技术，为危重症患者筑起了一道坚不可摧的生命防线。他先后在重症病例、急救技能等比赛中斩获州级、自治区级、国家级多个奖项，2024年获评院级“最美医生”。

深耕临床的同时，秦志豪从未停下科研攻坚的脚步。他主动参与省部共建项目、湘雅医院多中心研究，积极申报各级科研项目，推动舌下微循环多模态监测等新技术落地临床，实现了临床实践与科研突破的双向赋能。

一名好医生的底色，从来不是冷冰冰的技术，而是能共情患者、温暖群众的热忱。工作之余，秦志豪主动加入医院“雪莲天使志愿者服务队”，把诊室“搬”到社区、校园、企业，将健康服务送到老百姓家门口，用点滴善举传递青年医者的温度。

2025年的一次社区义诊中，一位老人常年头晕却舍不得花钱检查，秦志豪用便携式超声仪为他仔细筛查，及时发现早期动脉硬化征象，当场为老人讲解干预方法，还主动帮他对接了后续的检查通道。还有一位居民筛查出甲状腺结节，多亏秦志豪反复叮嘱其尽早就诊，最终通过及时干预避免了病情恶化。

从事志愿服务4年来，秦志豪累计



昌吉州人民医院重症医学科病房，秦志豪为患者做中心静脉置管。

□刘志钰摄

服务时长超200小时，服务群众近千人次。在他看来，青春最动人的底色是奉献，最温暖的力量是为民。

经常有人问他，年纪轻轻怎么能在压力这么大的重症岗位上坚持下来，还干出了这么多成绩？秦志豪笑着说：“我不是天才，也没什么捷径，不过是认准了‘把本职做到极致，把坚持变成习惯’。”

面对外界的赞誉，秦志豪始终保持清醒。他还记得刚进ICU时，也曾对着复杂病例手足无措，也曾因为抢救失败偷偷难过，但他总告诉自己：多学一点、多练一点、多扛一点、多守一点。

别人休息时，秦志豪抱着厚厚的诊疗指南啃读；别人下班后，他留在科室反复操练操作技能，遇到难题不绕路，

碰到挑战不退缩，靠着这股韧劲，一步步从青涩的住院医师成长为科室能扛事的骨干力量。

秦志豪的故事，是无数青年医务工作者的缩影。这群年轻人正在守护人民健康的赛道上全力奔跑，跑出属于当代青年的最好成绩，用热血与担当诠释着五四精神的时代内涵。



□编辑/杜燕琴
□版式/任宝红
□审校/刘军

健康快讯

昌吉市人民医院 开展感染管理知识培训 规范感染防控操作 筑牢医患安全屏障

本报讯 通讯员王明慧报道：近日，昌吉市人民医院感染管理部组织开展了医院感染管理相关知识培训，全院各临床、医技科室及分院、村卫生室共147名医务人员参加了培训。

培训中，昌吉市人民医院感染管理部主任胡新飞以《医疗机构消毒技术规范》为题，围绕消毒术语及定义、消毒管理要求、基本原则、常用技术方法及卫生标准等方面进行讲解；感染管理部主任张艳萍对《医疗卫生机构医疗废物卫生管理规范》进行了深度讲解，阐释了医疗废物处理相关法律法规、医疗废物的管理要求和重点，并复盘了在日常督导过程中发现的医疗废物处置典型违规案例；感染管理部医护人员沙依买尔旦在“安全注射与职业暴露”授课中，围绕《安全注射标准》，从手卫生、环境准备、物品准备、个人防护用品的使用、无菌技术、锐器伤预防与处置等方面进行了讲解。

通过培训，医务人员对医院感染防控相关标准的掌握程度得到了提升，临床感染防控操作更加规范，切实筑牢了医患安全屏障。

阜康市疾控中心 开展职业健康宣讲活动 上门宣讲送健康 精准服务护职场

本报讯 通讯员张海燕、刘斌报道：近日，阜康市疾病预防控制中心（阜康市卫生监督所）联合阜康市医共体总医院阜康市人民医院职业健康科，深入阜康市产业园多家企业开展职业健康专题宣讲活动，以专业医疗服务为广大劳动者的职业健康筑牢安全屏障。

宣讲团队先后走进新铸管阜康能源有限公司、阜康市永鑫煤业有限公司等企业，面向一线企业职工和企业安全管理人员，开展职业病防治科普专题讲座。讲座围绕《中华人民共和国职业病防治法》核心法规条款和《职业病分类和目录》进行细致解读，系统讲解了行业职业病危害因素识别、个人防护用品规范佩戴与使用、职业健康定期体检的重要意义等内容，并向参加活动的企业职工发放了《职业病防治宣传手册》等资料。

新铸管阜康能源有限公司安全总监杜磊说：“此次上门宣讲服务精准对接企业职业健康管理工作的实际需求，切实解决了企业在职业病危害因素识别、个人防护管理、健康体检等方面的困惑与难题。”

阜康市永鑫煤业有限公司安全总监胡天麒表示，此次专题宣讲帮助全体职工系统掌握了职业病防治法律法规和科学防护知识，进一步强化了职工的自我防护意识，引导企业职工牢固树立“预防为主、防治结合”的职业健康理念。

健康视点

昌吉州15家公立医院开设体重管理门诊

“一站式”便捷诊疗 “一人一策”科学减重

本报讯 记者王薇、通讯员周金国5月11日从昌吉州卫生健康委员会获悉，全州15家二级以上公立医院已全面开设体重管理门诊，整合多学科资源，以专业规范的医学诊疗，让体重管理从“凭经验”转向“讲科学”。

昌吉州紧扣国家卫生健康委员会“体重管理年”三年行动要求，印发实施方案、编印技术指导手册，推动各级医疗机构落地体重管理服务，为普及健康生活、强化慢性病防治筑牢基础。

记者查询15家二级以上公立医院官方挂号平台发现，这些体重管理门诊打通营养科、内分泌科、中医科等多科室，为肥胖人群提供“一站式”诊疗服务，无需多科室奔波即可获取全套诊疗方案。

40岁的昌吉市居民王先生便是受益者之一。他身高170厘米，体重最高时达120公斤，体质指数（BMI）为41.5，属于重度肥胖区间，伴有高血压、高血脂等代谢性疾病，同时合并睡眠呼吸暂停综合征，严重影响正常生活。

在昌吉州人民医院体重管理门诊，医生刘冲对王先生进行全面检查，排除了垂体疾病、甲状腺疾病、药物等因素导致的病理性肥胖后，结合其具体身体状况和生活习惯，为他定制了专属减重方案：通过血脂、代谢率检测及饮食习惯评估，调整饮食结构、改变以往不良饮食习惯；同时结合其身体状况，推荐游泳搭配适当抗阻力运动的锻炼方式，并辅以临床获批的安全减重药物；中医科同步为其进行体质辨识，搭配针灸、中药调理代谢。

半年后，王先生成功减重30公斤，身体代谢相关指标均有明显好转。“科学减重对身体没有副作用，现在整个人都轻松多了。”王先生欣慰地说。

“肥胖是一种疾病，与久坐、高热量饮食、缺乏运动等现代生活方式密切相关，由肥胖引发的高血压、糖尿病、高血脂等疾病，正严重影响人体健康。”刘冲建议，体质指数（BMI）超过24的人群可以到门诊做相关咨询；体质指数（BMI）超过27、男性腰围超90厘米、女性腰围超85厘米的肥胖人群，需及时制定科学减重方案。

刘冲特别提到，肥胖的成因因人而异，分为脑饥饿、胃肠饥饿、情绪性饥饿、低代谢型等不同类型，因此治疗方案必须“一人一策”，匹配每个人的具体情况才能见效。

据悉，昌吉州人民医院体重管理门诊自2024年成立以来，已经接诊近300名患者，规律随访的患者近100名。记者走访发现，体重管理门诊并非简单的“开药”，而是通过医学评估、营养指导、运动处方、行为干预等综合手

段定制个性化的体重管理方案。玛纳斯县总医院中医医院院区治未病科主任朱倩说：“我们采用穴位埋线疗法，把可吸收蛋白线植入特定穴位，刺激调节内分泌，达到抑制食欲、促进脂肪代谢的效果，同时结合搭配针灸、艾灸、火龙罐等中医特色治疗，能满足不同人群的减重需求。”

在昌吉州，各公立医院的体重管理服务已延伸至青少年群体。今年4月，阜康市疾控中心（阜康市卫生监督所）邀请自治区疾控专家团队，以阜康市第一小学为试点，启动学生常见病及超重肥胖综合干预项目，涵盖体格检查、膳食监测、营养健康宣教、实施综合干预等多个环节，全维度防控青少年超重肥胖问题。

“和商业机构相比，公立医院体重管理门诊的核心优势就是医疗专业性和科学规范性。”昌吉州卫健委党组成员、副主任，州疾病预防控制中心局长禹英表示，昌吉州将持续加大健康体重科普力度，结合全民营养周、食品安全宣传周、“中国学生营养日”等宣传节点，推动健康体重管理服务进机关、进企业、进社区、进学校、进农村，推广“一称一尺一日历”实用工具，营造全民科学控重、健康生活的良好氛围。

守护青少年“成长脊梁” 昌吉州将脊柱侧弯筛查纳入中小學生体检

守护青少年“成长脊梁” 昌吉州将脊柱侧弯筛查纳入中小學生体检

本报讯 记者王薇、通讯员周金国5月12日从昌吉州卫生健康委员会获悉，中小學生脊柱侧弯筛查已纳入全州中小學生年度健康体检，今年秋季学期将完成入校初筛，干预与自愿性治疗全流程工作，呵护青少年健康成长。

实施中小學生脊柱侧弯筛查工作，是今年自治区十件民生实事中的开展中小學生关爱行动的重要内容，由自治区教育部门牵头、卫健部门配合推进。

按照自治区相关通知要求，昌吉州卫健委组建了州级脊柱侧弯筛查干预专家组，负责入校宣讲、指导基层规范开展该项工作的筛查、干预等。截至目前，全州已累计开展脊柱侧弯防治宣传52场次，覆盖学生2万余人；通过官方微信公众号等渠道发布防治科普信息15条，让

脊柱健康知识走进校园、深入人心。据悉，昌吉州中小學生年度健康体检包含身高、体重、腰围、臀围、肺活量、听力、视力等多项常规指标。此次新增的脊柱侧弯筛查将由州卫健部门组织医务人员入校开展，他们通过双肩高低比对、前屈试验、躯干旋转测量仪检测等多种科学方式，对学生脊柱健康状况进行初步评估，严格遵循《儿童青少年脊柱弯曲异常防控技术指南》，统一流程、统一标准、统一记录，将筛查结果明确分为无侧弯、姿态不良与脊柱侧弯轻度、中度、重度三类，确保筛查结果精准可靠。

昌吉州针对不同筛查结果的学生，将采取分类干预措施。姿态不良的学生由家校协同开展体态纠正训练，学校将

中小學生脊柱弯曲异常防控知识纳入健康教育课程；脊柱侧弯中度异常的学生可自愿接受中医药干预治疗；脊柱侧弯重度异常的学生将筛查结果告知家长，转诊至专科医疗机构接受治疗。全州构建起“筛查—干预—转诊”全流程闭环管理体系，切实守护青少年“成长脊梁”。

“我们将持续加大脊柱健康宣传教育力度，通过校园专题讲座、黑板报、主题班会、家长会以及宣传手册等多种形式，广泛普及脊柱健康知识，不断提升学生、家长和教师的健康素养，引导青少年养成良好体态习惯，牢固树立‘健康第一’的理念。”昌吉州卫健委党组成员、副主任，州疾病预防控制中心局长禹英表示。



“患者四肢湿冷、脉搏极其微弱，是严重心源性休克！”5月2日21时，昌吉州人民医院重症医学科，一名由120救护车紧急转运来的心肌梗死患者骤然打破了病房的平静，一场与死神的竞速即刻拉开序幕。

该院重症医学科团队迅速评估患者病情，果断启动V-A ECMO（静脉-动脉体外膜肺氧合）生命支持技术，快速建立体外生命支持系统，为患者脏器恢复争取宝贵时间。

站在救治最前方的，是已在重症阵地坚守4年的31岁的主治医师秦志豪。2018年从石河子大学医学院毕业的秦志豪，拥有7年从医经历、9年党龄，“党员先上”的信念始终指引着他的职业选择。年收治危重病人上百例，救治成功率稳定在78%左右……这串数字的背后，是秦志豪无数个不眠之夜的坚守，更是一场拼尽全力的生死救援。

秦志豪始终记得2023年的那场硬仗：一位30多岁的暴发性心肌炎患者，入院时已出现严重心源性休克，常规治疗几乎无效，年轻的生命正在快速流逝。

“不能放弃，哪怕只有一丝希望也要拼。”秦志豪和团队当即决定启动ECMO支持，他守在患者病床旁，每小时调整设备参数，一天数次复查化验指标，饿了就啃两口面包，困了就靠在墙边歇几分钟，经过整整5天5夜的连续奋战，终于把患者从死亡线上拉了回来。

当患者虚弱地吐出“谢谢”二字时，秦志豪多日的疲惫瞬间消散。那一刻他

昌吉州人民医院超声科破解患者“排队久”难题 提前开诊少等待 分流检查提效率



近日，昌吉州人民医院超声科主任邹海峰为患者进行超声检查。 □赵嘉欣摄

本报讯 通讯员赵嘉欣报道：近期，昌吉州人民医院超声检查患者数量显著增加，不少住院预约空腹检查的患者一大早就在超声科门口排起长队。为方便患者就医，缓解这一状况，昌吉州人民医院超声科推行“提前开诊”服务，将住院超声检查时间从原本的10:00调整至9:00，开通住院患者“空腹超声检查专场”，有效缓解了患者空腹久等困扰。

此举源于医院对患者需求的调研。前期有患者反映，日常开诊时间与其他检查冲突，超声检查大多需要空腹，导致患者早早前来等候，尤其是老年患者习惯提早到院，空腹等待时间较长。

调整后，超声科夜班医生每日9:00

开始接诊，负责处置情况特殊需紧急超声检查的患者。同时安排白班医生提前到岗，完成设备调试、物资准备等前期工作，9:30准时开诊，专门为住院患者开展空腹超声检查，实现住院空腹患者与门诊患者分流，错开就诊高峰，缩短患者空腹等待时间，缓解上午时段门诊拥堵压力，提升了患者就医体验。

近年来，为满足群众的就医需求，医院积极响应“改善患者就医感受”提升患者就医体验”行动计划，聚焦医疗服务流程优化、内涵升级，出新招、亮实招，以“小切口”改革在回应群众期盼等方面持续发力，推动更多便民举措落地见效，让群众在就医过程中感受到实实在在的便利与温度。

昌吉州中医医院呼吸科开展义诊活动 一对一解疑惑 手把手纠误区

本报讯 记者马军、通讯员徐白雪报道：近日，昌吉州中医医院呼吸科医疗护理团队在院内开展义诊活动，将专业、贴心的呼吸健康服务送到群众身边。

活动当天，前来咨询问诊的市民络绎不绝。由呼吸内科骨干医师组成的义诊团队，为到场群众提供一对一免费问诊、病情评估、用药指导及慢病管理答疑等针对性服务。医护人员耐心询问每位市民的身体状况、发病诱因及日常用药情况，针对成人哮喘、儿童过敏性哮喘、老年性哮喘等不同人群特点，分别制定个性化防治方案。

现场还提供免费测量血压、血氧饱和度及呼吸功能初筛等便民检查服务。同时，患者可免费体验耳穴压豆等中医特色疗法，切实感受中西医结合的治疗优势。

针对部分患者存在的“症状好转就停药”“害怕激素而不敢吸入用药”等常见误区，医护人员手把手教学吸入装置的正确使用方法，纠正患者错误用药习惯，并系统讲解哮喘长期规范治疗的重要性。此外，义诊团队还向来往市民发放哮喘防治科普手册，详细介绍哮喘诱因、日常防护、饮食起居注意事项及急性发作急救要点等实用知识。

本次义诊活动将专业的呼吸健康服务送到群众身边，切实回应了患者在哮喘防治方面的诸多疑问，有效提升了患者的自我管理能力和科学防病意识。

昌吉州中医医院呼吸科将继续践行公益初心，常态化开展健康科普与公益义诊活动，重点聚焦慢性呼吸系统等疾病防治，以专业医术守护全民呼吸健康。