

2024年基层卫生人才能力提升培训项目开班 加强队伍建设 提升服务能力



2024年基层卫生人才能力提升培训项目开班仪式现场。

通讯员供图

本报讯（记者 于冰冰 通讯员 张妙娴）9月4日下午，2024年基层卫生人才能力提升培训项目开班仪式在市第一人民医院举行，旨在加强基层医疗队伍建设，进一步提升基层医疗卫生服务能力。岱岳区乡镇卫生院和社区卫生服务中心有关人员参加培训。

市第一人民医院抽调了临床经验丰富、有带教经验的专家，制定了详实的实践方案和培训计划，确保学员在有限的时间内学到更多实用的知识。在培训班上，医院心内科主任李旺以《胸痛救治单元建设的意义及现场验收要求》为题，为学员详细讲解了持续深化胸痛中心体系建设，织密协同救治网络，实现胸痛中心、胸痛救治单元全覆盖，提供快速高效急性胸痛救治的重要性与必要性；内分泌科主任李力对原发性醛固酮增多症进行了讲解，内容涵盖原发性醛固酮增多症的定义、病因、临床表现、筛查、诊断及治疗等多个方面，重点

讲解了筛查的目标人群以及筛查确诊试验的具体流程。通过此次培训，参培学员受益匪浅。

市第一人民医院作为岱岳区医疗卫生龙头单位，近年来努力践行使命担当，推动医疗资源下沉，抓实落细基层卫生人才能力提升项目，全力带动区域医疗服务能力整体提升。“希望各位学员借助本次基层卫生人才能力提升培训多互动多交流，取长补短，进一步提升技能操作水平和诊疗能力，促进医疗卫生事业的健康发展。”市第一人民医院有关负责人表示。

基层卫生人员是基层群众健康的“守护者”，是健康岱岳建设的“排头兵”，抓好基层卫生人员的培训、提高基层卫生人员的能力素质，是方便基层群众就医的重要举措。2024年是市第一人民医院承担基层医生培训任务的第二年，医院将科学施教、严格管理，开展好培训管理工作，确保培训的质量和效果。

婴幼儿健康的头号杀手——先天性心脏病

泰安市妇幼保健院 刘承超

先天性心脏病（简称先心病）是我国儿童出生缺陷的首位畸形。据统计，先心病发病率约8‰至10‰，以此推算，我国每年新增新生先心病患儿约15万至20万名。先心病治愈难度大，自然死亡率高，给社会和家庭带来了沉重负担。

先心病主要是指胚胎期心脏及大血管发育异常、出生后仍继续存在的先天结构畸形，也包括胎儿期的正常结构如动脉导管、卵圆孔出生后未及时闭合的情形。根据临床表现，先心病通常可分为紫绀型和非紫绀型。其中常见的室间隔缺

损、房间隔缺损、动脉导管未闭属于非紫绀型，法洛四联症、完全型大动脉转位属于紫绀型。无论是哪种类型的先心病，如果没有及时发现并治疗，约1/3至1/2患儿在新生儿或婴儿期即处于危重的边缘状态，部分复杂先心病患儿会因难以纠正的肺炎合并心力衰竭或严重缺氧、酸中毒而夭折。

当然，并非所有的先心病患儿出生后都会出现严重并发症，比如临床常见的室间隔缺损、房间隔缺损、动脉导管未闭的患儿，他们出生后在很长时间内都与正常儿童没有明显差别，大部分是查体时发现

心脏杂音，随后就医发现。病情简单的患儿有的可以择期手术，有的可以长期随访，有的甚至有自愈希望。然而，并非所有的患儿都那么幸运。除了单一畸形，临床还常见很多复杂畸形，如大动脉转位、肺静脉异位引流等，这些患儿中很多刚出生就将处于危急边缘，如果不能及时确诊，随时会出现严重缺氧、酸中毒甚至死亡，急诊手术是拯救这部分患儿生命的唯一办法；部分复杂畸形，如左室发育不全的患儿甚至需要2至3次手术才能接近治愈。

近几年，随着产前筛查技术的

发展，大部分先心病可以通过规范的产前筛查被尽早发现，复杂先心病的发病率逐年降低，目前临床常见的先心病都以房缺、室缺等单一畸形为主。虽然复杂先心病减少了，但简单先心病的危害依然存在。如果孩子在出生后出现大汗淋漓、喂养困难、肺炎反复发作、身高体重发育明显滞后等情况，家长要及时带孩子到医院做心脏彩超检查，明确有无心脏发育问题；对于已确诊先心病的孩子，家长一定要及时联系专业儿童心脏外科医生就诊，并遵照医嘱定期带孩子复查，及时手术。

平稳控糖 驾好“五驾马车”

泰安市中医医院 梁秀珍

在糖尿病的治疗中，“五驾马车”可谓重中之重。“五驾马车”是指综合管理糖尿病的5个重要方面，包括糖尿病的健康教育、饮食治疗、运动治疗、药物治疗、自我监测血糖，它们共同构成了糖尿病治疗的基础。

了解糖尿病相关知识、提高自我管理能力，对于糖尿病患者来说至关重要。糖尿病是一种可控制的疾病，只要血糖控制平稳，糖尿病患者可享有与正常人一样的生活质量。

糖尿病患者饮食原则为低盐低脂低糖饮食，应选择低糖、高膳食纤维的食物，避免血糖浓度波动过

大。主食选择方面，患者应根据身高、体重、活动量制定每日主食量，主食宜选择粗杂粮。男性、轻度体力活动者，宜每日进食0.35至0.4千克主食，中重度体力活动者可适当加量。女性、轻度体力活动者，宜每日进食0.05至0.3千克主食，中重度体力活动者可适当加量。对于糖尿病患者来说，每日宜进食1至2枚鸡蛋、1至2包牛奶、0.1至0.15千克左右的瘦肉，满足蛋白质需求；每日进食约0.5千克绿叶蔬菜；每日水果进食量控制在0.1至0.15千克，尽量选择低糖水果，进食水果的时间宜选择在两餐中间；每日摄入约0.05千克坚

果。进食习惯方面，糖尿病患者应少量多餐、定时定量，确保碳水化合物摄入，避免酮体产生，并注意菜、肉、主食的进食顺序。

在医生的指导下，患者可进行适量的有氧运动，如慢跑、快走、骑自行车、体操、瑜伽等，运动量宜每天1至2次，一次30分钟左右，有助于控制血糖水平。

如果饮食和运动治疗不能有效控制血糖，患者可在医生指导下使用口服降糖药物和胰岛素等进行治疗。胰岛素应在医生严密检测下使用，使用胰岛素的患者应注意避免低血糖的发生。

患者要定期监测血糖，可以选择性监测“6次血糖”即三餐前后血糖、“4次血糖”即空腹加三餐后血糖，担心低血糖的患者可监测空腹加三餐前、睡前血糖，夜间低血糖的患者可监测睡前血糖，必要时监测凌晨2时血糖，同时记录血糖值以及在高血糖和低血糖时的饮食和运动情况，以便在就医时向医生提供详细的病情信息。

患者一旦确诊糖尿病，即可开始采用“五驾马车”治疗方式。此外，保持积极的心态和良好的生活方式，对于控制糖尿病和预防并发症也很重要。