我市探索“12345”工作模式 培塑“运河儒医”中医药文化品牌

■本报通讯员 许建

近年来，我市认真贯彻落实全国、全省促进中医药传承创新发展的要求，依托地域优势打造中医药文化高地，探索“12345”工作模式，弘扬儒医文化，用心擦亮“运河儒医”文化品牌，推动全市中医药高质量发展。

坚定一个核心 完善中医药文化管理体制

以促进中医药传承创新发展为核心，市、县两级成立了由市县主要负责同志任组长的促进中医药发展工作领导小组，定期召开工作会议。印发《关于促进中医药传承创新发展的若干措施》《济宁市中医药发展“十四五”规划》等文件，明确中医药文化发展路径，形成党委领导、政府负责、人大政协监督、部门齐抓共管、全社会共同参与的推进机制。中国中医科学院西苑医院济宁医院（济宁市中医院）加挂市中医药推广交流中心牌子，专门负责中医药文化和科学知识宣传普及。

着力两个升级 夯实中医药文化传播后盾

着力提升中医药服务供给。以中医药特色优势促进文化传播，引进中国中医科学院西苑医院优质医疗资源，挂牌成立西苑医院济宁医院，投资32.3亿元建设西苑医院济宁医院新院区，成功入选第五批国家区域医疗中心项目，今年底投入使用。

着力提升中西医协同发展能力。所有公立综合医院、妇幼保健院均设置中医药科室，将中医纳入多学科会诊，实现市、县政府办中医医院、政府办综合医院、妇幼保健院中医科100%覆盖。173个乡镇卫生院（社区卫生服务中心）全部建成“国医堂”，99.6%的村卫生室提供中医药服务，打通中医药文化传播“最后一公里”。

立足三大梯队 壮大中医药文化人才队伍

人才是发展的第一要素，为了传承中医药文化发展。我市积极储备高层次人才，发挥院士工作室、国医大师工作室作用，积极对接国家、省人才培育项目，累计培养国家级优秀人才6名、省级优秀人才80名，壮大了中医药文化领军人才队伍。

打造市级文化人才库。组建由53名市级专家组成的队伍，进行中医药文化科普巡讲200余场，将中医药科普知识送到百姓家门口。

扩充基层文化传播方阵。各县市区打造政治过硬、政策清晰、专业突出、梯次分明的中医药传播人才队伍，组建中医药文化科普巡讲团，支持鼓励中医药宣传专家优先参与政策研究、科研设计、人才培育，激发了智库活力。

拓展四个空间 建设多层次中医药宣传阵地

拓展交流空间。建设全国首个儒家文化与医德教育培训中心，累计培训山东、江苏、安徽等省市医护人员干部职工2万余人，实现了儒家文化和医德医风培养的有机结合。

拓展文化空间。依托西苑医院济宁医院新院区，建设面积约1400平方米的国家级标准中医药文化博物馆；尼山世界文明论坛期间开放中医药文化体验馆，设置中医药特色文化展示区、中医药特色疗法体验区、中医药特色设备展示区、一米药圃等，接待海内外专家学者5000余人次；累计建成省级中医药文化宣传教育基地2个、省级中医药文化建设示范单位7个，发挥了中医药文化“阵地”宣传堡垒作用。

拓展体验空间。将中医药文化与公共基础设施建设融合，建成中医药文化主题公园（广场）2个、中医药文化街（文化长廊）28个、中医药文化特色村15个、特色中医药健康文化知识角50个，让群众近距离体验中医药文化。

拓展传承空间。积极培树传承清晰的中医药世家典型，加大传统医药非遗保护，广育堂二仙膏制作工艺被评为国家非物质文化遗产；19项中医药特色技术进入省中医药特色（优势）技术推广目录，中医学术及中医药文化得到传承发展。

突出五个重点 开展中医药健康文化推广活动

重点围绕主题。以中医药文化建设推进年活动为契机，组织开展中医药文化传播行动走进综合改革示范区、中医药文化夜市等各类主题活动170余场，组织评选济宁市中医药文化科普作品20个，打造浓厚的中医药文化宣传氛围。

重点关注青少年。联合市教育局制定《济宁市中医药文化进校园活动实施方案》，建设2个省级、10个市级中医药文化进校园试点学校，打造“本草小课堂”品牌，组织开展中医药文化体验“研学游”，提升青少年的文化自信和健康素养。

重点打造试点。布局中医药+托育机构试点，全市267家托育机构与医疗机构开展中医药技术合作，精心培育10家“中医药+托育（幼）”试点机构，将中医启蒙、药膳调理、健康防控、儿童康复等与托育（幼）服务深度融合，将中医药文化服务融入9518个家庭。

重点融合媒体。打造“1+N”中医药品牌矩阵，推出“儒医说”“儒医护幼”“儒医养老”“运河药膳”“中医夜市”“云上儒医”等“运河儒医”中医药系列品牌，线上线下结合开展中医药文化宣传推广，被省级以上媒体宣传报道15次。

重点扩大文化交流范围。成功举办了3届尼山世界中医药论坛，共邀请“人民英雄”张伯礼，院士黄璐琦、王琦，国医大师王新陆等300余位国内外专家学者参加，同步举办儒医论坛、砭石文化论坛、王叔和文化论坛等系列活动，持续擦亮济宁中医药文化名片。

济宁市第一人民医院

荣获创新医疗科技案例大赛综合医院赛场全国二等奖

本报济宁讯（通讯员 胡安国 周静 徐廷蕊）近日，第三届创新医疗科技案例大赛总决赛颁奖仪式上传来喜讯，济宁市第一人民医院与中国中医科学院西苑医院等12家医院共同登台领奖，其中，济宁市第一人民医院报送的《智慧检验助力实验室内周转时间持续性改进》案例荣获综合医院赛场全国二等奖。

据悉，本次大赛由广州艾力彼医院管理中心等机构作为主办单位，主题是“创新力助推医院可持续发展”。经过初赛，全国共20余家医院进入总决赛。决赛现场，济宁市第一人民医院医学检验科副主任孙梦怡汇报了医院通过实验室智慧化管理缩短检验报告等待时间，改善患者就医体验的典型案例。现场评委和观众对医院免疫、生化、凝血等检验项目的自动审核，基于移动均值系统的全流程质控和状态反馈等创新成果表现出浓厚兴趣，并给予高度评价。

近年来，该院高度重视医疗科技创新工作，以科技创新推动可持续发展。下一步，医院将继续通过智慧化升级，积极融合物联网、人工智能、大数据、云计算、区块链等领域发展成果，提升医疗服务水平，让群众享有更充分、更温暖的医疗保障。

医·前沿

微山县人民医院

网上下单 护士上门

本报微山讯（通讯员 焦裕如 刘振华）近日，一位脑出血气管切开的患者需要更换尿管，通过微山县人民医院“网约”护士下单后，在家就顺利完成。“这种患者网上下单，护士上门服务的‘互联网+’医疗模式真方便，省去我们来回奔波医院的辛苦。”患者家属对上门护士感谢不已。

为了解决群众看病就医中的“急愁难盼”问题，该院不断创新和拓展服务模式，开通了“互联网+上门护理”服务，将互联网与护理延伸服务相结合，医护人员走出医院，来到患者家中，为一些特殊情况和行动不便的患者提供专业健康指导及专科护理，既保留了患者家属自行照看的方便，又解决了患者家属解决不了的困难，让患者足不出户就能享受到医护在身边的服务。

该院网约护理服务的上线，贯彻了以患者为中心的服务理念，充分利用信息技术，创新服务模式，为患者提供全流程、无缝隙、专业便捷的护理服务，用真心换取患者信任，用专业赢得患者信赖。

健康科普进校园

为传播和普及健康知识，提高学校师生健康水平，营造安全健康和谐的校园环境，近日，济宁市妇幼保健计划生育中心组织医务人员，走进济宁学院附属中学红星校区，开展健康科普知识进校园活动。

活动现场，儿科主治医师罗玉龙通过图文、视频展示的形式，向学生们讲解了发热的注意事项和护理措施，及临床工作中退热的常见问题，帮助学生们正确了解并避开退热误区；介绍了几种常见秋冬季传染病的种类及发病特点，倡导学生们养成勤洗手、戴口罩的良好卫生习惯，做好个人防护，有效防御疾病；通过理论讲解与现场模拟示范相结合的方式，介绍了异物、外伤、流鼻血、中暑等意外伤害的紧急处理方法，特别针对海姆立克急救法进行了详细讲解；讲述了心肺复苏的重要性及动作要领，生动直观地展示了在遇到呼吸、心跳骤停的病人时所采取的急救操作技能。

通过对学生的健康宣教，进一步增强了师生的健康意识，筑牢“每个人都是自己健康第一责任人”的健康理念。下一步工作中，该中心将全面推进“四送四进四提升”健康促进行动，将全民健康理念送到机关、校园、社区、乡村，着力提升全民健康素养水平。

■通讯员 田国栋 摄

聊一聊“无精子症”

■济宁医学院附属医院 董业浩

近20年来，随着社会经济的高速发展，生活节奏不断加快，在全球范围内，不孕不育的发生率逐年走高。据统计，全球目前有大约15%的家庭受到生育问题的困扰，其中男方因素约占50%，而“无精子症”也是最值得大家关注的一项。今天我们就来展开聊一聊“无精子症”。

提到“无精子症”，大多数人会认为“这下完了，没有精子了，肯定就不能生育了。”其实不然，我们对“无精子症”的定义，是指三次或三次以上，射出的精液镜检未见精子，且在3000克离心15分钟后，沉渣镜检仍然未见精子的情况。这也就是说，“无精子症”是指射出的精液中没有精子。我们已经了解，睾丸是“生产”精子的“工厂”，在射精过程中，精子要经过附睾、输精管、射精管、尿道，才能输出体外。所以说，即使射出的精液中未见精子，并不代表睾丸这个“工厂”不生产精子，也不代表睾丸中没有精子。

我们一般把“无精子症”分为两种，即“梗阻性无精子症”和“非梗阻性无精子症”。梗阻性无精子症，顾名思义，就是由于精子输出管道发生阻塞、缺失等情况，精子在射出过程中受阻，导致精子无法射出体外的情形。非梗阻性无精子症，相对梗阻性无精子症而言就复杂一些。它并非由于梗阻因素，而是由于其他种种原因（食用棉籽油、腮腺炎病毒感染导致睾丸炎、基因缺陷等），睾丸生精过程出现问题，导致没有精子生成，故而没有精子射出的情形。

那么，我们在门诊上遇到了这种情况如何处理呢？

首先，我们会向患者讲清楚无精子症的概念及其与生育的关系，安抚患者的情绪。这一点非常重要。任何人，尤其年轻男性，在得知自己患有“无精子症”的时候，会自然而然地把“无精子症”和“绝对不育”等同，瞬间产生巨大的心理应激压力。

其次，我们会让患者按要求完善检查。一般来说，精液常规检查发现无精子症，我们会给来诊者开具精浆生化、男性生殖系统B超，染色体核型分析及Y染色体微缺失等检查。部分特殊的患者，可能会进行更为深入的检查，比如全外显子检测等。以此为依据，大体判断患者是梗阻性还是非梗阻性无精子症。

再次，在完善各项检查后，我们会给患者安排睾丸穿刺活检术。在输精管缺如或其他不能拒绝行输精管道再通的患者，依据医师的临床经验，也可以施行附睾穿刺活检术。附睾穿刺失败也可改行睾丸穿刺活检术。对于有输精管道再通要求的患者，我们给予施行睾丸穿刺活检术。睾丸穿刺活检术是目前诊断“无精子症”的“金标准”。

说到这里，大家肯定会想，对于睾丸穿刺活检术仍然未见精子的无精子症患者，我们还有办法吗？答案是有的。我们仍然可以通过显微镜下睾丸切开取精术，来尽可能找到在睾丸内可能残存的生精灶，尤其对于腮腺炎性睾丸炎、隐睾、克氏综合征及Y染色体AZF微缺失的患者，成功率能够达到30%至50%。

得益于现代生殖医学的快速发展，只要能够获得精子，我们就有机会通过二代试管技术，即卵胞浆内单精子注射技术（部分特殊的患者，也可以进行胚胎植入前遗传学诊断，即三代试管技术），生育血亲子代。

综上所述，“无精子症”并不可怕，并不一定是想象中的不治、绝育之症。

科普园地

冬季治肾好时机 莫让寒冷“伤”了肾

■济宁医学院附属医院 胡秀玲

肾脏是人体内分泌系统的重要器官，每天高速运转，默默维持着人体的基本机能。正常情况下，肾脏能够过滤掉血液中的废物，然后将其排泄到尿液中。从原尿到终尿，肾脏会经过重重过滤，留下有用的，排出没用的。但是，如果其中任何一个环节出了问题，就会导致血液中的废物堆积，进而损伤肾脏，容易形成慢性肾脏病。天气渐冷，应经常注意气候的变化，室内及衣着以温暖为宜，因为寒冷可引起肾小动脉痉挛，加重肾脏缺血，使肾功能恶化，那么日常生活中，我们如何保护自己的肾脏？

1.及时发现和治疗诱发肾脏损害的疾病。

2.定期化验小便，对肾损害早发现早治疗。

3.注意饮食的规律性和合理性，切勿暴饮暴食，不吸烟、不酗酒。

4.慎重用药，未经大夫处方不要乱服药。

5.适量多喝水、不憋尿。

6.定期体检、测量血压、体重，检测尿量和尿常规、肾功能、血糖等。

7.注意保暖，预防感冒和感染。

8.注意锻炼身体，选择适合自己的运动方式，以增强体质，提高免疫力。

定期检查、提早发现，遵从指南、正规治疗，稳定肾功能，延缓肾损害，提高生活质量，减少死亡率，加强对慢性肾脏病的科学认识，是保护肾脏的有效途径。

揭秘心肌梗死：心脏的危机之源

■济宁医学院附属医院 贺银燕

心脏是生命的源泉，而心肌梗死，就是这股源泉突然出现的危机。心肌梗死是一种心血管疾病，如果把心脏比作一片“土壤”，冠状动脉就是灌溉土壤的“河道”，当冠状动脉这条供应心肌血液的主要通道突然阻塞时，即冠状动脉内的血管壁发生斑块、血栓形成或痉挛，就会导致血流减少或完全中断，使得心肌组织缺血和坏死，发生心肌梗死——“河道”被堵，土壤得不到灌溉，心脏这片土壤就会“枯死”。

这种突如其来的疾病，可能让人措手不及。但其实，它是有迹可循的。在心肌梗死发生前，可能会有长时间的心绞痛、胃肠道反应、休克、晕倒等症状。此外，一些与劳累有关的全身性疼痛也可能是心肌梗死的前兆。这些疼痛可能出现在心脏相关部位，如心前区和胸骨后，也可能出现在其他部位，如左侧肩膀、左侧上臂、左手手指、后背、上腹部、颈部、咽喉部、下颌和牙齿等。

应对心肌梗死，有一些事千万不能做。首先，不能惊慌失措。一定要保持冷静，并尽快拨打急救电话。其次，千万不要自行驾车前往医院，应等待救护车。在等待救护车的过程中，可以采取一些缓解措施，如停止活动、服用急救药物等。

除了不能做的事项外，还有一些一定要做的事项。一旦心肌梗死发生，应及时就医并进行相关检查和治疗。千万不要因为疼痛或者其他原因而忽视了这个至关重要的步骤。

除了及时治疗外，预防心肌梗死的发生也非常重要：

1.控制血压和血脂：高血压和高血脂是导致冠状动脉狭窄和闭塞的主要原因之一。通过控制血压和血脂，可以降低心肌梗死的风险。

2.健康饮食：保持健康的饮食习惯，包括低盐、低脂、高纤维、富含水果和蔬菜的饮食，可以有助于预防心肌梗死的发生。

3.戒烟限酒：吸烟和过量饮酒都会增加心肌梗死的风险。戒烟和限制酒精摄入可以降低心肌梗死的风险。

4.坚持适当的运动：适当的运动可以增强心肺功能，提高身体的免疫力，预防心血管疾病的发生。

5.避免过度劳累和精神压力：过度劳累和精神压力都会增加心脏的负担，导致心肌梗死的风险增加。

6.定期进行体检和复查：定期进行身体检查可以及时发现和治疗潜在的心血管疾病。特别是对于有家族遗传史、高血压、高血脂等高危人群，更应该定期进行相关检查。

总之，心肌梗死是一种严重的心血管疾病，需要引起足够的重视，采取综合措施来预防和治疗心肌梗死。通过保持健康的生活方式，控制危险因素，及时治疗心血管疾病，可以降低心肌梗死的风险，更好地保护自己和他人的健康。

广联医药
咱老百姓身边的放心药店