

青岛市卫生健康委员会、青岛早报联办

# 致力于全生命周期 构建健康青岛新格局

2022年,青岛市卫生健康系统以人民健康为中心,统筹疫情防控和卫生健康事业高质量发展,全面推进健康青岛建设,居民人均期望寿命达到81.78岁,主要健康指标继续保持全省全国前列。

## 全生命周期健康提质增效

“一老一小”照护服务获得新提升,全市医养结合机构达到168家,列全省第一。托育机构和托位总数同比增长83.8%、48.4%,成立全省首家托育服务产教联盟。获评国家新生儿安全项目试点城市。

青岛市作为首批山东省慢性病综合防控示范城市,2022年全市省级及以上慢性病综合防控示范区覆盖率100%,国家级慢性病综合防控示范区覆盖率40%,居民的健康水平和幸福指数全面提升。联合青岛大学附属医院、青岛市中心医院,在全市5个区180个社区启动并实施“城市癌症早诊早治”“脑卒中高危人群筛查与干预”和“心血管病高危人群早期筛查与综合干预”三个重大公共卫生项目,在7个区市开展门诊重点慢性病机会性筛查工作,累计筛查805062人次。

我市不断探索出生缺陷防控前沿,出台了一系列惠民政策。近十年来,累计确诊新生儿遗传代谢病、听力障碍、先心病共7500余例,新生儿疾病筛查率均达99.5%以上,随访治疗率达95%以上,取得了显著临床效果和良好的经济社会效益。同时,青岛市妇幼保健院(市妇女儿童医院)作为全市出生缺陷综合防治中心,成立了全省第一家胎儿医学专业门诊,产生了很多国内领先的创新型技术及服务,改变了以往胎儿疾病治疗都需要长途跋涉转诊外地的困境,真正实现了胎儿疾病领域“大病不出市”。

2022年,青岛市打造省内首个特

殊健康状况儿童预防接种评估和接种体系,自10月份起,市、区两级评估门诊和接种门诊启动运转。自评门诊开诊以来,共有10名特殊健康状况儿童接受评估,根据专家评估结果进行预防接种,目前未出现不良反应。

## 卫生健康事业发展争一流

青岛市入选中央财政支持公立医院改革与高质量发展示范项目城市,二级及以上公立医院门诊、住院次均费用分别下降59元、344元。基层医疗卫生机构诊疗量占比57.06%,老年人居家医疗服务“点菜单”式做法入选省级优秀改革案例,医药卫生体制改革迈上新台阶。

96%的镇街卫生院和社区卫生服务中心达到国家基本标准,县级综合医院全部达到国家医疗服务能力推荐标准。获批我市首个国家区域医疗中心,出台优质医疗卫生资源倍增三年行动计划,加快5个市级卫生重点项目建设,遴选打造160个重点专科,引育高层次人才133名;63个学科入围中国医院五年总科技量值学科百强榜单,列计划单列市首位;获省市科技进步奖16项;联合阿斯利康打造罕见病诊疗高地。

中医药强市建设进入新阶段,出台建设中医药强市18条措施,投入1900万元支持市中医医院建设省级区域中医医疗中心和3个齐鲁中医药优势专科集群,政府办社区中医服务中心和镇街卫生院全部提供中医药服务,越来越多的中医药适宜技术走进市民家庭,形成覆盖城乡的15分钟基层中医药服务圈。

## “数智卫生”服务新体验

2022年,“健康青岛科普资源库”互联网平台浏览量1772万人次,二级及以上公立医院全部接入“健康青岛”

便民惠民服务平台。“就医付费一件事”让市民无须排队缴费,就诊时间从平均3小时缩短为1小时。“出生一件事”一键联办新生儿证件,办理材料从19份简化为4份。公共卫生服务取得新成效,省级慢性病综合防控示范区全覆盖、国家级示范区达到4个,列全省第一。在复旦大学《2022卫生健康公共数据开放报告》中我市综合等级列115个参评城市第一名。

今年,青岛市卫生健康委统筹搭建全市统一的互联网医院平台,构建资源集中、共享普惠的互联网诊疗服务体系,通过在线图文、语音、视频交流,开展包括健康咨询、在线复诊、支付、处方流转、药品配送等寻医购药一站式服务,让复诊居民足不出户,快速找到就医康复路径,居民复诊就医更加方便快捷。目前,青岛市互联网医院平台入驻医疗机构个数达到28家,其中开展图文咨询业务28家,线上问诊业务19家。“全市一家医院”让不同医院的检查检验结果互认共享,试行医院互认5514项次检验检查结果。医生在规规定排班时间内登录程序,查看本科室的视频问诊病人列表及已预约本人的视频问诊病人列表。问诊时点击叫号问诊,通过图文、视频等方式与患者进行沟通交流,问诊过程可查看患者历史就诊数据,结束问诊后医生可开具咨询建议或诊断建议,诊断建议包含诊断、处置、药物处方、检验检查等智能医嘱操作,需经药师审核后系统自动通知患者,提示患者完成后续流程。据悉,青岛市卫生健康委与医疗保障局后续将打通线上门诊慢大病患者医保报销流程,实现“慢病续方”一体化结算。患者选择医保定点医院,即可享受慢病续方、在线问诊、续方缴费、药品配送等一站式服务。观海新闻/青岛早报记者 杨健 通讯员 宋茜茜

崇尚健康  
远离疾病



问医生

热线:82888000

## 预防脂肪瘤 先改变不良生活习惯

问:身上长了几个不痛不痒的脂肪瘤,我很担心会不会癌变?

王野(海慈医疗集团本部普外一科主任):日常生活中,有些人会无意间在身上摸到很多小疙瘩,大大小小的有很多,也不痛。因为不影响正常生活,很多人对它并不在意。这其实是一种疾病,是皮下脂肪瘤。脂肪瘤好发于40至60岁的中年人群,20岁以下患者少见,但儿童可发现先天性脂肪瘤,且男性发病率略高于女性。虽然病因不明,但多发性的脂肪瘤常具有遗传性倾向。

皮下脂肪瘤这种疾病,目前没有明确的内科保守治疗方法,最好的治疗方式是手术治疗。脂肪瘤一般情况下并不会转化成恶性肿瘤,而且因为它生长缓慢,通常不会对身体造成明显危害,若无明显症状或不影响外观,可不进行治疗。

需要特别提醒的是,日常生活中要改变不良的生活习惯,不要熬夜,适当放松缓解压力。饮食方面注意调理,补充维生素,多吃新鲜蔬菜水果。需要摄入足够多的蛋白质,但是要注意低胆固醇饮食,比如动物内脏类尽量少吃。还需要禁酒及酒精类饮料,少吃辛辣的食品,刺激性的食物。

## 中老年常见骨病 往往有“亲密”关系

问:最近查体发现骨质疏松症和骨关节炎,这两者是一回事吗?

侯增涛(海慈医疗集团骨关节与创伤外科中心主任):骨关节炎和骨质疏松症是中老年人的常见疾病,这两种疾病常常伴随而来,有着“亲密”关系。骨关节炎(OA)是指由于关节下软骨的损坏,引起关节边缘骨赘形成、关节间隙变窄等病理改变,并累及整个关节组织的最常见的关节疾病,最终发生关节软骨退变、纤维化、断裂、缺损及整个关节面的损害。骨质疏松症(OP)是一种代谢性骨病,主要是由于骨组织微量结构改变,骨量减少,导致骨的脆性增加、易发骨折的一种系统性全身性骨骼疾病。

骨关节炎与骨质疏松症的共性在于:这两种疾病均可引起骨关节疼痛,活动受限,甚至发生功能障碍,从而影响患者的日常工作和生活。两者区别在于:骨关节炎发病于关节软骨,而骨质疏松症则是整个骨头的病变,改变了骨密度。

当骨关节炎伴有骨质疏松时,两者都要积极治疗。对于骨关节炎,除了药物及手术治疗,日常生活可以采取康复训练,提高关节周围肌肉力量和改善关节功能,还要避免关节负重和冲击。对于骨质疏松,要注意调整生活方式,日常要摄入蛋白质、摄入量足的乳制品,适当日晒,适量补充钙和维生素,戒烟或酒,避免过量饮用咖啡或碳酸饮料,采取有效措施减缓骨量流失的速度、减轻关节的磨损。

观海新闻/青岛早报记者 杨健

# 3厘米鱼刺卡气管 3个月后镜下拔除

特色科室

北风卷,胃口开,只是享用美食时千万别被“刺客”伤害。74岁的老人庄先生(化名)吃鱼时,不慎被一根3厘米长的硬鱼刺扎进气管,就因这一口鲜美在鬼门关走了一遭……

## 老人吃鱼后反复咳嗽发烧

11月21日,74岁的庄先生因咳嗽、咳痰无法忍受,来到青岛市市立医院东院呼吸科门诊就诊。一问才知道,这个症状已经持续了3个月之久。3个月前,他在家庭聚餐吃鱼时不慎呛咳,一阵剧烈的咳嗽之后仍感觉呼吸道不太舒服,但并没在意。随后一周庄先生因为咳嗽、发热到社区医院打针消炎,体温恢复正常了,但咳嗽却一直反反复复,痰也特别多。

来到医院后,经查胸部CT和仔细询

问病史,医生初步怀疑老人气管内有异物,质地很硬,局部尖锐,若不取出,患者不但要持续受咳嗽、咳痰困扰,甚至有刺破血管大出血的风险,极其危险,于是准备收入院完善气管镜检查。

最终,青岛市市立医院副院长韩伟带领科室医护人员经过充分评估、反复讨论后果断作出决定,李双保主任医师带领科室医护人员在保障防疫安全、严密防护前提下,成功为患者完成支气管镜检查。

## 3个月后镜下拔除“肉中刺”

不出所料,果然在老人气管内发现了罪魁祸首——一根约3厘米长的硬质鱼刺。刺尖朝上不断刮刺气管内壁,迫使其不断咳嗽,刺激部长出了肉芽组织。倘若鱼刺变换方位刺向气管外壁,很可能引起刺破气管、扎入纵膈大血管、引起大出血甚至死亡风险;倘若鱼刺被新生肉芽包裹堵塞气道,一半的肺就会

因为没有空气出入而阻塞实变、反复感染、丧失功能。医疗团队相互配合,通过气管镜,将这根“肉中刺”顺利拔除,手术后庄先生之前的不适症状也立即缓解了,目前已经康复出院。

专家提醒,气管异物往往都是不起眼的东西,无论小孩还是老人,都应预防为主。对儿童来说,应该特别注意弹珠、小橡皮球和乳胶气球等玩具。食物方面不应给予4岁以下儿童硬的或圆的食物,包括但不限于糖块、花生、瓜子、葡萄干、苹果块、坚果、爆米花、西瓜子和生的胡萝卜等。进食时不要呼喊、说话、玩、跑、哭和笑。对于吞咽反射减弱的老人或老年人群,饮食上尽量避免呛咳,若进食含鱼刺、小块骨头、辣椒皮、瓜子皮等特殊食物时发生呛咳,应及时就诊,就诊时向医生提供准确病史。监护人员应学习掌握基础生命支持和窒息急救课程,如海姆立克急救法、人工心肺复苏等,做好意外发生时第一时间的抢救工作。观海新闻/青岛早报记者 杨健 通讯员 徐福强