

青岛市卫生健康委员会、青岛早报联办

巩固国家卫生城市成果,建设幸福宜居美丽青岛

特色科室

# 科普知识“零距离”

## 健康教育进企业:开展健康素养调查 提升群众健康意识

为普及职业病防治和职业健康知识,提升劳动者职业健康素养水平,提高劳动者自我防护的意识和能力,由青岛市卫生健康委员会和青岛早报联合主办的“健康教育进企业”活动2024年第二期活动在8月26日走进阿法拉伐(青岛)工业有限公司开展“提高职业健康素养,保护职业健康”专题讲座,企业管理人员及一线职工等数十人参加了现场培训。

### 开展职业健康知识讲座

职业健康素养是指劳动者获得职业健康基本知识,践行健康工作方式和生活方式,防范职业病和工作相关疾病发生风险,维护和促进自身健康的意识和能力。通过开展重点人群职业健康素养调查,可以了解我市重点人群职业健康素养水平和变化趋势,明确优先干预领域,开展有针对性的干预活动,为制定职业健康相关政策提供科学依据。

通过现场布置展板、发放宣传材料及个人防护用品、开展现场讲座等形式,对企业进行集中宣传和知识培训。活动现场,市疾控中心职业卫生所副所长兼职业病鉴定办主任季福玲首先围绕职业病防治法讲解了职业病防治基本知识以及用人单位和劳动者在职业病防治过程中应当享有的权利和履行的职责义务等。活动现场组织井然有序,员工踊跃咨询,季福玲对企业负责人、职业健康管理人员和一线劳动者就职业健康检查相关问题进行了集中宣讲。

本次宣传活动重点突出,具有



一线员工填写职业健康素养调查问卷。

很强的思想性、指导性和实用性,参加活动的各行业代表纷纷表示,今后要进一步改变观念,积极关注心理健康,树立阳光心态,提高自我调节能力,做“快乐工作、幸福生活”的践行者和倡导者。

### 助推健康企业创建工作

本次“健康教育进企业”活动中,疾控部门工作人员深入一线车间,到劳动者的工作现场调查,对职业危害防护的认知和职业卫生防护情况进行细致的调查与干预。本次调查与干预主要涉及内容包括:劳动者基本信息、职业健康知识和理念、健康工作方式和基本技能,以及对职业健康保护的需求和建议等,企业职工代表在工作人员的详细解说和指导下,都积极完成了调查答题。

本次职业健康素养调查在前期与企业积极对接、协调时间和预调查的基础上展开。调查以纸质问卷的形式开展,现场强调答题注意事项,并为劳动

者答疑。问卷回收环节认真核对答卷,严把质量关,确保调查数据真实可靠。

“通过本次活动,让我了解到职业病的相关知识,认识到了健康的重要。”参加活动的企业职工说。企业相关负责人表示,将和员工一起,在今后的工作中合理有效运用所学知识,合理膳食、适量运动、科学锻炼,提高健康意识,形成重视健康、关爱健康的良好企业氛围。

通过此次讲座,进一步提高了企业和劳动者对职业病防治工作重要性的认识,有利于推动我市职业病防治工作的开展。此次活动共发放宣传折页300余份,宣传品50余件,有效提升了企业职工职业病防治意识和健康素养,并进一步提高了惠企政策知晓度,助力企业高质量发展。下一步,市卫健委将持续深入企业开展普法和健康科普宣传,切实为企业做好服务。

观海新闻/青岛早报记者 徐小钦 摄影报道



# 十年膝关节炎 被自体脂肪一朝治愈

## 青岛市中心医院成功开展自体脂肪微片段治疗手术

膝关节骨性关节炎是一种以关节软骨退行性改变为基础的疾病,多见于中老年人群,发病率高,严重影响到中老年人的健康和生活质量。以往常见疗法有药物、局部关节腔注射润滑剂等方法,但无有效的方法能逆转膝关节软骨损伤退变,最终难以避免行关节置换手术。而随着医学的进步,特别是再生医学技术的发展,一种有效修复软骨退变的新技术——自体脂肪微片段治疗术逐步运用到临床并推广。自体脂肪微片段治疗术能促进膝关节退变软骨的修复,缓解关节老化引起的关节疼痛,最终推迟或避免进行关节置换术。

近日,患左膝骨关节炎十年之久的张女士在青岛市中心医院接受了自体脂肪微片段治疗术,手术当天感觉良好,术后两周左膝关节疼痛消失,关节活动明显改善。

张女士今年60岁,在与左膝骨关节炎抗争的十年里,她尝试过口服药物、理疗、关节注射等各种保守治疗,但疗效欠佳,尤其最近一个月膝关节疼痛明显加重,于是找到青岛市中心医院关节与运动医学科主任孙涛就诊。通过既往病史、X线以及磁共振

检查,孙涛主任发现,张女士的膝关节骨关节炎已经导致部分内侧关节软骨磨损,决定为她实施关节镜膝关节清理并自体脂肪微片段治疗术,以促进膝关节退变软骨修复。

什么是自体脂肪微片段治疗术?孙涛主任介绍,自体脂肪微片段治疗术是将自体的脂肪经过体外一个细胞分离器分离以后,形成的微片段再注射到经过关节镜微创手术清理后的关节腔内。自体脂肪微片段中含有丰富的脂肪间充质干细胞(ADSCs)、周细

胞及三维的基质血管组分(SVF)、100多种细胞因子以及外泌体等功能元件,使其成为治疗膝骨关节炎的良好来源,具有很强的抗凋亡、促进组织修复、促进血管再生、抗菌、抗炎的功能。因此,自体脂肪微片段技术具有修复退变的关节软骨、促进软骨再生、止痛消炎等作用,可以应对骨关节炎、股骨头坏死、骨折及创面不愈合等多种目前难以治愈的疾病。从长期的效果来看,这些注射进去的自体群体细胞,在一个微生长环境中会修复病人的关节软骨,延缓关节老化引起的疼痛,最终推迟或避免进行关节置换术,为骨关节炎病人的治疗带来一个革命性的改变。

术中,孙涛主任通过一套特制的微创取脂针取出患者腹部皮下脂肪约50毫升,经提取设备提取出自体脂肪微片段液约8至10毫升备用。通过关节镜微创手术的方法清理患膝后,再将提取的脂肪微片段液注入患者清理好的膝关节腔内。手术历时45分钟,顺利结束。

观海新闻/青岛早报记者 徐小钦 通讯员 王萍萍

## 腹主动脉瘤拖6年 “国家队”成功“拆弹”

近日,北京大学人民医院青岛医院血管外科团队成功为一位来自内蒙古的74岁患者赵先生实施了腹主动脉瘤腔内修复术。患者赵先生因腹主动脉瘤、心衰、肾功能不全及肺功能不全等多种复杂病症辗转多家医院求医未果,没想到他们来到青岛,找到了解决问题的最终答案。

### 腹主动脉瘤有破裂风险

6年前,家住内蒙古的赵先生发现了腹部搏动性肿物,被诊断为腹主动脉瘤。由于合并多种基础病,他的治疗之路充满挑战,病情一直难以处理。

赵先生的儿子在青岛工作,了解到北京大学人民医院青岛医院常态化有北京专家坐诊,在家门口就能看上“国家队”。在儿子的陪伴下,赵先生来到北京大学人民医院青岛医院血管外科。经过全面检查,专家发现他的病情确实非常严重,腹主动脉瘤体大小已经长到7厘米,心功能差,同时患有慢阻肺,肾小球滤过率仅为18.36(正常值应在70以上),但血管外科团队并未放弃希望。经血管外科、呼吸内科、神经内科、心内科、肾内科、重症监护室、麻醉手术中心等多学科会诊后,专家共同制定了详细的治疗方案,进行了为期一周的纠正治疗,治疗后各项指标有所缓解。

直径大于7厘米的腹主动脉瘤属于大型腹主动脉瘤,破裂风险相对较高,就像一个随时可能爆破的定时炸弹,手术已经不容再拖。但如何顺利解决瘤体,又能在合并多种基础病的前提下安稳度过术后危险期,对医生和患者都是一种考验。

### 完成高水平微创手术

近两年来,北京大学人民医院血管外科专家、北京大学人民医院青岛医院血管外科带头人李清乐教授常态化在青岛开展门诊、查房、手术、带教等工作,可以实现和北京“同质化”的管理和治疗,重症血管外科疾病患者不出青岛,就能享受“国家队”高质量医疗技术带来的利好。面对赵先生基础病重、瘤体随时破裂等复杂病情,李清乐教授和北京大学人民医院青岛医院血管外科执行主任孙念峰进行充分讨论和详细评估,认为可以为患者实施手术。

血管外科团队为赵先生实施腹主动脉瘤腔内修复术。这是一项高难度的微创手术,团队通过血管内部植入覆膜支架修复腹主动脉瘤,避免传统开腹手术的风险,最终手术顺利完成。术后,重症监护室严密监测、对症支持,赵先生身体情况转好,两天后顺利转出。然而,由于心脏基础弱,术后心衰症状并未完全缓解,赵先生又转至心内科继续治疗了一周。在医护人员的精心照料下,身体状况逐渐稳定并得到了明显改善。

近日,经过近一个月的住院治疗,赵先生终于康复出院。“从内蒙古辗转到青岛,没想到在这里由北京来的专家解决了我的大难题。”患者感动地说。为了表达感激之情,一家人来到医院赠送锦旗,感谢专家团队为挽救生命所付出的努力。

赵先生的故事只是北京大学人民医院来青专家日常工作的一个缩影。北京大学人民医院将高水准的诊疗技术平移至青岛,30余个学科进驻青岛医院,300余名专家在青常态化开展坐诊、教学、查房、会诊和行政管理等工作。同时,科室管理实行“双主任制”,学科主任由北京大学人民医院专家担任,执行主任由北京大学人民医院青岛医院专家担任,实现一体化管理,让岛城百姓在家附近享受国家级的医疗服务。

观海新闻/青岛早报记者 杨健 通讯员 刘裕