

郑州地铁变身“移动健康课堂”

本报讯（记者丁 玲）近日，郑州市卫生健康委统筹组织全市6家医院，联合走进郑州地铁1号线，开展沉浸式健康科普宣教活动，将权威医疗知识、中医药文化和科学养生理念搬进通勤车厢，让市民在出行途中便捷学习健康知识，推动医疗科普走出医院、走到群众身边。

郑州市中医院打造的中医药主题车厢别具特色，车厢内中药香囊、艾条锤、中医药文创礼品琳琅满目。该院医务人员身着古风服饰，为乘客科普初秋养生知识。针对市民普遍存在的秋燥、

秋乏问题，郑州市中医院营养科主任梁行介绍，秋季燥邪易耗伤津液，加之夏季身体消耗尚未恢复，人体极易出现口干乏力、困倦疲乏等症状。他建议秋季养生遵循“滋阴润肺、少辛增酸”的原则：多吃梨、百合等清润食材，少吃辛辣食物；坚持早睡早起，午间小憩15分钟至20分钟，饮水保持少量多次，便可有效抵御秋燥侵扰。

针对地铁通勤人群易发的健康问

题，多家医院的专家进行了精准答疑。郑州市第二人民医院专家提醒，在地铁光线多变的环境下长时间刷手机，会让眼部肌肉持续处于过度调节状态，容易诱发视疲劳、视力下降，甚至增加青光眼、视网膜损伤的发病风险，建议市民乘坐地铁通勤时少看手机，通过闭目养神放松双眼。郑州市第一人民医院医生则聚焦上班族不吃早餐的问题，指出长期空腹会刺激胃黏膜，更易诱发胃炎、胃溃疡。医生分享了“主食+优质蛋白+果蔬+少量坚果”的黄金早餐搭配公式，还将养胃知识编排成快板表演，生动地普及了消化道养护技巧。

活动中多项科普内容破除了

大众的健康认知误区。郑州市第六人民医院医生纠正了“脂肪肝只偏爱肥胖人群”的错误认知，指出熬夜、三餐不规律、节食减肥、常喝高糖奶茶、久坐不动等不良习惯，会让瘦人也患上脂肪肝，建议市民坚持清淡饮食、规律作息、适度运动，减轻肝脏代谢负担。郑州市第七人民医院医生借助心脏模型，直观讲解了熬夜对心血管的损伤，提醒高危人群出现胸闷、心慌、气喘等症状需及时就医，切勿拖延。郑州市第三人民医院医生则科普了乳腺健康知识，手把手教学乳房自检方法，提

醒熬夜、焦虑、内分泌紊乱易诱发乳腺疾病，建议女性规律作息、稳定情绪，定期开展乳腺筛查，做到疾病早防早治。

此次活动依托地铁公共场景，整合多学科医疗资源，聚焦青年群体和上班族常见的健康痛点，以通俗新颖的形式普及权威健康知识，将通勤碎片化时间转化为健康学习课堂，帮助群众破除健康认知误区，传播科学养生理念。下一步，郑州市将持续开展场景化健康科普活动，推动健康素养提升工作落地见效，让健康理念走进千家万户，助力全民健康建设。

专属矫形器解锁足下垂科学康复方式

本报记者 朱晓娟 通讯员 刘乐佳

李先生已经很久没能“正常走路”了，每次迈步，右脚都像不听使唤一样拖在地上。而这一切，都因为一枚量身定制的前置式踝足矫形器发生了明显改变。日前，河南省人民医院康复工程采取“一人一方案”的定制模式，真正帮助脑卒中患者实现了更优质的康复落地。

一场突发脑出血，让原本行动自如的李先生落下了右侧肢体偏瘫，还留下了脑卒中后常见的后遗症之一——足下垂。简单来说，就是患者脚尖无法抬起，由于支配小腿前侧肌肉的神经受损，脚掌会不受控制地下垂。为了避免脚掌拖地，李先生只能费力地用腿，形成了典型的“跨栏步”：不仅步态异常、身体晃动，走不了几步就会疲惫，还要时刻担心被绊倒。

接诊后，河南省人民医院康复工程部主任赵东升没有急于下结论，先安排专家团队为李先生做了一套完整评估。最终，赵东升与主治医师解家平一起，为李先生个性化定制了一款前置式踝足矫形器。

赵东升介绍，这款前置式踝足矫形器，相比传统后置式矫形器，在缓解痉挛、增加踝关节活动度上效果更好，还可以有效增大足底受面面积，增强本体感觉——就是能让患者走路更稳、更自然，也更省力。

临床研究也证实，佩戴前置式踝足矫形器的脑卒中患者，步行速度明显优于佩戴后置式的患者。

制作过程中，康复工程师采用低温热塑板等医用材料——这种材料加热后可塑形、冷却后会变硬——依照李先生的足部轮廓一点点塑形、打磨、调整，最终做出了贴合他脚型的矫形器。

佩戴定制矫形器后，李先生的步态出现了肉眼可见的变化：脚尖不再拖地，也不用费力甩腿，行走姿势逐渐趋于平稳。整个定制适配过程仅用了半个小时，更关键的是，他不再需要家人寸步不离搀扶，已经基本能够独立行走了。

赵东升说，这不只是行动能力的恢复，更是患者自信心的重建。定制矫形器不仅可以矫正足下垂、固定关节力线、改善步态、降低步行能耗、提升日常活动能力，更能帮助患者最大程度恢复生活自理能力，重新拾回信心与尊严。从精准评估、科学设计，到精心制作、反复适配，康复工程部的每一个环节都围绕患者的真实需求开展。

陆军第83集团军医院

开展关节镜下自体肌腱移植桥接修复术

本报讯（记者常俊伟 通讯员马艺玮 郭琪 夏磊）近日，陆军第83集团军医院成功开展关节镜下自体肌腱移植桥接修复术。这项微创保关节新技术突破了传统诊疗的局限，打破了“不可修复即置换”的固有临床模式，为复杂巨大肩袖撕裂患者开辟了微创修复、保留原有关节的治疗新路径。

今年50岁的患者王先生，反复出现双肩疼痛、活动受限症状已有3个多月，日常静养时疼痛稍有缓解，但抬手、负重后疼痛会立刻加重，已经严重影响了日常起居。此前，患者曾在外院接受口服药物、外敷理疗等保守治疗，症状始终没有得到改善。经肩关节磁共振检查，患者确诊为双侧肩袖损伤伴关节腔积液。为寻求精准有效的治疗，患者来到陆军第83集团军医院就诊。

接诊团队结合患者影像检查结果与临床体征，先为其实施右肩关节镜探查清理、肩峰成形、肩袖修补及肱二头肌长头腱松解固定术。术后患者右肩疼痛得到显著缓解，肩关节活动功能快速恢复，治疗效果十分理想。凭借良好的就医体验与明确的治疗效果，患者再次入院，要求对症状更为严重的左肩进行专项治疗。

术前完善系统精细化评估显示，患者左肩为典型巨大不可修复性肩袖撕裂，撕裂范围广，残存肌腱存在严重回缩，肌腱组织退变老化，力学质量极差。若采用传统直接缝合方式，缝合张力会显著增大，术后肌腱再撕裂、修复失败的风险极高。按照传统诊疗思路，这类病例通常建议接受人工肩关节置换手术。

结合患者的年龄、日常功能需求以及远期康复预后

情况，诊疗团队摒弃了“一换了之”的传统方案，经多轮病例研讨与手术方案论证后，最终决定实施高难度关节镜下自体肌腱移植桥接修复术，在微创条件下完成病灶修复，最大程度保留了患者原生肩关节的解剖结构与生理功能。

术前，医疗团队为患者完善了全套术前检查，制定了个性化手术预案与麻醉保障方案。术中，医疗团队依托关节镜的高清微创视野，彻底探查肩关节腔，精准完成粘连组织松解与炎性病变组织清理。针对巨大肩袖缺损这一难题，医疗团队创新采用自体肌腱桥接修复技术，精准衔接肩袖断端与肱骨大结节，有效填补了组织缺损、分散了缝合张力，为肌腱贴附生长、实现生物学愈合创造了稳定条件，从根本上规避了术后再撕裂风险。整合手术创伤小、出血少、组织损伤轻，全程平稳顺利。

术后，医疗团队为患者制定了阶梯式个性化康复方案，精准指导患者开展肌力训练、关节活动度训练与功能恢复锻炼。目前，患者左肩疼痛已基本消退，肩关节抬举、外展等核心功能稳步恢复，已顺利康复出院。

针对临床高发的肩痛病症，陆军第83集团军医院骨科团队特别提醒：中老年群体是肩袖损伤的高发人群，大众很容易将肩袖撕裂误判为普通肩周炎，盲目开展拉伸、爬墙等康复锻炼，反而会加重肌腱撕裂损伤，延误最佳诊疗时机。公众如果出现持续性肩痛、抬手无力、肩关节活动受限等症状，需及时就医明确诊断，精准鉴别肩袖损伤与肩周炎，不要盲目锻炼，做到疾病早诊早治、科学干预。

漯河市召陵区 筑牢校园健康防线

睢县

开展儿童营养改善项目监测评估工作

本报讯（记者赵忠民 通讯员马 雷）8月24日~29日，睢县卫生健康委组织开展了2026年度儿童营养改善项目监测评估与资料整理工作，精准掌握营养包对婴幼儿生长发育与贫血状况的改善作用。

监测评估由睢县卫生健康委统一部署，睢县妇幼保健院牵头实施，各相关乡镇卫生院、村卫生室密切配合。为确保监测评估质量和有序开展，8月21日，县卫生健康委组织了县妇幼保健院监测评估技术团队，以及5个抽样乡镇卫生院公卫办主任和儿保骨干开展专题培训。培训详细解读监测评估方案、统一调查方法、规范测量操作和问卷填写标准，并对现场监测评估提出了具体要求。

在问卷调查环节，调查员与儿童看护人开展一对一访谈，收集儿童基本信息、喂养方式、辅食添加情况、营养包

领取与服用情况，以及家长营养知识知晓率等内容。在体格发育测量环节，由经专业培训过的妇幼保健人员使用统一校准的婴幼儿智能体检仪，规范测量儿童的身长与体重。在贫血状况检测环节，医务人员使用便携式血红蛋白分析仪，通过采集末梢血检测血红蛋白含量，精准评估儿童的贫血患病情况。通过本次现场监测与数据采集，本次工作全面评估了儿童服用营养包后的生长发育改善情况以及贫血患病率变化，为项目效果评价提供了科学依据。

开展监测评估时，医务人员针对存在生长迟缓、贫血或喂养困难的儿童，提供了一对一的科学喂养指导与合理膳食建议，还现场向家长详细讲解了营养包的作用、服用方法和辅食添加相关知识，有效提升了项目知晓率和家长的科学育儿水平。

本次培训也是医院整体人才战略布局的重要组成部分。近年来，开封市中心医院坚持“内培外引、刚柔并济”的人才工作思路，统筹推进领军人才柔性引进、跨学科人才平台搭建、高学历人才引进培养、骨干医师国内外研修学习等工作，逐步构建

起以领军人才为引领、青年骨干为中坚、复合型人才为协同的“一体两翼”人才发展格局，推动形成“技术立院、科教兴院、人才强院、服务优院、文化润院”的发展支撑体系。

在课程设计方面，本次培训在总结首批培训经验的基础上进一步优化提升，共设置20余场专题课程，既突出政治理论和党性教育的核心地位，又兼顾现代医院管理与专业能力的提升；既安排了专题授课，也强化了现场教学、实地参访、分组研讨与成果转化环节，推动不同专业、不同岗位的参训人员加强交流互鉴。

培训内容涵盖党的创新理



近日，在信阳市淮滨区芦集镇吉庙村，医务人员为群众检查身体。当天，信阳市中心医院淮滨院区组织多学科医疗团队，走进吉庙村开展便民义诊活动，让村民在家门口享受到专业、便捷的医疗服务。

王明杰 张郁秋 徐世杰/摄

河南省肿瘤医院

为内蒙古患者解决巨大肿瘤难题

本报讯（记者张琦 通讯员罗辉 常格）患者肝脏肿瘤直径超过10厘米，肿瘤向上生长侵犯膈肌，逼近腋窝部位，同时还合并门静脉癌栓——面对这一复杂病情，河南省肿瘤医院多学科团队为来自内蒙古的患者曹先生制定了“靶向+免疫+放疗+抗病毒”的综合治疗方案。经过半年治疗，肿瘤持续缩小，肝脏回归正常位置，肿瘤标志物也恢复正常，近3年随访显示患者病情持续稳定。

患者入院后，根据常规临床评估，患者的病情程度已经不满足直接手术切除的条件。河南省肿瘤医院随即启动多学科诊疗机制，组织肝胆外科、肿瘤内科、放疗科、影像

科等科室专家联合会诊，共同为患者定制了综合治疗方案：肝胆胰外科主任医师张玲团队为患者制定了靶向治疗联合免疫治疗的方案——靶向治疗可精准识别并阻断癌细胞的生长信号，免疫治疗则帮助患者自身免疫细胞重新识别并清除肿瘤，二者发挥协同抗肿瘤作用。放疗科副主任杨成梁团队采用高能射线，对门静脉癌栓和部分顽固病灶进行精准照射，治疗过程中运用主动呼吸控制技术，确保照射仅在特定呼吸时刻开展，避免呼吸运动引发肿瘤位置偏移，同时减少射线对周围正常组织的损伤。此外，由于患者存在乙肝病毒感染背景，抗肿瘤治疗期间同步开展抗病毒治

疗，以此控制病毒感染，避免肝功能进一步受损。

经过约半年的综合治疗，效果逐步显现：血液肿瘤标志物甲胎蛋白稳定在正常水平；影像学检查结果显示，肝脏肿瘤持续缩小，对周围器官的压迫已经解除，被顶上去的肝脏基本回到正常位置。从首次治疗至今，曹先生的病情始终保持稳定。

专家提醒，对于晚期巨大肝癌，尤其是合并血管癌栓、脏器压迫、基础肝病

的患者，不必过度悲观。通过科学的多学科综合治疗，可有效控制病情，提升生活质量，关键在于尽早前往正规医院接受个体化综合诊疗。

综合培养，着力推动干部人才从“单一专才”向“复合型人才”拓展，从“完成岗位职责”向“服务医院战略发展”转变。

下一步，开封市中心医院党委将以战略复合型人才专项培训为重要抓手，持续完善“引、育、用、聚”全链条人才工作体系，推动培训与干部培养、学科建设、科研创新、人才梯队建设等工作深度融合，探索建立更加系统、更加开放、更加注重成果转化的人才培养机制，努力打造具有公立医院特色的人才培养实践样板，为医院高质量发展注入源源不断的人才动能，为守护群众生命健康、助力健康开封建设贡献中心医院力量。

论、焦裕禄精神的时代价值、卫生健康政策、现代医院管理、学科建设与科研创新、廉洁自律与风险防控等多个方面，通过多层次、多维度的学习形式，引导参训学员在党性淬炼中坚定理想信念，在理论学习中提升管理思维，在现场研学中拓宽发展视野，在交流研讨中碰撞思想火花，进一步增强发现问题、分析问题和解决问题的能力。

从首批探索到第二批深化，开封市中心医院正逐步构建起具有自身特色的战略复合型人才培养机制。与传统以岗位技能提升为主的培训相比，战略复合型人才专项培训更侧重“专业能力+管理能力+战略思维+协作能力”的

从“单一培养”到“复合赋能”——开封市中心医院探索战略复合型人才培养新路径

本报记者 张治平 通讯员 何 慧

人才是公立医院高质量发展的核心战略资源。近年来，开封市中心医院始终将人才队伍建设摆在医院高质量发展的突出位置，立足自身发展需求，持续创新人才培养模式，推动人才培养逐步实现从“单项提升”向“复合赋能”、从“阶段培训”向“系统培养”的转变。在2025年首批战略复合型人才专项培训取得良好成效的基础上，8月29日，开封市中心医院第二批战略复合型人才专项培训（第一期）在河南焦裕禄干部学院开班，标志着该院战略复合型人才培养工作进一步迈向体系化、常态化。

本次培训以“党建引领促发

展，复合人才筑未来”为主题，分3

期组织实施，覆盖全院中层以上干部及业务技术骨干共290余人。培训紧密结合医院事业发展摆

在