

青岛市卫生健康委员会、青岛早报联办

疾控体系“阶梯式”改革 走出“青岛模式”

2022年度全国“推进医改，服务百姓健康”十大新举措日前揭晓，青岛市疾控体系实施“阶梯式”改革举措入选。在深化医改的进程中，青岛市围绕创新引领和高质量发展，通过“阶梯式”推进新一轮疾控体系建设、公共卫生机构绩效改革、事业单位改革、山东省三级疾控中心试点改革等重大任务，形成了具有青岛辨识度、山东特色、全国影响力疾控体系改革成果。

健全激励机制 做强基础与提升

2017年，山东省青岛市率先重启新一轮疾控体系建设，新冠疫情后进一步加强公共卫生体系改革，经两轮投入后，全市疾控体系全面提档升级。

做强设施基础。市级投入8.9亿元建设市公共卫生中心，全市10区(市)中6个区(市)疾控中心已迁入新址或在建新大楼项目，有力缓解了基础设施不足、从空间结构上限制能力发展的问题。做强队伍基础。2017年，青岛市疾控机构按照常住人口万分之1.75的国家标准完成扩编，疾控队伍力量不足的问题得到极大缓解，在新冠疫情防控中保持住了现场流调、实验室检测等核心队伍基本盘的稳定。做强实验室基础。经过2017年、2020年两轮近2亿元投入，全市疾控机构均实施了实验室改扩建工程，目前市级建成国家公共检测实验室，配备基因测序仪6台(其中三代1台)，全市疾控系统建成负压生物安全二级实验室23个、配置移动检测车4台。

2019年，青岛市率先开展公共卫生机构绩效改革，确定了以财政保障为主、以考核为杠杆的绩效改革模式。提升发展空间，建立首席专家制度，在重

大传染病防治、免疫规划、实验室检测、病媒生物防制等领域中择优遴选。落实市级首席专家相应待遇，部分区(市)首席专家纳入当地高层次人才管理并享受相应待遇。持续推进高级职称岗位比例突破，自2017年起，市疾控中心高级职称岗位比例实现由20%提升至35%、45%、48%的“三连跳”，全部区(市)疾控中心高级职称岗位比例均提升至近30%，人才上升空间进一步拓宽。相关做法被纳入山东省三级疾控中心试点改革方案，在全省推开借鉴，更多优秀人才投身疾控事业，为疾控体系建设注入了强劲动力。

强化功能定位 做到“三个拓展”

2020年，青岛市实施事业单位改革，通过机构合并、重组，包括疾控机构在内的卫生事业单位布局结构进一步优化。拓展机构职能。原市卫生发展研究中心、市卫生宣传教育中心、市卫生培训服务中心与市疾控中心机构改革合并，组建新的市疾控中心，承担卫生政策发展研究、公共卫生信息化建设、中防病等新的职责并独立设置相应部门。

拓展科教平台。加大与各级各类高校、科研院所合作力度，青岛市疾控中心成立中国疾控中心病毒病所研究基地、中国疾控中心研究生院公共卫生实践教学基地，进一步深化合作领域和方式，建立产教融合基地、联合教研室等，并与高校开展人员互聘，科教研平台更加广阔。作为区域龙头，辐射带动了胶东地区疾控机构实力整体提升。

拓展区域平台。结合青岛地域优势，坚持海洋中心陆海统筹，依托国家食品安全风险评估中心海洋食品技术

合作中心，努力打造青岛特色健康危害因素监测评估体系。

加强服务协同 做优“三个融合”

2021年，山东省实施三级疾控中心试点改革，青岛市作为试点地区，以与医疗卫生服务无缝连接和有效协同为改革导向，先推动服务融合、再探索可持续性制度建设和机制保障。

做优医防融合。一方面，加强医疗机构公共卫生服务，对医疗机构疾病预防控制科室设置、公共卫生职能进行明确。另一方面，市疾控中心与6家市级医疗机构互派人员，开展“订制化”融合。如联合市立医院合作推进慢性呼吸系统筛查干预项目在基层落地，派驻疾控人员在市中心医院(职业病防治院)进行实践操作轮训，常态化参与市传染病医院艾滋病患者随访管理工作，联合市妇女儿童医院设立市级特殊健康状态儿童预防接种评估门诊等。

做优基层融合。在市疾控中心设立基本公共卫生服务质量控制与指导中心，组建疾控、三级医院专家等市级专家库，联合开展全市基本公卫技术指导及日常评价。在5个区市组建10支医防融合指导团队下沉基层，每年采取“点对点”“点对片”方式开展多轮项目指导，有力带动了基本公共卫生项目服务水平提升。

做优数字融合。依托市疾控中心启动公共卫生大数据运用平台建设，改革完善哨点监测体系，224家医疗卫生机构接入市级传染病监测预警信息平台，覆盖率达100%。

观海新闻/青岛早报记者 杨健 通讯员 宋茜茜



奇怪！轻轻一碰皮肤一片瘀青

特色科室

对活泼好动的孩子来说，磕磕碰碰在所难免，可有些孩子一碰皮肤就一片瘀青，一点小外伤就会出血不止，这究竟是什么原因？对于血友病患者来说，身体的血液里缺少“凝血因子”，这是一种罕见疾病。但随着医疗技术的提高，已并非不治之症，早期持续性、个体化的规范治疗至关重要，可以改善预后，降低致残率。

需定期补充凝血因子

“宝宝身上这是怎么了啊？”正在给孩子换衣服的刘女士(化名)突然喊了起来，丈夫闻声赶来，发现孩子胳膊上一片青紫色的瘀青。两人仔细回想，应该是昨天带着宝宝洗澡时不小心碰了一下，可当时并没有大的撞击，只是一点小磕碰，怎么会有这么一大片瘀血呢？不放心的爸妈赶紧带着孩子到青岛妇女儿童医院就医。

优生优育有效预防

专家介绍，血友病是一种遗传性凝血功能异常的出血性疾病。患者凝血因子基因突变造成体内缺少一种叫“凝血因子”的东西，他们的血管就像没有用水泥砌过的砖墙一样，一碰就碎了，所以，他们格外脆弱，不能摔、不能碰，稍不留心就会血流不止，就像是“玻璃人”。

血友病是一种X染色体连锁的隐性遗传病。遗传规律是女传男，男发

病；男传女，女携带。也就是说，女性患者的父亲和儿子，一定是血友病患者；男性患者的母亲要么是携带者，要么是血友病患者。

优生优育是最有效的预防措施，有血友病家族史的夫妇，可以在怀孕前进行血友病基因的检测，选择正常的胚胎妊娠，降低遗传风险。

得了血友病可适当运动

病情稳定的血友病患者是可以适当运动的，但运动量要因人而异，循序渐进。在活动的选择上，尽量选择非对抗性的运动，比如游泳、散步、羽毛球、射箭、自行车、乒乓球等。

青岛市妇女儿童医院儿童血液内科专家提醒：治疗血友病，儿童时期是关键。及早采取规范化预防治疗，可以很好地预防并发症，完全像正常人一样生活。因此，如家长发现孩子有异常出血，应尽快到院就医。

观海新闻/青岛早报记者 杨健 通讯员 毕乙贺



热线：82888000

药食同源 舌尖上“美食养生”

问：中医有“药食同源”理论，哪些食物能入药，怎么吃才能防病治病？

白小英(海慈医疗集团药剂科中草药房、临床药理实验基地主任)：体质是人体的先天遗传和后天生活中形成的，在形态结构、生理功能、心理和性格等方面综合的相对稳定的固有特性。健康的饮食搭配可以调整体质，甚至起到预防和治疗疾病的作用。日常生活中有以下常见的“药食同源”食物：

山药，有治疗肾虚、肺虚、脾虚的作用，可以补肺气，滋肺阴，适用于肺虚咳嗽，还能滋养脾阴，对慢性久病者和病后虚弱者都是好的调理品，对于婴幼儿消化不良、泄泻、湿疹等也有一定治疗作用。百合，能清肺润燥，常用于肺燥或肺热咳嗽，能宁心安神，可用于热病后余热未清，神思恍惚等症。赤小豆，可以治水肿、脚气，若遍身水肿，可以以赤小豆配桑白皮消肿。伤寒瘀热、黄疸尚轻时，赤小豆与麻黄、连翘等同用，以发表清热。

当遇到失眠时，试试大枣，能安心养神，与小麦、甘草一起使用治疗烦闷虚劳失眠。大枣性甘、温，能补脾益气，脾气虚弱导致的消瘦、乏力、便溏时，也可与人参、白术等补脾益气药同用。生姜能帮助发散风寒，预防感冒时可加红糖趁热服用，增强发汗力的话还可以再配麻黄、桂枝。生姜性温，还可以温肺散寒、化痰止咳，对于肺寒咳嗽，有痰无瘀、有无风寒都能使用，与杏仁、麻黄同用，可以治疗风寒咳嗽、头痛、痰多。

迎风流泪 泪道阻塞不可忽视

问：我最近经常“迎风流泪”，这是正常现象吗？

刘国军(海慈医疗集团本部眼科主任、西院区眼科学科负责人)：冬季受冷空气刺激，眼睛的泪液分泌会增多，如果泪液无法从泪道内正常排出，更容易出现“流泪”，俗称“迎风流泪”。

造成这种现象的原因有很多，其中有一部分人是由于泪道阻塞引起的。正常情况下，泪液的排出和分泌处于一种动态平衡。当泪道发生阻塞时，泪液内的细菌数量、成分发生变化，使眼球终日浸泡在带菌的泪水中，可造成结膜炎、角膜炎等危害眼球。同时，泪液外流侵蚀眼睑，容易出现眼睑皮炎、湿疹、瘙痒、色素沉着、下睑外翻等。发生泪道阻塞的原因有：炎症，如结膜炎、沙眼等眼部疾病的感染或鼻腔炎症引起的感染；先天性发育异常和外伤原因。

想要远离泪道阻塞，首先要做到保护眼睛、预防眼外伤，其次就是注意个人卫生，避免随意揉眼、避免到环境多风、有尘烟的地方。出现沙眼、结膜炎等眼部疾病，要及时到医院就医。目前，根据泪道不同部位的阻塞和阻塞程度的不同，适用的治疗方法不同。通常有泪道冲洗、泪道造影、泪道探通、泪道激光等，也可以通过泪道内镜下微创治疗，解除泪道阻塞。

观海新闻/青岛早报记者 杨健