

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

## 健康教育进企业——

# 为企业职工筑牢健康防线

### 科普讲座与健康义诊走进青岛蔚蓝动物保健集团有限公司

为进一步传播健康理念,提高企业职工的自我保健意识和健康素养水平。10月17日,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”活动第三期正式开始,城阳区卫生健康局、红岛街道总工会、红岛街道卫生院、红岛街道卫生健康工作站走进位于高新区的青岛蔚蓝动物保健集团有限公司,开展健康知识进企业活动。当天共50余名职工参加本次活动,专家们的科普宣传活动,为企业职工筑牢了健康防线。

#### 名医面对面 为健康护航

当天的“健康教育进企业”活动邀请岛城健康专家,通过开展健康讲座、义诊等形式,针对常见健康问题进行讲解和宣传。讲座中,青岛海慈医疗北院呼吸内科张琪医生讲解了甲型流感病毒感染预防知识。

讲座中,还讲解了常见口腔疾病防治方法等常见热门健康话题。红岛街道卫生院常医生,用通俗易懂的语言详细向大家讲解了牙周炎、龋齿等牙周常见疾病,还通过道具模型为大家演示了正确的刷牙方式,提醒大家在日常生活中形成“爱齿、护齿”的意识。常医生还着重介绍了爱护牙齿的重要性,包括限糖减酸、使用含氟牙膏、多进食健齿食品、定期口腔检查等内容。



科普宣传活动,让员工受益匪浅。

为加深企业职工对所讲健康知识的理解和记忆,在活动现场,专家们还针对所讲内容开展了有奖知识竞答环节,对参与的企业职工发放了控油壶、腰围尺和限盐勺等健康干预工具,现场气氛活跃,参与热情高。

#### 爱心义诊 关爱暖人心

讲座结束后,来自青岛海慈医疗、青岛海慈医疗北部院区、青岛市妇女儿童医院城阳院区、青岛市第六人民

医院,青岛市中心医院,城阳区第三人民医院的相关科室专家们,针对企业职工存在的健康问题进行义诊和保健指导,让企业职工体验到了“不出门、免费看病”的服务。

“这次讲座让我了解到职业病的相关知识,认识到了健康的重要性。”现场员工表示受益匪浅,学到了健康知识,纠正了不良健康习惯,而且对缓解工作生活压力、塑造自身健康体质起到了积极有效的引导作用。此次活动,切实增强了企业职工自我保护意识,为保障劳动者职业健康奠定了良好基础。观海新闻/青岛早报记者 徐小钦 摄影报道

## 健康教育进企业—— 公司里的“专家健康诊室”

### 青岛阜外心血管病医院专家组团走进企业 为职工提供优质便捷高效的诊疗服务

10月21日,在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”活动中,青岛阜外心血管病医院专家组团走进一汽大众汽车有限公司青岛分公司,本次活动单独安排设立了一间“专家健康诊室”,便于专家医生根据职工个人症状解疑答问。活动现场,职工们积极有序地问诊咨询,专家医生为现场职工一对一医疗诊断,内容涉及妇科、呼吸内科、心脑血管疾病等多个领域。

#### 多学科专家组团走进企业

活动现场,妇科主任张倩分享了妇科保健的相关知识,指导大家自我识别疾病早期症状及日常预防生殖疾病的注意事项,并对妇科疾病及常规检查的方式进行了简要讲解。呼吸内科主任医师戴丽娜针对患者的不同情况耐心答疑解惑,给予专业的诊疗建议,有效提高了广大市民的呼吸健康意识。

“秋冬季节天气多变,是心血管疾病的高发季节,每到秋冬季节,各大医院的心血管疾病科室,经常是人满为患。”心内科副主任医师杨春悦表示,秋冬季节寒冷气温刺激人体血管收缩,导致血管阻力、血压上升,这些都是造成心梗等心血管疾病发作增多的



原因。通过面对面交流,医生让大家更加科学地认识了心血管疾病。

#### 提供免费个性化诊疗服务

此次活动,让百余名企业职工享受到便民优质高效的免费诊疗服务,他们通过专业理疗缓解了不适症状,身心得到了放松,提高了自身的健康意识,将以健康的体魄和充沛的精力投入到工作中。

现场前来参加义诊的职工王女士表示:“这种医生送健康知识进企业的方式,非常方便和贴心。既能享受到健康教育和咨询服务,还能享受到医生个性化的健康指导和诊疗,真是太好了!”

记者了解到,本次义诊活动旨在为广大企业职工提供优质、便捷、高效的诊疗服务,让他们能以更积极健康的身心状态投入生产、生活;为打造良好的营商环境,助推实体经济发展提供健康保障。今后,青岛市卫生健康委员会还将定期组织讲座、义诊专家团走进企业单位,为企业提供健康宣教、咨询、义诊等服务,帮助职工朋友掌握实用的健康知识,引导他们养成良好的生活习惯和方式,增强预防疾病和自我保健的能力。

观海新闻/青岛早报记者 徐小钦 摄影报道



## 机器飞转撕脱上臂 巧施妙手成功保肢

青大附院手足显微外科奋战  
11个小时手术成功

近日,李先生在工作时不慎将右胳膊卷入高速运转的机器皮带中,胳膊瞬间从肩膀处撕脱。青大附院手足显微外科丁小珩教授团队连续奋战11个小时,为李先生成功保肢。记者了解到,近一个月以来,青大附院手足显微外科团队已成功救治了4名肢体离断的危重患者。

近日,李先生在工作时不慎将右胳膊卷入高速运转的机器皮带中,胳膊瞬间从肩膀处撕脱。工友紧急停机,将离断的胳膊从机器里取出,大惊失色的工友急忙拨打120将他送往医院。当地医院接诊医师建议其截肢,家属决定抱着试试的心态,带着李先生来到青大附院寻求治疗。

手足显微外科值班医师刘春雷、李天予来到急诊科检查断肢情况后发现,患者上臂呈撕脱性离断,血管、神经、肌腱多处撕脱,皮肤软组织肌肉大面积毁损,创面内积满了异物,肱骨近端、肩胛骨粉碎性骨折,保肢难度极大,遂立即向丁小珩教授汇报。此时,由于前期辗转就诊多家医院,患者的断臂离体已达5个多小时,即将错过6—8小时的黄金救治时间。但丁小珩发现,患者的上肢从肱骨中段向远端还是完好的,尚有保肢的可能性。但由于手术难度极大,是否保肢是他面临的艰难选择。他考虑到,36岁的李先生是家庭的顶梁柱,高平面的截肢将给他的生活带来困扰,即便手术风险很大,他也要尽全力为李先生保住断肢。丁小珩教授根据伤情,结合相关检查和检验结果,综合评估患者全身情况,制定了详细的保肢方案。

手足显微外科、急诊科、手术室、麻醉科医护团队迅速反应,启动绿色通道、稳定生命体征、清创探查断肢、完善术前准备、备血……多学科团队分工合作、有条不紊。经过11个小时的不懈努力,在丁小珩的指导下,刘春雷、李天予、尚宝欣等手术团队成员,为李先生将粉碎的骨折复位固定、将撕脱的肌肉缝合、在显微镜下完成血管神经精细修复,最终在第二天凌晨5点半成功完成保肢手术。目前,李先生已由重症医学科转回手足显微外科病房,度过了危险期。

观海新闻/青岛早报记者 徐小钦



热线:82888000

问:儿童如果出现高热惊厥,在家应该怎么办?

祝海滨(青岛西海岸新区中医医院急诊科主任):

以下紧急处置措施家长们需牢记:1、最关键是先退烧,家长解开孩子衣服进行散热,使用物理降温,用温水毛巾轻轻反复擦拭大静脉走行处,如颈部、两侧腋下、肘窝、腹股沟等处。2、皮肤护理,及时擦汗液和更换衣物,预防着凉。3、确保患儿呼吸通畅,小儿发生惊厥时,应立即将患儿放在地板上或床上,移开障碍物,同时使其头偏向一侧,及时清除口鼻及咽部分泌物。4、防止舌咬伤,可用干净纱布包裹汤勺放置在上齿和下齿之间,避免咬破舌头。此外,千万不要强行约束抽搐小朋友的四肢,避免发生骨折现象;抽搐发生时严禁饮食,家长不要给孩子喂水和喂食。注意如果孩子在3—5分钟内还没有恢复正常,或在短时间内呈反复发作,可能预示患儿病情较为严重,必须要及时送往医院治疗。观海新闻/青岛早报记者 杨健