

我市发布“欢度五一 文明过节”倡议书

让广大市民群众和游客朋友度过一个愉快、文明、和谐的假期

早报 4 月 25 日讯 五一假期将至,恰逢第二十届中国电影华表奖星光耀岛城,青岛市将迎来新一轮旅游高峰。为充分彰显“文明青岛”“电影之都”的独特风采,让广大市民群众和游客朋友度过一个愉快、文明、和谐的假期,青岛市文明办联合青岛市公安局、青岛市城市管理局、青岛市交通运输局、青岛市商务局、青岛市文化和旅游局、青岛市市场监管局,发出如下倡议:

山海皆有情 洁净是名片

一城春色半城花,洁净家园靠大家。党政机关、企事业单位率先垂范,全面清洁办公场所及单位楼院周边卫生,用窗明几净增颜值;环卫系统全面

发力,加强卫生清扫、做好绿化清洁,让山海之城焕新颜;街道社区组织志愿服务,清理卫生死角,带动家家户户扮靓庭院;沿街商户守好门前卫生责任,让整洁有序成为亮丽风景。随手捡起一片纸屑,细心呵护一株花草,共同绘就这座城市的文明画卷。

笑迎八方客 处处显温情

碧海蓝天迎宾客,文明举止展形象。爱护花草古迹,遵守景区秩序,让文明与旅游同频;主动为游客指路答疑,用热情帮助传递“好客青岛”的友善与真诚;携犬外出戴好绳套,及时清理宠物粪便,做文明养犬的践行者。商家业户诚信经营、热情待客,用优质服务为“红瓦绿树”增光添彩。一份理解化作春风,一

片真诚点亮心灯,共同书写这座城市的文明篇章。

礼让成风景 平安伴我行

脚下之路见文明,礼让之间显格局。驾车系好安全带,斑马线前让一让;骑行佩戴安全盔,各行其道守规则;步行遵守信号灯,过街请走斑马线。倡导绿色出行,候车自觉排队,主动为有需要的乘客让座,让文明随车轮流转全城。一次礼让传递温暖,一声问候彰显风度,共同铺就这座城市的文明坦途。

节俭新风尚 美德润心田

盘中粒粒皆辛苦,节俭美德共传

承。餐饮企业优化菜单设计,引导顾客适量点餐,提供打包服务;消费者按需点餐,提倡“光盘行动”“使用公筷公勺”。

五一喜事多,倡导婚宴简办,用真挚祝福代替铺张排场,让喜事更添文明底色。露营野餐自备收纳袋,餐后恢复场地,让文明与自然和谐共生。一次光盘彰显修养,一句“够吃”传递温情,共同烹制这座城市的文明盛宴。

暮春的青岛,海风轻拂,山色如黛。让我们从自身做起、从小事做起,以文明之举装点山海美景,用热情好客温暖四海宾朋,让华表奖的星光与岛城的文明之光交相辉映,共筑宜居宜业宜游的品质之城。

(青岛早报/观海新闻记者 杨健)

“隐形”透析助新生

市第三人民医院实施自动腹膜透析 帮助 26 岁慢性肾脏病患者重拾生活光彩

早报 4 月 25 日讯 在人生最灿烂的 26 岁,小林却被慢性肾脏病的阴影笼罩。多年来频繁就医,他深知肾脏替代治疗或许是自己难以逃避的未来。然而,频繁往返医院进行透析彻底打乱了小林的生活节奏。

“隐形”透析不影响患者生活

不久前,病情加重的小林来到青岛市第三人民医院肾内科。医生针对他的具体情况,推荐了一种堪称“隐形”的透析方式——自动腹膜透析(APD)。术后第二天,小林高兴地说:“原来透析也可以不影响生活。”简单的话语饱含着他对新生活的期待与希望。

小林最初因恶心呕吐就医,被确诊为慢性肾脏病 5 期,也就是尿毒症,必须立刻接受肾脏替代治疗。对于一个渴望正常工作、社交的年轻人而言,传统血液透析每周 3 次往返医院的模式,无疑会将他原本的生活节奏彻底击碎。

青岛市第三人民医院肾内科团队对小林的情况进行了全面细致的评估,最终,小林选择了腹膜透析,尤其是自动腹膜透析(APD)。这种神奇的治疗方式,让他能够在夜间安睡时完成透析,白天则完全自由,无论是工作还是外出旅行,都不再受束缚。

今年 4 月 15 日在青岛市第三人民医院肾内科,小林接受了超声引导下经皮穿刺腹膜透析导管置入术。这场微创手术创伤小、恢复快,术后引流通畅。次日,他便开始尝试自动腹膜透析(APD)治疗,开启了全新的治疗体验。

自动腹膜透析拥有诸多优势

与传统透析方式相比,自动腹膜透析(APD)有着诸多显著优势。其一,它给予患者时间上的自由,夜间进行治疗,白天完全不影响正常生活,对于上班族和学生群体来说,堪称福音;其二,其温和持续的透析模式更接近人体生

理状态,能够有效保护残肾功能;其三,在饮食方面,对水分和食物的控制相对宽松,患者无需在饮食上过度“委屈”自己;其四,患者可居家操作,大大减少了在医院交叉感染的风险。此外,近年来新型机器所具备的远程监测功能,更是进一步提升了自动化腹膜透析实时、安全和个体化的优势。不过,医生也特别提醒,采用自动腹膜透析(APD)治疗,必须严格遵循无菌操作规范,并且要定期到医院随访,以便医生及时评估透析效果。

青岛市第三人民医院肾内科技术力量强,目前已成熟开展各类肾脏替代治疗技术,涵盖血液透析(包括在线血滤、血液灌流、连续性血液净化等)、腹膜透析(手动 CAPD 和自动 APD)以及肾移植术前术后管理等多个领域。肾内科团队始终秉持着专业与负责的态度,能够根据患者的不同情况,制订个性化治疗方案,为患者从各种急慢性肾病治疗到终末期肾脏替代治疗,提供全程、全方位的保驾护航。

(青岛早报/观海新闻记者 徐小钦)

告别“肩”熬

北大人民医院青岛医院反式关节置换让 73 岁老人“报废”肩关节重获新生

早报 4 月 25 日讯 随着我国社会老龄化发展,肩关节疾病发病率上升。对于严重的肩关节创伤以及肩袖损伤,反式肩关节置换(RTSA)是治疗复杂肩关节终末期病变的“终极武器”。北京大学人民医院青岛医院创伤(骨科)中心依托北京大学人民医院创伤骨科姜保国院士团队,已为数百例复杂肩关节患者完成“重启”。近期,在北京大学人民医院创伤骨科“院士团队”驻青专家,青岛医院院长助理、创伤(骨科)中心主任张培训带领下,创伤骨科团队成功为 73 岁老人实施人工反式肩关节置换手术,为老年肱骨近端粉碎性骨折患者解除病痛,改善肩关节功能,优质的创伤救治医疗资源正覆盖岛城及周边每个需要的角落。

73 岁老人摔伤导致粉碎性骨折

不久前,73 岁的赵阿姨不幸意外摔伤,在家人陪同下来到北京大学人民医院青岛医院就诊,被收入创伤骨科病房。经过检查,赵阿姨这次摔得可不轻,她患有左肱骨近端粉碎性骨折、左

肋骨骨折、脑外伤后综合征、重度骨质疏松症,既往还有 2 型糖尿病、尿路感染病史。

面对复杂病情,该院启动多学科团队会诊(MDT),仔细分析患者病情,多学科协作最大化保障赵阿姨安全。内分泌科为患者评估骨质疏松程度、糖尿病等代谢性疾病对骨折愈合的影响,优化骨代谢治疗(抗骨质疏松药物)和血糖管理。泌尿外科处理尿路感染,避免术后尿潴留影响康复。创伤骨科进行骨折评估、手术方案制定及术后骨科康复。药学部调整围手术期用药(抗凝药物管理)、抗生素使用预防感染、镇痛方案优化,确保药物相互作用最小化。

反式置换如同钥匙和锁“换位”

赵阿姨术前肩关节外展上举、功能明显受限,伤后 MRI 显示肩袖形态异常,且患有重度骨质疏松,肱骨近端骨折为四部分,如果实行传统内固定手术,患者面临较高的骨折不愈合和肱骨头坏死风险,可能需要再次手术。综合考虑患者年龄、骨质情况、身体条件及患者对功

能要求等因素,创伤骨科团队最终决定为患者实施左肩反式肩关节置换手术。

相较于传统手术,反式手术能够将关节的“球”和“窝”位置颠倒,利用三角肌代替损伤的肩袖发力,特别适合老年人、肩袖严重撕裂或复杂骨折患者。除此之外,术后疼痛较轻,抬手功能恢复快,缩短康复时间;脱位风险也比较低,长期效果更稳定。

多学科团队(MDT)综合诊疗后,北京大学人民医院创伤骨科“院士团队”驻青专家,青岛医院院长助理、创伤(骨科)中心主任张培训,青岛医院急诊部主任兼创伤骨科执行主任侯涛涛成功为赵阿姨实施了反肩关节置换手术。术后复查,患者肩关节假体在位良好,疼痛即刻缓解。在医护团队康复指导下,赵阿姨左肩关节功能逐步恢复,已经顺利出院。

创伤骨科专家提醒,肩痛的原因多种多样,可能是关节炎、肩袖损伤甚至骨折的信号,不容忽视。若出现夜间疼痛加重,影响睡眠;手臂抬不过肩膀,无力梳头、穿衣;保守治疗(药物、理疗)3 个月无效等情况,建议尽早就医。

(青岛早报/观海新闻记者 徐小钦 通讯员 刘裕)