名医专家争当健康领跑员 助力全民健康素养提升

阳光讯（记者 郑亚雷 通讯员 张宇 文/图）5月23日，“健康中国 我们行动”2023健康传播推动健康生活暨全民健康素养提升计划在清华大学启动。活动由安利纽崔莱携手中国公共关系协会、中国健康教育中心、中国疾病预防控制中心营养与健康所、中国营养学会、清华大学、《环球时报》等多家权威机构共同发起。

中国公共关系协会副会长张小影，国家卫健委规划发展与信息化司司长毛群安，中国健康教育中心党委书记、主任李长宁，国家中医药管理局综合司副司长邢超，清华大学校务委员会副主任史宗恺，清华大学健康中国研究院院长梁万年，环球时报社总经理兼生命时报社社长吴天红，安利（中国）总裁余放，首都医科大学宣武医院胸外科首席专家支修益，北京协和医院妇科内分泌与生殖中心副主任陈蓉等嘉宾出席，共话如何通过健康传播科普健康生活方式，帮助公众享有身体、心理和人际关系方面的全面健康状态。

支修益、陈蓉等名医作为代表成为首批健康领跑员，他们将通过抖音发起“#健康中国我们行动”挑战赛，并在多个社交平台硬核输出专业科普知识、传播健康理念。

据李长宁介绍，心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病、糖尿病等慢性病，已占到居民疾病总负担的70%以上；肝炎、结核病、艾滋病等重大传染病防控形势仍然严峻，职业健康、地方病等问题也不容忽视。近年来，居民健康素养虽有大幅提升，但吸烟饮酒、缺乏锻炼、不合理膳食等不健康的生活方式还较普遍存在。

启动仪式上，毛群安、张小影和吴天红分别发言。

余放表示，作为“全面健康推动者”，安利在“帮助人们过上更健康、更美好的生活”的企业愿景下，通过不断创新产品解决方案、支持营销人员运营健康生活社群，帮助公众享有了全面健康的生活。

在活动中应运而生的微信小程序——“我们行动啦”，也成为一款助力健康社群运营的利器。公众可以组队打卡，通过学习健康知识、记录健康行为，知行合一塑健康、持之以恒提素养。中国发展研究基金会发布的《2022国民健康生活方式洞察及干预研究报告》显示，根据对该项目上万人长达数月的跟踪调研，印证了健康社群在推广健康生活方式和提升健康素养方面的科学性、有效性和实用性。

西安市第五医院消化内科
多举措为患者提供精准化个体诊疗方案

对西安市第五医院消化内科左利平主任的采访是在该科内镜室里完成的，主要是因为她太忙了。左主任每天都是最早来到科室的，还未到上班时间，她就已经完成了对重病患者的查房；她每天也是最后一个下班的，结束繁忙的工作后，她会再次带着值班医师查看所有手术病人及危重症患者，节假日也如此。一旦接到值班医师的电话，不管多晚，她都会及时赶到医院指导病人的救治工作。

左利平举止干练、思维敏捷，西安市第五医院消化内科在她的带领下，以精湛的医术、极具耐心的人文关怀以及严谨求实、勤奋奉献的工作作风，为患者提供安全、精准、个性化的最优诊疗方案。

中西医结合 疗效显著

西安市第五医院消化内科以中西医结合为特色，对多种消化系统疾病进行中医临床路径和优势病种管理，对于各种消化系统急危重症，包括肝硬化、急性胰腺炎、消化道出血、消化道肿瘤等疾病的诊治积累了丰富的临床经验。

据左主任介绍，很多消化系统疾病都与患者身心疾病有着或多或少的关系，如不明原因的胃胀、胃部不适等，有可能是胃肠功能紊乱的表现，或者是身心疾病的外在体现。这些症状均可以通过艾灸、穴位贴敷、针灸等中医特色疗法得到明显改善。

据了解，目前西安市第五医院消化内科已开展了十余项针对专科疾病的中医适宜技术，如针灸治疗、埋针疗法、穴位贴敷、药物竹罐、刮痧、雷火灸、耳穴贴压、中药灌肠、中药封包、中医定向透药等，其中冬病夏治、三伏贴、三九贴在治疗虚寒性胃病方面取得了显著疗效。

检查+治疗 一体化精准化内镜诊疗

“随着内镜技术的快速发展，消化内科越来越倾向于外科化，消化内镜下的各种检查及手术承担了越来越多消化系统疾病的诊治工作。”据左利平介绍，西安市第五医院消化内科设置有独立的消化内镜中心，配备了先进的胃肠镜检查设备、先进的消化内镜电外科工作站、超声内镜检查系统及幽门螺杆菌检测仪，可开展常规胃肠镜检查、超声内镜检查、早癌筛查，内镜下异物取出术、内镜下息肉切除术、内镜下止血、内痔硬化剂治疗术以及鼻空肠营养管置入术及幽门螺杆菌检测等。随着先进设备仪器的全面配备，科室将会开展超声内镜引导下穿刺术、早癌内镜下切除术、食管静脉曲张内镜下硬化剂治疗术及套扎术等更多新技术。

大多数患者对传统胃肠镜检查都很恐惧，在检查过程中也有因剧烈呕吐而导致食道撕裂的风险，为此，科室倡导舒适化无痛胃肠镜检查，患者可在睡眠中完成内镜检查。此外，科室还制定了“检查+治疗”的一体化个体诊疗方案，与患者充分沟通，并根据患者的病情制定精准化的个体诊疗方案，极大地节省了患者的就医时间，使患者享受到更多舒适化的优质医疗体验。此外，由于麻醉药物的特殊作用，部分接受无痛胃肠镜手术的患者不可避免地会出现麻醉药物反应，表现为恶心呕吐、头晕等症状，检查舒适感降低，五院消化内科通过穴位注射来进行治疗，显著降低了患者在无痛内镜检查后的麻药不良反应。

谨慎务实 全力以赴救治患者

西安市第五医院消化内科秉承严谨求实、勤奋奉献的工作作风，力求为患者提供安全、精准、满意的医疗服务，让广大患者远离疾病的困扰。左利平表示，只要患者有一丝希望，他们就一定会全力以赴去救治。

今年年初，70多岁的李老先生因呕血急诊入住该院消化内科。入院后大便持续隐血阳性，经过4天的治疗护理后病人精神明显好转。但在第5天凌晨3点，患者突然浑身冒冷汗、大口呕血，随即血压开始下降、心率明显增快，患者出现了意识模糊，虽然立即给予输血、升压等治疗，但症状并无缓解，患者生命危在旦夕。

左主任沉着应对，经多学科会诊讨论后，决定紧急行内镜下止血手术。经家属同意后，患者随即被送至消化内镜中心，在麻醉师及内镜护士的配合下行胃镜内镜下止血手术。术中，胃镜下可见患者胃部有大量残血，胃角一处溃疡点仍不断有新鲜血液涌出，左主任通过镜下吸引、黏膜下注射药物、钛夹止血、局部喷洒药物等多种手段进行止血处理，同时持续给予输血和补液，历时2小时，手术顺利完成。术后，患者经过抑酸、补液等治疗方法未再出血，现已顺利出院。

凝心聚力 用更多先进技术满足患者就医需求

西安市第五医院消化内科由消化门诊、幽门螺杆菌专病门诊、消化内镜中心及消化内科病区组成，病区设置床位40张。病区配备有先进的急救设施，如美国ZOLL除颤起搏仪、德国Drager呼吸机、费森尤斯床旁透析仪（CRRT）及迈瑞中央心电监护系统等，为患者提供精准、高质量、高效率的生命保障。

左利平表示，科室未来将以更完善的医疗设施、更先进的医疗技术不断满足周边人群的就医需求；完善人才梯队建设，进一步提升科室业务水平，不断提高患者的就医满意度。 （郑亚雷 张华）

·学科带头人简介

左利平，主任医师，硕士研究生，西安市第五医院消化内科主任。毕业于西安交通大学医学院，曾先后前往中国香港地区和日本进修学习。现任陕西省医学会消化内镜分会委员、陕西省医学会肝病学分会免疫性肝病学组委员、陕西省抗癌协会肿瘤内镜专委会委员。在国家级及省级医学期刊上发表相关论文数十篇，在中华消化内镜杂志、美国消化内镜GIE杂志上各发表论文一篇，主持省级课题两项。曾在上海瑞金医院内镜中心进修。擅长领域：对消化系统的常见病、多发病及消化系统疑难杂症有较强的诊治能力，熟练应用消化系统各种内窥镜的检查操作及镜下治疗，尤其擅长消化内镜手术及超声内镜技术。