

无痛分娩暖民心 汝城县:政策托底让生育更有温度

“宫缩开始时还很紧张，没想到打了镇痛针后很快就缓解了，现在抱着宝宝特别踏实。”近日，在郴州市汝城县妇幼保健院产后病房，刚经历生产的朱女士气色红润，说起无痛分娩的体验连连称赞。作为国家卫健委首批分娩镇痛试点医院，这家深耕妇幼健康领域70余年的医疗机构，借助政策东风与技术革新，让分娩镇痛从“可选服务”变为“标配福利”，成为湖南生育友好政策落地的生动注脚。

走进汝城县妇幼保健院产科区域，温馨的粉色病区里，医护人员正忙着为产妇做产后检查，胎心监护仪的轻微声响与婴儿的啼哭交织成温暖的旋律。这家始建于1953年的医院，如今已是二级甲等妇幼保健院、全省首批爱婴医院，产科服务能力在县域内始终领跑。

“我们有25名高级职称医师坐阵，麻醉科团队24小时待

命，就是为了让产妇随时能得到安全的镇痛服务。”医院产科主任介绍，120张开放床位、20余个保健临床科室，再加上先进的椎管内镇痛设备，为技术开展筑牢了“硬支撑”。2019年，凭借扎实的专科实力，医院成功跻身国家首批分娩镇痛试点名单，成为郴州市县域医院中的“先行者”。

今年国家卫健委等三部门联合发文，明确2027年前二级以上产科医疗机构全部提供分娩镇痛服务，汝城县迅速响应，将政策红利精准送达群众身边。针对“无痛对宝宝不好”“生孩子哪有不疼的”等传统认知，医院把科普课堂搬到了群众家门口。在免费婚检、孕前优生检查的“一站式”服务点，医护人员发放图文手册；走进社区开展“孕妇学校”，用模型演示镇痛原理。

技术之外，人文关怀让生育服务更有温度。“吸气时用

鼻子深吸，呼气时像吹蜡烛一样慢慢吐……”在产房里，导乐师正陪着产妇做呼吸训练。医院创新的“镇痛+导乐”双轨模式，在硬膜外镇痛基础上，安排专业导乐师全程陪伴，通过自由体位指导、心理疏导等非药物干预，实现“生理止痛+心理减压”双重保障。产后康复服务同样贴心，盆底修复、乳腺保健、中药调理等个性化方案，构建起“产前-产中-产后”全周期健康守护链。

“不仅没遭罪，产后恢复还有专人指导，太贴心了。”来自大坪镇的产妇陈女士说。

从国家级试点到县域标杆，汝城县妇幼保健院的实践正是国家推进分娩镇痛工作的缩影。医院负责人表示，将持续深化生育友好服务，让每一位母亲都能在温柔呵护中迎接新生命，为汝城乡村振兴筑牢健康根基。

通讯员 朱忠达 袁军梅

市州连线

娄底市中医医院 膏方节让中医药服务 “活”在市井烟火中

本报讯（通讯员 谢嘉）12月6日下午，娄底万豪城市广场负一楼药香弥漫。由娄底市卫健委主办，娄底市中医医院承办，娄星区耕塘社区、娄底万豪城市广场协办的2025年冬季养生膏方节在此举行，将优质中医药服务送到市民身边，吸引众多群众参与。

本次活动摆脱了传统义诊的单一模式，打造了集膏方制作、健康科普、名医诊疗、文化展示、太极拳八段锦展示、互动打卡等于一体的综合性健康嘉年华。下午2时起，各个体验区前便有序排起队伍。

在名中医义诊区，多位名中医为市民耐心把脉开方；中医特色疗法体验区人气高涨，针灸、推拿、艾灸等传统外治手法广受好评。

现场熬制固元膏的展位雾气氤氲，成为“人气焦点”。资深药师团队现场演示传统熬膏工艺，从阿胶烊化到“挂旗”状态，每个环节细致讲解。

“熬制讲究‘三泡三熬’，火候是关键。”药师一边搅拌一边介绍。随着核桃、芝麻等辅料下锅，浓郁香气弥漫开来，不少市民驻足观看、拍照。膏成后，工作人员让市民试吃，绵密口感赢得称赞。许多市民现场咨询定制，药师根据个体体质推荐配方，传统膏方在贴心服务中焕发新生。

体质辨识仪前，市民通过现代设备了解自身体质；健康讲座座无虚席，专家讲解冬季养生要点；八段锦、太极拳演示则生动展现“动静结合”的中医智慧。

降温就想吃点好的？ 红烧肘子让小伙住进了ICU

本报讯（通讯员 聂莉 朱文青）随着冬季的到来，寒冷的天气让很多人会不自觉地多吃点。火锅、烧烤、大鱼大肉、各种进补的炖汤成了餐桌“热点”。长沙市22岁的年轻小伙覃超（化名）近日就因食用红烧肘子后出现腹部胀痛、恶心等症状，被诊断为“急性重症胰腺炎”，住进了长沙市中心医院（南华大学附属长沙中心医院）急诊重症监护室。

据长沙市中心医院急诊医学科副主任、主任医师丁宁介绍，“患者入院时，表现为持续性上腹部胀痛伴恶心，检查发现其肌酐值和白细胞计数明显升高，甘油三酯水平更是高达136.97毫摩尔/升，超出正常值约76倍（正常值为1.8毫摩尔/升）；胸腹部CT提示急性胰腺炎、脂肪肝变性及肺部慢性炎症。结合临床表现，患者被诊断为急性重症胰腺炎、高脂血症、急性肾功能不全、I型呼吸衰竭等多种病症，随即转入急诊重症监护对症支持治疗。”经过床旁血液净化治疗、抑制胰酶分泌及活性、同步实施抗凝降脂、血糖调控、肠内营养支持及水电解质平衡维持等联合治疗后，覃超逐步脱离生命危险。

丁宁提醒，患有胆结石、胆囊炎等胆道基础疾病，以及血脂高的人群应尽量避免饮酒及过度进食高蛋白高胆固醇高热量、重口味的食物，以免造成急性重症胰腺炎。

胰腺炎缓解后，并非一劳永逸，很有可能还会复发，因此出院后应及时调整饮食习惯和生活方式，在饮食结构上多补充蔬菜、水果和薯类，饮食不可过量，另外坚持锻炼、控制体重、降低血脂对于预防胰腺炎复发也很重要。另外，如果大量饮酒或暴饮暴食后出现腹部疼痛，症状持续或疼痛放射至肩部和背部，应及时去医院检查。

“送医送药送健康”进社区

12月8日，永州市新田县政协在中山街道朝阳社区开展“送医送药送健康”社区服务活动，100余名社区群众前来诊查、健康咨询。政协医卫组的委员专家与社区卫生服务站的医务人员一道，为居民提供免费诊查、血压血糖检测、健康咨询等服务，并现场赠送常用药品。

通讯员 徐平 摄影报道



79岁老人异物梗阻 长沙120调度员在线指导化险为夷

本报讯（记者 梁湘茂 通讯员 孟旭林）近日，在长沙市120急救中心调度大厅内，警铃响起，调度员舒彩云接起电话，家属慌张地说：“快点！我这里有个老人家喉咙被卡住了，人快不行了，怎么办？”

舒彩云立刻询问详细地址并第一时间调度救护车赶往现场救治。“你先保持冷静，你手机开扩音，我来教你怎么做。找一个力气大的人，站在病人身后，手环抱住她，左手握拳放在肚脐上两横指的位置，右手包住左手，快速用力向上向内冲击，每次冲击，观察她的面色情况和状态。”舒彩云判断老人为气道异物梗阻，立刻通

过电话指导进行施救。

“请问出来了没？”

“出来了，出来了。”3分钟后患者将异物吐出，呼吸恢复正常，面色转为红润。

随后救护车到达现场，急救人员立即予以血糖、心电监护，血氧饱和度监测，动态血压监测，鼻导管吸氧，留置静脉通道，入院后诊断为：气道异物梗阻。目前患者在长沙市四医院急诊留观，生命体征平稳。

回访了解到患者是一位79岁高龄老人，在就餐期间进食糖油粑粑时，突发卡喉，呼吸困难，面色发绀，喘息。老年人是成人人群中的高发人群，

主要与吞咽功能退化、神经系统疾病等因素相关。

一旦发现气道异物梗阻现象，必须立即采用“海姆立克急救法”进行自救或互救。具体操作可参照口诀“剪刀-石头-布”进行：即施救者弓步站立在患者身后，双手环抱患者腰部，右手在患者肚脐上比两横指（剪刀），左手握拳（石头）放于此位置，右手打开（布）重叠抓住左手拳头快速“向后向上冲击”患者腹部，通过增加肺内压力将异物冲出。若施救过程中患者失去反应应立即进行心肺复苏，进行人工呼吸前检查口腔是否有可见异物。