微创“心”技术 搭桥不开胸

烟台毓璜顶医院应用微创搭桥技术连续救治两例重症冠心病患者

近日，烟台毓璜顶医院心外三科联合麻醉科、手术室、心外ICU团队，连续成功实施胸腔镜下微创小切口非体外循环冠状动脉旁路移植术，为两名重症冠心病患者完成心脏搭桥治疗。两名患者术后恢复平稳，均顺利康复出院。

56岁的曲先生因突发心前区疼痛6天入院。冠脉造影提示，其前降支开口狭窄约90%，同时合并2型糖尿病、高血压2级、窦性心动过缓等多种基础病，存在明确冠脉血运重建手术指征。

78岁的许老先生间断胸痛、胸闷14天，有40年高血压病史，2019年曾植入冠脉支架，2020年接受直肠部分切除术。造影结果显示，患者前降支开口狭窄约99%，血管近段严重钙化，属于支架术后、合并钙化的复杂多支冠脉病变，治疗难度高。

提到心脏搭桥手术，很多患者的印象仍是正中开胸、锯断胸骨，创伤大、恢复期长，不少人因此产生顾虑。刘朝亮主任医师团队仔细评估两名患者冠脉病变特点后认为，两名患者前降支开口重度狭窄，单纯介入治疗效果有限；其余血管病变暂不需要同期处理。团队决定采用胸腔镜辅助侧开胸小切口、非体外循环方式，仅完成前降支搭桥。该方案既能精准重建血运，又规避了胸骨离断带来的巨大创伤，特别适合高龄、基础病多、手术耐受能力弱的人群。

术前，团队完成全面评估，逐一排除手术风险。在多学科密切协作下，两名患者先后在全身麻醉下接受胸腔镜微创非体外循环冠脉搭桥（LIMA–LAD）手术，术中过程顺利，术后一周均康复出院。

据刘朝亮介绍，传统正中开胸搭桥手术切口长达25至30厘米，需要离断胸骨，创伤大、对呼吸功能影响明显，术后恢复周期长，患者接受度较低。而胸腔镜辅助微创小切口搭桥，切口仅5至8厘米，不足传统切口的三分之一，无需离断骨骼，胸廓结构保持完整，对呼吸干扰小，具备出血少、疼痛轻、恢复快、切口美观等优势。针对复杂多支冠脉病变患者，科室还可开展微创杂交（Hybrid）手术，融合外科搭桥与冠脉介入的优势，为患者定制个体化方案，在保障疗效的同时，进一步降低手术创伤，帮助患者更快恢复、提升远期生活质量。

目前，烟台毓璜顶医院心外三科已常规开展微创冠脉搭桥、微创瓣膜置换、微创先心病矫治等一系列微创心脏外科手术。本次连续两例胸腔镜微创非体外循环搭桥手术的成功实施，为高龄、支架术后、合并多种慢性病的复杂冠心病患者开辟了更优的治疗路径，也标志着医院冠心病微创外科诊疗水平迈上新台阶。

YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 马瑾

立冬进补别贴“冬膘”

营养专家支招科学控重

立冬时节，气温持续下降，民间有立冬进补的传统。不少人趁着进补的机会频繁享用火锅、炖肉，再加上天冷活动减少，又觉得厚衣能遮挡身形，疏于管理，体重悄悄上涨。烟台毓璜顶医院临床营养科主任宋新娜提醒大家：立冬进补不等于放任长肉，过冬也要做好科学体重管理，拒绝盲目贴冬膘。

很多人以为肥胖仅仅是外形问题，其实，肥胖是一种由脂肪组织过度累积、分布异常、代谢失调所导致的慢性、进行性、复发性代谢性疾病，由遗传、环境等多种因素共同引起。很多研究表明，肥胖与200多种疾病相关，包括糖尿病、高血压、高血脂、高尿酸血症、睡眠呼吸暂停综合征、骨关节疾病、生殖系统紊乱、心理相关疾病等代谢性问题；同时，肥胖也会增加一些肿瘤的发病风险，包括绝经后乳腺癌、胰腺癌等。肥胖不仅是一种疾病，也是很多疾病的危险因素。

肥胖可以分为单纯性肥胖和继发性肥胖，单纯性肥胖是指没有明显诱因、仅仅是能量过剩引起的肥胖；而继发性肥胖是因为内分泌疾病、长期应用某种药物、或外伤引起的。我们可以通过简单的身高、体重、腰臀比的测量来判断自己是否达到肥胖的程度。

宋新娜特别提醒，如果出现肥胖，就应该及时到医院就诊，避免盲目减肥。医生会根据饮食、运动、生活习惯、疾病史等，了解病因，通过相关的检查、检验等项目，了解代谢状况，判断是否存在相关性并发症等。

明确肥胖之后，医生会提供以医学营养治疗为基础的规范的治疗措施。医学营养治疗的方式很多，包括低能量平衡膳食、高蛋白饮食、低碳饮食、低脂饮食以及间歇性断食等多种方法。需结合患者的具体情况，给予个性化指导。核心、应用最多的是低能量平衡膳食，即摄入能量低于平常饮食。理论上，女性约1200千卡、男性约1500千卡。在饮食搭配上，要控制精加工食品，包括含糖饮料、面包、蛋糕、点心这种糖油混合物，以及油炸食物、小零食等，这些都要控制。在食物的选择上，主食要注意粗细搭配，增加全谷类、杂豆类食物；要增加新鲜蔬菜，保证优质蛋白质，其中要尽量选择白肉、控制红肉。烹调时要注意选择少油方式。

除此之外，还建议适量运动，运动和行为干预必不可少。推荐中等强度运动，尤其是有氧运动要达到中等强度，包括快走、慢跑、爬山、骑自行车等。每周应进行150～300分钟中等强度运动，能有效减少脂肪。除此之外，为避免肌肉流失，需要大家做抗阻运动，包括徒手的平板支撑、俯卧撑、深蹲、仰卧起坐，也可以用一些器械如弹力绳、哑铃，甚至到健身房进行撸铁。抗阻运动建议每周做3次，每次至少20分钟到1小时左右。抗阻运动能够有效维持肌肉量，避免减肥过程中肌肉明显流失。有氧运动和抗阻运动相结合，既能在减肥过程中减重，也能避免肌肉流失。

减肥过程中需要及时到医院就诊，就诊的目的一个是进行人体成分分析，判断身体肌肉脂肪分布情况，另外还要看代谢率是否变化，及时调整饮食、运动方案。同时需了解代谢变化，如甲状腺功能是否受到影响，代谢指标是否改善，及时调整治疗方案，避免盲目节食、盲目运动对身体造成损害。

YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 王婧

山东省健康科普创新创意大赛省级决赛举行

我市代表队获团体一等奖

本报讯（通讯员 刘丽 刘苗苗 曾颖雪）11月5日至6日，2026年山东省健康科普创新创意大赛省级决赛在泰安举行。本次大赛由山东省卫生健康委员会、山东省总工会联合举办，来自全省16个地市、12个省属单位的28支代表队、84名选手同台竞技。经过健康科普短视频创作、理论考试、现场科普展示和团体竞赛四个环节的激烈角逐，烟台市代表队荣获团体一等奖，韩雪、王玥获得个人二等奖，孙明红获得个人三等奖。

成绩的背后是扎实的备赛。为选拔优秀科普人才和作品，烟台市卫生健康委、烟台市总工会主办，烟台市疾病预防控制中心承办了烟台市健康科普创新创意大赛，从全市卫生健康系统中择优选拔参赛选手。入选省级比赛的选手在市疾控中心开展集中培训，围绕科普内容提炼、表达技巧提升和展演形式设计等环节反复推演、逐项打磨，力求把专业术语转化为群众听得懂、记得住、用得上的健康表达。备赛期间，选手们坚持工作与培训两不误，对照竞赛标准查漏补缺，在一次次的试讲、修改和复盘中提升综合实力，为赛场上的稳定发挥打下了坚实基础。

决赛中，烟台选手团结拼搏、沉着应战。短视频作品选题贴近群众健康需求，理论考试答题稳扎稳打，现场科普展示条理清晰、生动鲜活，团体竞赛配合默契、反应迅速，以扎实的理论功底、过硬的业务能力和良好的精神风貌赢得评委和参赛选手的认可，取得了优异成绩。

此次竞赛既是对烟台健康科普工作的一次检验，也进一步激发了全市卫生健康系统专业技术人员学知识、练本领、强技术、夯基础的热情，展现了他们勤于学习、精于业务、爱岗敬业、积极向上的精神风貌。下一步，烟台市将以此次获奖为新的起点，持续加强健康教育人才队伍建设，着力培育理论扎实、技术过硬的专业人才，推动健康知识普及和优质科普作品创作，不断提高居民健康素养水平。

探秘神奇呼吸 守护生命健康

南通路小学开展家长进课堂科普活动

本报讯（YMG全媒体记者 全百惠 通讯员 于鹏）近日，芝罘区南通路小学四年级三班开展以“神奇的呼吸”为主题的家长进课堂科普教育活动，讲解呼吸系统知识，教授海姆立克急救法。

为帮助学生系统认识人体呼吸系统，家长讲师以卡通人体示意图开讲，围绕生命三大要素——食物、水、氧气，介绍空气中氧气占比21%及人体吸气供氧、呼气排碳常识；通过人与鲸鱼呼吸方式对比，纠正认知误区，讲解上呼吸道（鼻、咽、喉）、下呼吸道（气管、支气管）及肺部功能，科普人体摄氧、供氧、运氧全过程。趣味提问互动中，学生踊跃举手作答。

课堂中，讲师重点普及呼吸系统健康防护知识，以真实案例图片展示吸烟、二手烟、焦油、尼古丁对肺部的危害，引导学生自觉远离烟草环境；结合秋冬呼吸道疾病高发特点，讲解支原体等常见病菌的传播方式与症状表现，提醒学生勤洗手、常通风、规范佩戴口罩；针对坚果、果冻、糖果等易卡喉食物，提示气道异物梗阻的安全隐患。

讲师介绍海姆立克急救法的起源与原理，即利用胸腔残留气体形成气流冲出气道异物，教授口诀“背5冲5，循环往复”，示范五次背部拍击、五次腹部冲击的操作流程。随后，学生两两配合、分组模拟，上台体验练习，在家长讲师与老师的指导下学习可自救互救的“黄金4分钟”救命技能。

专题

跨越三千里的山海情

——泰和新材集团对口帮扶重庆巫山纪实

在重庆巫山的一片山坡上，几十万元购置的樱桃苗正扎下根来。对于世代生活在这里的农户而言，这些树苗承载的不只是来年的收成，更是一种从未有过的底气——有人不远千里而来，帮他们种下能够“长钱”的产业。

从黄海之滨的烟台，到三峡库区的巫山，三千里的山海之间，泰和新材集团股份有限公司的帮扶足迹已持续七年。七年间，资金“输血”筑牢了协作的根基，产业“造血”种下了致富的希望，协作的脚步从“单向输血”走向“双向赋能”，而贯穿始终的，是一种“共同生长”的帮扶理念。

这不仅是一串逐年累加的数字，更是一条层层递进的路径：先解一时之困，再育长远之业，进而让东部的市场、技术与西部的资源、禀赋彼此成就。

资金“输血”

筑牢协作根基

帮扶工作千头万绪，资金保障往往是第一步。基础设施的欠账要补，特色产业的起步要扶，困难群众的急难要兜，哪一件都离不开真金白银。自2020年起，泰和新材按照上级部署，把资金帮扶作为主要方式，一笔接一笔地为巫山县的脱贫攻坚与乡村振兴注入动能。

2020年，公司捐款支持东西部扶贫协作项目建设，为当地基础设施改善提供了有力支撑；2021年，再次专项捐款投入重庆巫山农业发展项目，资金投向也从“打基础”延伸到了“育产业”。此后，帮扶的步伐愈发稳健：2023年至2025年，公司连续三年拨付对口巫山专项救助金，从“一次性捐助”变成了“常态化安排”。一笔笔及时的帮扶资金，有效缓解了当地发展的资金瓶颈。

资金的“输血”，解的是眼前的难，铺的是长远的路。基础设施改善，让山里的产品运得出去；产业项目的启动资金，让特色种植有了第一锹土；专项救助金，则为防止返贫留出了一道缓冲。当根基渐稳，帮扶的目光便转向了更能“自我生长”的产业。

产业“造血”

种下致富希望

单纯的资金帮扶只能解一时之渴，产业振兴才是乡村振兴的长远之计。泰和新材在帮扶中，把目光投向了能够持续产生经济效益的特色农业。

2022年，巫山县两坪乡同心村成为市国资委巫山协作结对帮扶村。为了从根本上扶持当地经济发展，泰和新材出资，专门向烟台高之岭农业农民专业合作社联合社采购了5000株优质樱桃苗，无偿提供给同心村。跟着樱桃苗一起过去的，还有东部地区成熟的种植理念和管理办法：什么时候修剪，怎样防病治虫，如何让一棵树多结果、结好果。樱桃挂果周期岁长，但一旦进入丰产期，将成为村民增收的“摇钱树”。

除了“引苗入山”，泰和新材还通过消费帮扶，直接解决农户的燃眉之急。2023年，公司拨付专项救助金，购买了巫山县镁邻生态农业家庭农场的巫山脆李。山里的果子好，愁的是销路。“以买代帮”让优质的巫山脆李走出了大山，也把果农从“丰产不丰收”的窘境里拉了出来。钱进了口袋，信心也就进了心里，实实在在激发了农户发展特色种植的积极性。

路径“进阶”

从“单向输血”到“双向赋能”

从2020年开始捐助的基建扶贫资金，到2022年的5000株樱桃苗；从连续三年的专项救助金，到2023年那批解燃眉之急的巫山脆李……翻阅泰和新材这七年的对口帮扶账本，数字看似不大，却折射出清晰的帮扶逻辑进阶：从最初的“给资金”，逐步转向“给产业”“给销路”。

翻开烟台与巫山协作的全局图景，泰和新材的实践是其中一个具体的注脚。十五年来，烟台向巫山引进了秋月梨、大樱桃、海阳甜柿等36个果蔬新品种，其中秋月梨在巫山的种植规模已发展到8000亩，覆盖16个乡镇，2024年被列入鲁渝协作特色产业提升重点项目。

一个品种能不能在一个地方活下来、长得好、卖得掉，靠的不只是苗子，更是人。

烟台果农高飞虎在巫山扎根近七年。最初推广300亩试种时，“连续9个晚上开动员会，来听课的寥寥无几”——山里的农户见过太多“来了又走”的项目，不敢轻易把地交出去。他没有走，而是把示范园种给人看，把技术一遍遍讲给人听。如今，他成了16个乡镇公认的“技术总监”。袁都村村民翁万堂按照他的方法种梨，一年挣了80多万元。数字背后，是技术真正落了地，也是“要我种”变成了“我要种”。

在消费帮扶领域，2025年烟台协助巫山完成农特产品销售1.22亿元，其中直接采购4055万元。三嘉控股投资建设的巫峡粉丝厂，也带动当地多人就业。这些数字和举措勾勒出的，是一条从“单向输血”到“双向赋能”的协作进阶之路。

从“把果子买出来”到“把工厂建进去”，东部的资金、技术、市场流向西部，西部的优质农产品、生态资源回流东部；企业收获了可靠的原料和口碑，乡村得到了产业与就业。泰和新材的樱桃苗、基础设施捐助、脆李采购，放在这张宏大的协作版图上，或许只是几笔不大的投入。但国企担当的意义，从来不在于金额的大小，而在于是否把每一分钱都落在了需要的地方，是否把每一次行动都嵌入了可持续的逻辑里。

理念“生根”

帮扶本质是共同生长

泰和新材在乡村振兴领域的实践，有一条清晰的理念线索：帮扶不是“施舍”，而是共同生长。

在莱阳，泰和新材派驻的第一书记扎根薛家沟村，修路、筑基、打造“莱阳梨泰和采摘园”，让一个村庄的面貌发生了看得见的变化。在巫山，樱桃苗的种植、脆李的采购、文化广场的建设，遵循的是同样的逻辑：不是替村民做决定，而是帮他们拥有做决定的能力。

鲁渝协作的十五年，被概括为从“授人以鱼”到“授人以渔”再到“双向奔赴”的三重进阶。泰和新材在巫山的角色，更接近中间那一层——做那个把“渔具”递到村民手里的人。樱桃苗是渔具，技术培训是渔具，基础设施是渔具，文化阵地也是渔具。有了这些，村民才有可能在市场的风浪里自己站稳。

从黄海之滨到三峡库区，三千里的距离丈量出的，不是一家企业做了多少事，而是一种可能性：当国企的市场化思维与乡村的资源禀赋真正相遇，当“帮扶”二字不再意味着单向的给予，而是双向的成就，乡村振兴便不再是一句口号，而是一棵棵扎下根来的樱桃树，一条条修到家门口的路，一张张因为“有了盼头”而舒展开来的笑脸。

站在新起点上，泰和新材将持续深化东西部协作，不断巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接。

泰和新材相关负责人介绍，未来，公司将继续在产业培育、消费帮扶等领域与巫山深化合作，把资金、技术、市场更紧密地连在一起，让帮扶从“项目化”走向“机制化”，让这跨越三千里的“山海情”历久弥新，在扎实推进乡村振兴的征程中，贡献更加坚实的“泰和力量”。

（王鸿云 张文浩）

政策暖心 服务贴心

烟台织密老年民生保障网

2026年福彩公益金使用项目巡礼

清晨5时45分，福山区门楼场站“篓子专线”公交车准时发车，载着挑着满筐果蔬的老年菜农直奔市区早市；同一座城市里，蓬莱区一位八旬老人点开手机银行，当月高龄津贴已自动到账。从出行便利到补贴直达，近年来，烟台市以福利彩票公益金为重要支撑，持续完善老年福利补贴与优待服务体系，从资金保障到出行服务、从社区兜底到上门关怀，织密织牢老年民生保障网，让政策暖意直抵老人心头。

补贴直达账户

从“人找政策”到“政策找人”

高龄津贴、经济困难老年人补贴是老年人最直接可感的民生福利。烟台持续优化补贴发放机制，推进“老年人福利补贴申领一件事”改革，实现经济困难老年人补贴“免申即享”、80岁以上高龄津贴“一网通办”，确保符合条件的老人及时、足额享受政策红利。

2025年，全市为45.3万名老年人发放高龄津贴1.35亿元，百岁老人长寿补贴标准达每人每月600元，保障水平稳步提升。针对经济困难老年群体，全市建立分档补贴机制：60～79周岁每人每月80元，80～89周岁每人每月100元，90～99周岁每人每月200元，精准匹配不同年龄段困难老人的生活需求。其中，烟台市级福彩公益金安排高龄津贴补助资金950万元，专项保障80周岁及以上老年人津贴制度落地。

发放流程持续减环节、优服务。蓬莱区推行经济困难老年人补贴“免申即享”改革，乡镇街道根据低保在保人员名单，并结合户籍信息自动核验资格，经民政、财政部门审核后，资金通过财政惠农补贴系统直接拨付至老人银行账户，真正实现“政策找人”。“以前跑镇上交材料要折腾大半天时间，现在年龄符合相关规定要求，钱自动打到卡里，省心多了。”家住蓬莱区的李大爷说。对高龄、行动不便的老人而言，少跑一趟路、少交一份材料，就是实实在在的获得感。莱山区还联动银行推出适老金融便民服务，在补贴集中兑付期协助老人办理手续，同步开展养老反诈宣传，守护老年人的“钱袋子”。

出行优化升级

从“出行难”到“顺畅行”

出行便利是老年人融入社会、提升生活质量的重要前提。2025年，省级福利彩票公益金将老年人优待政策纳入养老服务发展资金支持范围，为城乡适老出行服务提质提供了专项资金支撑。

城区层面，全市落实60周岁及以上老年人免费乘坐公共交通工具政策，老人可凭居民身份证、老年人电子优待证等有效证件，免费乘坐烟台公交集团所属常规公交线路。从“必须带卡”到“凭证即乘”，免去了老年人忘带卡的尴尬，串联起就医、购物、休闲、社交等生活场景，降低了老年人参与社会生活的门槛。

农村层面，针对近郊菜农老人进城卖菜的出行痛点，福山区专门开通“篓子专线”精准破题。门楼街道是福山区重要的近郊果蔬产区，不少六七十岁的老年农户此前只能搭乘普通公交赶早市，往往凌晨两三点就要排队坐公交，遇上早高峰拥堵，常常会错过最佳售卖时间。今年7月29日“篓子专线”正式开通，每日5时45分从门楼场站始发，中途仅停靠2站直达市区早市周边，票价仅1元。相比普通首班车公交线路，“篓子专线”为菜农抢出60～90分钟的黄金售卖时间。“以前凌晨两点就得排队挤车，现在五点到公交车站点就行，到市场时菜还新鲜，能卖个好价钱。”77岁的菜农车兰芬说。一趟专线车，一头连着乡村菜园，一头连着城市菜篮，彰显着城市适老服务的温度。

服务主动上门

从“纸上条”到“身边暖”

老年福利不能只停留在文件上，更要落到老人的日常生活里。依据《烟台市特殊困难老年人分类分级探访关爱服务实施方案》，烟台各区市民政部门创新“五社联动”机制，统筹村居网格员、家庭医生、养老服务人员、社工和志愿者力量开展入户探访，打通政策落地“最后一米”。

基层工作人员要摸清辖区老人情况底数——谁独居、谁刚出院、谁行动不便、居家有哪些安全隐患。定期走访中，工作人员同步开展政策宣讲，协助老人办理补贴资格认证，主动挖掘老人未提及的现实困难，对接匹配各类养老服务资源。“不少老人不熟悉政策，也不愿麻烦别人，我们多上门问一问，就能帮老人解决不少实际难题。”芝罘区一位社区工作人员介绍。工作人员在探访中曾遇到独居老人因行动不便未完成高龄津贴认证的情况，他们当场协助老人线上办理，还排查了老人家中用电用气安全隐患。

政策代办、困难摸排、安全提醒，基层力量架起了政策与老人的连心桥。与此同时，烟台依托福彩公益金支持，把助浴、助餐、助医服务送到群众家门口：针对失能、半失能老人开展“爱心助浴”服务；推动老年助餐点覆盖城乡社区；为特殊困难老年人家庭实施居家适老化改造，安装扶手、坐便椅、紧急呼叫装置，筑牢居家养老安全防线。

保障网络渐密

从“保基本”到“提品质”

一笔笔精准发放的补贴、一趟趟便民的公交、一次次上门的探访、一项项居家服务，共同编织起烟台老年福利保障网。这张网既有资金保障也有服务供给，既有城市便利也有乡村兜底，既有普惠性优待也有特殊群体专项帮扶，福利彩票公益金在其中发挥了重要支撑作用。

2025年烟台市级福彩公益金中，仅养老服务发展相关投入就超过4000万元，重点用于养老服务运营奖补、高龄津贴补助、居家养老服务、人才队伍培养等多个领域，覆盖老年人生活的方方面面。

从高龄津贴“精准直达”，到公共交通“适老优化”，再到基层探访“主动上门”，烟台的老年福利服务正在走深走实。福利不再是抽象的概念，而是到龄有钱领、出门有车坐、居家有服务、有难有人帮的日常生活。当老人能方便地走出家门、及时领到补贴、时常感受到关怀，老年福利便不再是冰冷的统计数字，而是一座城市向市民递出的温暖之手，托举起老年人更有尊严、更有品质的晚年生活。

（刘尚鑫 辛赛 许姣）