

暖心守护血液病患儿

毓璜顶医院“彩虹之家”获省志愿服务大赛银奖

YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 马瑾

近日,由山东省委社会工作部主办的2026年山东省志愿服务项目大赛评选结果正式揭晓。烟台毓璜顶医院申报的“彩虹之家”血液病患儿全周期人文关怀志愿服务项目,凭借成熟的服务模式与扎实的实践成效,从全省120个决赛入围项目中斩获银奖。

本次大赛设置服务国家战略、服务百姓民生、服务社会治理三大类别,同步开设“党群同心”志愿服务、党建引领“专业社工+志愿服务”两个专项。作为全省志愿服务领域规格高、覆盖面广、影响力强的权威赛事,大赛吸引全省各地市、省直部门千余个项目报名参与。历经材料审核、初评、路演答辩、专家评审、社会公示等多轮严格遴选,评审组围绕项目创新性、服务实效、社会影响力、可持续与可复制性开展综合考评,最终评选出金奖20个、银奖

40个、铜奖60个。

本次项目由毓璜顶医院党委副书记刘杰统筹负责,宣传科联合儿内科业务骨干组建核心实施团队,宣传科马瑾代表项目团队完成大赛路演答辩。此次获奖,也是医院首次在山东省委社会工作部主办的志愿服务项目大赛中斩获殊荣。

血液病患儿治疗周期长、需反复住院,孩子们不仅长期饱受病痛折磨,还普遍面临童年生活缺位、心理压力过大等问题,患儿家属同样承受沉重的身心压力与经济负担。针对上述现实困境,2014年,毓璜顶医院“彩虹之家”志愿服务项目正式启动,创新搭建“医护+社工+志愿者+家庭+社会”多维联动服务体系,推行“一核双轨三阶”全周期标准化服务模式。十余年来,项目汇聚医护人员、社会义工等多方力量扎根病房一线,常态化开展手工创作、绘本阅读、非遗体验、心理疏导、节日关怀等活动,以手

作传递温暖,用阅读抚慰心灵,切实舒缓患儿身心痛苦;同步为患儿家属提供情绪疏导,对接社会帮扶资源,筑牢家庭心理支持防线,着力打造可复制、可推广的公立医院儿童重症人文服务样板,为血液病患儿搭建起充满爱与希望的温暖港湾。

作为全国首家医院慈善义工管理中心,烟台毓璜顶医院始终秉持“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神,以党建为引领,深耕医疗特色志愿服务,主动践行公立医院公益担当。医院也将以此次获奖为契机,持续升级“彩虹之家”志愿服务项目,发挥标杆项目示范辐射作用,培育更多优质医疗志愿品牌,传播医院向善力量,为新时代志愿服务事业贡献毓璜医力量。



输白蛋白 并不能提高免疫力

生活中,一些人把白蛋白当做高级营养品,希望通过输注白蛋白“补身体、提升免疫力”。但血液中的白蛋白水平与营养水平、疾病严重程度有关,并不意味着输液提高白蛋白数值,就能增强免疫力。

白蛋白主要由肝脏合成,是血浆中含量较高的蛋白质。它可以维持血管内的胶体渗透压,帮助液体留在血管中,同时承担运输脂肪酸及其他物质等功能。临床使用的静脉白蛋白是一种由人血浆制备的血液制品,主要用于处理部分患者的循环、体液分布和肝硬化相关并发症。

血清白蛋白降低可能是营养不良的结果,也可能是疾病的表现。肝脏合成减少、炎症状态下白蛋白向血管外转移增加、肾脏或消化道丢失蛋白,以及体液增多造成的稀释,都可能使检测数值下降。

看到白蛋白偏低,不能直接得出“免疫力低”的结论,也不能一看见白蛋白降低就输注白蛋白。评估输注白蛋白是否带来实际获益,不能只看化验单上的白蛋白数值,还要观察炎症状态、免疫细胞功能、感染发生率以及患者的临床结局是否改善。

一项研究分析了143名住院失代偿期肝硬化患者接受白蛋白治疗后的变化,其中一组接受针对性白蛋白输注,另一组接受常规治疗。输注组的确将血清白蛋白提高到了预定水平,但两组在多种炎症指标、巨噬细胞功能、白蛋白结合能力以及心血管相关指标方面均没有明显差异。

这项研究所依据的临床试验也没有发现,针对性输注白蛋白能够减少感染、肾功能损害或死亡。这说明,即使输注后化验单上的白蛋白数值升高,也不能等同于免疫功能或整体病情已经得到改善。

据人民网

要想脊柱健康 正确坐姿很重要

近年来,儿童青少年脊柱侧弯患病率持续上升。若儿童青少年长期久坐、坐姿不当,不良体态日积月累,极易诱发脊柱侧弯。如何科学守护孩子的脊柱健康?这份防控指南请收好。

哪些因素会诱发脊柱侧弯?

“很多家长误以为脊柱侧弯是天生的,其实仅少部分为先天性病理侧弯,后天不良习惯才是主要诱因。”西安交通大学第一附属医院骨科主任医师尹战海介绍。

长期错误坐姿、站姿是最常见的核心诱因。每天八小时以上久坐学习,歪头写字、跷二郎腿、单手托腮、趴桌读书,这

些看似不起眼的小动作,会让脊柱长期处于单侧受力的失衡状态,慢慢导致脊柱椎体偏移、弯曲变形。低头含胸站立、日常站姿歪斜,也会持续破坏脊柱的正常生理曲度。

孩子书包过重、长期单肩背包,会直接拉扯肩部和脊柱,造成高低肩、脊柱侧弯。长期低头看手机、平板,导致颈椎、

胸椎代偿变形,连带整个脊柱受力紊乱。儿童青少年缺乏运动,核心肌群、腰背肌肉薄弱,脊柱失去肌肉支撑,易出现姿势性侧弯。

此外,一些脊柱以外的发育因素也不容忽视。屈光不正、斜视会让孩子不自觉歪头偏颈,打破躯干两侧的受力平衡。双下肢不等长,也会造成



骨盆倾斜,引发脊柱侧弯。此外,极少数神经、肌肉系统的先天疾病,会造成躯干肌力失衡,需高度警惕,尽早筛查。

如何预防脊柱侧弯?

“脊柱侧弯可防可控,重在日常坚持。”西安交通大学第一附属医院骨科主治医师李涛建议。

第一,端正坐姿、告别久坐。学习时保持“三个九十度”:腰背挺直、臀部贴紧椅背,腰部九十度贴合座椅,大腿与

躯干、小腿与大腿均保持九十度,双脚平放地面。读写做到“一尺一拳一寸”,不要趴桌、歪身。每40分钟起身活动5分钟,拉伸放松。

第二,优化体态,减轻负担。站立时挺胸收腹、双肩平齐;睡觉优先平躺,避免长期侧

卧或趴睡。背包选择双肩包,按身高调整背带长度,避免单肩包、重物压身。严控电子产品使用时间,避免长期低头。

第三,科学运动,强化肌力。肌肉是脊柱的“保护壳”,鼓励孩子多进行跳绳、游泳、慢跑等全身性运动。每天坚持

10分钟扩胸运动、靠墙站姿训练,增强脊柱两侧肌肉力量,稳固脊柱形态。

第四,定期监测,做好筛查。家长每周观察孩子有无高低肩、肩胛骨不对称、骨盆倾斜、走路歪身等情况,早发现、早干预。

发现孩子脊柱侧弯怎么办?

李涛提醒家长,一旦发现孩子体态异常,切忌陷入“过度焦虑、盲目矫正”或“置之不理、放任不管”的误区,及时到正规医院脊柱专科就诊,通过X光片测量脊柱侧弯Cobb角明确程度。

Cobb角小于10度多为姿势性侧弯,纠正体态、坚持运动、定期复查,多数可恢复正常。Cobb角10至20度为轻度结构性侧弯,需在医生指导下进行体态矫正、康复训练,每3至6个月

复查。Cobb角20至40度需佩戴专业矫形支具,配合康复训练,逐步矫正体态。Cobb角超过50度的结构性侧弯,进展风险高,建议手术治疗。

专家强调,脊柱矫正没有

速成方法,切忌轻信按摩、推拿根治侧弯等偏方,以免加重脊柱损伤。脊柱侧弯干预需要长期坚持,只要早筛查、早干预,绝大多数的青少年脊柱侧弯可以有效控制、矫正。据新华社

过度清洁行为 会损伤身体

很多人都抱着“越干净越健康”的想法,但实际上身体有些部位,过度清洁、使劲折腾,反而会伤害自己!

洗澡猛搓、频繁掏耳、总挖鼻孔,这些看似讲卫生的习惯,其实都在悄悄破坏皮肤屏障、损伤耳道与鼻黏膜。以为是爱干净,实则在给身体添乱。

如果搓澡太用力、太频繁,就会加速皮肤油脂与水分丢失,甚至破坏皮肤角质层,导致皮肤越洗越干、越洗越敏感。一般情况下,健康皮肤2~4周搓一次澡就可以了。

频繁使用挖耳勺、棉签掏耳朵,容易损伤耳道。如果感觉耳朵痒,可以用手指轻揉耳甲腔(耳廓中央凹陷处)或“外耳道口”周围区域。

频繁挖鼻孔可能会损伤鼻黏膜,甚至导致流鼻血。想要清洁鼻子,可以用柔软的湿纸巾或手帕轻轻擦拭鼻子。

据人民网