



温岭一产妇9年前捐献的脐带血

为千里之外的患者带来“脐”迹

记者 朱丹君 通讯员 钟丽文

医护人员，特意委托浙江省脐血库的工作人员送来锦旗。

从医疗废物到“生命火种”

每个宝宝降生人间，伴随第一声啼哭，都会自带一个“超级礼包”——脐带血。脐带血，顾名思义，是指胎儿出生断脐后留在脐静脉中的血液，通常有150毫升左右。在过去很长一段时间，脐带血都被当作医疗废物来处置。

随着生命科学的发展，科学家发现，脐带血非但不是废品，反而是治病救人的宝贝。根据国家卫生健康委发布的《国家限制类技术临床应用管理规范（2022年版）》，脐带血造血干细胞移植技术可以治疗80余种疾病，包括再生障碍性贫血、地中海贫血、淋巴瘤、骨髓瘤及白血病等多种疾病的移植治疗。

记者了解到，脐带血储存为实体储存，不存在悔捐这种情况，如需使用可随时出库。此外，相比骨髓造血干细胞移植和外周血造血干细胞移植，脐带血造血干细胞具有采集安全无痛、配型成功率高、病毒感染风险低、免疫原性弱、移植排斥反应小以及再生修复能力强等特点。

该院待产分娩室护士长林琴君，负责脐带血采集相关事宜。据林琴君介绍，脐带血采集过程较为简单，在胎儿娩出并断脐后，由专业培训的助产士从断脐端向胎盘方向采集血液。因此，脐带血的采集不会给宝妈和宝宝带来任何不良影响。

无偿捐献者拥有优先配型权

既然脐带血如此珍贵，它们该如何进行储存呢？记者从医院



浙江省脐血库工作人员受患者委托送来锦旗。(照片由医院提供)

了解到，在胎儿分娩后，其父母可以选择保留脐带血，付费自存自用。如果不想自己保留，也可以无偿捐献至脐血库，用于帮助他人。

脐带血采集后会被送到正规脐血库，经过分离制备、检测合格后，会得到一串唯一的数字编码，这相当于脐带血的“身份证”。拿到“身份证”的脐带血，会被冻存于零下196℃的液氮罐中。脐带血理论上可以长期冻存，未来某一天，它们可能会被解冻，去拯救鲜活的生命。

如果有孕妈想要捐献脐带血，一般建议在孕23周至35周之间，到市妇保院产科门诊向派驻在这里的浙江省脐血库咨询顾问进行咨询，满足捐献条件后，在确保知情的情况下，于产期前

填写《脐带血采集知情同意书》《脐带血采集信息表》等相关文件，然后领取脐带血采集器具，在分娩时带入产房移交助产士，助产士就会在孕妈分娩后进行脐带血采集。

脐带血捐献者需符合以下条件：

- ① 孕妇年龄≥18周岁；
- ② 孕周34周以上；
- ③ 孕期各项检测指标正常；
- ④ 胎儿父母无血红蛋白病；
- ⑤ 《健康调查表》的选项中无异常情况。

与死神赛跑

肝出血患者获救

本报讯（记者朱丹君 通讯员程妮娜 江佳珈）近日，浙江省肿瘤医院台州院区上演了一场与死神赛跑的生死时速，最终成功救治了一名突发肝出血并陷入失血性休克的患者。

事发当晚，一位因突发腹痛晕厥的患者被紧急送入急诊室。患者面色苍白，血压已降至休克水平，生命体征微弱。面对这一紧急情况，医护人员迅速响应，采取一系列抢救措施。

结合患者的肝病病史和初步体征判断，医生高度怀疑这名患者是因肝脏破裂出血导致的休克。随后，检查结果证实了这一诊断。介入与微创外科医护人员迅速启动紧急救治预案，一组人员负责维持患者血压，另一组则快速地准备肝动脉造影及栓塞手术。

经过医护人员的不懈努力，终于精准定位到患者破裂

出血的动脉，并成功注入栓塞材料，阻断了出血。后来，患者病情逐渐稳定，血压回升，意识清醒。

据介绍，肝动脉造影及栓塞术是一种微创治疗手段，通过精准定位出血的肝动脉分支并注入栓塞材料，阻断出血点的血流，达到止血目的。

肝癌患者平时需要注意哪些？医生提醒，患者平时饮食要避免酒精，完全戒酒；适量摄入瘦肉、鸡蛋和豆制品；控制盐分和油脂摄入，多吃蔬菜和水果；规律作息，保证充足的睡眠，还要进行适量的运动。此外，要严格按照医生建议服用抗癌药物和其他支持性治疗药物，不随意使用非处方药或补品，避免肝脏额外负担。同时，建议患者3~6个月复查一次肝功能和影像学检查，关注肿瘤标志物（如甲胎蛋白等），及时了解病情动态。

寒假至，筑牢孩子视力“防护堤”

本报讯（记者朱丹君）寒假已然开启，家中的“小神兽”们纷纷开启“宅家”模式。在这悠长假期里，亲子相伴的温馨时光固然重要，但孩子们的视力健康也绝不能忽视。当下，我们就来一同探讨在寒假期间，如何守护“小神兽”们的明亮双眸，有效预防视力“滑坡”。

冬季向来被视为近视防控的“艰难时期”。日照时长缩短，光线相对微弱，孩子们户外活动锐减，加之饮食与作息规律常被打破，这一系列因素都使得近视发生或度数加深的风险显著增加。

那么，究竟如何打破这一“困境”呢？市一院眼科主任、市眼健康指导中心主任胡浩建议，孩子们首先要避免长时间近距离用眼。通常，近距离读写需遵循“40—10原则”，即每连续用眼30至40分钟，务必休息10分钟。休息时，可选择远眺、适度活动身体、户外活动或者做眼保健操等方式，促使眼部肌肉放松，缓解眼疲劳。

其次，保持正确的读写姿势至关重要，要做到“一拳一尺一寸”。具体而言，胸部距离书桌一拳之距，眼睛与书本保持一尺的距离，而手握笔尖则应为一寸。切不可躺在床上或斜靠在沙发上阅读书籍。

再者，环境光亮度要适宜。过暗或过亮的光线都会引发用眼疲劳，进而加大近视风险。白天，孩子们可选择在阳台或靠近窗户处学习，确保室内光线充足；若有需要，可同时开启台灯与房间灯光。

同时，要严格控制电子产品的使用时长。若确实需要使用电子产品，尽量选用大屏幕设备，并留意连续使用时间。以电脑为例，单次使用不宜超过30分钟，全天累计使用时长不应超过2小时；屏幕越小，允

许的连续使用时间则应越短。

此外，规律的作息也是护眼关键，务必保证充足睡眠。睡眠过程中，内外眼肌能够得到放松，紧张状态得以消除，眼部疲劳也会随之缓解；充足的睡眠还可维持视网膜的良好血供，对预防和控制近视大有裨益。即便在假期，孩子们也应早睡早起，避免熬夜。

饮食方面，要注重营养均衡，切勿挑食，减少甜食摄入量。应适当增加富含维生素A、C、E及锌等营养素的摄入，避免摄入过多高糖、高脂肪食物。寒假恰逢春节，家长需合理调整孩子饮食，做到荤素搭配，并搭配充足的蔬菜、水果，为孩子的视力健康保驾护航。

还有一点不容忽视，那就是增加户外活动。在做好防寒保暖措施的前提下，尽量保证每天户外活动不少于2小时，或者每周累计达到14小时以上。上午10:00至下午2:00阳光较为充足，可优先选择此时间段进行户外活动。若受条件限制无法外出，在室内进行跳绳、乒乓球、羽毛球等运动，也是不错的选择。充足的阳光与运动能够促进人体多巴胺分泌，有助于防控近视。

最后，对于已经近视且正在采取防控措施，如佩戴OK镜、离焦框架眼镜或使用低浓度阿托品的孩子，寒假期间务必坚持原有防控方法，切勿中断，以免影响防控效果。

在此，胡浩特别提醒，在欢乐的假期中，家长们莫忘带孩子进行眼部检查。眼科医生会依据孩子的屈光档案，精准预测视力发展趋势，及时发现潜在视力问题，如近视度数增长过快、散光度数异常波动或远视储备消耗过快等，并为孩子量身定制适宜的近视防控方案。

吃了半斤山楂，胃里出现数个胃结石

医生说：可乐是很好的“解药”，但不能乱喝

本报讯（记者朱丹君 通讯员苏家乐）“我买了半斤山楂，家里小孩不爱吃，我一口一个吃完了，没想到吃进了医院。”近日，家住松门镇的彭先生，因为家里山楂没人吃，他就在半个小时内把所有山楂吃完了。

没想到，一两天过后，彭先生觉得胃胀的，吃不下饭。到温岭市第一人民医院滨海新城院区消化内科一检查，医生发现患者胃里，竟然有数个3~4厘米的胃结石，触之质地硬，需要进行内镜下碎石手术。

由于胃结石的数量多又大，无法在胃镜下一次性取出，医生只能予以切割，钳取3个约3~4厘米的黄色固状物。但是，彭先生做的是普通胃镜，不能忍受太长时间的操作，剩下的胃结石，消化内科主任彭永剑指导患者，每天喝一定量的可乐来溶解。

接着，彭永剑科普了有关胃结石的形成原因。空腹进食大量山楂、柿子、黑枣等富含鞣酸、果胶的食物，鞣酸在胃

酸作用下与蛋白质结合，形成不溶于水的鞣酸蛋白，沉淀在胃内，再与果胶及食物中的纤维素等黏合形成胃结石。所以，山楂切不可空腹吃，也不要和海鲜、牛奶这些高蛋白的食物一起吃，容易引起消化不良，也不可和酸性食物一起吃，容易加速胃结石的形成。

出现胃结石，为何要喝可乐？可乐中的碳酸氢钠为弱碱性，可以中和鞣酸蛋白，有利于结石溶解。但是，可乐中还有二氧化碳，二氧化碳会产生胃胀、嗝气等，是胃溃疡的禁忌成分。结石如果部分溶解，小而未散，进入肠道可能形成肠梗阻。所以，吃了不消化的食物，怀疑自己得了胃结石的，不可以马上喝可乐，特别是老人、小孩和有胃病的人，应尽快到院就诊，在医生的指导下再喝。

高分通过！市一院成为“国家级创伤中心”

本报讯（记者朱丹君 通讯员王凌云）近日，市一院创伤中心高分通过中国创伤救治联盟现场评估，被授予“中国创伤救治联盟创伤中心”称号。

1月12日，中国创伤救治联盟专家组对市一院创伤中心进行了现场评估检查。专家组严格按照创伤中心创建标准，对医院的申报材料进行细致查核，并对提供的多发伤救治病例进行详细核对，同时与创伤团队成员进行了深入的沟通与交流。

随后，专家组还进入急诊科等创伤救治相关科室进行实地查看，全程跟踪院前、院内信息联动，了解创伤小组启动、伤情评估、多学科讨论、规范化救治等情况，观摩多发伤救治演练。

市一院创伤中心自创建以来，始终秉承“以人为本、生命至上”的服务理念，致力于构建快速、高效、全面的创伤救治体系。医院通过有效落实创伤中心建设方案，不断完善制度、优化流程、强化信息化支持、加强交流学习和培训等一系列举措，打造了一支由多学科专家组成的医疗团队，配备了较为先进的医疗设备，救治能力和技术水平不断提升，创伤相关质控指标不断改



专家组组长李占飞与院领导，共同点亮百度地图的“生命之星”。(照片由医院提供)

善，有效提高了创伤患者的救治成功率。

“2025年作为我市急症急救能力提升年，创伤救治工作是接下来一年的重点工作。我市将合

理布局创伤救治网络，深入推进急症急救体系建设，为市民构建更加坚实、牢固的生命保障线。”市卫监局负责人对市一院的创伤急救工作表示肯定，同时

他希望医院能抓住此次评审机会，以评促改，以评促建，进一步规范创伤救治流程，提升创伤救治能力，打造行业的标杆品牌。

冬季咳痰喘不断 做雾化，要掌握这些小技巧

本报讯（记者朱丹君 通讯员林云）冬季是呼吸系统疾病的高发期。此类疾病常伴随咳、痰、喘等症状。由于雾化过程更温和且易于接受，其在儿童、老人等特殊人群的呼吸道疾病管理中发挥着重要作用。当下，雾化疗法正向家庭场景延伸。做雾化，虽然看着很简单，却有很多小技巧，需要引起大家重视。

●雾化开始前

1. 不要进食：雾化前半小时尽量不要进食，避免吸入时气雾刺激气道，引起呕吐。
2. 不涂面霜：不要涂抹油性面霜，以免皮肤更容易吸附药物。

3. 选择合适的用具
面罩：经过鼻腔或口进入，药物容易沉积在鼻腔，肺内沉积相对较少，适合婴幼儿和年老体弱者。咬嘴：经口吸入，药物在肺内沉积比较多，为一般患者首选。

●雾化治疗时

1. 保持坐位或半坐位，使用手持雾化器时，储药罐一定要保持竖直。使用面罩时，应罩住口鼻（面罩与口鼻的距离小于1厘米）。
2. 雾化用量：每次雾化用量以4~5毫升为宜。刚出雾时，别急于罩住口鼻，防止因药物刺激引起咳嗽，应慢慢将雾化面

罩紧贴口鼻部，缓慢呼气、吸气。

3. 正确的呼吸方式，有利于药液雾滴沉积，提高治疗效果。

雾化吸入器有口含式和面罩式两种。使用口含式，应采用口吸气、鼻呼气方式进行呼吸。使用面罩式，应采用鼻吸气、鼻呼气，或鼻吸气、口呼气，深吸气后屏气2至3秒，再慢慢呼气，尽可能将药液吸入咽喉部深处，充分地到达支气管和肺部。

4. 雾化时间：雾化治疗时间别超过20分钟，避免吸入时间过长，吸入水分过多，刺激呼吸道。

5. 雾化治疗时，要仔细观察

患者有无不适和雾化器出雾情况，勿让雾气喷向眼睛。

●雾化结束后

1. 清洁面部：面罩雾化时，药物容易附着在脸上，洗脸可以避免药物刺激皮肤引起过敏或受损。
2. 清水漱口：雾化结束后，反复用清水漱口3次及以上，以防药液残留在口腔。
3. 翻身拍背：如果患者咳嗽有痰，做完雾化后要协助拍背，帮助其痰液排出。
4. 雾化器清洗：雾化器使用完后要及时清洗，悬挂晾干备用，防止药物结晶堵塞喷嘴。