

市第三人民医院

成功抢救一名腹主动脉瘤破裂患者

□郑翔 董传奇 王锋

“67岁的患者，腹主动脉瘤破裂，立刻开通绿色通道！”一个多星期前的中午，刚刚完成手术的市第三人民医院副院长、心胸外科主任医师宋建祥接到县级医院打来的转诊电话，立即组织医院心胸外科、介入科、重症医学科、麻醉科、普外科等相关学科进行MDT讨论，准备手术方案。宋建祥深知时间对于这种疾病来说极为宝贵，一秒都不能耽搁。

一个多星期前，家住阜宁县城的刘女士突然感觉腹痛。开始，她以为是饮食问题，过会儿就能好，并未引起重视。但是，8个多小时过去了，刘女士的腹痛不见缓解，肚子里好像被什么东西撕扯着一样，疼得浑身冒汗。家人见状马上把她送到当地医院就诊。经检查，刘女士被初步诊断为腹主动脉瘤，病情危重，医生建议立即转市三院紧急救治。当时患者非常危险，血压下降，已处于休克状态。市三院抢救室医护人员立即对刘女士给予心电监护、补液、备血等，同时联系多学科联合诊疗。

腹主动脉瘤，并不是通常意义的“肿瘤”，而是像膨大的“气球”，在管道局部鼓起了一个包。由于血流压力的冲击，腹主动脉壁发生扩张或者膨出，当最大横径达到或超过原来的1.5倍时，就被称为腹主动脉瘤。“腹主动脉瘤破裂死亡率高达90%，如不及时手术，半数患者极可能死于发病后24小时。而刘女士的腹主动脉瘤已破裂，血液流入腹腔，已出现失血性休克的表现，必须马上手术。”宋建祥向患者家属交代病情。

在征得家属的同意后，宋建祥和同事们以最短的时间选出最佳的手术方案，考虑到刘女士当时正处于腹主动脉瘤破裂期，腹部压力极高，如果这时候直接手术打开腹腔非常危险，可能造成瞬间大出血、心搏骤停，危及生命。大家一致决定在积极抗休克治疗的同时先在DSA局麻下放置主动脉内球囊临时阻断控制出血，后急诊行全麻下腹主动脉瘤切除+人工血管置换术。手术由市三院副院长、心胸外科主任医师张亚军、宋建祥率团队共同完成，术中发现患者腹主动



手术团队进行手术救治。



宋建祥查看患者术后恢复情况。(市三院供图)

脉瘤直径达10cm，周围腹膜巨大血肿形成。手术团队密切配合、谨慎操作，严格控制出血，历时3个多小时，成功为患者切除了腹主动脉瘤，并置换了人工血管，术后患者恢复良好。

目前，刘女士已度过了从“濒危”到“平稳”的10多天，有说有笑、能吃能走，丝毫看不出曾在死神面前走过一遭的样子。刘女士的儿子得知母亲的病情后，立即从苏州赶回盐城，期间从忐忑，到绝望，再到现在的“起死回生”。“谢谢市三院，到了医院后医生一点都没耽误，立刻做了手术，实实

在在地为我们病人考虑，让我们一家团圆！”

“这次手术不仅考验进行手术的医生，更考验多个学科团队之间的配合，刘女士的成功救治是每一位医护人员共同努力的结果。”宋建祥提醒，绝大部分腹主动脉瘤患者平时没有症状，大多数是在正常体检时才初次发现，还有少部分患者是在洗澡时，摸到肚子里有个搏动性肿块。很多老年人保健意识很强，每年要做一次体检，肝胆胰脾肾彩超是必不可少的，现在只需要加一个腹主动脉部位的彩超，即可发现这个“隐形炸弹”。

变动或环境变化时，注意及时调整情绪、寻求支持，防患于未然。

最后，在睡眠卫生保健方面，要保持规律的生活作息，形成良好而稳定的生物钟；创造良好的睡眠环境，避免睡前使用手机、平板等电子产品；选择正念冥想、身体扫描等自助方法放松身心、引导睡眠；养成良好的生活习惯，控制酒、茶、咖啡等影响睡眠的物质摄入。

那么，失眠了怎么办？如何保证良好睡眠呢？

首先，对待睡眠要有正确的认识。睡眠是人体最基本的生理需要，具有波动性，不要刻板地要求自己睡眠长度保证在几小时之内。睡眠不受我们自主意识的控制，保持一个平和的心态，消除对睡眠的紧张才是保证睡眠质量的关键。如果睡眠问题没有引起身体不适，也不影响白天的正常生活即可不必过于在意。

其次，要学习压力管理和情绪疏导，保持良好心态，遇到重大生活

新闻速递

亭湖卫健系统

获全区微党课大赛特等奖

7月22日上午，亭湖区第三届“党课开讲啦”微党课大赛圆满落幕。代表亭湖区卫健委参赛的两名选手表现出色，盐东卫生院朱云主讲的《这里党旗分外红》获大赛特等奖第一名，亭湖区人民医院蒋政娇展演的《党旗引领、团结抗疫》获一等奖第一名。

两名选手从不同角度、不同侧面，用慷慨激昂、饱含深情的演讲，分享了全区卫健系统广大党员干部舍家忘我、冲锋在前，坚持坚守疫情防控一线的奋斗历程，展示了医务人员忠诚奉献、接续奋斗的为民情怀。面对疫情，系统上下全员上阵、尽锐出战，白衣执甲、逆行出征，与病毒竞速，与时间赛跑，为保障全区经济社会发展和人民群众身体健康作出了突出贡献，交出了一份彰显卫健速度、体现卫健力度、展示卫健温度的高分答卷。

经过疫情的洗礼，亭湖区卫健系统心齐气顺劲足的局面更加生动，大干快上赶超的氛围愈发浓厚。亭湖区卫健委将瞄准“勇当沿海地区高质量发展排头兵”定位，锚定“首位、首席、首选”目标，用功用心干好卫健事业，用心用情讲好卫健故事，推动全区卫生健康事业不断进步，以优异成绩向党的二十大献礼。

卫宣

大丰供电公司

融合监督合力提升业务管理

近日，大丰供电公司组织作风建设暗访小组，深入基层单位开展“优化营商环境促发展”明察暗访活动，这是该公司融合监督合力提升业务管理、服务质效的一个缩影。

今年以来，该公司深入贯彻落实“党内主导、五责一体”监督体系建设，在融合监督方面，加大与省管产业单位、营销、农电、物资、后勤等专业部门的沟通协作，建立健全“信息共享、查处问责、纠正纠偏、以案促改”工作机制，凝聚监督合力。他们围绕优化营商环境、供电服务建设、“小微权力”监督等工作重点，聚焦监督，结合实际简化流程，精准发现物资采购、业扩报装等方面问题13条，为优化营商环境发现问题提供了靶向和指引。在此基础上，该公司积极推进上级巡察监督与日常监督、专业监督、职能监督贯通融合，建立问题风险、信息资源互通机制，为深入开展作风问题整改、客户受电工程“三指定”专项治理、省管产业专项整治提供重要依据。同时把做深做实巡察监督作为完善监督体系重要载体，坚持从“深入发现问题”到“有效整改问题”再到“提升治理能力”，持续放大巡察效应。针对物资招标采购、废旧物资处理、优化营商环境等方面的问题，该公司推动建立长效机制7项，完善管理流程9项，改进管理方式5项，有效提升公司党风廉政建设和业务管理水平。

下一步，该公司将深入融合监督治理，紧盯纪律作风问题，对发现的违反“四风”“八项规定”等问题严肃问责，坚定不移纠“四风”树新风，持续优化营商环境，不断提升客户满意度和获得感。

孔繁华

经常失眠怎么办？

市民张先生来电咨询：我今年30多岁，未婚，生活压力很大，经常失眠，请问专家该怎么办？

市第四人民医院睡眠医学科主任周爱华：失眠大家都很熟悉，毕竟有许多人尝试过失眠的滋味，最近发布的《2022中国国民健康睡眠白皮书》显示，近75%的国人有睡眠困扰。

失眠的人往往白天疲倦、嗜睡、注意力分散、记忆力减退、学习和工作效率下降；长期失眠容易引起烦躁、易怒、焦虑、抑郁等不良情绪，甚至引发心理障碍和精神疾病。

