

健康视点

JIAN KANG SHI DIAN

极致的“追光者”

——记“白求恩奖章”获得者游志鹏

他是医者，真情守护践行大医精诚，不负韶华；他是匠者，精益求精勇攀微创新峰，播洒光明；他是仁者，热心公益诠释大爱无疆，善行天下。他就是全国卫生健康系统“白求恩奖章”获得者、南昌大学附属眼科医院党委副书记、院长游志鹏。20年精益求精，在眼晴的方寸世界里，他执着探索复杂眼病的精奥，用一名医者的匠心仁心，守护每一份对光明的渴望。

深耕眼底 向光而行

今年3月31日，游志鹏荣获全国卫生健康系统“白求恩奖章”，是我省唯一的获得者。“白求恩奖章”是全国卫生系统模范个人的最高行政奖励，能够获此殊荣，游志鹏深刻认识到只有“医”路前行、接续奋斗，才能无愧于这崇高的荣誉。

在追寻与传承白求恩精神的征途上，游志鹏留下了自己独特的足迹。眼底病被称为眼科学的“珠峰”，令许多眼科医生望而生畏，而游志鹏凭着一股韧劲，攻坚克难，在眼底病领域闯出了一片天地。2004年，游志鹏在中南大学湘雅医学院眼科学专业博士毕业后，深耕眼底“视”界，做极致的“追光者”。

2004年率先引入微创玻切技术，治疗玻璃体视网膜疾病；2005年率先引进光动力治疗技术，为黄斑部新生血管疾病带来康复曙光；2012年引入小切口玻璃体切割术、广角视野系统；2020年率先开展27G微创切口玻璃体切割术；2021年率先开展保留眼球的视网膜切除术，提高了患者的生活质量；2022年首次使用41G超精微针治疗难治性黄斑下出血与黄斑水肿；2023年运用48G超精微针治疗视网膜动脉阻塞和难治性黄斑裂孔……一项项新技术带给患者光明的希望，带领医院眼科学成为江西省医学领先学科，推动了江西省眼底病学科走向高峰。

从初出茅庐的眼科医生到如今眼底



游志鹏与基层医院开展远程会诊

病学的中流砥柱，背后是数十年的辛勤耕耘与不懈追求。“眼科医生的学习是没有止境的，只有不断了解新技术、研究新技术，不断总结经验，才能更好地帮助病人，推动江西眼科事业向更高层次发展。”游志鹏说。

针尖舞者 匠心护“视”

三年前，袁先生突然发现眼前出现大片黑影，在当地医院求治无果后，慕名找到游志鹏。经检查，他患有息肉样脉络膜血管病变，以往这种病只能依靠药物控制，想要痊愈需要手术治疗。彼时，在全国仅有几个先例。

新手术，新挑战，做还是不做？“做，只有这样才能让患者重见光明。”顶着压力，游志鹏带领团队大胆尝试。在查阅大量国内外文献后，制定出周详的手术方案，精确计算药物浓度及使用剂量。术中，他运用41G超精微针精准操作，经过30分钟鏖战，终于打赢了这场毫厘之间的战争。这项新技术的使用，也填补了江西眼科超微技术的空白。

在眼球的黄斑区进行微妙而精细的

手术，无疑是在“针尖起舞”。从38G、41G到目前全球最细的48G针头，游志鹏不断打破眼科手术禁区，在小小的眼睛里“精雕细琢”，不断刷新省内眼科技术的新高度，引领我省眼底手术进入超微创时代，经游志鹏治愈的患者超5万人。

如今担任南大眼科医院院长，尽管管理业务繁忙，但他仍坚持每周门诊，为眼底病患者手术，每年完成近万台玻璃体视网膜手术。他每天6时30分，准时到医院住院部查房，只为外地患者能够早点出院回家。在他心里，患者始终是第一位，用一名医者的匠心仁心，对患者尽心尽责。“看着病人从扶着进来，到自己走着出去，是我最大的追求。”游志鹏说。

仁心公益 大爱无疆

瑞金市、鄱阳县、莲花县……工作之余，游志鹏利用周末、假期甚至一切可能的休息时间，奔赴基层医院开展学术交流，走进社区、村镇开展科普义诊，义诊的脚步遍布赣鄱大地，甚至组织医务人员远赴新疆、西藏等边远地区开展白内障手

等防治盲工作。

“医生的价值不仅体现在医院，更在广阔的社会，要把更好的医疗服务投入到社会公益当中。”游志鹏说。为缓解基层群众看病难、看病贵问题，他积极参与组建了江西省眼科专科联盟，形成覆盖全省的眼科服务网络，还牵头负责国家卫生健康委“中华健康快车”“中国县级医院眼科团队培训”“国家级基层综合眼病防治网络建设模式探索”等项目，把服务的触角延伸至更多有需要的地方。

近年来，儿童青少年近视防控已经上升为国家战略。为守护广大孩子的眼健康，游志鹏率领团队大力推动近视防控科普教育、公益普查进校园等工作，在江西率先推行中小学生学习建档行动，为全省58个县(市、区)，4213所幼儿园、高中(职高)、中小学校近300万人建立了视力电子档案，共同呵护孩子的眼睛。

国虽有界，医者无疆。游志鹏积极组织援非工作，在援建中非眼科中心的基础上，通过专家常驻、援作光明行、财物捐赠、技术指导、带教培训、国际交流、组织生活等医疗援外组合拳模式，帮助当地建立规范化诊疗体系，变“输血”为“造血”，实现从手术援助到体系构建的跨越，为当地打造一支带不走的医疗队伍，受到乍得人民的欢迎和乍中卫生部门的嘉奖和表扬。

南昌大学附属眼科医院党委书记胡勃表示，全国卫生健康系统“白求恩奖章”这一殊荣的获得，是对游志鹏同志个人医德医术的充分肯定，也是对医院坚持党建引领、推动高质量发展成效的集中体现，必将进一步激励全院干部职工弘扬白求恩精神，在守护人民眼健康的新征程上再创佳绩。未来，医院将坚持党的领导，始终以人民健康为中心，将白求恩精神融入医疗服务全过程，为建设健康中国、增进人民眼健康福祉作出南大眼科人的贡献。(张代艳)

南昌率先在省内开设精神疾病患者减重门诊

近日，南昌市精神卫生中心在省内率先推出专门为精神疾病患者提供减重服务的减重门诊。该门诊旨在为精神疾病患者提供科学、个性化的体重管理方案，帮助他们改善身体状况，增强治疗依从性，促进精神疾病全面康复。

根据国家卫生健康委发布的《体重管理指导原则(2024年版)》显示，若全民体重增长趋势得不到有效遏制，2030年我国成人、儿童超重肥胖率将分别达到70.5%和31.8%。而精神疾病患者可能由于病情、药物副作用、生活方式改变等原因，体重增加问题更为突出。这不仅影响患者身体健康，增加肥胖相关疾病如心血管疾病、糖尿病、高血压等的发病风险，还会加重患者心理负担，导致焦虑、抑郁等情绪问题，进一步影响治疗效果和生活质量。

该院精神康复门诊坐诊医师均扎根于精神疾病康复领域十余年，且具有丰富的精神疾病临床管理经验，同时还接受了严格、系统的体重管理技能培训。精神康复减重门诊将为患者提供全面的肥胖认知行为治疗，帮助患者建立正确的饮食和运动观念；进行睡眠行为矫正，改善睡眠质量，促进新陈代谢；开展饮食成瘾行为干预，纠正不良饮食习惯；提供文体训练与放松训练，增强身体素质，缓解心理压力。

据介绍，对于急性发病期的患者，良好的体重管理能够帮助他们减轻因体重增加带来的心理负担，缓解焦虑、抑郁情绪，增强治疗的自信心和自我控制能力，从而更好地配合治疗。而对于维持治疗期的精神疾病患者，科学的体重管理不仅有助于改善身体状况，降低肥胖相关疾病的发生风险，还能提升患者依从性，提高患者的社会适应能力与社交能力，使其更好地回归社会生活。在前期运行阶段，该门诊于每周一、三上午在青山湖区院区开设。医师将根据每名就诊患者的具体情况，包括身体指标、精神状态、用药情况等，制定个性化的体重管理方案，涵盖饮食调整、运动计划、心理辅导等多个方面。减重期间，专业的康复治疗师将严格按照科学减重方案开展个性化康复训练以及针对性心理辅导与训练，帮助精神疾病患者成功减重、找回自信。

南昌市精神卫生中心副院长陈海波表示，为解决服药与肥胖的两难问题，多年来医院一直高度重视精神疾病患者体重管理工作的相关实践、研究和科普活动，积累了丰富的临床经验与成功案例。此次专门开设精神康复减重门诊将为医院进一步探索精神疾病患者综合治疗与健康管理新模式提供新契机，也将提高全社会对精神疾病患者体重管理问题的关注和重视，医院也会不断地提升医疗服务质量与水平，努力为精神疾病患者身心健康保驾护航。(过江帆)

送诊到基层

3月29日，江西日报“健康快车”联合南昌大学一附院普外科专家团队赴抚州市东乡区开展“党建创新领航、普外赣鄱知行”义诊活动。此次活动不仅有外科专家授课、义诊，还组织了复杂手术指导、学科讲座、查房业务指导等活动，进一步提高当地医院医护人员的医疗服务水平。当天，该科党员医护前往爱国主义教育基地开展了主题党日活动。陈文摄



让患者睡得更香

——九江市中医医院失眠科发展侧记

在九江市中医医院治未病特色门诊失眠门诊，候诊区总是熙熙攘攘。患者或眉头紧锁，或面露疲惫，他们饱受“彻夜难眠”“夜醒后无法再入睡”“早上起床后精神萎靡”等睡眠问题困扰。与此同时，复诊患者则带来令人欣慰的反馈：“现在能一觉睡到天亮了！”“终于不再依赖药物了。”这些改变，得益于该科室以中医特色疗法为核心的精准诊疗体系。

中医特色疗法的突破

失眠是影响个体睡眠质量的常见问题，长期失眠可能引发记忆力减退、情绪波动、免疫力下降等并发症。

中医认为，人之所以会失眠，就是因为阳气不足，需要补阳。隔姜灸是传统中医外治法之一，是将艾塔放在姜片上，点燃后产生生命元力的一种灸法。施灸时，患者思想集中于膻穴处，转移患者对自身病痛的过度关注，可缓解紧张、焦虑的情绪，间接改善患者症状。对于失眠患者，选穴以心俞、巨厥、关元、三毛为主，配穴则根据不同的证型搭配不同的穴位。

近年来，科室创新了“内外兼治、标本兼顾”的诊疗体系，不断改进隔姜

灸法，发明的艾塔制作工艺获国家专利，其特制的聚能艾塔使效果不断提高，同时运用中药内调外治共同作用，帮助恢复人体正气，使脏腑阴阳气血平和，改善睡眠。自2022年成立以来，失眠科已发展为医院重点专科，住院病区经常一床难求，门诊患者更是络绎不绝。

一人一方的个性化诊疗

刘女士因工作压力大导致持续失眠半月。经体质辨识，该院失眠科团队为其定制了隔姜灸联合中药汤剂的个性化方案。治疗两周后，刘女士睡眠时长从不足3小时延长至6小时，精力与食欲明显恢复。类似案例在科室不胜枚举，尤其是更年期女性、抑郁症患者、学习焦虑的学生、高压人群及术后患者，通过中医调理重拾健康睡眠。

“治疗的关键在于精准。”专家解释，艾灸穴位差之毫厘，效果可能谬以千里。在治疗过程中，失眠科专家会根据患者的体质，实现“一人一方”，达到精准调理和治疗的目的。

“不是让医生控制你的睡眠，而是让患者的身体主动恢复健康。”该院失眠科主任说，中医治疗有别于西医的药物疗法，都是中医纯绿色疗法，全面

运用隔物灸、针刺、皮内针、拔罐、刺络放血、中药内服、中药外敷、穴位贴敷等传统中医疗法，帮助患者摆脱失眠的困扰，具有绿色、无成瘾性、不易反跳等特点，广受患者青睐。

普及中医睡眠诊疗技术

失眠的临床症状主要表现为入睡困难、夜间频繁醒来、早醒且难以再次入睡，以及醒后感到疲倦和注意力不集中等。“我也是偶然发现中医能够治疗失眠。如今我们的聚能艾塔已经是第八代产品了。”黄鹤说，他在肿瘤科工作的时候，发现很多肿瘤患者存在睡眠障碍，他就尝试运用中医疗法对患者的失眠进行治疗。没有想到，很多肿瘤患者在接受治疗后，睡眠质量更好了，更有“精神头”对抗疾病。

现在，在有多外地医生到该科进修学习，科室都会倾囊相授，把治疗理念和技术推广到更多医院，致力于推动中医睡眠诊疗技术的标准化普及。

“我们的目标不仅是治病，更是‘治未病’。”黄鹤表示，未来科室将深化与中医药企业的产学研合作，同时筹建区域性睡眠健康中心，让更多患者在家门口即可享受优质中医服务。(王紫菲)

青山湖区开展学生碘营养监测

日前，为科学评估居民碘营养状况，保障儿童健康成长，南昌市青山湖区疾控中心(区卫健执法局)启动了重点人群碘营养水平监测工作。

本次监测以8至10岁儿童为核心对象，分别从南钢街道、高新园区、湖坊镇、塘山镇、上海路街道等5个镇(街道)随机抽取一所小学，每所小学各抽取40名8至10岁儿童，男女各半，年龄均衡，共采集200份尿样、盐样及甲状腺B超数据，为精准防控碘缺乏病提供科学依据。

下一步，青山湖区疾控中心(区卫健执法局)将依据检测结果，分析当前辖区人群碘营养状况，因地制宜地开展辖区碘缺乏病防治工作。同时，深入校园开展健康教育课，通过健康教育增强学生对碘缺乏病的认识，培养学生防病意识，也利用“小手拉大手”把碘缺乏病防治知识传播到千家万户。(郭金)

于都：“网约护理”走进村民家

“没想到住在村里也能享受上门护理服务，真的解决了我们家的大问题！”近日，于都县禾丰镇的刘先生在下单“互联网+护理服务”后，对卫生院护理团队的上门服务大为称赞。

刘先生的父亲因脑梗死后遗症需长期使用鼻饲管进食，而他的兄弟姐妹又在外地工作，平日里只有父母在家，定期更换鼻饲管对父母来说是一件麻烦事。一个偶然的机会，刘先生得知于都县禾丰镇中心卫生院能提供“互联网+护理服务”，于是扫了扫网上公布的二维码，预约了这次上门服务。

接到平台订单后，禾丰镇中心卫生院护理部主任刘萍副主任护师与内儿科护士长刘芝芳、外科副护士长谢春燕等几名同事一起，备齐所需物品，很快到达刘先生家。

经过查体、评估、拔管、插管等一系列规范操作后，护士顺利地为刘先生父亲更换了鼻饲管。随后，护士检查了其父亲的皮肤感染状况，并向家属详细讲解了留置胃管照料、营养膳食、预防压疮等方面的居家护理知识。

禾丰镇中心卫生院是于都县首家开展“网约护理”的乡镇卫生院。据了解，2024年12月，于都县卫生健康局、县护理质控中心启动“互联网+护理服务”县乡村一体化培训，通过开展标准化培训、“传帮带”等举措，提升基层护理服务水平，并在此基础上建立三级联动的县域“互联网+护理服务”平台。目前，包括禾丰镇中心卫生院在内的5家乡镇卫生院已接入该平台。(陈娜 郭洪福)

《健康知识普及行动》专栏

你我同行不惧帕金森

我国现有300多万帕金森病患者，超过全世界总数的四分之一，预计到2030年，我国帕金森病患者人数将达500万。在第29个“世界帕金森病日”来临之际，大家一起来正确认识、预防这一疾病。

什么是帕金森病

帕金森病是一种神经系统退行性疾病，常见于中老年人，平均发病年龄为60岁左右。临床上，患者以运动迟缓、肌张力增高、静止性震颤，以及姿势平衡障碍等为主要特征，此外还有嗅觉减退、便秘、抑郁、睡眠障碍等非运动症状。症状随病程进展进行性加重。

如何早期识别帕金森病

如何及早发现帕金森病症状？可以观察是否有以下问题，帮助您尽早识别：从椅子上站起来困难吗？写字变小了吗？是用脚拖着地走小步吗？脚有黏着地的感觉吗？走路容易跌倒吗？面部表情变得呆滞了吗？胳膊或腿会抖吗？自己系扣子困难吗？声音变低哑了吗？

帕金森病的治疗原则

帕金森病的治疗包括药物治疗、手术治疗、运动康复治疗、心理疏导及照料护理。药物治疗是基础，手术治疗是补充手段，运动康复治疗、心理疏导与照料护理则适用于帕金森病治疗全过程。但无论采取哪种治疗方式，都只能改善其症状，不能阻止病情的发展，且无法治愈。因此，对帕金森病患者要进行多学科全程综合管理，改善患者的症状和生活质量。

患者家属该怎么办

帕金森病患者由于穿衣、洗脸等日常动作较慢、易跌倒，所以建议在家里卫生间等位置设置扶手、防滑垫等。日常应嘱咐患者行动不要太快，走路时脚后跟先着地，走路时往前看、不往下看，边走边看，避免摔倒。适当锻炼既可增加帕金森病患者肌肉力量、灵活性和平衡能力，又能改善其精神症状，可让患者尝试散步、打太极拳等。患者后期进食、说话将比较困难，因而家人需在保证其营养摄入的同时防止误吸的发生。在饮食上，患者要尽量避免刺激性食物，多食高纤维食物、多饮水，以改善便秘。此外，患者常有焦虑、抑郁等负面情绪，家人应多关心陪伴，营造轻松和谐的家庭氛围，使患者感到安全、温暖。

