



本组图片由吴金阳、李华梁、张晓明、李健、李鑫等提供

科学救援 提高地震伤员救治水平

张献怀

中医救援队奋战灾区

本报记者 喻京英

四川芦山地震发生后，国家中医药管理局紧急启动应急机制，立即与四川省中医药管理局进行沟通协调，了解灾区情况，并就中医药参与救治工作进行部署。目前已有数十支中医药医疗卫生救援队伍奋战在灾区一线。

4月20日芦山地震发生后，国家中医药管理局突发公共事件中医药应急领导小组即指派四川省中医药局从骨科、急诊科、外科和其他相关科室选出60多位中医专家，组成9支医疗队前往救助，派出10辆救护车，在雅安市中医院和天全中医院附近成立中医应急救治点，开展救治工作，收治伤病员400余人，其中重伤50余人。四川省中医系统已准备病床300余张，随时接收灾区伤员。目前，正从灾区将部分病人陆续转往四川省中医院和四川省骨科医院等中医医院。重庆市中医院派出了7位医护人员随重庆市卫生应急队伍赶赴雅安。陕西省省中医药管理部门也做好了相应的准备工作，随时待命。

4月20日，四川省雅安市芦山县发生7.0级地震，给灾区人民的生命和财产带来了巨大损失。此次地震，再次牵动着全国亿万人民的心。为此，笔者就如何科学救治地震伤员，最大限度减少死亡率，降低伤残率，采访了著名创伤外科专家、中国工程院院士盛志勇。

已年届92岁高龄的盛志勇院士曾经参加过邢台、唐山地震和多次重大灾害创伤救治工作，他撰写的《唐山大地震中大批伤员的医疗救护及创伤治疗的回顾》报告，以丰富的经验对震灾面前如何深入搞好创伤救治工作提出了许多宝贵建议。

盛院士说，地震是一种严重的突发性灾害，地震造成的伤情也具有显著的特点。一是灾情发生突然；二是伤亡人数众多；三是伤情重而复杂；四是救治困难；五是次生灾害伤害严重而复杂，如火灾、爆炸、山体滑坡、泥石流、海啸以及震后传染性疾病预防等。研究这些特点，可以更有效地抢救地震伤员，减少伤亡。

地震及重大灾害伤员分4类

伤员应按急、重、轻分类，以使真正需要紧急救治和处置的伤员能够获得紧急治疗时机。盛院士说，地震及重大灾害伤员一般可分为4类：

- 1、已经死亡的；
- 2、轻伤，能自己行走的；
- 3、重伤急需外科处理的；
- 4、伤情危重，情况非常不好，生命体征不稳定的。

伤员分类后，如果短时间内伤员数量较大，可在伤员胸前别上一个标签（伤票），指明是否需要紧急处理，或可稍缓处理治疗；应尽快查明有无急需救治治疗的开放创伤和复合创伤等；经初步急救后，即可送入临时设置的医疗单位。

如需大的手术可迅速后送；由于灾区伤员太多，有些需外科处理的重伤员在临时医疗点可先行“微创伤手术”，送到有条件的后方医院再进行决定性手术，这样可以争取时间救治更多的伤员。

盛院士谈到，在地震受灾人员救治中，有两个问题要特别引起注意，其一是在救援和搬运脊柱骨折伤员时，因方式不当，极易引起脊髓损伤；二是挤压伤未能得到及时识别和适当处理，导致挤压综合征的发生。

盛院士强调，对于脊柱骨折的伤员，在搬动过程中切忌采用横抱、“一人抬胳膊一人抬脚”等方式，因为这可导致骨折的脊柱对脊髓造成损伤，继而致使伤者截瘫。正确的做法是使用硬质担架或木板搬运，疑有颈椎骨折时应立即用颈托固定。若情况不允许（例如伤者所处地形无法使用担架）也尽量将伤者“背朝上抬出来”或一人托腰部以避免腰部突然弯曲。此外，唐山地震救援经验表明，对创伤性截瘫的患者，不应强求早期手术，而应帮助其稳定和恢复脊柱正常生理弯曲。脊柱侧前方入路减压术可以有效改善过度屈曲型脊柱骨折的伤者情况。

正确识别挤压伤

挤压伤在地震所致的损伤中十分常见。盛院士说，对于挤压伤的识别并不难，其特点就是疼痛与体表伤口不符，即伤者肢体体表伤口较轻甚至没有伤口，但其疼痛严重，特别是运动（肌肉收缩）时，疼痛更重。对于这些伤者，如不及时行筋膜切开减压，就可能发生挤压综合征。对这类手术要越快越好，不要等送后方医院再做，否则会延误时机，导致伤员死亡。

盛院士说，地震后最主要的是如何将埋在倒塌建筑废墟下的伤员尽快抢救出来。抢救过程中，各医疗队一定要搞好组织分工，以使抢救工作能够高效有序地实施。建筑物倒塌时，极易引起腰椎骨折，如果搬运伤员时，使腰部向前急骤弯曲，常可引致脊椎损伤，以致截瘫。此外，很多



地震时遇到次生灾害怎么办

室内次生灾害	
火灾 <ul style="list-style-type: none"> ● 趴在地上，用湿毛巾捂住口、鼻 ● 地震停止后向安全地方转移，必要时匍匐前行 ● 设法隔断火源 	毒气泄漏 <ul style="list-style-type: none"> ● 用湿毛巾捂住口、鼻 ● 不要使用明火 ● 不要慌乱拥挤 ● 待地震停止后再设法转移
野外次生灾害	
水灾 <ul style="list-style-type: none"> ● 如果江河湖海涨水，要向高处跑 ● 迅速离开桥面 	山崩、滑坡、泥石流等 <ul style="list-style-type: none"> ● 遇到山崩、滑坡，要向垂直于滚石前进的方向跑，切不可顺着滚石方向往山下跑 ● 可躲在结实的障碍物下，或躲在沟坎下 ● 注意保护好头部
毒气泄漏 <ul style="list-style-type: none"> ● 遇到化工厂等着火，并有毒气泄漏，不要朝顺风的方向跑，要尽量绕到上风方向去 ● 用湿毛巾捂住口、鼻 	

健康关注

罗阳等一批“当代英雄”英年早逝，引发人们对职业人群健康状况的担忧。数据显示，中国慢性病现有确诊患者2.6亿人，同时慢性病导致的死亡已经占到中国总死亡率的85%。

“慢病是生活方式疾病。应对慢病挑战，重要的是要改善生活方式。”在近日召开的第四届中国慢病管理大会上，国家卫生和计划生育委员会疾病预防控制局副局长孔灵芝再度呼吁人们重视慢病，要从增加身体活动开始。

88%成年人运动不足 近3亿人深受其害 中国慢病防控形势严峻

本报记者 朱凯

慢病蔓延比例趋增

近年来，中国慢性病发病人数快速上升，目前确诊患者已达2.6亿人，死亡人数已占总死亡的85%。以北京市为例，18至79岁常住居民高血压患病率为33.8%，每3人中就有1人深受其害。

孔灵芝表示，值得特别注意的是慢病呈现年轻化的趋势，尤其在职业人群中患病比例日趋增大。

当前，中国慢病的防控形势非常严峻，慢病已经成为危害人民健康、社会和经济可持续发展的严重公共卫生问题和社会问题。慢病的不断蔓延还给国家带来沉重的经济负担，在疾病负担中所占的比重已达69%，远超传染病和其他伤害。

运动不足危害严重

相关调查显示，中国人近20年来的能量摄入没有太大变化，但是超重、肥胖率持续上升。为此，2012年，我国15个国家部门联合发布了《中国慢性病防治工作规划（2012-2015年）》。为进一步将规划落到实处，2013年起，国家体育总局群体司与国家卫生计生委、中国记协等相关部门共同主办“吃动平衡、走向健康”项目。

全国人大教科文卫委副主委、中华预防医学会会长王陇德在本届慢病大会上表示，目前我国80%的家庭油盐摄入超标，而88%的成年人运动不足。运动不足已经成为超重肥胖高发和导致慢病的重要危险因素。

同时，很多职业人群通过节食控制体重，而不从身体活动上寻找原因，往往会危害健康。控制体重重要的是保持“吃”和“动”的平衡，而不是简单地归因于饮食。食物本身并没有好坏，关键在于合理的搭配和保持“吃动平衡”的健康生活方式。

双鞋行动改变生活

“慢病不仅是中国人健康的头号威胁，同时也会影响整个社会的发展。应对慢病挑战，需要社会各界共同行动。现在老百姓有很多机会获得健康知识，但是如果不去行动，就不会取得效果。知识和健康不能画等号。”孔灵芝说。

孔灵芝向广大职业人群发起“双鞋行动”倡议，呼吁上班族准备两双鞋，即工作时穿的鞋，和适合上下班路上步行的运动鞋。上班族应该利用上下班时间多步行、少乘车，改变生活方式，增进健康。

中国疾病预防控制中心营养与食品安全所副所长马冠生表示，改变生活方式是很难的事情，而“双鞋行动”就是希望能够从小处着手，从一点一滴的行为入手，逐渐增加身体活动，改善生活方式。



配备两个医生：运动与营养

学习两个秘诀：健康与长寿秘诀

养成两个习惯：看好书，听音乐

结交两种人：良师、益友

赵国明绘

健康互联网

乳腺癌患者认知匮乏

文心

治疗已逐渐步入分类治疗的阶段，患者可通过检测，及早明确疾病类型，以获得针对性的治疗方案。以HER2阳性乳腺癌为例，患者一旦明确疾病类型，将有助于医生采取个体化靶向治疗方案，最终消灭“黑蝴蝶”。

徐兵河说，乳腺癌是威胁女性健康的第一恶性肿瘤，中国每年有16.9万患者被确诊，其中，20%至30%的人群罹患的是具有“黑蝴蝶”之称的HER2阳性乳腺癌。相较于其他类型的乳腺癌，

HER2阳性乳腺癌进展速度更快、恶性程度更高，同时也更容易复发和转移，预后情况也相对较差。

中国抗癌协会癌症康复工作委员会主任委员史安刚强调，HER2阳性乳腺癌患者渴望康复却又缺乏认知，她们需要全社会更多的关注和支持。远离“黑蝴蝶”的概念，使得“HER2”这一专业的医学概念更为生动形象，它提醒患者需通过确认自己的疾病类型来获得个性化的医疗措施，争取更大的生存获益。

链接

HER2阳性乳腺癌

HER2全称是人类表皮生长因子受体2，是一种原癌基因编码的蛋白，是乳腺癌重要的预后判断因子。每个人体内的正常细胞膜表面都有HER2蛋白，HER2蛋白可帮助细胞信号传导，调控细胞的正常生长和分裂。

怎样检测HER2

HER2检测方法主要包括免疫组织化学染色（IHC）及原位杂交（ISH）。如果IHC检查结果是3+，该患者就被确诊为HER2阳性；如果IHC结果为0或1+，该患者就被确诊为HER2阴性；如果IHC结果为2+，则需进一步ISH检测确诊。



图为乳腺癌患者支持行动在北京启动活动现场 喻京英摄

健康资讯

国医大师研究室落户安贞

本报电（房林）“国医大师方和谦研究室”近日落户北京安贞医院。该研究室旨在更好的全面继承和研究方老的中医学术思想，进一步推动方和谦学术思想和临床经验的继承工作，以解决患者疾苦，促进中医学发展。

据介绍，方和谦是我国首批国医大师，在临床中擅治多种内科疑难杂症，尤其是对呼吸系统、心脑血管及肝胆系统疑难杂症的治疗有独到之处。

科学抗血栓活动在京启动

本报电（郑润凡）由健康时报、武汉国家生物产业基地和湖北国力生物技术开发有限公司联合主办的“科学抗血栓健康教育全国启动仪式”近日在京举行。

该活动旨在把防治血栓的科学方法传播给大众，更好地普及健康理念和健康知识，更好地造福社会。

科研所深化国际合作

本报电（黄汇慧）北京市耳鼻咽喉科研究所近日迎来了60岁生日，这是新中国第一个耳鼻咽喉科专业临床研究机构。研究所担负着科技育人、防病治病、国际合作交流的重要职责。近3年，研究所深化国际合作，先后通过实施北京市“海聚工程”，引进3名美国和比利时学者，在研究所成立联合实验室，开展耳科学和鼻科学合作研究。

关爱母婴公益活动推出

本报电（章周）“迪巧妈咪关爱行”慈善公益活动近日在京展开。活动将在全国6个城市陆续举办，通过向孕妇免费发放宣讲资料、举办母婴科学补钙知识讲座、开展关爱弱势群体慈善活动等方式，广泛宣传科学补钙知识，将关爱带给更多母婴人群。