

健康头条

科学补碘 普惠民生

——我市“全国防治碘缺乏病日”宣传活动侧记

□本报记者 袁野

“以前只知道要吃盐，没想到还有这么多学问。”一位年轻妈妈说道，“今天现场听了市疾病预防控制中心工作人员讲解，才知道碘盐对我们的健康这么重要。”

日前，市卫生健康委组织疾病预防控制中心、市民生盐业(集团)有限公司、市人民医院、市中医院、平桥区卫生健康委等部门，在平桥区世纪广场开展主题鲜明、形式多样的“全国防治碘缺乏病日”宣传活动，巩固碘缺乏病防治成果，增强全民科学补碘意识，把科学补碘知识送到群众身边。

据了解，碘是人体新陈代谢和生长发育必不可少的微量营养素，被称为“智力元素”，是人体合成甲状腺激素的主要原料，

在维持机体健康中发挥着重要作用。

活动现场设在人流密集的城区广场，主题横幅醒目悬挂，科普展板整齐排列，宣传氛围浓厚热烈。工作人员提前布置好咨询台、宣传展板、资料发放区，备好科普折页、宣传手册、小礼品等宣传物资，向过往群众普及碘缺乏病防治知识。今年宣传聚焦“碘盐对健康的重要性”，重点讲解碘缺乏对儿童智力及身体发育的危害，普及食用合格碘盐的重要性，解答群众日常饮食中关于补碘的各类疑问。

活动中，医务人员和疾病预防控制专家耐心细致地为市民答疑解惑，围绕“为什么要补碘”“哪些人群需要重点补碘”“如何辨别合格碘盐”“甲状腺疾病患者如何科学用碘”等群众关心的热点问题，用通俗易懂的语言逐

一讲解。同时提醒大家，购买食盐要选择正规渠道，不随意食用无碘盐，坚持长期适量补碘。

“阿姨，您知道吗？碘缺乏可能导致甲状腺肿大，也就是我们常说的‘大脖子病’，同时还可能影响孩子的智力发育。”市疾病预防控制中心工作人员对前来咨询的阿姨解释道。市民生盐业(集团)有限公司的专业人员手持真假碘盐样品，一边展示一边详细讲解鉴别方法：“大家看，真碘盐的包装比较精致，字迹清晰；而假碘盐的包装可能比较粗糙，颜色也不正。”说着，专业人员用碘盐检测试剂进行现场演示，群众聚精会神地看着，不时发出恍然大悟的感慨，还有人积极提问，现场互动热烈。

除现场宣传咨询外，周围的展板上，一幅幅生动形象图片和简洁明了的文字，展示着碘缺

乏病的症状、危害以及科学补碘的方法等知识，吸引了众多群众驻足观看，不少人还拿出手机拍照记录。“以前对碘缺乏危害了解不多，通过这次活动，明白了碘盐对家人健康尤其是孩子成长的重要性，以后会坚持科学食用碘盐，守护全家健康。”正在看展板的刘阿姨感慨道。

“此次宣传活动，有效普及了碘缺乏病防治知识，消除了群众认知误区，进一步增强了居民自我防护意识，提升了健康素养。”市卫生健康委负责人表示，将持续常态化开展碘缺乏病防治宣传教育，紧盯重点地区、重点人群，扎实做好监测防控工作，规范碘盐供应管理，织密公共卫生防护网，切实守护全市人民身体健康，筑牢全民健康防线，推动全市碘缺乏病防治工作持续向好发展。

健康时评

为“一老一幼”夯实健康保障

□袁野

“一老一幼”是每个家庭最牵挂的群体，也是全民健康保障体系的重中之重。老年人安享晚年、幼儿健康成长，关系着千家万户的幸福，更关乎社会和谐稳定。持续优化“一老一幼”健康服务，是惠及民生、守护幸福的暖心工程。

老年群体身体机能下降，慢性病高发、健康风险集中，是健康服务的重点守护对象。当前，老年群体普遍存在慢病管理不规范、健康科普不足、就医便捷度差等问题。做好老年健康保障，要依托基层医疗机构常态化开展免费体检、慢病随访、义诊咨询服务，做实家庭医生签约服务，精准对接老年人居家康养、慢病管理、就医转诊需求，打通老年健康服务“最后一公里”。

儿童是家庭的希望，民族的未来，事关长远发展。幼儿免疫力较弱，成长发育、疫苗防护、常见病预防、心理健

康都是健康管理的关键环节。各地卫生部门需持续规范儿童预防接种、生长发育监测、视力口腔保健等基础服务，常态化开展校园健康科普、疾病筛查活动，引导家长树立科学育儿、科学防病理念，全方位呵护青少年儿童身心健康，筑牢儿童成长健康根基。

保障“一老一幼”健康，要完善设施、优化服务，更要多方合力。各地医疗资源下沉基层，补齐基层老年康养、儿科诊疗服务短板，创新便民惠民健康服务模式。同时，要优化服务模式，开展更多公益筛查、健康科普宣讲等活动，营造尊老爱幼、重视健康的良好氛围。

笔者认为，“一老一幼”之健康保障，须臾不可忽视。唯有健全健康服务体系，夯实健康保障，用心用情办好民生实事，不断提升健康服务质效，才能让老年人安享健康晚年，让孩子们茁壮成长。

筛查筑防 生命至上

市肿瘤医院开展肺癌公益筛查活动



图为筛查前登记 本报记者袁野摄

本报讯(记者 袁野)近日，市肿瘤医院组织开展“筛查筑防，生命至上”肺癌公益筛查活动，以优质、专业的医疗服务，为广大市民筑牢肺部健康安全防线。

肺癌是目前我国发病率、死亡率最高的恶性肿瘤之一。早筛查、早诊断、早治疗是降低肺癌发病危害、提升治愈率的关键举措。本次公益筛查精准聚焦肺癌高危人群，在通过免费、优惠筛查政策减轻群众就医负担的同时，常态化普及肺部疾病防治科普知识，帮助群众及早排查肺部健康隐患，从源头防范疾病风险。

此前，该院周密部署，抽调肿瘤内科、医学影像科等骨干医护人员组建专项诊疗团队，优化筛查流程、细化服务细则，确保筛查工作高效有序开展。活动现场，医务人员有序引导群众登记、问诊、筛查，细致询问群众既往病史、吸烟史、

家族病史等基础诊疗信息，规范开展肺部专项筛查工作。

筛查过程中，专家团队逐一细致阅片、精准研判筛查结果，针对群众关心的肺部结节管控、吸烟健康危害、日常防护等重点问题，进行专业细致解答。同时，向群众普及戒烟限酒、均衡饮食、规律作息、远离环境污染等健康生活知识，引导市民树立肺部定期筛查意识，重视呼吸系统健康。针对筛查结果异常的群众，现场给予个性化专业指导，明确复查时间与规范诊疗建议，打通便民就医服务链条。

此次公益筛查活动，将优质肿瘤医疗资源下沉基层、服务群众，有效提升了医院肿瘤早筛早治服务水平，切实降低群众就医成本，进一步普及肺癌科学防治理念、纠正健康认知误区，持续织密全市全民健康防护屏障。

健康天地新闻热线
袁野:138 3978 1529
周涛:186 9772 8165
李亚云:137 2312 2193
邮箱:xybyuanye@163.com

同心传善意 融爱向阳行

我市举办第36个全国助残日公益健步走暨阳光助学活动



爱心健步走在路上 本报记者周涛摄

本报讯(记者 周涛)5月16日上午，第36个全国助残日系列活动——第八届“阳光助学暨向日葵·生命健康行走的爱”全国公益健步走活动，在浉河区茶韵广场正式启动。活动紧扣全国助残日“保障残疾人平等权益，促进残疾人融合发展”的主题，以助学金发放、公益健步走相结合的形式，营造出全社会关心关爱残疾人、扶残助残的浓厚氛围。

启动仪式现场举行2026年度助学金发放仪式，为残疾大学生代表现场发放助学金。本次活动共计资助21名困难残疾大学生，每人资助3000元，剩余助学金将通过惠民“一卡通”系统足额发放到位。中国人寿保险股份有限公司信阳分公司作为爱心企业代表致辞，受助学生家长代表现场致谢。市残疾人联合会负责人发出倡议，呼吁更多社会爱心力量投身扶残助残公益事业，

共建残健共融、友爱互助的良好社会环境。

仪式结束后，第八届“生命健康行走的爱”公益健步走活动正式鸣笛启动。本次活动共集结近400名

参与者，包含75组心智障碍者家庭、大学生志愿者、爱心家庭及社会爱心人士。队伍从彩虹桥入口广场出发，沿浉河健康步道行进至毛尖桥折返，全程秩序井然、氛围温暖热烈。

健步走活动结束后，现场还同步开展残疾人政策宣传、公益成果展示、爱心互动体验等系列活动，全方位普及残疾人保障政策，传递公益温暖力量。

“本次活动精准帮扶困难残疾学子，通过户外健步走、互动交流的形式，生动展现残健共融、携手同行的城市温度，大力传递残疾人事业‘平等、参与、共享、融合’的发展理念。”市残疾人联合会相关负责人表示。

据悉，本次活动由信阳市残疾人联合会主办，中国人寿保险股份有限公司信阳分公司、浉河区残疾人联合会、慢跑蜗牛心智障碍家庭支持中心联合承办，并得到湖南省鼎翰公益基金会及多家爱心单位的支持。

浅谈妊娠期糖尿病对新生儿的影响

黄 灿

前几日，我突然接到一位同学的电话，语气中满是焦急与无助。她恳请我帮忙办理她孩子的出院手续。原来，她5岁的孩子因癫痫突然发作紧急入院，在儿科经过初步处理后，孩子已转至上级医院进一步治疗。

待一切安排妥当，我与同学深聊起来。她告诉我，这次她专程从新疆带孩子来探亲，长途跋涉加上孩子刚调整了癫痫用药，可能是多重因素叠加，诱发了这次发作。更令人心揪心的是，她在新疆当地医院就诊时，医生在详细排查了双方家庭的遗传因素后，得出一个让她难以释怀的推论：孩子的癫痫，很可能与其新生儿时期一次未被及时发现的低血糖密切相关——那时，孩子因低血糖入院，但由于家长未能及时察觉，送医较晚，对大脑造成了不可逆的损伤。

作为一名在儿科、产科工作多年的护理人员，听完这个事情，我久久不能平静。职业的敏感性让我立刻想到了临床上导致新生儿低血糖最常

见的原因之一——妊娠期糖尿病。今天我们就来聊聊，母亲怀孕时的这个“甜蜜烦恼”会怎样影响新生儿？又该如何守护这些小生命？

一、什么是妊娠期糖尿病？

妊娠期糖尿病指孕前无糖尿病，在孕期(多为中晚期)首次发现的糖代谢异常。孕期胎盘分泌的多种激素会拮抗胰岛素，若孕妇自身胰岛功能不足以代偿，便可导致血糖升高。目前我国糖尿病患病率已达15%至20%，呈逐年上升趋势，已是产科和新生儿科的常见问题。

二、母亲血糖高，宝宝在肚子里会经历什么？

很多孕妈误以为“血糖高，宝宝更壮实”，这其实非常危险。胎儿通过胎盘从母体获取葡萄糖，若母体血糖过高，大量葡萄糖会“顺流而下”涌入胎儿体内，此时，持续高浓度的葡萄糖会过度刺激胎儿胰岛，使其过早、过多分泌胰岛素，形成“高血糖—高胰岛素”的恶性循环。这种宫内环

境会引起一系列严重后果。

三、新生儿出生后，将面临哪些“坎”？

新生儿脱离母体、切断脐带后，来自母体的葡萄糖供应突然中断，但其体内因曾受“过度刺激”而分泌的胰岛素水平仍高，在高胰岛素作用下，血糖被迅速消耗又得不到补充，便引发了新生儿低血糖。

1. 低血糖：最危险、最常见的并发症

新生儿低血糖常常“悄无声息”。很多宝宝没有明显症状，或者仅仅表现为嗜睡、喂养困难、反应差、体温不稳。这些表现很容易被家长误认为是“宝宝乖、宝宝在睡觉”，从而延误了最佳救治时机。

严重持续的低血糖可导致大脑不可逆损伤，后果包括智力发育迟缓、学习障碍，甚至像同学的孩子那样，在未来发展为癫痫。

2. 巨大儿：生得慢，风险大

大儿(出生体重超过4000克)的发生率高达25%至42%。这是因为胎儿长期处于高血糖环境，多余糖分转化为脂肪和蛋白质，导致过度生长。

巨大儿不仅让母亲分娩时面临产程延长、产道撕裂、产后出血等风险，对宝宝自身也是巨大考验。顺产时，巨大儿容易出现肩难产(头出来了，肩膀卡住)，进而导致新生儿窒息、锁骨骨折、臂丛神经损伤(严重时可能导致上肢瘫痪)，甚至内脏出血。

3. 呼吸窘迫综合征：宝宝的第一个呼吸可能很艰难

我们呼吸需要一种叫“肺表面活性物质”的东西来撑开肺泡，而高胰岛素血症会抑制这种活性物质的合成和分泌，导致胎儿肺成熟延迟。因此，这类宝宝出生后更容易出现新生儿呼吸窘迫综合征，主要表现为哭声不畅、呼吸呻吟(像小绵羊叫)、呼吸费力(鼻翼扇动、三凹征)、口唇发青，常需呼吸机支持。

4. 其他“隐藏”的并发症
红细胞增多症—高粘滞血症：高血糖刺激胎儿红细胞过度生成，血液黏稠，影响器官供血供氧，可导致肾静脉血栓、脑损伤等。

新生儿黄疸：红细胞破坏增多，胆红素生成过多，加重或延长黄疸，严重者需换血治疗。

电解质紊乱：常见低钙血症(可能引起抽搐)和低镁血症。

四、应对办法——早期发现与规范处理

看到这里，很多准妈妈可能要焦虑了，请放心，现代医学对这个问题已有非常成熟的应对方案，关键在于“早知道、早干预”。

针对母亲的预防与管理：所有孕妈都应在孕24至28周进行口服葡萄糖耐量试验(OGTT，俗称“喝糖水”)，这是诊断妊娠期糖尿病的金标准。确诊后通过饮食控制、运动及必要胰岛素治疗，将血糖控制在空腹<5.3mmol/L、餐后2小时<6.7mmol/L，

可最大程度减少对胎儿的影响。

针对新生儿的监护：高危儿出生后1小时内必须监测血糖，并尽早开奶(首选母乳)；血糖偏低可补充配方奶或10%葡萄糖水；无症状低血糖多可通过加强喂养纠正，有症状或反复低血糖则需立即入院静脉输注葡萄糖，不可在家观察。曾发生严重低血糖或有脑损伤高危因素者，需定期到儿童保健科、神经科、康复科随访评估。

结语：

同学的孩子5岁时才因癫痫追溯到新生儿期低血糖，令人痛心。预防胜于治疗，筛查是第一步，规范管理是关键。请孕妈重视产检与血糖，家长留意宝宝出生后的精神与喂养反应。而父母和医护人员的共同警惕，是守护孩子远离脑损伤、健康成长最后一道防线。

低血糖无小事，让我们一起努力，为每一个新生命，筑牢健康的第一道防线。
(作者单位：萧县人民医院)