

孕妇肥胖影响宝宝健康吗？

本报记者 刘 畅 通讯员 史艳香 王 璐

日前，一位体重达310斤（155千克）的孕妇顺产，生下健康宝宝。一时间，体重超重的准妈妈如何才能生下健康的宝宝，成为大家议论的话题。对此，记者采访了这位孕妇的主诊医生、河南省妇幼保健院（郑州大学第三附属医院）产二病区主任韩宁及产房主任程春花。

310斤孕妇是如何正常分娩的？

“这位特殊的产妇是第一次怀孕。除了肥胖以外，她还是一位妊娠合并糖尿病、妊娠高血压疾病、B族链球菌感染的孕产妇。”回忆起产妇李娜（化名）计划分娩时的情形，韩宁记忆犹新。

据韩宁回忆，李娜来医院时，肚子里的宝宝大小正常，骨盆条件也非常适合阴道分娩（顺产）。综合考虑肥胖孕产妇进行剖宫产术将会出现的一系列并发症，如腹部切口愈合不良等，专家一致建议她进行阴道分娩试产，李娜当即表示同意。

同时，产房护士长指导助产士细心监测李娜试产时的宫缩和胎心情况，以免因为体重过大、阴道脂肪堆积和腹部脂肪层过厚，忽略其病情变化，并为她做好生活护理和进行心理疏导。

经过两天的计划分娩，李娜的宫口开大至4厘米时，经院内麻醉医师会诊，在产科医生、麻醉医生、助产士的共同协作下，李娜采取坐式麻醉的方法，成功进行了分娩镇痛。不到1小时，李娜宫口开全，采取自由体位分娩法，诞下一位可爱的“小公主”。

肥胖会产生哪些影响？

针对体重超重产妇的安全分娩，韩宁说，孕期健康的生活方式对孕妇来说非常重要，不能觉得孕期是“一人吃、两人用”就大吃特吃，从而造成肥胖。

“肥胖症是常见的营养、代谢紊乱性疾病，因能量摄入过多，消耗失调，导致机体脂肪囤积过多，增加发生妊娠期糖尿病和妊娠高血压疾病的概

率。”韩宁说。

孕妇及家属对营养知识缺乏，总是一味强调营养而忽视除了要适度，给妊娠和分娩带来严重后果。过多的能量将以脂肪的形式储存于孕妇的腹壁，填充于盆腔与阴道，造成阴道分娩时宫口扩张速度减缓，总产程延长，产程异常发生率明显升高，这也增大了产后出血和产褥期感染的风险。除此之外，孕期肥胖易发生生产时盆底肌损伤。

孕期怎么做才能避免肥胖？

针对备孕女性应该怎么做才能避免孕期肥胖的发生等问题，程春花说，准备怀孕的肥胖妇女，孕前应适当调整体重，孕期应注意营养膳食，适当控制营养素及高能量食物的摄入，尤其是在妊娠后期，要密切配合临床医师的膳食指导，以每周增重0.3千克为宜。

“仅控制饮食还是不够的，适度控制饮食加上适量的运动才是最佳搭配。”程春花说，不管是孕前还是产后，

适当的有氧运动都是首选，孕期可以选择在家属的陪伴下散步、遛弯等。

程春花建议，合理的饮食、适量的运动是孕期必学的课程，一旦体重超重，要及时到医院寻求医生的专业指导，由专业的产科医生制订合理的分娩计划。



国内外两家医院视频连线 交流疫情防控经验

本报讯（记者丁宏伟 通讯员邓思婕 李冰佳）4月11日7时，距离约1.7万公里，一场跨越太平洋的视频连线会议开始，以加强国际合作，共抗新冠肺炎疫情。会议的参加者是驻马店市中心医院和哥伦比亚波哥大军事医院的医生。

“在医疗资源有限的情况下，如何在最短的时间内降低ICU（重症监护室）患者的死亡率？”“重症患者的治疗经验有哪些？”“如何保证医护人员不被感染？”“患者治愈出院的标准是什么？”……在长达3个小时的连线中，波哥大军事医院主席加尔维斯及内科、麻醉科等科室的医生不断向中国医生提出问题。

据4月11日哥伦比亚官方通报，该国累计确诊病例达2473例，累计死亡80例。“我国现有

150万例疑似病例，已经进入国家紧急状态。”加尔维斯神色凝重，迫切希望获得更多的宝贵经验，抢救生命。

针对提问，驻马店市中心医院呼吸科、感染科、重症医学科等科室的医生们一一进行细致、全面的解答。院长杨长虹介绍了该院抗击疫情的基本经验和关键策略。

驻马店市中心医院呼吸中心名誉主任、市新冠肺炎防治专家组组长张华茹说：“早期识别重症患者，是降低死亡率的关键。我们对全部确诊患者进行定时排查，对于有基础疾病及70岁以上患者，每日进行病情评估。”

驻马店市中心医院还建立了从值班医师到值班专家再到权威专家的三线筛查机制，有效控制

传染源。

视频里，哥伦比亚医生或频频点头，或低头记笔记。“非常感谢，中国的宝贵经验对我们来说意义重大。”

“今后，我们可以建立长期沟通交流机制，保持密切联系。”杨长虹说，会以最大诚意分享驻马店市中心医院抗击疫情的成果。

据促成此次视频连线的驻马店市12345政务服务热线负责人刘子晨介绍，遂平县施金辉长期从事外贸工作，曾于3月向波哥大市捐赠了一批防疫物资，在捐赠仪式上，哥伦比亚方面请求联系中方医院，为其提供远程医疗技术援助。施金辉第一时间拨通了12345热线，热线中心与相关部门多次沟通对接，最终有了这次拯救生命的视频连线。

信阳为学校配备疫情防控指导员

本报讯（记者王明杰 通讯员李 华 黄 德 郭海平 熊伟甫）日前，信阳市卫生健康委采取3项举措，加强学校疫情防控指导，为广大师生筑起了一道健康屏障。

人员配备到位。信阳市卫生健康委确定“一对一”对口协作机制，为全市2243所托幼机构、中小学、大专院校配备疫情防控技术指

导员，全程指导校园疫情防控工

作。培训指导到位。信阳市卫生健康委选派市、县两级疾控机构防疫专家，对教育行政部门、学校相关负责人、防控专干等开展学校传染病防控应急处置、学校环境消毒等培训90余场次，提高学校疫情防控工作水平；选派2名市疾控中心专家，全程指导普通高校招生艺术

统考音乐、舞蹈类专业考试现场疫

情防控工作。监督检查到位。信阳市卫生健康委组织学校卫生监督人员，对各级各类学校疫情防控管理、生活饮用水卫生管理、教学及生活环境卫生管理及传染病相关知识宣传情况等开展监督指导。针对发现的问题，现场下发卫生监督意见书，督促学校整改落实。

做好参谋 当好管家 ——焦作市医学会抗击疫情工作纪实

□王正勋 侯林峰 文/图



新冠肺炎疫情发生后，一个个医务人员“披甲上阵”，义无反顾地奔向一线，成为这个时代“最美的逆行者”。在这场疫情阻击战中，焦作市医学会多方协调，积极行动，为政府建言献策，做好参谋，帮助医务人员做好防疫培训、随时关注医务人员的身心健康，当好大管家，助力全市疫情防控工作。

“疫情发生后，我们第一时间发出抗击疫情的倡议，医务人员积极响应，

通过各种途径报名参加抗击疫情工作；同时，我们第一时间推荐专家，为政府抗击疫情建言献策。”焦作市医学会会长杨永国说。

据了解，很多焦作市医学会委员都经历过2003年的“非典”疫情，积累了一定的疫情防控经验。杨永国也参加过2003年抗击“非典”疫情工作，当时他是焦作市医疗专家组组长。此次疫情发生后，既是焦作市医学会会长又是河南理工大学第一附属医院党委书记

的他迅速反应，冷静应对。一方面，他充分利用医学会平台，开设网络课程，将全国知名专家应对疫情的经验及时普及给全市医务工作者。截至目前，焦作市医学会免费网络培训3万多人次，使医务人员受益。他还及时协调多个专业的权威专家，向政府提供了全方面的建议，为政府制定防疫方案提供了依据。另一方面，杨永国从河南理工大学第一附属医院调出6人驰援武汉，投入150万元疫情防控专项资金，腾空一栋病房楼供抗击疫情使用，派出6人到焦作市第三人民医院、市疾控中心、沁阳市参加一线救援……赢得了社会的广泛赞誉。

同时，焦作市医学会各专业委员会委员也都积极投身抗击疫情工作。常务副会长、焦作市人民医院副院长靳双周被任命为焦作市医疗救治专家组组长，带领重症医学、呼吸内科、影像学、感染管理、检验等方面的43位专家，投身疫情防控第一线。杨永国说：“在专家组中，有很多医学会的委员，他们都是各自领域的佼佼者，在这场没有硝烟的战斗中，人人都是战士，大家都在自己的岗位上作贡献。”

焦作市医学会的部分成员在一线奋战，一部分成员为疫情防控“查漏补缺”。杨永国说：“医学会现在有检验、感控、呼吸、心理等多个可以直接参与

一线抗疫的专业委员会。在疫情发展的各个阶段，我们互相交流经验，共同抗击疫情。医院内部感染控制是一个不怎么被外界所熟知的专业，但它是医学会中一个重要的专业委员会。”

疫情期间，杨永国一方面要求相关工作人员做好河南理工大学第一附属医院的感染控制，另一方面也通过医学会的平台，畅通兄弟医院互相交流经验的渠道，互相借鉴，彼此推进，全力做好对医务人员的保护工作。“焦作市医学会现有87个专业委员会，疫情发生后，各个专业委员会的委员都在各自领域为抗击疫情努力着。”杨永国说，“我们注意到，部分患者因为治疗时间较长，出现焦虑的情绪，即使治愈回家仍然需要关爱。还有长期奋战在抗疫一线的医务工作者，面对巨大的体能挑战和心理压力，同样需要正确的疏导。因此，自疫情发生以来，医学会心理专业委员会委员为患者和医护人员进行了心理疏导，并收到很好的效果。”

焦作市医学会关心医务人员的状态。2月下旬，焦作市医学会联合焦作市护理学会、焦作市中药学会、焦作市医院协会，集中慰问了坚守一线的医务人员（如左图），并向医务人员捐款4.5万元，增强了医务人员救治生命、战胜疫情的决心和信心。为了更

好地关爱支援湖北的医务人员，焦作市医学会筹集善款共计7万元，慰问焦作支援湖北医疗队14人，鼓励他们更好地工作。为了给一线医务人员加油鼓劲，焦作市医学会同焦作市药学会筹集善款共计8000元，看望慰问焦作市疫情防控指挥部医疗组全体成员（如下图），对医务人员在疫情中的付出表示肯定。

此次疫情，也让杨永国对焦作市医学会的工作有了更加深刻的认识。他说：“医学会原本是为医学工作者打造

的学习和交流的专业平台，引导和鼓励各领域的专家在平台上多学习、多研究、多创新，进一步提升自己的专业知识水平，努力使焦作市医学领域的专家技术在省里叫得响、在全国有声音。此次疫情，也让我们有了更多的思考。在未来的工作中，医学会和卫生系统需要进一步向社会公众普及健康知识，提升全民健康素养，将专业的知识用通俗易懂的方式传递给大众，只有全社会的健康意识提升，在面对重大公共卫生事件的时候，我们才能更加从容、有序。”



武汉入（返）宛人员管理

南阳加强

本报讯（记者乔晓娜 通讯员闻 彬）4月11日，南阳市新冠肺炎疫情防控指挥部发布《关于加强武汉市入（返）宛人员管理服务工作的紧急通知》，对自4月8日零时起所有从武汉市进入（返回）南阳的人员进行集中隔离，并在24小时内进行免费核酸检测和血清检测。检测结果均为阴性的转为居家隔离14天；检测结果只要有一项为阳性的，按照有关规定落实隔离治疗措施，并对其密切接触者一律集中隔离观察14天。

近日，南阳市新冠肺炎疫情防控指挥部开始落实督查全市对从武汉市进入（返回）南阳人员管控措施情况后，发现部分县（市、区）和有关企事业单位及社区（村）、宾馆酒店等对疫情防控工作重视不够、措施落实不力，存在严重的麻痹思想、侥幸心理、松劲情绪，出现了严重的管控漏洞，采样不及时、排查不精准、报告不及时等问题时有发生，特别是个别地方没有严格落实隔离措施，给全市疫情防控工作带来了风险。

南阳市要求，要强化网格化管理，以社区（村）为单元，在落实日排查、日报告的基础上，对从武汉市进入（返回）南阳人员要做到身份必问、信息必录、轨迹必查、见码必扫，确保信息互通、数据同步、跟踪管理到位。武汉市所有有意愿进入（返回）南阳人员在进入（返回）南阳前24小时内要向南阳居住地社区（村）、用人单位（目的地）如实报告个人信息、旅居史、健康状况及湖北“健康码”类别等。

各级、各有关部门要对从武汉市进入（返回）南阳人员进行拉网式、滚动式排查，确保排查精准，坚决织密疫情防控网，落实管控措施，确保不落一户、不漏一人；要严格落实扫码亮码制度，机场、火车站等交通站点及公共场所统一使用国务院“疫情防控行程卡”和河南省“健康码”，先扫“行程卡”，再扫河南省“健康码”，发现异常立即就地临时管控并迅速报告；公安、大数据、电信等单位要充分运用大数据智能化手段，摸清人员底数、活动轨迹等情况，做好人员信息比对研判，确保跟踪管理到位；对于无固定居所，在宾馆酒店、洗浴中心、旅游景区等经营场所住宿，或由用人单位为返岗务工人员提供住宿的，相关经营主体以及有关单位要严格履行防控主体责任，落实防控措施，并及时向所在地疫情防控指挥部报告。

各市、县要加大督导检查力度，不定时的对社区（村）和商场、超市、宾馆酒店、洗浴中心、旅游景区等各类经营场所进行督查，对迟报、漏报、瞒报、不报进入（返回）南阳人员信息及防控措施不落实、履责不到位的单位和个人，要依法依规追究责任。

商丘加强 疫情输入风险防控

本报讯（记者赵忠民）近日，商丘市召开应对输入型新冠肺炎疫情防控工作会议，安排部署疫情输入风险防控工作。

近期，进入（返回）商丘人员增多，商丘市要求各相关部门提高警惕，加强管控，精准落实防控措施，坚持抓好“外防输入、内防反弹”两大环节，突出重点人员、重点场所、重点环节管控，将责任下沉基层、下沉社区、下沉村组，确保疫情防控精准到位；做好检测准备工作，全面排查排除，对发现的疑似病例、无症状感染者及武汉来商丘人员全部免费开展核酸检测和血清检测；对

检测结果阳性的要立即隔离治疗，对其密切接触者要集中隔离；同时，对持湖北健康码“绿码”、新冠肺炎核酸检测和血清检测阴性的武汉来商丘人员，要做好信息登记工作，不得采取歧视性措施。

各县（市、区）、有关部门要严格落实属地及行业责任，落实“六位一体”防控机制，确保将各项防控措施落到实处；做好防疫物资储备，加强防疫工作指导，把“外防输入、内防反弹”各项措施抓紧抓实，为打赢疫情防控人民战争奠定坚实基础。