

江门市妇幼保健院筑起侨乡新生儿健康屏障 坚守暖箱里的“生命防线”



医生为保温箱里的早产儿检查身体。

科室名片

江门市妇幼保健院新生儿科专科设备齐全，成熟开展早产儿精细化管理、早产儿发育性照护、新生儿呼吸支持技术（无创、常频、高频）、微创肺表面活性物质替代治疗、一氧化碳吸入治疗、深静脉置管术、有创动脉监测、脑功能监测、亚低温治疗、换血治疗、成分输血、肠内及肠外营养、新生儿复苏团队协作、新生儿气管镜、围术期管理等新生儿危重症救治技术。江门地区首家开展新生儿专科门诊（包括高危早产儿门诊）、新生儿护理专科门诊，为出院后新生儿提供持续的医疗保健护理服务。

超极限救治 从超早产到重度窒息的“生死突围”

在新生儿科，“与死神抢时间”是常态。今年，该院接诊了一对刷新全市纪录的双胞胎——23周胎龄、姐姐550克、弟弟560克，这是江门市目前成功救治的胎龄最小、体重最轻的超早产儿双胞胎。

救治从产前预警便已启动。医院迅速组建由新生儿科、产科、麻醉科组成的双救治小组，分娩前将抢救台预热至36.5℃，转运暖箱、呼吸机、脐静脉插管设备全部调试

到位。孩子出生瞬间，新生儿科用预热无菌薄膜包裹身体，同步完成气管插管与脐静脉置管，2小时内搭建起生命支持体系。

“超早产儿血容量仅几十毫升，体温波动0.5℃就可能引发肺出血，每一步操作都要精准到毫米、精确到秒。”该院新生儿科主任谢润华介绍，后续通过精细化呼吸管理（潮气量严格控制在4—6毫

升/公斤）、80%湿度的暖箱环境，每日一次集中查房（减少感染风险），双胞胎历时100天，最终顺利出院，“早产儿救治靠的是多学科协作的精密系统。”

这样的“生死时速”，在新生儿科屡见不鲜。2018年，一名重度窒息新生儿出生时评分0分，无心跳、呼吸。团队立即开展气管插管、胸外按压等复苏措施，5分钟后恢复心跳，10分钟后出现自主呼吸；后

续采用亚低温治疗保护大脑，每日定期监测脑电图，出院时孩子发育评分完全正常。

“今年7月，一名难产导致重度窒息的孩子，同样通过亚低温治疗康复，目前随访情况良好。”谢润华说，多年来，科室通过技术推广与规范培训，推动江门市新生儿重度窒息发生率从2016年的0.21%降至2024年的0.07%，“每一个百分点的下降，都是无数家庭的希望重燃。”

专科硬实力 从设备升级到全链条救治体系

“以前遇到持续肺动脉高压的孩子，只能上转到广州等地治疗，现在我们本地就能治疗。”谢润华指着病房内的一氧化碳吸入仪说。这台2022年引进的设备，能快速降低患儿肺血管压力，为缺氧状态下的孩子争取关键救治时间。

此前，这类患儿依赖传统呼吸机与大量血管活性药物，治疗周期长达2—3周，死亡率较高；如今，通过一氧化碳吸入治疗，多数患儿一周内即可好转，上转率

大幅下降。设备升级是科室专科实力提升的缩影。目前，新生儿科设有床位50张，其中重症15张，更配备了“长颈鹿”多功能暖箱——不仅能将温度误差控制在±0.1℃，还可通过升降调节减少患儿转运时的搬运（每一次搬运都可能影响脑血流稳定）。新生儿专用支气管镜设备，能深入直径不足3毫米的气道，清理深部分泌物，治疗气道感染。谢润华介绍：“操作时要像绣花一

样轻柔，如今科室医生已能熟练开展这项技术，去年累计完成30余例。”

更关键的是，新生儿科已构建“预防—救治—康复”全链条体系。针对黄疸未达住院标准的患儿，推出“日间光疗”服务：白天光照6小时，晚上回家，单日费用仅为住院治疗的1/3，既节省费用又减少母婴分离，这项服务还曾获“全国改善医疗服务擂台赛十大价值案例奖”。

近年来，新生儿科年均门诊量超6000人次，出院患儿超2000人次，超早产、超低出生体重儿治愈率超91%，先天畸形患儿上转率显著下降。

以前，家长常需带着危重新生儿辗转外地求医；如今，绝大多数新生儿重症在“家门口”就能解决。这不仅是科室救治能力的有力证明，更让“少奔波、早治疗”的安心照进每个家庭，为侨乡新生儿撑起健康保护伞。

人文与传承 让医疗有温度 让技术有传承

“医生，你看孩子现在能自己扶着站了！”手机里，家长发来一段视频：曾经的超早产儿正笑着抓住围栏，努力撑起身体。这样的反馈，是科室医护人员最珍贵的“勋章”和动力。

许多家长每隔一段时间就会分享孩子的成长照片，从“暖箱里的小不点”到“会跑会跳的小朋友”，每一张都记录着生命的力量。谢润华说：“有个孩子每年生日都会来医院，家长说‘孩子的生日就是重生生日，一定要来感谢救命

的医生、护士’。”

科室的人文关怀，藏在每一个细节里。“袋鼠护理”让家长每天有1小时进入病房，抱着孩子肌肤接触。研究表明，这种方式能促进早产儿肠胃发育、减少哭闹。去年，有个早产儿刚开始每次吃奶仅5毫升，坚持一周“袋鼠护理”后，奶量提升至20毫升，家长特别感动。科室还开放“定时探访”，按床号安排家长进入病房，通过轻声说话、轻柔抚摸，让孩子感知亲情陪伴，谢润华表示：

“新生儿虽小，但能认出父母的声音和感受到父母的温度，这种情感连接对康复很重要。”

技术传承同样是科室发展的核心。这支拥有15名医生、40名护士的团队，实行“24小时三班倒+总住院医师值守”制度，确保病房随时有医护人员响应；每年选派2—3名年轻医生到北京儿童医院、上海复旦大学附属儿科医院等顶尖机构进修，学习早产儿管理、新生儿重症监护等前沿技术；外聘南方医科大学南方医院

杨杰教授（广东省医学会新生儿分会主委）定期坐诊、授课，解决疑难病例。

“去年有个年轻医生刚从广州进修回来，就独立完成了一例支气管镜下分泌物清理手术。每一个进修回来的年轻医生，都能带来新的理念和技术，看到他们成长，我特别欣慰。”谢润华说，团队还建立了“师徒带教”制度，让经验丰富的医生手把手指导年轻医生，确保技术“传得下、用得上”。

继续攀高峰 以更高标准守护侨乡新生儿

“省新生儿保健特色专科、市临床重点专科，这只是起点，下一步我们要争创省重点专科。”谢润华详细列出了技术、科研、人才等方面的目标，向专而精的专科实力、成熟的亚专科体系、过硬的科研成果、稳定的人才梯队不断

前进。亚专科建设的“精细化”是首要突破点。目前，科室已拆分出早产综合管理、新生儿呼吸、感染防控、黄疸诊疗、新生儿疾病筛查5个亚专科，每个亚专科由1—2名骨干牵头，形成“专人专病”

模式。早产综合管理亚专科不仅负责超早产儿救治，还跟踪出院后发育情况，联合康复科制定随访计划；新生儿呼吸亚专科专注于肺炎、肺动脉高压等疾病；感染防控亚专科则建立了新生儿感染溯源

机制……谢润华介绍，亚专科模式让诊疗更精准，去年患儿平均住院日较前缩短了1.5天。

日出日落，新生儿科病区的暖箱里，又一个早产儿蹬动着小腿——这些曾经微弱的生命之火，正在这里被燃成燎原之火。

让养老更有“医”靠

江门市中心医院开启医养结合新篇章

江门日报讯（记者/邓榕 通讯员/何家怡）为积极践行国家医养结合政策，切实提升老年群体的医疗护理水平，日前，江门市中心医院与江门市幸福养老连锁举行“互联网+护理服务”项目合作签约仪式。此次合作，是两家机构深化服务内涵、拓展服务领域的重要举措，将为老人提供更加专业、高效且便捷的服务，切实提高老人晚年生活的质量，增强幸福感。

据悉，在人口老龄化日益加剧的大背景下，老年群体对专业医疗护理的需求愈发迫切。

江门市中心医院党委副书记、院长阮晓红表示，此次合作，将实现医院“互联网+护理服务”的专业优势与养老院优质养老资源的深度融合，也是江门养老服务的高质量发展注入强劲动力。这也是双方积极响应“健康中国”战略、探索医养结合新模式的关键之举。

据了解，未来，江门市中心医院护理团队将深入养老院，打破“养老”与“医疗”之间的壁垒，让老人们足不出户就能享受到三级医院专业且优质的护理服务。

女性“早更”需重视 这些信号 暗示卵巢在“提前退休”

“医生，我才35岁，怎么总失眠盗汗？”“月经半年没规律，查了说卵巢年龄45岁。”在江门市妇幼保健院妇科内分泌专科门诊，这样的疑问越来越多。该院妇科保健科主治医师区淑燕介绍，这或许是早发性卵巢功能不全（POI），也就是大家常说的“早更”。她提醒，别以为更年期是50岁后的“专利”，其实它正悄悄盯上年轻女性。

文/图 江门日报记者 梁爽



医生为患者科普卵巢健康知识。

有的卵巢在“提前下班”

女性的卵巢就像一座“卵子银行”，一生中真正能够成熟排卵的卵子大约只有400—500个，平时“存着”，每个月“取一点”，慢慢用到50岁左右。但早发性卵巢功能不全（POI）会让“卵子银行”在40岁前就提前“消费”耗尽。

医学上诊断POI有三个硬指标：年龄未满40岁、月经稀发或停经6个月以上、相隔4周的2次血液检查显示卵泡生成素（FSH）都超过25U/L。

值得警惕的是，当FSH在15—25U/L之间时，就是卵巢发出的“预警信号”，提示我们该给卵巢“续命”了。最新数据显示，40岁前女性POI发病率高达1%—4%，也就是说每100个年轻女性就有1—4人中中招，35岁前发病率约为1/250。

“门诊曾有一位25岁的研究生，为了冲刺博士考试，连续半年每天只睡4—5小时，靠咖啡硬撑，三餐不定时，甚至常常因焦虑整夜辗转，最终确诊POI。”江门市妇幼保健院更年期医学保健中心负责人覃纯说，这种长期的应激状态，会抑制卵泡发育和排卵，进而引发月经失调甚至闭经。

POI的症状很会“伪装”，常被当成“压力大”“没休息好”，但这些表现持续3个月以上，一定要警惕，及时到正规医疗机构就诊；最明显的症状是“月经紊乱”，如周期忽长忽短（比如有时20天来一次，有时超过40天都没来），经量时多时少，甚至突然“消失”几个月，这些可能就是卵巢功能减退的信号。除了月经紊乱，这些隐形症状也要警惕：莫名潮热盗汗，像身体里装了个忽开忽关的“暖气”；失眠多梦，明明很累却怎么也睡不着，情绪过山车，一点小事就炸毛，或突然郁闷到不行；记忆力下降，刚说的话转头就忘；关节酸痛，全身乏力，爬两层楼就腿软；皮肤“垮脸”，弹性变差、暗沉长纹，化妆都盖不住。

改变加速卵巢衰老的行为

卵巢早衰的原因很复杂，有些是无法控制的，比如遗传因素（如染色体异常疾病）、自身免疫问题，或者化疗、卵巢手术等医源性损伤。

但更多时候，是我们的生活方式在悄悄伤害卵巢，比如晚上11点后还不睡觉，睡眠不足会直接打乱内分泌节律，影响卵巢激素分泌；适度运动（如快走、游泳、跳舞等）能改善卵巢血液循环，但马拉松、过量HIIT等高强度运动反而会令身体进入“应激模式”，抑制生殖功能；过度节食会让身体开启“节能模式”，首先削减的就是卵巢功能所需的“能量预算”；长期精神紧张就像给卵巢上了“紧箍咒”，影响卵泡发育成熟；有些指甲油、染发剂、油漆中的劣质化学物质，可能干扰卵巢的内分泌功能。

覃纯表示，虽然POI目前无法彻底治愈，但科学预防能有效延缓卵巢衰老。运动方面，每周3—5次有氧运动，每次30分钟左右的快走、瑜伽或游泳，能改善卵巢血流。要避免每天高强度运动，给身体留出修复时间；营养方面，每天保证1000mg钙和400IU维生素D摄入，牛奶、深绿色蔬菜、坚果都是好选择。增加抗氧化食物，蓝莓、葡萄、深绿色蔬菜等富含的花青素能帮助卵巢“抗衰老”。远离高糖高油高脂饮食，它们会引发代谢问题，从而伤害卵巢细胞；情绪方面，每天抽10分钟晒太阳、冥想或深呼吸，不仅能促进维生素D合成，还能降低压力激素皮质醇对卵巢的伤害。

覃纯提醒，卵巢经不起“白+黑”“996”加班的折腾，偶尔“躺平”反而是在“养卵”。如果确诊POI，目前主要的治疗方式包括：激素替代治疗（HRT）、生育规划、健康监测、心理支持等。

江门市中心医院护理学专科跻身省级中医重点护理专科 书写中医护理新答卷

江门日报讯（记者/梁爽 通讯员/陈君）近日，广东省中医药局发布《关于公布广东省“十三五”中医重点专科整改项目验收合格名单的通知》，江门市中心医院护理学专科顺利通过验收，正式跻身省级中医重点护理专科行列。这一重要成果标志着该院中医护理学科建设实现新突破，也为区域中医护理服务能力提升注入新动能。

近年来，江门市中心医院党委高度重视护理学科发展，将中医护理作为“十四五”规划的重点任务，系统推进专科建设与质量提升。在建设过程中，该院统筹资源配置，加大人才、设备和资金投入，推动中医护理与现代护理深度融合。护理部开设中医护理门诊，推广耳部全息铜砭刮痧、穴位贴敷、平衡火罐、耳穴压豆、隔姜灸等20余项中医特色技术，显著增强服务能力，有效满足患者多元化、高品质的中医护理需求。

人才队伍是实现专科跨越式发展的核心。该院坚持“外学内训”并重，选派骨干赴广东省中医院等先进单位进修，积极引入前沿理念与技术，并积极推选优秀护理人员参加省级中医专科护士培训；同时强化内部培训，常态化开展中医护理讲座，全面提升团队专业素养。目前，该院已培养省级中医专科护士10余名，形成了一支结构

合理、技术精湛、服务优良的中医护理团队。

科研与教学协同并进，专科影响力持续扩大。近年来，该院护理团队共承担市级以上科研课题10余项，发表学术论文20余篇，中医护理品牌效应日益凸显。该院通过举办技术培训班、护理查房、科研合作等多种形式的活动，积极推动基层医疗机构提升服务能力，实现区域中医护理资源共建共享，为健康江

门建设提供有力支撑。

该院护理学专科相关负责人表示，将以此为契机，进一步深化专科内涵建设，完善中西医协同机制，优化服务流程，持续改善群众就医体验。继续秉持“以人民健康为中心”的宗旨，充分发挥省级中医重点专科的示范引领作用，努力推动中医护理事业高质量发展，为粤港澳大湾区中医药高地建设和健康江门建设贡献应有力量。