

构建“固定+移动+科技”立体防护网

太马医疗保障全面升级

2025太原马拉松赛开跑在即，赛事医疗保障工作全面就绪。9月18日，记者从市卫健委获悉，本届赛事医疗防护力度大幅提升，共配置专业医护人员234名、急救车42辆、专业除颤设备和自动体外除颤仪（以下简称“AED”）126台，为跑者构筑起一道坚实的安全屏障。

本次赛事医疗保障实行“领导专班+专业团队”协同机制，由市卫健委组建30余人的工作专班，统筹调度医政、应急、急救中心及多家医疗机构力量，构建起高效指挥体系。

◆ 设置28个固定医疗点

此次沿赛道精准设置28个固定医疗点。从全程马拉松赛道起点开始，每2.5公里设立1个医疗点，共设立17个；半程马拉松赛道从12.5公里开始设立，每2.5公里设立1个医疗点，共设立4个；全程、半程马拉松终点各设立2个医疗点；健康跑、欢乐跑终点设立1个医疗点；起点集合区设立2个医疗点，各医疗点配备具备急诊救治经验的医生1名，护士2名。

赛事共派出2辆指挥车和40辆急救车，每组安排1名急救医生、1名护士、1名司机，车辆配备急救设备、药品及医疗器械等。

同时，配置250名医疗志愿者、76名医护陪跑者，根据不同配速，医护陪跑者将分布在赛道上，时刻关注参赛人员身体情况，协助处理突发不适，保障参赛人员安全。

此外，加设60组AED急救点，实现“每公里有志愿者、关键区域有巡逻AED电动车、赛段有医护跑者”的全天候防护网络。

◆ 13家定点医院开启绿色通道

确定13家医院为定点医疗保障医院，分别为山西白求恩医院、省人民医院、省人民医院（和平院区）、山医大一院、山医大二院、省心血管病医院、山西中医药大学附属医院、省煤炭中心医院、北大医院太原医院、市人民医院、市第二人民医院、太原钢铁（集团）有限公司总医院、中化二建集团医院。比赛期间，定点医院开辟绿色通道，预留床位。

其中，山西白求恩医院、山医大一院、省心血管病医院3家具备体外膜肺氧合救治能力的医院，组建多学科重症专家团队，针对性应对赛事高发危重病种。比赛期间，特邀运动员入住的酒店也安排了1医1护参与保障。

◆ 科技赋能提升救援效率

本次保障突出智慧医疗特色，为急救车、AED急救点、医疗志愿者组长配备北斗定位系统和对讲设备，可追踪实时位置，为医疗救援指挥调度提供精确信息，提高应急响应效率，实现全程信号覆盖；在急救车、终点医疗点、终点按摩区配置可视化实时视频系统，确保指挥中心能实时监控到各关键点医疗现场的实况；设立3部医疗保障专线，接收应急呼叫，确保响应零延迟。

◆ 培训演练双管齐下

所有参与保障的医务人员均接受心肺复苏、AED使用等专业培训并考核通过。市急救中心同步对志愿者、医护陪跑者开展急救培训。赛事还开展桌面推演和实地路演，模拟突发医疗事件，检验多部门协同处置能力。

值得一提的是，本次医疗保障配置显著高于国家标准：救护车增加19辆，AED增加66台，医疗志愿者及医护陪跑者等机动力量明显增加，全方位护航跑者安全。

此外，还印制2025太原马拉松赛健康提醒宣传页，随参赛包发放给参赛选手，并通过科普短片、专家访谈等形式加强赛前健康指导，助力跑者科学参赛、平安完赛。

记者 刘涛 见习记者 刘苗苗

地铁1号线、2号线 太马当天运营时间提前

本报讯（记者 司勇）太原马拉松赛将于9月21日上午举行，太原地铁1号线、2号线将提前开站运营，满足市民及选手出行需求。

据了解，9月21日，地铁1号线始发站（河龙湾站、武宿1号2号航站楼站）运营开始时间由6:00提前至5:27，当日运营结束时间保持不变。当日2号线始发站（西桥站）运营开始时间由6:00提前至5:19，始发站（尖草坪站）运营开始时间由6:00提前至5:40，当日运营结束时间保持不变。9月22日起1号线、2号线恢复正常运营时间。

9月21日1号线提前运营时间段内，5:27—6:00之间行车间隔为6分半；6:00以后行车计划及列车到发时刻与日常运营时间一致。2号线在5:19—7:30之间行车间隔为6分半；7:30以后行车间隔逐步调整为7分半，列车到发时刻与日常略有不同。

1号线、2号线运营公司提醒市民及参赛选手，合理安排出行，如需帮助，可联系车站工作人员。

去跑马拉松 记得吃早饭

本报讯（记者 李涛）太原马拉松赛即将开跑，有些人是头一次参赛。9月18日，玉园南社区邀请医生、体育指导员，从赛前饮食、热身及赛后拉伸等方面，给报名参赛的居民送上一份“跑马小贴士”，避免运动受伤。

社区卫生服务站的医生提醒，比赛当天一定不能空腹，否则容易出现低血糖症状。也不能大量进食，否则可能引发肠胃不适。开跑当天，早上起床可先喝一杯温开水，有助于排空肠道，最好在赛前2小时吃完早餐。开跑后，人体会处于神经兴奋紧张状态，胃的排空时间会延长。在能量补给上尽量选择体积小、能量高的食物，比如能量棒、巧克力等。

体育指导员建议，跑前一定要热身，充分拉伸韧带和活动关节，减少受伤的风险。如果在跑步过程中鞋带散开，不要马上蹲下，应慢跑到路边再系。比赛应量力而行，不能因盲目挑战自我而忽视身体的不适，若出现胸闷、心悸、头脑发晕、出冷汗虚汗时，应停止跑步。

另外，最近天气明显变凉，跑完应及时擦汗并穿上外套保暖，及时进行肌肉拉伸。



9月18日，2025太原马拉松赛领物环节正式开启。2025太马参赛包有竞赛、加油、文旅、美食四大品类，让选手感受太马的温暖心意。图为2025太原马拉松赛参赛选手在晋阳湖国际会展中心领取参赛包。

王韵菲 张子怡 摄影报道

环卫部门精细作业营造良好环境

本报讯（记者 司勇）随着2025太原马拉松赛临近，太原城管环卫部门自9月15日起全面启动赛事沿线及周边区域的环境卫生专项保障工作，以“绣花式”精细服务为赛事顺利举办保驾护航，为广大参赛选手和市民营造整洁、优美、有序的赛事环境。

为确保保障工作精准高效，市环卫中心在赛事筹备初期便组建了专项工作小组，两次联合赛事组委会和各城区城管环卫部门对马拉松赛道及周边区域进行实地勘察。工作人员沿着比赛路线，逐段排查市容环境卫生难点问题和卫生死角，制定专项解决措施。明确了“赛前集中整治、赛中动态保洁、赛后快速恢复”的工作思路，对垃圾清运、设施维护、应急处置等关键环节制定了详细操作流程。

此次市容环境卫生集中整治，重点对马拉松赛道、城市主干道、商业街区、交通场站等重点区域进行全方位清洁。采取“人工清扫+机械作业”相结合的方式，对路面进行深度清洁，对人行道、绿化带、公交站台等区域的卫生死角进行彻底清理，集中清除墙面、电线杆上的小广告，有效改善城市环境卫生面貌，为马拉松赛营造了洁净、优美的环境。

临近赛事，环卫部门将继续加强赛事期间的市容环境卫生保障工作，增加保洁频次，延长保洁时间，强化应急值守，实时关注赛道及周边区域市容环境卫生状况，及时处置各类突发问题，向来自中外的参赛选手和游客展现太原这座历史文化古城整洁、文明、有序的良好城市形象。