

# 市三院扩建工程二期项目开工

规划设置床位480张,预计2023年竣工

**晚报讯** 昨天上午,备受关注的南通市第三人民医院扩建工程二期项目举行奠基仪式。该项目是本年度市城建重点项目、市政府为民办实事项目,项目建成后 will 极大完善我市应对突发公共卫生事件的临床条件,进一步优化全市医疗卫生资源配置,增强传染病救治综合保障能力,在重大传染病疫情防控中发挥重要作用,对促进本地区医疗卫生事业健康可持续发展具有十分重要意义。

市三院扩建工程二期项目位于市青年中路60号,该院现院区西北侧,主楼19层、裙楼4层、地下2层,集感染病门急诊、住院部、ICU及负压病房、突发公共卫生事件应急病房、医技供应中心等于一体,规划设置床位480张。总建筑面积62250平方

米,其中地上建筑面积45000平方米,地下建筑面积17250平方米,工程计划投资5.02亿元,预计2023年竣工验收交付使用。项目地下通道与地铁二号线无缝对接。

项目建成后,感染性疾病诊疗分区更为合理、功能更加齐全、专科优势更为突出,更加有利于传染病及相关并发症患者综合医疗服务的资源整合,将极大改善区域感染性疾病患者诊疗条件,更好满足各类感染性疾病及并发病的综合医疗服务需求。

未来,市三院将紧盯长三角北翼高水平公共卫生临床医学中心、区域性综合医疗服务高地目标,更好应对突发公共卫生事件,筑牢城市安全网,为通城百姓生命健康保驾护航。

记者冯启榕 实习生顾子娴

## 启东市中医院“PCR实验室”启用

**晚报讯** 为加快提升新冠病毒核酸检测能力,启东市中医院“临床基因扩增(PCR)实验室”昨天正式启用。

PCR实验室又称基因扩增实验室,可开展包括新型冠状病毒核酸检测在内的各种病毒检测。启东市中医院PCR实验室面积145平方米,由试剂准备区、样本制备区、扩增分析区、产物分析区、消毒灭菌5个区域构成,配备了荧光定量PCR扩增

仪、全自动核酸提取仪、生物安全柜、超净工作台等设备,达到了生物安全二级要求。PCR实验室可提供采样、检测一体化服务,每天正常可完成近200份新型冠状病毒核酸检测能力,日检测最大能力达到近300份。

据了解,启东市中医院核酸检测实验室的投入使用,在提高疫情防控能力的同时,将增强医院应对突发公共卫生事件应急处置的能力。

通讯员王海燕 记者黄海

## 我市启动空气质量异常二阶段预警

**晚报讯** 20日下午,市大气办发布通告,决定全市启动二阶段应急管控。

据江苏省环境监测中心预测预报,10月21日~22日,我市扩散条件不利,受北方污染输送影响,PM2.5浓度将连续4个小时超过65微克/立方米。根据《关于印发〈南通市空气质量异常预警和应急管控方案〉的通知》,已达到二阶段预警条件,决

定于10月20日20时起,启动二阶段应急管控。此前,我市已于10月17日8时启动空气质量异常一阶段预警。

市大气办要求各地、各有关部门按照《方案》要求,严格落实二阶段各项管控措施,压降工业污染源排放量,加强施工、道路扬尘管控,强化机动车疏导,加大执法检查力度,加强监测监控,强化重点区域巡查。

记者彭军君

## 家中的绿植如何过秋?

专业人士传授养护技巧

**晚报讯** 气温渐凉,许多绿植花卉进入生长关键期。屋外绿植花卉有专业园丁张罗,市民家中绿植花卉该如何在秋季养护?昨天,记者前往位于区江海大道的南通飞鹤花木大世界,探访绿植花卉经营者在秋日的“养护技巧”。

杜鹃、康乃馨、蟹爪兰、长寿花、仙客来……一大批新到店的花卉令绿意园艺老板杨玉峰分外忙碌。杨玉峰经营花卉、盆景已有二十载,在绿植花卉栽培养护方面是个能手。“秋天养护,总体而言要控水、

控肥、防霜。”杨玉峰告诉记者。他认为,夏季浇水频率较高,一周要3次,秋天一周1次即可;夏季两周施肥1次,秋季几乎不需要去施肥;秋季要增加光照,但要避免露天养护。

时下,不少市民在家养起多肉植物,刘阿姨便是其中一位。“多肉造型千姿百态,看了赏心悦目,有利于空气净化。”刘阿姨告诉记者。谈到多肉植物养护,一家店铺的经营者介绍,要注意通风、多光照,秋季要继续给多肉做好控水工作,约10天浇水一次即可。

记者严春花 通讯员李倩楠

## 跳绳有助于青少年长高

专家教你怎么跳



读者邢晓露来电(0513-85110110)咨询:听说跳绳有助于青少年长高,请问怎么掌握每天跳绳的强度和数量?

南通市体育科学研究所副研究员卞保应对这一问题进行了解答。

卞保应推荐了“一慢二高三定量”的跳绳法。他解释说,“一慢”是指跳绳的时候

得慢一点,再慢一点,保持在每分钟跳80~120个即可。如果跳得太快,对长高的帮助反而不大。“二高”是指尽量跳得高一点,把身体伸展。脚离地的间隙最好大于2厘米。如果小朋友不会跳绳,可以模仿跳绳动作,跳空绳。“三定量”是指跳绳要适量,运动时间不宜过长。要适合自身的体内水平(循序渐进),每天跳4~8组,每组1分钟,组间休息90秒~120秒,每周跳5天即可。

卞保应提醒说,跳绳时要注意给孩子选择合适的绳子,并搭配适当的衣物。“当然,跳绳只是长高运动的其中一种,需要多样化运动,如跑步、骑车、游泳等,这样才能更好地促进儿童身高的快速增长。”

记者王全立

# 南通味道

**全年定价 300元**  
**欢迎订阅**

江海晚报订阅二维码

**江海晚报**

订阅热线  
**85529910 85118867**