

南通首个地铁爱心献血屋启用

市民卡新卡种“热血通”首发



本报讯 在第20个“世界献血日”到来之际，近日，南通市地铁1号线文峰站爱心献血屋正式启用，这也是我市首个地铁献血屋、市区第7家献血屋。

今年的世界献血者日主题，是20年来首次突出了青年元素，这次表彰的也是以青年大学生为主体的高

校。数据显示，在南通，35岁以下献血者超过献血者总数一半，25岁以下超过总数1/3，优秀的江海儿女体现出的社会责任担当正呈现多元性、全方位的特点。

自从1998年《中华人民共和国献血法》颁布以来，南通地区至今已有180多万人次参与无偿献血，南通连续

八届十六年被评为全国无偿献血先进城市。市区年采集血液超16吨，千人口献血率达30.02%，远超12.9‰的全国水平，千人口用血量10毫升，超过发达国家水平。今年1—5月份，市区献血人次同比增长21.22%，献血量增长15.77%。

截至目前，我市共有10065人获得了江苏省无偿献血荣誉证书。记者了解到，“江苏省无偿献血荣誉证书”又叫“三免证”，凭证可以免费游览政府投资主办的公园、景区，到政府举办的医疗机构就诊免交普通门诊诊察费，免费乘坐城市公共交通工具。为了荣誉证书持有者能够享受高效的信息化交通服务，市中心血站和轨道交通、大数据集团、公交集团共同开发了市民卡新卡种“热血通”，改造了地铁和公交的收费系统，今后持“热血通”可直接刷卡通行。目前，首批申请的3030份“热血通”已制作完成，并于当天下午首发。

活动现场，首位“热血通”申请者——江苏省无偿献血荣誉证书持证代表，南通市行政审批局、南通市公共资源交易中心副主任陈永欣现场领卡。“无偿献血是一件利国利民的好事情，作为健康公民，只要符合条件，以自身力量为救助他人作点贡献，当担一份社会责任，是应该的。今天获得‘热血通’卡，我感到既高兴，又温暖，献血者为社会尽一份力，社会各界也给予献

血者关爱，这是多方面的文明综合体现，我为是其中一员而深感荣幸。”陈永欣说。

文峰地铁站是地铁1、2号线的换乘站，服务范围广、交通方便，具有“小站点、大网络”的覆盖意义。此次爱心献血屋在地铁文峰站的设立，为地铁沿线和周边市民的爱心义举带来便捷，也将成为南通无偿献血事业的新阵地、新窗口。该献血屋开放时间为上午9点至下午5点，面积28平方米，总投资近百万元；配备“智能招募机器人”，能自动回答献血咨询，并引导市民至献血屋献血，同时配备集体重、血压、身高测量等于一体的集成检测仪和全自动采血设备。

继南通市地铁1号线文峰站爱心献血屋投用后，下一步，地铁1号线图书馆站爱心献血屋也即将启用。未来，市中心血站还将根据实际需求，陆续增加、升级献血屋，让市民献血更便捷。

·冯启榕·



“吹响”科技与人才学科建设“号角”

省研究生工作站落户市疾控中心

本报讯 21日下午，市疾控中心召开科技与人才学科建设大会，旨在最大限度激发广大疾控专业技术人员岗位创新工作热情，营造学知识、重科研、出人才的学术氛围，以更多、更高质量的实际成果为南通卫生健康事业作出应有贡献。

近年来，市疾控中心高度重视人才队伍建设，以实际需求为导向，不断完善人才培养体系，通过引进人才、培养人才、用好人才三个环节，加快人才队伍建设，不断提升卫生服务水平。“十三五”期间，中心获奖成果总数20余项，连续6年获省卫健委医学新技

术引进奖。同时，中心创新人才培养模式，通过导师制、积分制等途径，鼓励青年人才全面发展，选拔青年骨干重点培养，支持学科带头人领先发展，提升全员业务水平。

2020年，市疾控中心成为通大公共卫生学院公共卫生专业硕士专硕实践基地，已连续3年承担公共卫生专业硕士的科研教学与实践工作。2022年，中心与南通大学合作申报江苏省研究生工作站并获江苏省科技厅、江苏省教育厅认定。当天，南通大学与市疾控中心合作的“江苏省研究生工作站”正式揭牌，双方将依

托工作站探索形成“平台共建、项目共研、资源共享、成果共创、人才共培”的创新共同体。

“十四五”期间，全市卫生健康系统继续大力实施“科教强卫”工程，市疾控中心食品卫生学、传染病学、卫生检验学（分析化学）、卫生检验学（病原微生物学）、流行病学（慢性病防治）5个学科被评为医学重点学科，预防医学与卫生学传染病学获评创新团队。一批医学重点学科、创新团队集体授牌，15名高分人才集体受到表彰。

当天，复旦大学公卫学院教授张

蕴晖、南通大学公共卫生学院副院长陈宏林共同受聘担任市疾控中心“人才导师”，在培训交流环节，他们两位分别围绕《空气污染与肿瘤》《医学科研论文的撰写》进行精彩授课。

下阶段，市疾控中心将把加强人才队伍建设作为卫生健康科技创新的关键核心，完善人才激励政策，加大公共卫生青年科研人才培养力度，加强科研攻关，全面提升高层次人才培养能力，以全市疾控队伍整体素质的提升为“健康南通”保驾护航，让科技创新成果更好地惠及广大群众。

·黄昕 冯启榕·

健脾养胃别错过今夏

八旬老中医教您养出好脾胃

入夏后，随着气温的上升，人体新陈代谢加快，消耗增大，不少人会觉得肠胃时有不适或胃口不好。近期，市六院中医科就迎来了不少脾胃虚弱的患者。中医认为“脾胃为后天之本”，南通六院中医科特聘专家、喜氏中医第七代传人——82岁的喜棠主任中医师提醒：夏天既是脾胃最脆弱的时候，也是调理脾胃的最佳时机，正所谓“脾胃强，好度夏”。

调饮食：
好好吃饭，就是一种养生
炎炎夏日，火锅、烧烤、小龙虾是不少年轻人的最爱，再配上冰镇的啤酒、饮料，别提多爽了！但是，热的、辣的、冰的通通都吃，会给脾胃带来不小压力。喜棠表示，饮食要有度，夏季调

养脾胃，首先是调饮食，要慎食大热大冷的食物，以免对胃黏膜造成强烈刺激，引起脾胃“反抗”，脾虚人群不宜食用雪莲果、火龙果、甘蔗、西瓜等寒凉食物。

“好好吃饭，就是一种养生。”喜棠推荐的饮食原则是“皇帝的早餐，大臣的中餐，乞丐的晚餐”。在一日三餐中，早餐要吃得丰盛，可以吃些肉类、蛋类，正所谓“早晨饱，一天饱”；午餐要按时吃，可多食用健脾益胃的食物，如铁棍山药煨鲫鱼汤，既有助于消化吸收，还能起到滋补养颜、益气补血的作用；晚餐要少吃，可以喝一点小米粥或吃一些蔬菜，如凉拌黄瓜、番茄、豆芽，或者炒菠菜、茼蒿等。

天气太热，胃口不好怎么办？喜

棠建议，食欲不振时，可试试喝茶调理，如将焦麦茶、玫瑰花、炒鸡内金、陈皮一起冲泡饮用，有宽胸舒气、健脾和胃等功效。还可根据需求加入其他药材，如需祛除湿气，可加入白术；如需止咳化痰，可加入枇杷叶；如需润肠通便，可加入冬瓜籽等。

调作息：
起居有常，保持体力充沛
夏季昼长夜短，白天热浪滚滚，晚上约上三五好友纳凉、撸串、聊天，不知不觉就熬到了夜。值得注意的是，不良的作息会导致内分泌失调，也会影响脾胃健康。“熬夜非常伤身，建议晚上7点前吃完晚餐，10点前睡觉。”喜棠提倡，夏季仍要保持“起居有常”，做到作息规律、三餐按时，保

持充足睡眠。
高温作用下，不少人会感到心烦不安、思虑过度，容易出现脾胃损伤。这时要注意关注情绪，保持乐观。当出现负面情绪时，可以尝试换个舒适环境，及时调节。

“快乐是健康的基础。”这也是82岁高龄的喜棠经常分享的长寿秘诀之一。

中医上还有“以动助脾”的养生观念，适当的运动可加强脾胃功能、促进消化。喜棠认为，夏天运动要注意避暑，尽量在清凉的早晨或傍晚，可选择散步等缓慢、轻柔的运动。她提醒，散步时走路的姿势也很重要，要做到抬头、挺胸、收腹，带动全身运动，从而增强体质、提高免疫力。

·张燕 冯启榕·

前列腺癌公益筛查进社区

专家提醒：抗原异常者应尽快复诊治疗

本报讯 20日下午，市一院泌尿外科潘永昇博士一行来到崇川区观音山街道社区卫生服务中心开展“前列腺癌公益筛查进社区”活动，开展健康宣讲、前列腺B超免费检查、多学科义诊，并为前列腺PSA（特异性抗原）异常患者提供“绿色通道”等服务，给观音山地区的前列腺疾病患者带来健康福音。

为提高前列腺癌的早期检出率，降低病死率，改善预后，市委、市政府高度重视前列腺健康筛查工作，将其列入2022年、2023年市政府民生实事项目，今年计划为2万名60周岁以上男性居民提供免费前列腺健康筛查。今年以来，观音山街道共计筛查945人，其中PSA异常67人，异常率达到7.09%。

前列腺特异性抗原也称为PSA，是临床上诊断前列腺癌的重要肿瘤标记物之一。市一院泌尿外科副主任（主持工作）、南通市区前列腺健康筛查项目技术指导小组组长郑兵介绍，前列腺特异性抗原的正常值范围是0—4ng/mL，如果PSA超过4ng/mL，则有可能罹患前列腺癌，而通过核磁共振、前列腺穿刺等进一步检查，则可以确诊是否为前列腺癌。“令我们感到担忧的是，67名前前列腺特异性抗原异常患者中，真正到医院进一步检查的仅有4人，这很有可能让一些潜在的前列腺癌患者错过最佳治疗期。”郑兵告诉记者，事实上，这一情况在2022年也曾出现过，去年该街道共计628人参加前列腺癌筛查，发现PSA异常

55人，后续来院进一步检查的仅有2人，复诊率在崇川区16个街道中名列最后一位。

在此次活动前期，观音山街道社区卫生服务中心主任龚富涛、副主任张海峰高度重视，亲自做好前期宣传和电话通知等相关工作。当天，观音山地区25名前前列腺特异性抗原异常患者前来参加活动。活动现场，市一院超声科副主任张忠新应邀前来开展多学科义诊，免费为市民开展前列腺B超检查；泌尿外科潘永昇博士则对相关患者PSA检验结果及B超报告进行了详细解读，受到欢迎。

“很多患者体检发现PSA异常后并未引起重视，最大的原因就是身体没有感觉不舒服，不想花钱，甚至担心医院骗钱，不愿意进一步检查。”潘永昇强调，早期前列腺癌没有特异性症状，容易与前列腺增生混淆，当出现排尿困难、尿频、腰痛、腹痛等症状时，往往可能已是前列腺癌晚期转移之时。而早期发现前列腺癌，如果及时治疗，5年生存率可超过99%。

眼下，全市60周岁以上男性居民前列腺筛查项目还在有序推进之中。“我们计划走进崇川区16个街道社区卫生服务中心，下基层做好公益宣讲和进一步诊疗服务。”郑兵呼吁，一旦筛查出PSA指标异常者，请及时到医院进一步检查，以免失去前列腺癌根治手术的最佳时机。同时，他也提醒广大子女重视父母的身体健康，有些老人行动不便，去医院就诊需要子女陪同，“父亲节刚过，定期带父亲体检，关注父亲的健康，就是儿女最大的尽孝”。

·冯启榕·



心连心·我为群众做实事

南通医学专家大型巡讲启东站活动举行

本报讯 近日，主题为“心连心·我为群众做实事”大型巡讲活动在启东市人民医院成功举行，来自南通医学会的诸位专家第4次走进启东，开展了学术讲座、举办了大型义诊、组织病例查房等活动，为启东市医务人员搭建了学习平台，也为广大启东市民提供了家门口的专家门诊。

近年来，市卫健委、市医学会组织的巡讲活动聚焦深化医改帮扶，为推动优质医疗资源基层扩容和打造为民、利民、便民、惠民的基层网底发挥了积极作用。此次巡讲围绕医院人才学科高质量发展目标，围绕常见病、多发病的规范诊治，新技术和适宜技术的推广，现场手术示教，疑难病例讨论，大众科普等全方位展开，既深化了城乡医院之间的帮扶合作，更有效帮助基层群众在家门口解决看好病的急难愁盼需求。

参加此次活动的义诊专家涵盖心内科、呼吸内科、内分泌科、消化内科、神经内科、普外科、肿瘤科、骨科、肾内科、眼科等多个专科，获得了患者和市民的普遍欢迎和好评。

在学术讲座环节，共有8位专家进行了精彩纷呈的学术讲座，围绕学科领域最前沿，陈述最新观点与理念，结合丰富的临床实践和案例，为在场基层的医务人员带来了科学性、规范性、精准性的学术盛

宴。而专家们在手术室现场开展的手术带教，不仅展示了精湛技艺，还对手术规范操作和技巧进行了详细的讲解和指导。

此外，呼吸内科、心内科、骨科、肿瘤科、急诊科专家深入临床，查阅病历资料，带领基层医务人员查房，就疑难问题进行深入浅出的分析，讲解鉴别诊断的要点和难点，指导精准用药和配伍禁忌，为基层医务人员提供了诊疗思路 and 鉴别诊断方案。

深入基层一线的市医学会专家们，走进启东市万豪花园社区和惠萍镇临河村村委会，举办了两场关于预防糖尿病、脑卒中的识别和处理，心肺复苏及海姆立克急救的科普宣讲活动。专家们结合群众健康需求，用生动有趣、通俗易懂的语言普及了诱发疾病的原因，引起的症状，生活中如何做好预防等健康知识，现场演示心肺复苏及海姆立克急救方法，深受群众好评。

市卫健委负责同志表示，今后还将继续组织类似活动，让相关医学专家围绕基层诊疗中所遇到的难点、热点和群众的期盼，结合各自深耕的研究领域，继续向基层卫生人员倾囊相授，继续满怀热情地为翘盼已久的市民群众做好义诊、咨询、科普和宣讲，深入基层、调查研究，解决问题，让巡讲活动成为保持同人民群众血肉联系的纽带，让巡讲结出医疗卫生健康事业高质量发展的累累硕果。

·李波 龚海燕·

儿童救治前移 上车即入院

“5G+区块链”新生儿急救转诊平台在启东启用

本报讯 近日，复旦大学附属儿科医院研发的“5G+区块链”疑难危重新生儿急救转诊平台在启东市妇幼保健院正式启用，首例新生儿患者转诊成功完成。

患儿秦宝宝，因“新生儿肺炎”在启东市妇幼保健院新生儿科住院治疗，但病情好转缓慢。患儿主治医师与复旦儿科医院新生儿科李志华主任联系远程会诊后，建议转诊进一步治疗。随后，由启东妇保院新生儿转运小组护送、复旦儿科医院新生儿科专家通过5G网络全程实时监测患儿情况并远程指导随车医生及时处理，约一个半小时后，患儿被安全送至复旦儿科医院新生儿科。

“复旦儿科医院首创的疑难危重新生儿专用5G智能急救转诊舱，包括暖箱、监护仪、呼吸机、ECMO等生命体征监护与支持设备，同时搭建疑难危重新生儿急救指挥中心，依托5G专网、人工智能优势与区块链特性，建立‘三位一

体’的患儿信息协同安全共享模式。”启东妇保院执行院长沈军介绍说，“新生儿专家团队可与急救车进行实时信息共享，实现远程视频会诊，‘5G+区块链’疑难危重新生儿急救转诊平台创新了疑难危重新生儿院前急救新模式，显著提升患儿抢救成功率和救治质量。”

目前，启东市妇保院在复旦儿科医院的指导下，已经成功建立5G智能化危重新生儿（儿童）转运平台、5G危重症新生儿（儿童）区域协同救治系统，实现了多方信息同步联动、协同救治、救护前移，做到了“上车即入院”，真正体现“时间就是生命，抢救争分夺秒”。

下一步，启东市妇保院将继续完善复旦儿科总院新生儿急救团队与启东分院的对接，加强对分院新生儿急救的指导，不断提高危重症新生儿救治管理水平及救治能力，让5G技术赋能智慧医疗建设，开启崭新生命通道，打造深化沪启医疗合作、推动长三角卫生健康一体化发展的新样板。

·李波 陈俊 孙燕燕·

罹患致死性心血管疾病命在旦夕

通大附院团队40分钟打通患者生命通道

本报讯 近日，通大附院介入与血管外科成功为一名急性严重肺动脉栓塞患者施行介入取栓手术，改善了患者胸闷、气短、呼吸困难等症状，降低了死亡率，大大提高了患者生活质量。

原来，72岁的陆老汉因持续几天胸闷、呼吸困难，来到通大附院门诊就诊，经心电图和肺部CT显示，陆老汉的右心衰竭且肺部有炎症，于是转入心内科做进一步诊断。

住院期间，心内科医生立即为陆老汉完善了相关检查，胸痛三联CTA显示双侧肺动脉主干及分支多发充盈缺损，双下肢超声提示深静脉血栓，同时陆老汉患有严重的心衰，猝死风险极高！情况紧急，心内科立即组织呼

吸科、介入科和影像科进行联合会诊，经过严谨的讨论，最终诊断陆老汉为急性肺动脉栓塞、双下肢急性深静脉血栓、右心衰，遂决定转入介入与血管外科进行治疗。

“肺动脉栓塞的常用治疗方法包括抗凝及溶栓治疗，如肺动脉血栓负荷量巨大，常规方法不能快速复通肺动脉血流或大量血栓不能及时清除的话，会导致慢性肺动脉高压或死亡。慢性肺动脉高压患者轻微的运动都有可能引起气急、缺氧，严重影响生活质量。”介入与血管外科主任及学科带头人赵辉教授介绍。

在仔细评估病情、综合考虑老人的实际情况、与患者家属充分沟通后，赵辉团队决定为老人施行经

皮介入肺动脉取栓手术，这也是治疗中高危肺动脉栓塞最有效、最直接的办法，可以快速将堵塞的肺动脉疏通。

术中，赵辉教授带领团队精细操作，将Pigtail导管进入肺动脉造影，可见右肺动脉主干完全栓塞及左肺动脉分支栓塞，测肺动脉压力很高。引入新型取栓系统，使用专用取栓导管及支架对肺动脉进行取栓，最终手术历时40分钟，共取栓6次，成功将大量血栓取出。造影显示右肺动脉主干血流流通顺畅，远端分支显影良好。再次测量肺动脉压力及取栓前相比大幅度下降，同时血氧也提升至正常水平。术后陆老汉胸闷、呼吸困难的症状明显改善，氧分压较之前上

升，生命体征平稳，后续继续给予抗凝及下肢静脉血栓溶栓等治疗。经5天后随访治疗后，患者胸闷等不适症状消失，呼吸完全顺畅。

赵辉教授介绍，肺是气体交换的器官，也是过滤器官和免疫器官，如果肺动脉被血栓堵塞，就会影响气体交换、心脏排血降低，致死风险极高！肺栓塞是仅次于冠心病和中风的三大致死性心血管疾病之一，下肢深静脉血栓是导致肺动脉栓塞的重要原因。赵辉教授提醒，如果出现急性下肢肿胀或呼吸困难、胸痛、咯血等症状，需立即就医，避免延误诊治！急性肺栓塞死亡率极高，做到早诊断、早治疗，科学预防，对患者的愈后尤为重要。

·李波 喻瑶·