

坚持传承创新 擦亮国医瑰宝

——如皋市“中医药事业发展成效”网友开放日活动侧记

探访药食同源的莲藕产业,感受冬病夏治的浓厚氛围,体验中医适宜技术的博大精深……7月16日,如皋市举办“中医药事业发展成效”新闻发布会暨“坚持传承融合创新 擦亮寿乡国医瑰宝”网友开放日活动。应邀前来的人大代表、政协委员、媒体工作者、网友代表等20多人,通过实地探访,深入了解如皋市中医药事业发展情况。

中医药搭上产业融合快车

16日一大早,活动第一站就来到了平园池村荷香民俗园。

“将鲜荷叶去梗,切丝干燥,就是药用的中药饮片——荷叶。它具有清暑化湿、升发清阳、凉血止血的作用,其中的生物碱成分有降脂减肥的功效。荷叶泡茶成为减肥人士不错的选择。”如皋市中医院团委副书记谢敏担任了此站的向导,她一边带领大家参观,一边就荷叶、荷梗、莲须、莲房、莲子、莲子心、莲藕以及藕节的药用价值娓娓道来。“荷藕一身是宝,但作为药物食用,必须在中医医生指导下辨证使用。”谢敏提醒。

如皋市中医院院长吕军是南通市名中医,听闻一位网友脾气急躁易发火,睡眠也不好,当即为其把脉,“这是心火旺盛所致,建议夏天用莲子心泡茶,能够清热降火,缓解心烦失眠、口舌生疮等症状”。

“促进中医药+旅游产业发展,一直是我们着力推进的。”如皋市卫生健康委主任周祥国说,除了平园池村荷香民俗园外,该委还挖掘辖区更多中医药与旅游产业融合发展的存量与增长点。

“探如皋”自媒体负责人孙宏亮表示:“如皋药王庙值得进一步宣传挖掘,同时还可以结合黄氏玉容丸、中医正骨疗法(陈氏骨伤疗法)、芮氏香袋等省市级与中医药相关的非物质文化遗产,让更多文旅资源加持中医药文化产业发展。”

“长江药用植物园是国家3A级景区,中医药与旅游产业融合发展也具有较大空间。”周祥国表示,下一步,他们还将进一步挖掘、开发更多药食同源产品,让古老的中医药文化在传承创新中焕发更多生机与活力。

“中医药文化博大精深,但宣传推广力度不够,建议将中医药文化知识融入中小學生教科书,从孩子抓起。”如皋市政协委员孙爱民说。

基层飘来缕缕中药香

16日上午,如皋市江安镇卫生院中医馆人气爆棚。记者注意到,因中医馆特殊的地理位置和独特的中医技术,这里的患者不仅仅是周边百姓,还有来自靖江、泰兴等邻近地区的市民,甚至吸引了苏州患者慕名前来就诊。

“医院将后二楼全部规划设置为中医馆,开设名中医工作室、中医内科、中



扫描二维码
了解更多内容



网友代表探访平园池村荷塘。



如皋市中医院医护人员展示八段锦健身功法。



如皋市中医院药剂科副主任李小荣讲解身边的小草药。

医肛肠、中医骨伤、针灸科等7个中医诊室,同步设置中药房、煎药室,配置12类中医诊疗与康复设备。”中医病区护士长王义军介绍。

在中医阅读角,南通市人大代表、江苏省推广普通话形象大使、南通市朗诵学会副会长徐芹霞饶有兴趣地介绍起《黄帝内经》,“中医药文化也可以通过诵读的形式进行展示,我平时就喜欢翻阅中医经典书籍,未来希望能够在这方面做点事情”。

如皋市城南街道桃北村卫生室中医阁“70后”村医洪俊远近闻名,“入伏后,冬病夏治正当时,最近来找我调理关节炎、偏头痛、失眠的人比较多。我们可以提供针灸、推拿、拔罐、刮痧、艾灸、牵引、正骨及中药贴敷等8类20项中医适宜技术。”洪俊说,尽管扎根基层,但他通过中医适宜技术服务乡亲们,同样收获了满满的成就感。

作为一名乡村医生,从医近30年来,洪俊始终没有停下学习的步伐,他先后在南京、北京、新疆乌鲁木齐风湿骨病医院,学习针灸、推拿、正骨、宫氏脑针等,并在成都中医药大学基层疼痛专科进修学习,参加省、市基层卫技人员中医药理论知识与实践技能培训,擅长治疗中风口后遗症、颈肩腰腿痛、关节病等疾病。“做农村群众的健康守门人,我觉得很幸福。”洪俊说。

近年来,如皋市卫生健康委强化基层

网底建设,结合村卫生室公建化建设项目的推进,对条件成熟的村卫生室开展中医阁建设个性化指导,统一台账管理要求,统一配置中医基础诊疗设备,分期分批组织人员培训,351家村卫生室(社区卫生服务站)建成中医阁207家,在南通各县(市、区)中,中医阁建成率处于第一方阵。

“我们将加大人才招引培养力度,进一步完善人才奖励机制,继续做好农村订单定向委培生培养,吸引更多的中医药人员到基层工作,让中医药服务惠及更多基层百姓。”周祥国说。

中医适宜技术亮点纷呈

此次活动最大的亮点是中医药文化体验环节。当天,如皋市中医院公共卫生科科长于爱红介绍了八段锦的功效、练习技巧及注意事项,并示范标准动作。

活动现场,中医传统特色技术展示同样亮点纷呈。闪罐、揉罐、走罐、抖罐、留罐、起罐……如皋市中医院护理部副主任孙小丽详细讲解了平衡火罐的功效及操作步骤,并现场演示。

“浮针疗法是传统针灸学和现代医学相结合的产物。”该院骨伤科年轻医生张婉如用图文并茂的形式讲解浮针疗法的原理和功效。

入夏后,人体新陈代谢旺盛,此时也进入了一年减肥的黄金期。最近,如皋市中医院中医穴位埋线减肥项目,吸引了不少爱美人士的关注。当天,针灸科副主任陈雯霞讲述中医穴位埋线减肥的原理和功效,现场PPT演示中医埋线减肥操作步骤。

“在我们医院,看中医不一定要看老中医,年轻中医的力量同样不容小觑。”如皋市中医院党委书记贾运介绍,目前,该院推出了中医正骨、针灸、埋线减肥等多个特色门诊,其中不少都是年轻医师主动向医院请缨推出的特色服务,大大缓解了上班族白天工作忙碌、没时间进行中医调理的实际困难。

为充分发挥中医药特色优势,近年来,如皋市中医院不断改善服务,适宜技术服务项目达62项,仅中医护理门诊2023年接诊量约4.5万人次。该院开展夏季惠民、便民活动,以颈肩腰腿痛夜门诊为例,就囊括了中医正骨、小针刀、浮针疗法、运动疗法、放血疗法等综合手段,开展疑难病例多学科一体化诊疗,获得百姓普遍认可。

“支持、促进中医药事业健康、有序、高质量发展永远在路上。”周祥国表示,如皋市卫生健康委将多措并举,促进区域中医药事业平衡发展,全面提升人民群众对中医药服务的获得感、满足感和幸福感。

本报记者 冯启榕 实习生 叶烨
摄影:凌大军 汤海燕



南通名医·健康大家谈

多项指标反映心脏健康状况 心电图异常未必就是心脏病

“心电图(ECG)作为一项基础而重要的检查手段,被广泛用于评估心脏的电生理活动和健康状况。”日前,南通四院心血管内科副主任医师周晓玲说。

心电图是通过在人体表面放置电极,记录心脏在每次跳动时产生的电信号变化而形成的图形。这些图形不仅反映了心脏的电活动,还能揭示出许多潜在的的心脏问题。

心律指的是心脏跳动的节律是否规整。正常人的心律应为窦性心律,即每次心跳的间隔时间大致相等。若心律不规整,如出现早搏、房颤等现象,则可能提示心脏存在异常,“现代工作节奏快、压力大,经常熬夜后会产生心悸或胸闷等问题。”周晓玲说。

心肌缺血的临床症状体现在胸前区的不适、疼痛,严重的心肌缺血可伴心律失常和心功能不全,引发各种伴随症状。“心电图上可以表现为T波的倒置,ST段的压低,最严重的心肌梗死也可能出现ST段的抬高。”周晓玲说,对于心肌缺血的治疗,主要目标是改善心肌供血并减轻心肌耗氧量,通常采取药物治疗,若病情严重可以进行介入治疗或外科手术治疗。预防心肌缺血主要是避免引发心肌缺血的相关风险因素如寒冷、运动量过大等,改变不良生活习惯,积极控制冠心病及相关慢性疾病的进展。

周晓玲提醒,心电图的异常并不一定意味着心脏疾病的存在,还需结合患者的临床症状、体征及其他检查结果进行综合判断。

·汤蕾·



扫描二维码
了解更多内容

如皋市卫监所召开集中约谈会 严管餐消单位 保障舌尖安全

近日,如皋市卫生监督所组织召开餐饮具集中消毒服务单位约谈会。

卫生监督员介绍了今年收到的投诉举报以及餐饮具抽检情况,对餐饮具的突出卫生问题分析了可能存在的原因,向单位负责人提出了切实可行的建议措施。如皋市卫生监督所从三个方面对餐饮具卫生安全向相关企业提出了要求:强化主体责任,必须依法依规生产,卫生管理到位,着力提升企业卫生管理水平;加强质量控制,把产品质量安全放在第一位,对餐饮具的回收、清洗、消毒、包装、运输等全过程进行严格管理;增强风险意识,对生产、运输等过程把控风险点,及时排查风险隐患,对群众反映的问题及时化解矛盾。

·季晓勇 李波·

海安中医院举办小小讲解员培训 学习中医文化 传承千年智慧



日前,海安市中医院携手海安市融媒体中心举办“学习中医文化 传承千年智慧”中医药小小讲解员培训活动。

在为期5天的培训中,老师对孩子们进行了礼仪形体、讲解技巧、语言表达等方面的综合培训。同时,通过中医药知识讲座和中药药膳鉴别、制作中药香囊、创意草药手作等多样性的中医小课堂,老师带领孩子们从不同视角去认识中医药,了解中医药。

·崔景 李波·

求医问药

你有医学健康疑问,我们邀请医学专家来解答。

问 子宫内异位症患者如何备孕?

孙晓莉
南通大学附属医院生殖医学中心主任医师

子宫内异位症的患者要备孕,建议提前到正规医疗机构咨询生殖科的医生。如果病变很轻,可以积极尝试自然怀孕;如果病变较重,合并严重的子宫腺肌症、卵巢巧克力囊肿等,这时就得考虑通过辅助生育技术助孕了。

子宫内异位症患者不孕发生率40%以上,由于该病症对卵子质量有影响,患者在接受辅助生育技术助孕前,需要完善相关的生化指标,比如Ca125、炎症指标等。如果这些指标很高,在促排卵前,就需要使用相关药物将指标降下来。在移植胚胎前,也要考虑子宫内异位症对于子宫环境的负面影响,同样需要通过药物降低相关负面影响后,再进行胚胎移植。

如果患者的卵巢巧克力囊肿比较大,也可能影响取卵。取卵针如果不能避开巧克力囊肿,那么囊肿里面的有毒物质就会直接影响到卵子的质量,这时候就需要用药物先将囊肿尽可能缩小;另一个方法则是可以手术把囊肿去掉,但这一手术可能会去掉一部分正常的卵巢,导致患者的卵巢储备功能受到影响,有的病人甚至在做完这个手术后,完全丧失卵巢功能。因此,手术与否,需要综合评估患者卵巢储备的状况来慎重决定。

总之,建议子宫内异位症的患者在备孕前前往医院生殖科充分评估,并和生殖科医生充分沟通后,决定是药物保守治疗还是手术去除囊肿作为试管婴儿技术助孕前的预处理。

通大附院“祈通杯” 外语风采大赛举行

日前,“启航新院区 奋进新征程”南通大学附属医院第二届“祈通杯”外语风采大赛决赛成功举办。

本次活动通过前期报名与初赛选拔,共有来自通大附院临床各科室和职能部门的18位选手进入决赛,参赛语种包括英语、日语。比赛采用个人演讲、即兴问答的形式,演讲内容既有讲述医院历史、表达个人坚定理想信念,又有立足自身专业、讲述学科发展和对医院高质量发展的展望。选手们流利的口语表达和快速的临场应变力获得了在场观众的阵阵掌声。

当天,通大附院相关职能部门负责人、医护人员代表、研究生、实习生等共400余人观看了比赛。

·李波 陈静·



参赛选手在比赛中。

启东妇保院开通微信医保亲情账户移动支付服务 参保者家庭成员也可“诊后付”

近日,启东市妇幼保健院在“先医后付、医保赋能”的基础上再度升级,开通微信医保亲情账户移动支付便民服务。该服务突破医院微信程序端只能结算个人医保费用的单一性,切实有效改善“一老一小”等不具备使用智能手机能力人群的就医体验。

“孩子生病,全家出动。现在一部手机就能体验‘免带卡、不排队、秒支付’的便捷服务,大大缓解了家长的焦虑!”在启东市妇幼保健院带娃就诊的王女士感慨,现在不仅是预约挂号,在检查、取药环节同样也

可以实现线上医保移动支付,减轻了“多头跑路”的负担,现在一个人带娃看病,都能轻松搞定。

目前微信医保移动支付(含医保亲情账户移动支付)仅支持南通地区医保参保人员(正常参保状态)普通门诊门诊自费使用。参保人可通过微信帮家庭成员(父母、配偶、子女)代为使用微信医保支付,并支持医保统筹。每个绑定人最多可绑定6个家庭成员,每个家庭成员仅可被6个绑定人有效绑定,且亲情账户绑定后,支持双方各自解绑。

我国在疫苗接种、血液安全、安全注射等方面取得积极进展

乙肝及相关癌症发病率逐年下降

据新华社电 我国乙型肝炎及相关肝细胞癌年龄标化发病率逐年下降;一般人群乙肝病毒表面抗原流行率持续下降;近年来新生儿3针乙肝疫苗接种率持续保持在95%以上,已达到世界卫生组织提出的2030年目标……一组数据显示,我国乙肝防控工作近年来取得积极进展。

这是记者日前从2024加速消除乙型肝炎学术会议上获悉的。

“乙型肝炎是全球疾病负担最严重的传染病之一,也是我国面临的重要公共卫生问题。”国家卫生健康委员会副主任、中华预防医学会会长李斌表示,2016年世界

卫生大会提出了2030年消除病毒性肝炎公共卫生危害的目标。我国通过实施预防为主、防治结合的综合防控策略,在乙肝疫苗接种接种覆盖率、乙肝病毒新发感染控制和乙肝相关肝细胞癌防控方面取得了显著成效。

根据国家癌症中心发布的最新统计数据,2022年中国肝癌新发病例数约为36.77万,标化发病率约为15.03/10万,与历史数据相比呈下降趋势。

“目前我国在乙肝疫苗接种、血液安全、安全注射和减少危害等乙肝防治工作方面都有积极进展。”中国工程院院士庄辉

表示,下一步仍需继续提升乙肝的诊断率和治疗率。

庄辉还建议,想要加速消除乙肝、降低死亡率,关键在于对新生儿时期没有接种乙肝疫苗的儿童进行补种,对高危成年人进行乙肝疫苗接种,对没有乙肝免疫力的易感染成年人进行接种等。

中山大学附属第三医院感染科主任医师林炳亮认为,一些慢性乙肝患者等发病时可能已实际感染多年,因此扩大乙肝筛查很重要。只有筛查的范围扩大了,治疗率才能相应提升,患者才能得到及时治疗,减少肝硬化的发生。