

# 拓宽合作渠道 促进资源互补

## ——盐城—常州南北共建推进会暨盐常医学会共建交流会侧记

□记者 姜琰



交流会现场。 龚骏 摄

南北挂钩合作是省委、省政府大力促进区域协调联动、更高质量推动长三角一体化发展部署的重要举措。为发挥医学会组织优势,畅通医疗创新资源对接,促进南北医卫优势互补、协同高质量发展,盐城—常州南北共建推进会暨盐常医学会共建交流会近日在大丰区举行。省科协秘书长周景山,市卫健委主任崔国静,市科协主席廖志伟,市科协副主席高福华,常州市科协副主席、阜宁县委常委、副县长李凯虎,大丰区政协副主席徐轶等出席。盐常两地医学会相关负责人,大丰区科协主要负责人等参加交流。

“去年6月份,全省科协系统组织开展南北结对共建项目申报工作,这为深化南北结对共建搭建了一个非常好的合作平台。其中,盐城—常州两地医学会能力提升共建项目被省科协评为8个优秀项目之一。”崔国静在会上表示,为保证项目扎实有效推进,盐城—常州两地医学会切实担负起项目申报主体责任,科学谋划,精心组织,项目工作取得了一定的成效。

通过加强沟通对接,健全共建工作机制。去年8月25日,市医学会秘书处全体人员赴常州市医学会洽谈两地学会结对共建工作。洽谈会上双方就进一步深化合作,促进学会能力提升进行了深入交流,并签订了盐城—常州医学会能力提升结对共建合作协议,明确了两地医学会将重点在学会党建、办会能力、组织建设等方面加强交流合作,全力推动两地医学会综合能力提升。

与此同时加强学术交流,促进智力资源共建共享。两地医学会通力协作、密切配合,开展了形式多样的学术交流活动。去年尽管受疫情影响,但在8月到10月期间,我市先后邀请了常州市中医院卞延松教授、常州市二院王禹基教授和左立教授等6名专家来盐讲学,4000多人次接受了培训,对提升我市相关学科业务水平起到了很好的促进作用。

此外,通过强化项目推动,推动面上共建工作。常盐一家亲,常州多年前就是对口支援盐城。在盐城—常州两地医学会结对共建的同时,我市其他医疗卫生单位也加强了对接协调,并结合自身实际,开展形式多样的结对共建工作:市

一院成为南大附属医院、江苏大学临床学院,市三院成为南医大临床学院,市一院与南京大学协作建立了16个联合课题组,市三院与省人医王学浩院士团队合作,成立了江苏省肝胆中心盐城分中心,与中大医院协作成立了滕皋军院士团队工作室,市二院与南京鼓楼医院合作成立了鼓楼医院盐城分院等,借助优质医疗资源补短板强弱项,提升了市相关学科的业务能力水平。

“受去年下半年疫情影响,共建项目中原来商定的一些活动未能如期实施,项目的深度和广度也需要在今年加快补上。这次盐城—常州两地医学会的共建交流,既是项目工作的延续,也是深化两地合作交流的新起点。”崔国静在介绍了盐城—常州医学会南北共建情况后说,希望常州市医学会一如既往地支持盐城卫健工作,并经常来盐传经送宝。

“南北共建项目是深入学习贯彻党的二十大精神,是落实省委、省政府关于创新完善南北结对帮扶合作机制重要决策部署的创新举措。”周景山充分肯定了盐常合作取得的成果,他要求盐常两地科协组织要紧紧围绕“四服务”职能,在畅通要素流通渠道、优化资源创新配置、促进改革发展先进理念共享、南北优势互补共建等方面下功夫,处理好承与接、长与短、点与面、“我”与“咱”的关系,以此次活动为契机,充分发挥各自的职能优势,组织统筹规划好本地区的特色资源禀

赋,积极探索双方合作方式方法,推动建立长效交流协作机制,鼓励和支持更多的学会走出去和请进来,把各自优势变成共同优势,为推动两市结对共建再上新台阶。

“本次活动旨在畅通合作渠道,增加交流合作,进一步深化盐城—常州两地合作,拓展共建内容,提升共建品质。”廖志伟在主持交流会时表示,通过两地合作交流,共同探讨政府部门、科协系统、社会资源协同合作的实施路径,共同推动两地医疗卫生事业协同发展。

会上,与会人员就强化两地合作,进一步拓展共建内容、提升共建品质,共同探索绿色低碳发展路径等进行了交流探讨,并就强化学会党建引领、促进学会能力提升等内容进行了经验分享。随后,常州市医学会常务副会长郑培新和秘书长郭建忠分别作了“坚持党建引领 守正创新促发展”“医学科普的工作体会”的主题讲座。

活动期间,常州专家在市医学会相关负责人的陪同下,实地参观了大丰知青纪念馆、恒北村村史馆等地,亲身感受盐城的厚重历史文化、风土人情和良好发展势头,进一步增进了了解、加深了友谊,为双方在更广阔领域开展更深层次的务实合作打下了坚实基础。

联办:盐城市卫生健康委员会  
盐阜大众报业集团  
健康教育 协办:盐城市疾病预防控制中心

## 流感季 儿童防护怎么做?

早春时节,乍暖还寒。正是流感等呼吸道传染病的活跃期,面对流感,儿童应该怎样做好防护?

什么是流感病毒?

流感病毒可分为甲型(A)、乙型(B)、丙型(C)三型,一般流感的流行由甲、乙型病毒引起。甲型流感病毒易发生抗原变异,其特点为突然发生与迅速传播,在学校、幼托机构等人群聚集的场所易暴发流行,目前的流行株为H1N1和H3N2。甲型流感变异频繁,每隔2至3年就会有流行病学上重要的抗原变异株出现而导致暴发流行。

流感有什么症状?

儿童流感常常突然起病,主要的症状为发热,最高体温可达39℃至40℃,常伴有畏寒、寒战。孩子还会出现头痛、肌肉酸痛、乏力、食欲减退等表现。也可能出现咳嗽、咽痛、流涕、鼻塞等感冒的症状,少部分可能有消化道的表现,如恶心、呕吐、腹泻等。婴幼儿流感的症状往往不像儿童那么典型,可能仅仅表现为发热、咳嗽。新生儿流感相对比较少见,但往往会出现并发症,比如合并肺炎,呼吸困难等。

儿童流感应如何治疗?

流感的诊断主要结合流行病学史、临床表现和病原学检查进行诊断。流感的病原学检测包括抗原检测、核酸检测和病毒分离与鉴定,有1种或以上病原学检测结果阳性均考虑诊断流感。但在流感流行季节,如果孩子有典型的流感症状,而病原学检测阴性,也不能完全排除流感。

流感的治疗需要评估患儿的一般状况、疾病的严重程度、症状起始时间及当地流感流行状况等多种因素来确定流感患儿治疗方案。口服奥司他韦仍然是治疗流感的首选抗病毒药物。若服用抗病毒药物3天至5天仍无好转,应及时就诊行进一步检查,明确有无合并细菌感染。

如何预防流感?

作为预防流感的第一道防线,6月龄以上儿童可考虑接种流感疫苗。在日常生活中,可以通过以下几个方面预防流感。

勤洗手,保持良好的个人卫生习惯。尽量避免去人群聚集的场所,避免接触呼吸道感染患者。

咳嗽或打喷嚏时,用纸巾、毛巾等遮住口鼻。咳嗽或打喷嚏后洗手,尽量避免触摸眼睛、鼻或口。

家庭成员出现流感患者时,要尽量避免相互接触。

学校、托幼机构等集体单位中出现流感样病例时,尽量居家休息,避免交叉感染。



扫一扫 看视频  
视频制作:金建华

## 如何提高睡眠质量

市区读者张先生来电:我的睡眠质量一直不好,经常失眠,请问专家有什么方法可以改善?

市第四人民医院睡眠医学科主任周爱华:造成失眠的因素往往不是单一的,要改善失眠,需要多管齐下,才能提高睡眠质量,在此提出几点有效的提升睡眠质量的方法供参考:

规律睡眠。例如,我现在就是每天晚上10点准备睡觉,睡前看半

个小时书,为睡眠营造氛围。床头放一杯水。有时候,睡着睡着就口渴了,床头有一杯水,拿起来就喝,喝完了继续睡,相当于翻一次身,你的睡眠没有被彻底打断。不要看手机入睡。手机玩着玩着,1个小时就过去了,再玩着玩着,就天亮了。建议用看书替换玩手机,看书对于绝大多数人来说,绝对是催眠绝招。别太胖。太胖容易引起慢性病,有可能会影响

睡眠质量。保证运动量。每天适度运动,更有助于睡眠。活在当下。别和自己过不去,这是避免因焦虑引起失眠的一种好方法。

每个人治疗失眠的方式不一样,让心态平和,是治疗失眠的捷径。

