

深化体卫融合 共建健康盐城

——写在市体育医院正式揭牌之际

□记者 姜琰 杨扬

为高质量推动体卫融合发展,构建运动促进健康新模式,全方位、全周期保障人民群众身体健康,7月8日上午,盐城市体育医院正式在市中医院揭牌。

市政府副市长李兰翔,市政府副秘书长方仕德,市卫健委党委书记、主任、市中医药管理局局长崔国静,市体育局党委书记、局长徐丹共同为市体育医院揭牌。市中医院党委书记顾月星,医院领导班子成员、职能科室负责人和相关科室人员等参加活动。随后李兰翔一行参观了医院运动促进健康中心(健康管理中心、治未病科)、运动康复中心、运动医学中心的建设情况及市体育局指导建设的标准化篮球场地、职工运动健身中心。

近年来,我市积极推动全民健身和全民健康深度融合,赋能健康盐城,增进民生福祉。

据悉,市体育医院是以市中医院为依托的体育医院,也是省内第2家三级综合性医院挂牌的体育医院。医院秉持“体医融合、中西结合”的理念,打破体卫分离,把体卫从“相加”走向“相融”,将科学运动与精准医疗相结合,整合运动医学科、治未病科、康复科、骨伤科、针灸科、推拿科等科室资源,创新性地开展了“体育+健康管理”“体育+康复”“体育+运动医学”“体育+中医”四医融合的多专业一体化特色服务模式,走出了一条体卫融合的新路。

在体卫融合中,中医药以其独特的理论体系、诊疗方法和治疗手段,展现出巨大的优势和潜力。市中医院是一所中医特色明显,集医疗、教学、科研、养生、康复、保健、运动、军抚“八位一体”的国家三级甲等综合性中医院,市体育医院通过整合市中医院资源,主要依托运动医学科、健康管理中心、运动康复中心三大科室,形成具有中医特色的疾病预防、健康宣教、运动干预、运动创伤诊疗、运动康复的多专业一体化体医融合新模式。

该院通过现代技术与传统中医诊疗技术的融合,围绕运动员创伤诊疗、普通人群运动创伤诊疗、普通人群健康促进、康复等开展多专业一体化诊疗。同时将体检筛查、健康管理、运动防护、运动康复、训练指导有机结合,用帮助运动员的办法帮助患者,把运动训练当作“处方”开,满足运动损伤治疗及全人群的运动健康服务需求,为相应患者提供一站式全周期的运动促进健康服务。

《“健康中国2030”规划纲要》明确提出“加强体医融合和非医疗健康干预”。作为体卫融合服务载体,市体育医院将充分发挥在健康促进、慢病防治、伤病康复等方面的积极作用,根据国内及省、市体卫融合工作进展和医院实际,逐步推进开展糖尿病、高血压、血脂异常、失眠症、肥胖、颈肩腰腿痛、青少年脊柱侧弯筛查、儿童视力矫正、慢阻肺、支气管哮喘等适宜开展的运动干预项目。

其中,多发于5到18周岁年龄段的脊柱侧弯,是继肥胖、近视之后危害我国儿童青少年健康的第三大“杀手”。市中医院作为盐城市体育医院,高度重视青少年脊柱侧弯问题,

前期已经组织运动医学科、骨伤科、康复科医护人员开展进校园青少年脊柱健康公益筛查活动,帮助他们科学认识脊柱健康,培养良好的运动生活习惯,做



揭牌仪式



现场观摩 龚骏 摄

到早发现、早诊断、早治疗。

下一步,我市将努力提升体卫融合服务水平,持续推动健康关口前移,用好“体育医院”牌子,推进健康盐城建设,让体卫融合的观念深入人心,不断壮大运动处方师、康复治疗

师、运动防护师队伍,深入挖掘体育与养老、医疗卫生等领域联动潜力,推动全民健身和全民健康深度融合,着力构建更高水平的全民健身公共服务体系,为全市卫生健康和体育事业作出积极贡献。



健康教育

联办:盐城市卫生健康委员会
盐阜大众报业集团

协办:盐城市疾病预防控制中心

防暑降温 注意两个误区

过了小暑,气温会继续升高,人的身体也会出现一定的不适。随着气温变化,人体的体温调节、消化循环、内分泌等都会有明显变化,所以夏季一定要科学养生。

夏季吃凉面比吃热面好?

炎热的夏季吃点爽口的凉面,可以在一定程度上“解暑”。然而,夏季吃凉面却不如吃热面对健康有利。

夏季是胃肠道疾病多发季节,其中不少疾病发生都是饮食不洁所致。夏季气温高,细菌繁殖快,如果经常吃到不卫生的凉面很容易诱发胃肠疾病。

此外,老年人、孕产妇、脾胃虚寒者,也不适合吃较多凉面。夏季天气炎热,很多人都用空调来调节室内温度,这就导致人体出汗减少,此时,吃热面有助于让身体适度出汗,带走体内的暑湿之邪。

绿豆汤、凉茶饮料等适合所有人解暑?

为了防暑降温,很多人喜欢在家煮绿豆汤喝。绿豆汤虽好,但不要多喝,更不能当水喝。属于寒凉体质的人,如有四肢冰凉、腹胀、腹泻等症状者,不能多喝绿豆汤,否则会加重症状,甚至引发其他疾病。

天气炎热,若食欲不好,可用各种营养粥来开胃,如荷叶粥,可醒脾开胃,有消解暑热、养胃清肠、生津止渴的作用;绿豆粥,有消暑止渴、清热解毒、生津利尿等作用;扁豆粥,能清暑化湿、健脾止泻;此外,红豆粥、银耳粥、葛根粥、苦瓜粥等都是夏季的好食品。

若出汗多,除了喝营养粥,还应当适当多吃酸性食物,如番茄、柠檬、草莓、乌梅、葡萄、山楂、菠萝、芒果、猕猴桃等。

盐城健康

[微信公众平台]

结节是什么?
身体长结节严重吗?



请扫码阅读



扫一扫 看视频
视频制作 金建华