关注食品安全 倡导放心消费
盐城市食品安全举报电话
盐城市消费者权益保护委员会：12315 盐城市卫生健康委员会：88335859 盐城市商务局：12312 盐城出入境检验检疫局：12365-2
盐城市市场监督管理局：12315 盐城市农业农村局：12316 盐城海关：68668979 盐阜大众报报业集团：88302431

数字赋能织就健康惠民“一张网”

市卫健委持续打造盐城医共体建设特色品牌

□记者 姜琰 李倩

日前，在东台市四灶社区，居民洪女士在卫生室做完心电检查，5分钟后就收到了东台市人民医院的诊断报告；在阜宁县罗桥镇卫生院远程会诊中心看病的张爹爹，通过智能系统与县院专家“面对面”问诊……这些场景正是我市推进数字化医共体建设的生动注脚。近年来，我市创新构建“1+X+Y”建设路径，形成15个医共体覆盖全域的惠民网络，走出具有盐城特色的医改新路。

三级联动聚合力 建设跑出加速度

“我市在全省率先推进紧密型县域数字化医共体高质量发展三年行动，我们坚决贯彻市委、市政府决策部署，切实履行牵头部门职责。”市卫健委主任王正介绍，在东台先行试点基础上，市域持续推动，县域积极主动，部门密切联动，全力推动全市医共体建设提质增效，奋力打造盐城医共体建设特色品牌。

目前，我市已在11个板块组建15个医共体。在学习东台经验的基础上，全市面上又涌现出滨海、射阳两个极具特色的地方案例。初步实现3个转变：示范效应逐步从“点上出彩”向“面上开花”转变。各地因地制宜学习东台做法，推动东台经验从“盆景”变“风景”和“全景”。能力提升逐步从“单个做强”向“体系做强”转变。一手抓牵头医院能力提升，一手抓资源共享和力量下沉，逐步将“县级强”扩面成“县域强”。发展理念逐步从“疾病治疗”向“健康管理”转变。将肿瘤防治与转诊会诊中心建设、专病管理等融入医共体，提升基层防治能力。

全市上下联动齐发力，围绕“十张网”建设等多次现场调研，召开专题汇报、座谈培训会。召开全市卫健工作及基层卫生工作会议，对医共体建设进行重点部署，邀请国家卫健委专家专题辅导培训。牵头制定《盐城市紧密型县域数字化医共体建设建议监测指标（试行）》，坚持同题共答、一地一策，分类培育典型。滨海完善医共体运行复盘研学等机制，阜宁实行慢性病“信号灯”管理，建湖、大丰制定专病签约服务包，盐都、亭湖侧重慢病管理和医养结合，全市医共体建设从东台“一枝独秀”迈向“春色满园”。

“医共体看盐城”正成为一张城市“健康名片”：我市医共体建设获“省高质量发展综合考核优秀项目”，入选《中国医改发展报告（2024）》地方经验；东台医共体建设入选2024年度全国农村公共服务典型案例；滨海医共体建设获中国健康产业“奇璞奖”。

健康服务更暖心 书写惠民新答卷

在盐都区郭猛镇，智能AI随访系统正为高血压患者推送个性化处方；大丰区三龙镇的家庭医生手持终端可实时调阅三甲医院影像资料……通过建设数字健康驾驶舱，全市实现300万人次精准健康管理。特别在肿瘤防治领域，建立“1+9”分级诊疗体系，完成10.6万人次老年筛查，重大慢病早死率低于全国水平。

建立数字健康驾驶舱，打造全生命周期健康服务“一条链”，将县域医疗服务体系连成“一张网”。东台优化医共体“十张网”20个共享中心，滨海运行13个中心，射阳引入医学人工智能大模型系统。牵头医院新增三甲医院2家、三乙、三级医院各1家；东台、滨海、阜宁实现省级重点专科零的突破；建成名医工作室308个；全市县域就诊率93.07%。基层机构服务能力达国家推荐标准数144个，建成省社区医院102家、覆盖率62%，均列全省第一；全市基层医卫诊疗量占比全省第二。

实施老年人肿瘤标志物筛查三年行动计划，各地以医共体建设为契机，依托牵头医院成立9个肿瘤诊治分中心。发挥医共体资源整合优势，今年以来累计服务患者4371人次。将筛查中发现的高危人群及时推送至健康随访中心，实现县域内疾病“筛、防、管、治”一体化。下一步，我市将开展肿瘤防控，逐步建立以市一院为龙头，市县两级综合医院、中医院、妇保院为骨干，疾控机构提供技术支撑，基层医疗机构为网底的癌症防治网络。东台、建湖、射阳、滨海、阜宁、响水各建设1个肿瘤筛查中心。为全市60至69周岁常住老年居民免费开展肿瘤标志物筛查。优化会诊转诊，实行与医保部门异地就医自主备案数据互联互通实时共享。

通过医学AI赋能，我市在医共体内建立智能辅助诊断系统，开展机器人导诊，提升患者就医体验。（市卫健委供图）

与此同时，优化健康管理模式，依托随访服务中心，建立专病数据库，通过App、智能AI、人工等跟踪随访。突出慢病综合管理，强化科普宣传，推进老年人健康促进“99健康”行动，开展健康科普巡讲250场次以上，全市居民健康素养水平达42%。

创新机制激活力 澎湃发展新动能

“现在看病就像坐‘健康直通车’。”正在亭湖预约上级专家号的王女士说。我市将医共体建设列为“一把手”工程，建立双召集人推进机制，全市建成“十张网”医疗体系，打造全生命周期健康服务链。东台构建20个智能共享中心，射阳引入医学人工智能大模型，滨海创新“1234”转诊机制，形成“东台样板+县域特色”的创新矩阵。

全市各地成立医共体运营发展中心，坚持“三医”协同发展和治理，构建医共体“1+N”政策支持体系。创新编制保障措施，在编制管理、县管镇用等环节实现突破；推行医保基金总额付费试点；完善医共体监测评价指标体系，引导医务人员从“重治疗”向“管健康”转变。

站在新起点，市卫健委大力实施“突破行动”：努力实现全市医共体建设“一年一个样、三年大变样”，在全国走在前、作示范。做实东台市、滨海县医保基金总额付费试点。推动公立医院薪酬制度改革，统筹平衡县镇两级绩效工资水平，完善激励约束机制。建立事业编制“周转池”，推行“县管镇用、镇聘村用”。

加快推进“十张网”建设全覆盖，提高镇村辅助诊断系统、影像心电设备覆盖率，心电设备村级覆盖率达100%。建立智能辅助诊断系统，实现智能随访等多场景应用。加强城市三级医院支持县域医共体牵头单位，明确结对帮扶关系。医共体成员单位至少有1名牵头医院骨干派驻服务6个月以上，并定期轮换；同时，市三级医院每年对县巡回医疗2次，时间不少于4周；县对镇巡回每月不少于1次；镇对村巡回每周不少于1次。

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

睡得少和睡得晚，哪个对身体伤害大？

优质的睡眠对身体而言，是一个重要的修复过程。大家都知道熬夜的危害，也有不少市民提问：睡得晚和睡得少究竟哪个对身体的伤害大？又该如何提高睡眠质量？

研究显示，人体内的“单核细胞”是先天免疫系统的重要组成部分，是人体的第一道防线。仅仅一次熬夜不睡，就会影响并改变“单核细胞”的特征，并加剧身体的炎症反应。好好睡觉，就是在帮身体抗炎。慢性低度炎症难以被人察觉，而且也不易通过常规体检发现，好似健康的“隐形杀手”。长期如此，必然会给器官组织带来损伤，引发疾病。

如果把人体比作充电池，睡得晚如同耗电到只剩一格才充电，还过度充电；睡得少则像每次只充一点电。这两种方式对身体都有伤害，最好的方式是保持一段时间“耗电”状态，到规定时间，电量剩20%左右开始充电，充6至8小时就拔掉。

睡得少（<6小时/天）短期伤害：记忆力、注意力下降，情绪焦躁，免疫力下降。长期伤害：脑细胞加速退化，肥胖、高血压、心脏病风险增加。

睡得晚（凌晨后入睡）短期伤害：生物钟紊乱，情绪烦躁、低落，胃肠功能紊乱。长期伤害：患癌风险、糖尿病风险增加，抑郁症/焦虑症发病率增加。

熬夜后，这样补觉比熬夜伤害还大，过度补觉：周末睡12小时甚至24小时，打乱人体正常生物钟，还会影响内分泌、代谢和消化。

白天长时间补觉：白天晒不到太阳，睡足后晚上更难入睡，导致昼夜节律紊乱。不规律补觉：白天上班时断断续续补觉，大脑易处于亢奋状态，增加焦虑和抑郁风险。

守护光明 致敬老兵

市爱国拥军促进会携手曙光爱尔眼科医院开展公益活动

本报讯（陈晨 顾春 记者 张栩） 4月9日14:00，还不到下午上班时间，盐都区退役军人服务中心大厅内已架起便携式检测设备，盐城曙光爱尔眼科医院的医护人员和志愿者等候在此，准备为来自盐都区的退役军人及家属提供免费专业眼健康筛查，通过人工智能技术为退役老兵筑起光明“防护网”。

为进一步营造全社会爱国拥军、尊重优抚对象的浓厚氛围，表达对全市退役军人及家属的真切关心关爱，市爱国拥军促进会联合其会员单位盐城曙光爱尔眼科医院开展“守护光明，致敬老兵”眼健康公益体检关爱系列活动。活动于3月10日至5月31日开展，活动对象包含盐城市户籍的退役军人、军属（父母、配偶、子女）及市爱国拥军促进会会员单位职工。9日的免费筛查，是此次公益活动上门服务首站。

市人大常委会原副主任、市退役军人关爱基金会党支部书记陈卫国出席并指导活动。市爱国拥军促进会副会长、秘书长耿晔明，市黄海退役军人关爱基金会副理事长封潮，市黄海退役军人关爱基金会副秘书长胡立耕参加活动。

当日，60余名退役老兵及家属，在盐城曙光爱尔志愿者的引导下，有序完成视力测试、裂隙灯检查及眼底AI智能筛查等服务。记者注意到，眼底AI智能相机十分亮眼：老兵入座后，医护人员轻点按钮，相机自动完成对焦拍摄，5秒内就生成高清眼底图像，AI系统同步标注出血管、黄斑等关键部位，并提示“疑似早期白内障”“视网膜动脉硬化”等风险。“过去查眼底得去医院排队，今天在家门口十分钟全搞定了！”一位曾经参加对越自卫反击战的75岁退役老兵举着检查报告感叹。AI筛查显示他右眼存在轻微玻璃体混浊，医生现场开出“少看手机、定期热敷”的个性化护眼处方。

该院院长姜晓燕介绍，数据显示，退役军人白内障患病概率比普通老年人群高，与服役期间强紫外线、风沙等环境暴露密切相关，眼健康问题更需要关注。退役军人眼健康问题既是公共卫生课题，更是企业尊崇优待军人职业的社会责任。“盐城曙光爱尔眼科医院积极响应号召，在市爱国拥军促进会的指导下，开展‘守护光明，致敬老兵’眼健康公益体检关爱系列活动，为退役老兵及其亲属提供‘科普+眼健康’精准诊疗服务。”姜晓燕说，该院以三重保障服务老兵：组建由资深眼科专家领衔的医疗团队，提供精准诊疗；依托AI数字化眼科检查系统、干眼强脉冲光治疗系统、飞秒白内障手术等前沿技术，确保治疗高效安全；推出“拥军优属”专项政策，涵盖手术费用补贴及术后跟踪服务。

据悉，首站上门服务活动中，28%的参检老兵存在不同程度的眼健康问题，其中白内障疑似病例8例，糖尿病视网膜病变风险1例，另有20余人出现老花眼、干眼症等常见症状。有一位68岁的退役炮兵裂隙灯检查发现晶体浑浊已达四级，却因“怕给孩子添麻烦”从未就医。“这是典型‘过熟期白内障’，再不手术可能导致永久失明。”该院主治医师张英当即为其开通绿色转诊通道。

陈卫国表示，此次市爱国拥军促进会联合盐城曙光爱尔眼科医院，创新推出“公益检查+专项补助+长效跟踪”三位一体服务，既解决老兵眼疾防治难题，又通过建立动态眼健康档案，为老兵后续的健康服务提供数据支撑。基层退役军人服务中心和各街道退役军人服务站是这次活动的“主力军”，他们提前一个月走街串巷告知动员老兵，把政策编成顺口溜，在各乡村社区点对点答疑。针对行动不便的老兵，还专门协调医院上门服务。活动特别注重“小眼科、大民生”，例如针对白内障、胬肉等常见眼病提供专项拥军政策补助。活动还将市爱国拥军促进会会员单位纳入政策享受范围，扩大公益活动覆盖范围，让服务更贴近老兵实际需求。

陈卫国说：“此次眼健康关爱季活动，就是要把对老兵及优抚对象的关爱落到实处，将拥军优属工作与医疗健康深度融合。未来，我们不仅要‘解决眼睛问题’，更要‘温暖整颗心’。市爱国拥军促进会后续将联合更多基层退役军人服务站点，定期组织‘老兵护眼课堂’，教大家自查眼病；同时设立‘老兵眼健康服务日’，让医院专家常驻站点，把关爱变成日常。”

据了解，该院建立于1996年，依托爱尔眼科集团在人才、技术和管理等领域的优势，致力于在盐城打造诚信与科技相结合的眼科医疗服务。医院设全眼病项目和科室，涵盖激光矫正近视、儿童近视防控、眼底疾病、白内障、青光眼、斜弱视等多个领域，业务范围涵盖了从儿童到老年人的全年龄段眼健康服务。多年来，该院积极履行爱国拥军、关爱退役军人的社会责任。“老兵是国家英雄，他们的健康值得我们用心守护。未来我们将联动更多社会力量，扩大服务覆盖面，让这份关怀照亮每一位退役老兵的生活。”姜晓燕说。

据悉，该项公益活动将持续深入多个社区，年内计划走进全市20个基层服务站点，为超万名退役军人提供眼健康服务。

铁片入脖颈“险” 妙手取异物“急”

东台市人民医院上演“生死时速”

□卢崇梅 记者 周峰华

“右侧颈部被飞溅铁片射入，血像喷泉一样往外涌，现在能康复出院，真的太感谢医护人员了。”4月11日，东台市人民医院普外科病房内，即将出院的刘女士握着科主任何江的手激动不已。这场始于3月27日的生命救援战，以成功将嵌入血管的“夺命铁片”取出为终结。

“3月27日下午，事情发生得很突然，我们当时都吓坏了。”刘女士的儿子夏先生讲述了母亲遭遇的惊魂一幕。据夏先生介绍，母亲在镇上一家工厂上班，主要是生产工业生产中需要的零部件垫片。为让垫片成型，生产过程中有机床冲压这一环节。当天，一个垫片由于高速冲压突然飞溅，像子弹般直射母亲右侧颈部。当时母亲感觉脖子很疼，用手一摸都是血。回忆事发瞬间，陪同就医的夏先生后怕不已。工厂同事将他的母亲紧急送到镇医院，但拍片检查后发现无法处理，复查病情后立即转至东台市人民医院。

“急诊CT检查后发现，右侧颈部软组织间隙内有金属异物，伴周围及颈前间隙血肿形成，立刻开通绿色通道至手术室手术。”何江介绍，在重症医学科、麻醉科的保驾护航下，手术发现刘女士右颈金属异物切割大血管损伤，右颈内静脉贯通伤。术中立刻联系了盐城市第一人民医院血管外科专家杨威主任会诊，台上手术团队反复操作未能找到金属异物，最终借助床旁彩超精准锁定了异物位置。金属异物在切割静脉后，留在了血管腔内，同时向静脉回心脏方向游走2厘米，卡在颈内静脉和头臂静脉连接处。

“铁片在游走，这是非常危险的事，一点也不能拖延，铁片有可能随时会随血流进入心脏，后果不堪设想。”医生一点不敢耽误，做了损伤的颈内静脉修补，另外在B超定位下，小心钳出“元凶”：半个指甲盖大小、闪着冷光的金属碎片。“这就像在血管里拆炸弹，我们必须分秒必争。”何江回忆道。

手术后，刘女士立刻被转到ICU监护治疗。“手术时失血很多，听医生说伤口的血都呈喷射状了，我们在外面等了好几个小时，直到我母亲安全出来，心里才稍微安定了些。”想到这些，夏先生还心有余悸。

说起这次救治过程，主管医生表示，从急诊接诊到手术成功，整个救治过程环环相扣：急诊绿色通道完成术前准备，ICU严密监护，院内院外多学科会诊。对东台市人民医院医护团队来说，这次成功救治不仅是一次技术突破，更标志着该院血管外科与普外科的协同救治能力迈上全新台阶。

目前刘女士各项生命体征平稳，颈部伤口愈合良好。“基层医院的救治水平，直接关系到黄金抢救时间的把握。”何江表示，医院正加快推进血管外科专科建设，让更多急危重症患者在家门口就能获得及时有效的治疗。这场与死神的赛跑，不仅为患者赢回了生命，更彰显了基层医疗机构在危急重症救治领域的责任与担当。