



中医文化进校园 书香药香共传承

——市中医院推进中医药文化走进盐城市田家炳中学



□记者 姜琰 周峰华

为传承中医文化,弘扬国医精髓,4月10日下午,盐城市中医院组织多位资深专家走进盐城市田家炳中学,开展第十六届“中医药就在你身边”中医药文化进校园健康巡讲及义诊活动,为学校老师带来了一场集知识讲座、养生实践、健康义诊与文化体验于一体的中医药文化推广活动。本次活动有效普及了中医药健康知识,进一步提升了教师群体对中医药的认同感。



扫一扫看视频
视频制作:金建华
图片摄影:黄一琪

专题讲座 互动热烈

下午3时,活动正式拉开帷幕。市中医院副院长、主任中医师王大光首先带来题为“中医四季养生”的专题讲座。就养生的误区、四季养生的原则、一年四季节令的特点、平时起居、饮食等方面应该注意哪些养生知识,以及中医九种体质辨识和调养方法等多个方面为学校的老师们作了详细解读。他强调,养生并非单纯依赖药物、盲目进补或机械操练,而是顺应自然规律。王大光结合日常生活实际,以通俗易懂的语言阐释了“春生、夏长、秋收、冬藏”的养生理念,并从起居作息、饮食调养等方面给出了切实

可行的建议。讲座过程中,王大光讲解细致,台下教师们认真聆听、频频点头,不时用手机拍照记录,现场互动氛围浓厚。

身心的调养之效。

义诊服务 广受好评

紧接着,义诊环节有序开展。市中医院副院长、主任中医师王大光,江苏省名中医、脾胃病科主任中医师徐兆山,治未病科主任安静,中医妇科负责人常小丽,推拿科主治医师刘中恺,现场把脉问诊,耐心细致地为学校的老师们提供专业医疗咨询、个性化的诊疗和保健建议,让老师们充分认识到自身的健康状况。专家们耐心问诊,细致把脉,针对教师群体常见的颈椎病、失眠等问题给出了专业指导。

活动现场,专家团队除了把脉问诊,还为老师们提供推拿、火龙罐、耳穴埋籽等中医特色技术项目体验,并提供医院特色制剂展示、养生茶饮和时令药膳等,特色中医疗法吸引了众多教师踊跃尝试。“刚才我做了耳穴埋籽,还请医生开了调理身体的药。”刘翠兰老师告诉记者,自己睡眠质量不佳,之前体验过耳穴埋籽,效

果不错,这次毫不犹豫再次尝试。最近身体有些不适,便请专家把脉开方进行调理。

“暖暖的,很舒服。”正在体验火龙罐的王进老师告诉记者,因工作原因肩颈酸痛、肌肉僵硬,拔罐后感觉轻松许多。为她操作的医生介绍,火龙罐疗法结合了刮痧与拔罐的功效,能够疏通经络,有效缓解肩颈不适。

“我请医生推拿了一下,真的舒服不少,你们也来试试!”刚体验过推拿按摩的徐岳俊老师兴奋地向同事推荐。他笑着说自己颈椎不好,医生几下按摩之后效果立显,顿时神清气爽。

“不错不错。”“我也来试试。”在护理人员的规范操作下,大家亲身感受到中医疗法简便验廉的独特优势,赞叹声此起彼伏,体验区前排起了长队。

特色展区 别具匠心

在医院特色制剂展示及药食同源产品展区,长桌上整齐摆放着各类院内制剂、养生茶饮和时令药膳。中药师们一边讲解药材功效,一边邀请教师们品尝。清香的养生茶、可口的药膳点心让教师们味蕾的满足中加深了对中医药的认识。

“我喝了两种茶饮,还吃了八珍糕。”贾玉兰老师边品尝手中的中药茶饮,边与记者交流。她坦言,过去总认为生病就得吃药,如今才意识到通过饮食调理同样能有效改善身体状况。她表示,学校能将这么多专家请到现场为教师把脉,大家感到十分开心。

活动现场,市中医院工作人员还向教师们发放了《中华人民共和国中医药法》宣传折页和中药香囊,将中医药健康理念与法律知识一同送入校园。

此次活动持续两个小时,内容丰富,形式多样,教师们沉浸式体验中近距离感受了中医药文化的博大精深。盐城市田家炳中学相关负责人表示,此次活动是“健康第一”教育理念的生动实践,今后学校将继续加强与中医院合作,推动中医药文化进校园落地生根,让更多师生接触中医药文化,成为传统文化的传承者和弘扬者。



健康零距离 守护在身边

亭湖区人民医院心血管专家团队走进盐城市公安局

本报讯(记者 周峰华)4月9日下午,亭湖区人民医院心血管专家团队走进盐城市公安局,为公安系统工作人员带来了一场以心血管疾病防治、剧烈运动前心脏健康评估为主题的讲座,切实关爱一线干警的身心健康。市公安局各部门分管负责同志、联络员及民辅警代表约80人参加了活动。

活动现场,特邀东南大学附属中大医院内科医学博士、主任医师、博士生导师丁建东教授,为大家作了心血管疾病预防的专题讲座。丁建东擅长冠心病及结构性心脏病的介入治疗,他结合真实临床案例,深入浅出地讲解了常见、多发心血管疾病的救治要点,以及心脏病发作时的急救指南。内容干货满满,贴近实战,现场听众频频点头,反响热烈。

丁建东强调,防患于未然才是护心之道。他从饮食、运动、戒烟限酒、睡眠、情绪管理及定期体检等多个维度,提出全方位的心脏保健建议。他指出,健康饮食与规律运动是心脏健康最经济有效的基石;戒烟限酒和良好睡眠同样不可或缺,养成规律作息的习惯至关重要。此外,心脏健康也是一场身心的双重修

行,保持积极情绪、科学安排体检,同样是守护心脏的两大支柱。

亭湖区人民医院内科主任李开如随后带来题为“心肺运动试验——守护运动与健康的‘隐形密码’”的讲座。他从大家普遍关心的运动安全问题切入,生动介绍了心肺运动试验(CPET)的作

用与意义。CPET是在一定功率负荷下运动,通过专业设备同步记录心电图变化、肺通气功能及代谢指标,从而综合评价心脏、肺脏及骨骼肌等功能。通过这项试验,可以准确获知心脏的极限负荷能力,提前发现潜在风险。他强调,爱护心脏,不仅要关注它安静时的“静止状态”,

更要评估它在运动中的“应激能力”。

两位专家的精彩分享,让与会人员深刻认识到健康的重要性。公安工作高强度、高风险,心脏健康更是履职尽责的本钱。亭湖区人民医院将持续深化与公安系统的健康协作,把更多“听得懂、用得上”的医学知识送到干警身边。



扫一扫看视频
视频制作:金建华
图片摄影:龚骏

新闻速递

笃行不怠,勇攀技术高峰

市第七人民医院成功开展首例ECMO救治

□杨阳

近年来,多重感染、病情复杂的传染病危重症患者日益增多,转诊市外不仅增加转运风险,也加重了医保与群众负担。市第七人民医院立足区域传染病救治中心定位,提前谋划,科学决策,成立传染病危重症救治中心。目前,该中心已累计救治96例危重症病例,涵盖重症感染、感染性休克、呼吸循环及多脏器功能衰竭、急重症传染病等复杂病种,初步积累了各种传染病危重症救治的经验,为ECMO技术突破奠定了坚实基础。



总结经验,探索救治路径

在持续积累丰富临床救治经验的基础上,该院深入组织开展技术研讨,紧紧围绕复杂感染、多脏器功能支持、抗感染策略优化等关键领域和重点环节,定期举行多学科联合会诊与典型病例复盘分析,全面梳理诊疗过程中的经验与不足,系统总结形成规范化诊疗流程,并在此基础上逐步构建起一套科学严谨、系统完备的临床路径。

技术储备,布局ECMO生命支持

体外膜肺氧合(ECMO)技术被誉为危重症患者的“最后一道生命防线”。该院高度重视此项技术的临床应用,提前启动专项筹备工作,在人员培训、设备保障与机制建设等方面统筹推进:选派骨干医护人员系统学习ECMO设备操作与管理、围术期护理及并发症防控等核心技能,全面完善设备储备与应急预案,健全多部门协同联动与快速响应机制。通过系统化、规范化的前期准备,为ECMO技术的平稳落地与安全运行奠定了坚实基础。

实战检验,首例ECMO救治成功

3月16日,一名53岁女性患者

因重症肺炎、糖尿病酮症酸中毒由外地转入该院ICU。患者合并糖尿病、肺结核、甲亢等基础疾病,入科后病情迅速恶化。17日凌晨,患者突发呼吸衰竭合并心力衰竭,经积极抢救效果不佳。危急关头,团队联合区域医疗集团果断启动该院首例静脉-动脉体外膜肺氧合(VA-ECMO)支持。

医护团队日夜坚守,在抗凝与出血、容量管理与心功能保护之间精准平衡,以精细化护理托举生命。3月21日,特邀市第一人民医院ECMO团队来院指导,进一步优化管理流程。患者心功能逐步改善,3月23日经减流试验评估,顺利拔管脱机。目前患者已顺利出院。

本例ECMO技术的成功开展,标志着市第七人民医院在体外生命支持技术领域实现了零的突破,填补了该项技术的空白。作为盐城市感染性疾病救治联盟成员单位,该院始终致力于提升区域危重症救治水平。

该院将进一步夯实危重症救治基础,持续优化多学科协作机制,不断强化应用能力,努力成为全市急重症感染性疾病患者的救治搭建更加坚实、高效、可靠的技术平台。



东台市人民医院

获评A档位 奋进新征程

本报讯(周武)4月9日,2024年度国家三级公立医院绩效监测结果发布,东台市人民医院首次跻身档位A,以县域三甲之姿交出亮眼答卷,为“十五五”高质量发展开好局、起好步。

此次获评档位A,是该院深耕专科建设,强化技术创新,深化数智赋能,坚守公益为民的集中体现,更指引着全院向更高质量、更效率的发展目标持续迈进。站在“十五五”开局新起点,医院将锚定“强综合,

精专科,智急救,保健康”目标定位,聚焦“区域医疗中心、全域健康管理中心、AI+医疗创新应用中心”三位一体战略愿景,深入实施“名医、名科、名院”工程,以十大攻坚行动为抓手,持续做强临床重点专科,突破前沿技术,升级智慧医疗,深化医防融合,引领医共体提质,实干争先、走在前列,全力打造县域现代化未来医学中心,持续为群众提供全生命周期健康服务,奋力谱写健康东台建设新篇章。