



市卫健委举行“会诊转诊暨便民惠民实事”新闻发布会——

盐阜大众报医疗智能体全新亮相



□记者 姜琰

6月4日上午,位于盐阜大众报业集团12楼的盐城市新闻发布厅座无虚席,全市卫健系统在此举行“会诊转诊暨便民惠民实事”新闻发布会。市卫健委党委书记、主任王正一行会后观摩集团全新推出的医疗智能体。
“场景化、数智化、精细化是集团围绕1658战略布局开辟的三条硬赛道。”盐阜大众报业集团党委书记、社长周劲在陪同观摩时表示,将以场景应用与本土数据构建数智壁垒,以行业大模型与多模态产品再造内容链路,以产业大平台建设与技术创新推进系统性变革。

“没想到,发布会刚结束,医疗数字人AI播报视频新闻就能同步出片,效率令人震撼!”“真棒,医疗智能体不但能解答寻医问诊的常见疑问,而且能覆盖日常保健等多元场景,还能精准推送健康科普知识。”……
观摩现场,来自市直医疗卫生单位和各县(市、区)卫健委的负责人对盐阜大众报业集团数智化创新成果连连称赞:“数字人、AI播报、大模型、医疗智能体知识库以及盐城本地化部署的有机融合,让我们看见了与党媒合作的更大空间。”
随后,王正一行还集体观摩了数字人天团、健康产业大平台、医疗数字人系列短视频,在沉浸式交流体验中,实

地感受盐阜大众报业集团构建健康传播新格局的积极探索与显著成效。
“盐阜大众报在数智转型中的创新活力令人印象深刻。”王正表示,将以此次交流合作为契机深化全方位协作,共同推动健康科普传播与数智技术深度融合,为推进健康盐城建设、增进群众健康福祉注入新动能。
市一院、市三院、市疾控中心、市中医院、市七院、市妇保院、市四院、市二院、市口腔医院、市急救中心、市血站、市卫健发展中心负责人在参加观摩时表示,医疗智能体整合了寻医问诊全链条功能,有效破解群众看病难等痛点,彰显了数智化赋能健康惠民的生命力。
作为民生刚需,医疗健康一直是党媒深耕的重要行业。随着人工智能迅猛发展,盐阜大众报将医疗智能体作为健康惠民在地服务的新招数,让智慧医疗的健康红利直达群众,获得业界好评。
当前,“人工智能+医疗健康”已成为党媒深耕民生服务的主赛道,多家党媒布局医疗智能体,落地场景化健康惠民服务。上海报业、川报集团、长江日报等先后推出医疗智能体,打造24小时在线AI问诊、健康科普、专科咨询等服务。
智联万物,更要智慧民生。在2026数智新生态战略共创会上,盐阜大众报业集团联合市卫健委打造的医疗数字人“言筱医”惊艳亮相。中国

中医药报、市卫健委、市医保局和市一院负责人同步启动盐阜大众报“健康产业大平台”,联袂打造涵盖健康科普传播、数智惠民赋能的综合服务体。
长期以来,盐阜大众报业集团与市卫健委紧密协作,目前已与全系统60多家单位达成战略合作。通过开展“99”健康促进行动,累计举办健康素养巡讲300多场次。此次观摩交流为深化医媒数智融合搭建了良好桥梁。
下一步,盐阜大众报业集团将与全市卫健系统深度合作,持续优化健康产业大平台和医疗智能体建设,拓宽战略合作维度、深化惠民服务内涵。双方将共建数智传播新生态,让盐阜百姓持续感受健康惠民的民生温度与幸福质感。



我是盐阜大众报医疗数字人“言筱医”



扫一扫 看视频

视频:金建华
刘琪儿
摄影:李泓儒
黄一琪
孙宁
曹恒源

主办: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

夏季炎热,科学喝水有讲究

饮水方式:少量多次,主动补水

夏季气温高,出汗多,身体水分流失加快。坚持少量多次、主动补水,能有效预防脱水,减轻身体负担。

这种饮水方式可高效预防中暑和热射病。大量出汗会带走水分与电解质,等到口渴再猛喝水,身体往往已经处于脱水状态。持续主动补水能维持正常排汗,帮助身体散热,是防暑的关键。同时还能避免引发低钠血症,也就是常说的“水中毒”。夏季运动后一次性大量饮用白水,会快速稀释血液中的钠离子,造成头晕、恶心,严重时可能导致昏迷。少量多次饮水能让身体平稳吸收水分,运动后更建议饮用淡盐水或电解质饮料。

夏季人体血管扩张、心率加快,一次性大量喝水会骤然增加血容量,加重心脏与肾脏压力,少量多次补水则能维持体液平衡,不给器官增添负担。高温天气容易让人胃口变差、消化液分泌减少,分次补水不会冲淡胃酸,可改善胃肠功能、促进消化,避免胃部饱胀、肠鸣等问题,维持身体机能。此外,持续补水能减少皮肤水分流失,保持肌肤滋润,还可缓解脱水带来的疲劳、头痛、注意力不集中等情况,让人头脑清醒、情绪稳定。

饮品选择:首选白开水,避免长期大量饮用高糖饮料

白开水是夏季补水性价比最高的选择,不会给身体带来额外负担。可乐、果汁、奶茶等各类高糖饮料,并不适合作为日常补水饮品。

高糖饮料含糖量高,渗透压高于人体体液,饮用后身体需要调动细胞内水分来稀释糖分,往往越喝越渴,部分饮品含有的咖啡因还会起到利尿作用,进一步加剧脱水。夏季肠胃消化功能本就偏弱,代谢糖分需要消耗额外水分和能量,还会增加身体产热,加重暑热不适。冰镇甜饮虽入口凉爽,却容易刺激肠胃,同时干扰体温调节,影响正常出汗散热。
一瓶500毫升的甜饮料通常含有

40至60克糖分,这些隐形热量会造成血糖快速升降,让人产生疲惫感。长期用高糖饮料代替白开水,易造成内脏脂肪堆积、血脂异常。而且这类饮品饱腹感较强,会影响正常进食,其本身又缺少蛋白质、维生素等人体必需营养,容易造成营养摄入不足。如果觉得白开水口感单调,可以添加柠檬片、薄荷,或是冲泡淡茶,在不增加糖分的同时丰富口感。

饮水温度:以温凉接近室温为宜

夏季饮水优选10℃至30℃、接近室温的温凉水,既能呵护身体,也能保障正常散热。

夏季肠胃功能偏弱,大口饮用0℃至4℃的冰水,会强烈刺激胃黏膜血管收缩,引发胃痉挛、腹痛、腹泻。冰水还会误导体温调节中枢,抑制身体排汗,干扰正常散热。冰水带来的清凉感转瞬即逝,身体为调节内环境温度会额外产热,过后反而感觉更燥热。刚在高温环境活动完或是结束剧烈运动后,呼吸道处于扩张状态,此时饮用冰水,易引发喉咙痛、咳嗽,甚至诱发支气管痉挛,有哮喘病史的人群更要多加注意。另外,过烫的水会损伤食道黏膜,同样不宜饮用。

温凉水 and 人体液温度相近,能被肠胃快速吸收,补水效率更高。若实在想喝冰水,可提前从冰箱取出,在室温下放置5至10分钟再饮用,减少温差带来的刺激。

特殊场景:大量出汗后,适当补充电解质

长时间户外作业、高强度运动时,人体流失的不仅是水分,还有钠、钾等电解质。只单纯饮用白开水,会进一步稀释体内盐分,提升低钠血症的风险。

在高温环境中连续工作、运动超过一小时,或是出现头晕、恶心、乏力、肌肉抽筋等症状,就代表体内电解质已经失衡。这种情况下,不能只喝纯净水,饮用淡盐水或是正规电解质饮料,才是更安全的选择。

健 / 康 / 新 / 力 / 量 科 / 普 / 好 / 声 / 音

2026 盐城健康科普秀拉开帷幕

主办单位:盐城市科学技术协会 盐城市卫生健康委员会 盐阜大众报业集团
承办单位:盐城市卫生健康发展中心 盐城市医学会 盐阜大众报文化传媒公司
媒体支持:学习强国盐城学习平台 盐阜大众报 盐城晚报 盐城新闻网 我言新闻客户端 登瀛观察 官微



9th
健康科普秀