

东台市中医院特邀省城名医坐诊

□卞兰华

为持续提升群众就医获得感、幸福感与安全感,切实减轻群众异地就医负担,让百姓在“家门口”就能享受到省级优质医疗资源,东台市中医院特邀江苏省中西医结合医院主任中医师霍介格教授,于7月25日莅临医院坐诊,以专业诊疗服务为广大市民健康保驾护航。

霍介格教授为省名中医,省中西医结合医院肿瘤科主任、医学博士、博士生导师、南京中医药大学教授,同时担任国家中医临床基地重点病种负责

人、省中医消化肿瘤临床医学创新中心主任。凭借扎实的医术与突出的行业贡献,他先后获评江苏工匠、省“333”工程第二层次人才、省首届卫生拔尖人才、省中医药领军人才,全国及省老中医药专家学术经验继承指导老师。

在临床诊疗中,霍介格教授擅长各类肿瘤的中西医结合规范化治疗,主攻消化道肿瘤、肺癌、乳腺癌、脑瘤等常见恶性肿瘤的诊治。尤其擅长运用特色中医药疗法,为肿瘤放化疗患者

减毒增效,能够有效改善患者治疗期间的不适症状,修复身体机能,显著提升患者生活质量、延长生存期,凭借精准的诊疗、温和的调理方案,收获众多患者的认可与信赖。

陪诊医师吕霞为东台市中医院副主任中医师,毕业于南京中医药大学,拥有十余年肿瘤专科临床工作经验。其擅长肺癌、大肠癌、乳腺癌等各类肿瘤内科疾病的诊治,深耕肿瘤患者放化疗期间的中医药固本调理工作,熟练开展乳腺肿块、

体表包块、淋巴结等B超引导下穿刺活检手术,同时在肿瘤早期筛查、患者饮食营养调理与康复指导方面有着丰富的临床经验,将全程助力本次专家坐诊,为患者提供细致、专业的诊疗服务。

本次省级名医下沉坐诊机会难得,有诊疗需求的市民可提前预约就诊,就诊时请携带既往病历、影像报告、病理单据及放化疗记录等相关资料,便于专家精准研判病情,制定个性化诊疗与调理方案。

健康辟谣

亲爱的老爸老妈们:

随着公众对健康愈发关注,有不少“伪科学”和“养生谣言”打着“为你好”的旗号,损害群众健康。

全新的“健康辟谣”专栏内容由医疗专家把关,每篇都基于坚实的科学理论与临床实践。我们将紧跟健康热点,针对流传最广、危害最深的谣言,进行一一击破;用通俗易懂的语言,传递真正有益身心的健康知识和养生理念。

从“吃南瓜子降血糖”的误区,到“输液能通血管”的迷思;从对保健品的神化,到对常规药物的恐惧……我们将逐一探查,用科学厘清真相。

苦瓜冬瓜越苦越凉越解暑?



东台市中医院老年病科主任、主任中医师胡茜:入伏之后,高温暑湿天气频发,不少老年人秉持“瓜越苦、性越凉、解暑效果越强”

的养生认知,刻意挑选苦味浓重的苦瓜、冬瓜食用,认为苦味越重,清热祛暑功效越佳,这是典型的夏季饮食误区,盲目追求苦味瓜果,不仅无益养生,还易损伤脾胃,尤其不利于老年人身体健康。

中医食疗记载,苦瓜、冬瓜性寒,可清热解暑、利水祛湿,是夏季优质养生食材,但苦味轻重与解暑功效无正向关联。苦瓜的苦味多来自瓜瓢、籽部的生物碱,过量苦味物质会加重寒性刺激。老年人脾胃功能偏弱,长期食用极苦苦瓜,易引发脾胃虚寒,出现腹胀、腹泻、食欲不振等问题。而正常成熟、苦味适中的苦瓜,营养与药性

均衡,更适合老年群体食用。

冬瓜清甜微甘、含水量极高,核心解暑优势在于补水祛湿、清热消肿,本身几乎无苦味。部分发苦的冬瓜多为变质、未成熟或生长异常导致,不仅解暑功效大打折扣,食用后还可能刺激肠胃,引发身体不适,绝非“越苦越养生”。

老年人夏季吃瓜需理性适度。苦瓜可焯水减苦后烹饪,温和护脾胃;冬瓜优先选择新鲜清甜的果实,带皮煮汤祛湿效果更佳。夏季养生贵在温和调理,摒弃极端食补误区,顺应体质合理膳食,才能真正清热解暑、守护身心健康。

特约刊登:东台市中医院

盐城倍美口腔连续三年赴青海玉树助学

七月的高原,格桑花正灿然盛开。7月20日,盐城市红十字会党组成员、副会长徐维林,盐城倍美永康口腔门诊有限公司董事长陈林岗一行,带着黄海之滨人民的深厚情谊,跨越近三千公里路途,再次抵达青海玉树藏族自治州,开启了一场温暖人心的爱心助学与公益走访活动。这已是倍美口腔连续第三年走进青海玉树,也是企业将社会责任从承诺转化为持续行动的又一次实践。陈林岗用不变的初心,续写着这段跨越千里的爱心故事。

公益团队首先来到当地红十字会,为烈士家属、见义勇为家属、退役军人困难户、特困家庭以及红十字会专职志愿者送上慰问金,表达诚挚敬意与关怀。随后,一行人驱车抵达素有“万里长江第一县”之称的治多县。这里不仅是长江的源头,更是环保英雄杰桑·索南达杰的故乡。在英雄故居,团队成员认真聆听讲解,驻足凝视英雄生前的生活用品陈设与事迹史料,深受触动。离开故居,团队走进当地学校,为品学兼优的困难学生送

上爱心助学金。陈林岗与孩子们围坐谈心,详细了解他们的学习与生活状况,鼓励他们勇敢追梦。“看到孩子们清澈而渴望知识的眼神,我就知道这些年的坚持有多么值得。”陈林岗说,“青少年是祖国的未来,每一份微光汇聚,都能照亮他们的求学之路。帮助困难家庭学生顺利完成学业,是全社会的共同责任。”

走访过程中,公益团队继续深入素有“天边索加”之称的偏远牧区,沿着英雄杰桑·索南达杰早年的奋斗足迹,走访长江源第一小学和扎河乡寄宿制学校。在两所牧区学校,团队为家境贫寒但勤奋上进的学生送去助学金,鼓励他们用知识改变命运。接着,团队又赶往多彩乡索布查叶古冰川遗迹,实地勘察长江源区万年冰川的生态现状,认真听取当地管护队伍关于冰川监测和水源地保护的详细介绍。在草原露天座谈会上,大家与三江源生态管护员、牧民代表、村集体经济负责人围坐在一起,围绕冰川保护、野生动物救助、牧民转产增收等议题展开深



入交流,共话生态保护与可持续发展之路。

从最初的陌生到如今的牵挂,这片高原已成为陈林岗心中放不下的责任。“每一次到来,都能看到孩子们的变化,看到学校条件的改善,这就是我们坚持下去的动力。”在座谈会上,陈林岗明确表示,“企业的价值不仅体现在财务报表上,更体现在对社会实实在在的回馈。只要这些孩子还需要,我们就会一直做下去。”

黄河涛声越千年,黄海潮声入高原。倍美口腔自成立以来,

始终将社会责任融入企业发展战略,每年从经营利润中提取一定比例,专项用于助学、义诊等公益项目。除玉树外,该企业还曾远赴贵州、四川、甘肃等地开展公益活动。未来,这份跨越千里的携手之力,必将在高原大地沉淀为可感可知的变化,生长出民族团结、携手共进的绵长情谊,让公益之光照亮更多需要帮助的人。

纪载



扫一扫
看AI播报
视频:孙宁