



上海中医药大学台州医院

台州市中医院

2024 年第 2 期

总 070 期

浙企准字第J101号



台州市中医院
微信公众号

A 医院大事 实时动态

台州市中医院·主办 / 2024 年 4 月 30 日 / 星期二 / 本期 4 版 / 本期责任编辑:邱敏洁 / 内部资料 免费交流

我院召开第十一届职工工会会员代表大会第三次会议



3 月 15 日下午,台州市中医院第十一届职工工会会员代表大会第三次会议在急诊六楼多功能厅顺利召开。院党政领导班子成员、正式代表、列席代表、特邀代表等 122 名参加会议。

大会先后由工会主席洪优优、副主席王宇主持。

下午 1 点 40 分,各位代表在嘹亮的院歌声中陆续向大会报到。下午 2 点,大会在雄壮的《中华人民共和国国歌》中拉开帷幕后。

院党委书记徐雄平代表党委致辞,他强调今年是新中国成立 75 周

年,是落实“十四五”规划的攻坚之年,也是医院改革创新、强基固本、全面提升的重要一年。要坚持党对医院工作的全面领导,擘画高质量发展“路线图”;坚持强化学科建设延伸服务半径,凝聚高质量发展“牵引力”;坚持优化人才培养激活创新活力,打造高质量发展“生力军”;坚持细化服务标准厚植为民情怀,找准高质量发展“发力点”。全体干部职工要继续坚定信心、同心同德、埋头苦干、奋勇前进,以新的举措破解难题,以新的思路谋求发展,为续写高质量发展的新篇章再攀

高峰,向新中国成立 75 周年献礼!

院长张日初向大会作了题为《长风破浪 赢得未来》年度工作报告。2023 年是医院全面学习贯彻落实党的二十大精神开局之年,也是冲刺三甲医院的决胜之年。在市卫健委的坚强领导和大力支持下,院党政领导班子带领全院干部职工以习近平新时代中国特色社会主义思想、党的二十大精神为指导,以全力争创三甲医院为目标,国家公立医院绩效考核为抓手,戮力同心,长风破浪,顺利完成了三级甲等中医医院创建的历史性任务。紧紧围绕医院“十四五”发展目标,以打造“五大中心”、“六大体系”,实现高质量发展为着力点,高效统筹新阶段疫情防控与医院发展,创造性地开展工作,基本完成了全年的各项工作任务。(一)破难题不言弃,成功创建三级甲等中医医院;(二)强监管重考核,质量管理增添新内涵;(三)请进来走出去,学科发展开创新局面;(四)扬优势谋实效,中医药特色收获新成果;(五)抓基础提品质,科教人才取得新突破;(六)讲奉献惠民生,公益办医承

担新使命;(七)促改革提效能,医院管理流程再完善;(八)同呼吸共命运,团队精神激发新活力;(九)强引领促融合,党风廉政站上新高度。

在全面分析了医院的困境和短板后,张日初院长在报告中提出了 2024 年工作计划:(一)以德才兼备标准选拔高素质干部队伍;(二)以实时量化考核实现医疗质量全程监控;(三)以学科内涵提升培育中医药新质生产力;(四)以人才梯队建设夯实可持续发展动能;(五)以深化绩效考核构筑优绩优酬评价体系;(六)以保障精细化提升内部运营管理效能;(七)以清廉文化建设厚植党风廉政生态篱笆。

报告最后强调,2024 年风帆正举,蓄势待发,我们将继续在市卫健委的坚强领导下,紧紧围绕聚焦“两全”,打造“三大高地”,做强“四个支撑”,奋力跑在省域卫生健康现代化建设“第一方阵”目标要求,一张蓝图绘到底、一股劲干劲到底、一以贯之抓到底、一马当先冲到底,为推动医院更高质量发展而努力奋斗!

各代表团分组进行讨论,代表们

踊跃发言,积极建言献策,在开源节流、控制能耗、细化考核指标、加强人员培训培养、加强后勤保障、提高设备利用率、提高职工福利待遇等方面提出了许多建设性的意见和建议。

会议还对中层干部任职进行民主测评。

大会表决通过了关于医院工作报告的决议、医院财务预决算报告的决议、医院工会工作报告的决议、工会经费收支情况报告的决议。

最后,院长张日初在闭幕式讲话时强调,当下医院正处于高质量发展的关键时期,我们一刻也不能松懈,困难与挑战并存,要充分认识形势,以“长风破浪,赢得未来”的决心,推动医院跨越式发展。一是要提高站位谋发展;二是要锚定目标促变革;三是要压实责任发全力。以本次大会为契机,咬紧牙关奋前行,团结全院职工,万众一心,齐心协力,主动作为,主动担当,主动服务,超额完成今年目标。

晚上八点,大会圆满完成各项议程后,在《国际歌》歌声中闭幕。

文章来源:党政办

我院举办系列活动喜庆“三八”国际妇女节



为实现党和国家发展的宏伟蓝图,身处波澜壮阔的伟大时代中广大女性拥有无比广阔的施展才华的空间,让女性的力量绽放出新的华彩!今天,在属于“她”的节日里,让我们向所有的女性致以最崇高的敬意和祝福!

【巾帼芳华,共沐春风】

3 月 8 日早上,院领导带队为奋斗在各个岗位上的女职工送去精美的花束,带去诚挚的节日祝福。

岁月如歌,芳华似花,一句句深情的祝福,寄托着院领导对辛勤付出、默默奉献的女职工们的亲切关怀和高度肯定。多年来,广大女职工在岗位上踏实工作、敬业奉献,在保障人民健康和生命安全的卫生事业中,主动克服来自家庭和事业的双重压

力,奋战在临床一线、综合行政等岗位,辛勤工作、默默付出,取得了突出的成绩,她们是绽放在明媚春天里的铿锵玫瑰,为医院事业发展作出了重要贡献,撑起了医院的半边天,更为人民卫生健康事业增添光彩!

【砺沙成珠,淬炼匠心】

为活跃节日气氛,丰富女职工文化生活,缓解紧张繁忙的工作压力,3 月 7 日晚,医院工会举办了“砺沙成珠,绽放芳华”珍珠开蚌手工制作活动。院党委委员、护理部主任王秀蓉出席活动并致辞,工会主席洪优优和医院各个岗位的女职工共同参与活动。

活动过程中,专业工艺师详细讲述了珍珠的基本知识以及珍珠饰品的制作步骤,大家运用专业工具畅享开蚌“盲盒”,打造“私人订制”首饰的乐趣。活动现场气氛轻松愉快,女职工们通过取珠、浸洗、抛光等工序,用一颗颗匠心铸就了一件件独一无二的“艺术品”,既陶冶了情操、愉悦了身心,又加强了同事间的情感交流。

岁月从不败美人,优雅耐得住时光的打磨,莹润的珍珠为闪耀的首饰焕发独特的光彩,广大女性如明珠般闪耀在时代的功勋章上,也将巾帼梦与中国梦同频共振,续写新时代的荣光。

【初心不改,共赴未来】

不同时代、不同职业的女性,都在中华民族伟大复兴的新征程上与时俱进、锐意创新、开拓进取,释放多样魅力和坚定力量。习近平总书记指出“纵观历史,没有妇女解放和进步,就没有人类解放和进步”。中国妇女坚定不移听党话、矢志不渝跟党走,展示了崇高的信仰与伟大的精神。医院工会借此佳期为全院女职工发放观影券,在不平凡的日子,在影片中感受“她”的魅力,获取“她”的力量。女性的柔软与刚硬、脆弱与强大、好奇与探索都证明,女性的伟大和无限可能!

我见过她,先做了母亲,先做了妻子,先做了女儿,才做了自己。我见过她,丰富了“美”这一字,今天,是三八妇女节,愿所有女性永远都有爱与被爱的能力,有柔软的心肠,更有坚硬的铠甲,追自己的梦想,做时代的英雄。

作者:护理部 周杭临

胎动不安保胎，原来还能靠它……

案例分享:小李因自觉下腹隐痛、腰酸等症状于 2023 年 11 月来我院妇科就诊。来院时,她非常紧张、焦急,自诉曾流产过两次……经医生诊断后,医嘱予黄体酮肌肉注射+中药内服+穴位贴敷中西医结合治疗,因来回奔波不便,小李预约了上门护理服务,经过 7 天的治疗与健康指导,小李的不适症状有所改善。在后续待产中,门诊产检均正常,给家庭带去了希望。

上门护理服务详情:关注“台州市中医院”公众号→选择“诊疗”栏目→点击“互联网门诊”→选择“上门护理”→选择服务项目、预约时间→按指导填写内容→成功下单→护士接单后短信或电话联系通知(注意接听)→等候护士上门。台州居民只需要点点手指,电话预约,足不出户即可享受我院护理团队提供的便捷、规范、专业的“安心护理”服务。

特色保胎治疗

常规西医疗:西医治疗先兆流产通过补充孕激素,主要弥补卵巢黄体功能不足而导致的孕酮低下,包括:肌肉注射黄体酮、口服黄体酮胶囊,或两者联合使用。治疗过程中,嘱患者保证充足的睡眠时间,多卧床休息,保持情绪稳定。

中医特色治疗:中药内服+穴位贴敷+中医药膳。在西医疗的同时,运用中医疗法,辨证论治,专人专方,着重于调理与激发脏腑自身功能来维持妊娠,调理冲任,安胎固本,壮母益胎。

【穴位贴敷】通过辨证论治,运用不同的中药方剂研磨成粉,加入蜂蜜、

温水搅拌均匀后制作成药丸,将药丸放于穴位空贴中,选取合适的人体穴位对应脏腑气机,从而达到治疗的目的,增强保胎治疗的效果。既安全又有效,且患者易于接受。

【中医药膳】孕妇保胎时,可以根据自身体质,相应选择补气、固本食物、益血安胎食物、清热养血食物等,调理身体。注:专人专方,需经专业中医师辨证施方,切勿自行服用。

① 苎麻根糯米粥。原料:苎麻根 60 克,红枣 10 枚,糯米 100 克。制法:将苎麻根加水 1000 毫升,煎至 500 毫升,然后去渣取汁,在煎汁中加入糯米、红枣,煮成粥,粥熟后即可服用。作用与特点:苎麻根为苎麻的干燥根及根茎,其味甘性寒,无毒,具有清热、止血、安胎之功效;大枣味甘性平,具有补中益气、养血安胎之效;糯米味甘性微温,具有补脾胃、益气血的作用。上药合用具有清热补虚、止血安胎之功效。

② 杜仲鸡。原料:约重 500 克的乌骨鸡 1 只,炒杜仲、桑寄生各 30 克。制法:先将乌骨鸡去除杂毛和内脏,用纱布将杜仲和桑寄生包好放入鸡腹内,然后加水将鸡煮至烂熟。之后将鸡腹内的杜仲和桑寄生丢弃,加入调料,即可食用。可饮汤食鸡,分 2-3 次吃完。作用与特点:乌骨鸡味甘性平偏温,可益五脏、补虚损,具有强筋骨、调月经、止白带的功效,是补虚之佳品;杜仲味甘微辛性温,可补肝肾、壮筋骨,为安胎之良药;桑寄生味微苦性平,可补肝肾、强筋骨,也是安胎之良药。上药合用具有补益肝肾、强筋壮骨、止漏安胎之功效。

文章来源:台中护理

台州市中医院儿童口腔专科门诊开诊啦!

为了微笑更甜美,牙齿健康不容忽视。呵护微笑,从娃娃抓起。从 4 月 13 日起,台州市中医院儿童口腔专科门诊开诊啦! 儿童口腔专

科门诊专注于为每一位小朋友提供最温柔、最贴心的口腔护理服务。

就诊时间:周六、周日上午。

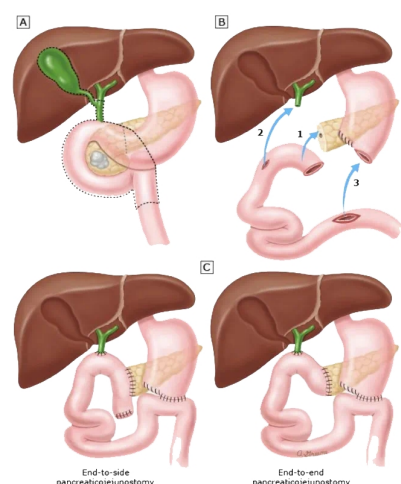
就诊地点:口腔特需 vip 门诊

(医院南门沿街店铺景福药店隔壁)。

预约方式:台州市中医院公众账号平台 院内人工或自助机挂号

以 病 人 为 中 心 / 以 医 疗 质 量 为 核 心 / 发 挥 中 医 药 特 色 优 势

快看,这几位医生在攀登“珠穆朗玛峰”!



胰十二指肠切除术操作复杂,术后并发症发生率较高,是腹部外科除了肝脏移植外最复杂的手术,是外科医师要攀登的“珠穆朗玛峰”。近日,我院普通外科成功开展了首例胰十二指肠切除术,患者目前恢复良好。

【**病例介绍**】68 岁的福先生,发现尿黄目黄 10 天,于是来到台州市中医院普外科就诊。检查发现患者胆红素:138.8 μ mol/L $\uparrow$,进一步

查了 MRCP(胰胆管水成像)提示胆总管中下段占位伴胆道梗阻考虑。结合患者的主诉及相关检查结果考虑很可能是得了胆管肿瘤,导致了胆管梗阻才引发了黄疸的症状。在仔细了解患者的病情,并结合其症状、体征及初步影像学检查结果后,手术是患者的最佳方案。

征得患者及家属的同意,由普外科王安华副主任医师团队成功开展了全院首例胰十二指肠切除术。术前全科人员讨论,结合患者的病情及各项检查制定了详细的手术治疗方案,术中发现肿瘤侵犯肝脏,予切除肝脏转移灶。术后经过普外科全体医护人员的精心护理,结合患者病情制定了个性化的康复方案。目前患者已下床活动,无并发症发生,恢复良好。术后病理提示胆总管低分化胆管细胞癌,局灶肉瘤样分化,侵犯胆总管全层至胰腺组织。

胆管细胞癌早期患者无明显症状,影像学表现为胆总管扩张伴或不伴胰管扩张,患者多以急性胆管炎或皮肤巩膜及小便色黄为首发症状,普通影像学检查极易漏诊,需行上腹部增强 CT、核磁共振、胃镜、超声内镜、PET-CT 及 ERCP 等检查进一步明确诊断。

若病情进展则会发生腹痛、腹胀、食欲下降、消瘦和瘙痒,严重影响生活质量与生存时间。

【**胰十二指肠切除术**】胰十二指肠切除术是目前解决胆总管下段肿瘤的唯一有效方法,也是目前肝胆外科难度最大、最具挑战的手术,曾被称为普外科界的“珠穆朗玛峰”。该手术切除范围:包括胰头部、胃窦部、十二指肠、胆囊、胆总管及周围淋巴结组织,还需要完成消化道重建(胰肠吻合、胆肠吻合、胃肠吻合)。肿瘤位于胆总管,在解剖学上,胰头包裹着肝总管下端,又被十二指肠紧紧包裹着;同时,胰管中的胰液与胆总管中的胆汁汇合,经 Oddis 括约肌流入十二指肠,三处管道交汇于胰头处,犹如一座“立交桥”。由于切除器官多,目标脏器位置深,周围大量血管包绕,手术宛如拆除一座“立交桥”,难度和风险极大,术后主要并发症发生率也高达 40%,要想完整的切除该部位的肿瘤,就必须拆除这座“立交桥”,并为各处的消化液修建新的道路以保证引流通畅。

在重建消化道的过程中,最具挑战性的是胰肠吻合,它素来被外科医生称为“死亡之吻”。因为胰腺组织质地较脆,容易撕裂损伤,在胰腺上缝合可以比喻为“在豆腐上绣花”,对外科医生的技术、体力与毅力是较大的挑战。

首例胰十二指肠切除术手术的成功开展,标志着我院在腹部外科领域达到一个新高度。

作者:普外科 应荣刚/章赞

不用开刀的“开刀”,疼痛僵硬的手臂就能举起来?

清明节刚过,椒江的尹女士感觉自己的手臂终于能高举起来了,高兴之余,忍不住对台州市中医院骨伤科的李顺东医师赞不绝口!尹女士想不到折磨她达半年之久的肩关节疼痛僵硬,通过小针刀会有这么好的治疗效果。

尹女士今年 54 岁,半年前莫名其妙的感觉左肩膀酸痛,当时也不太在意。可过几天越来越严重,疼痛也愈加明显,渐渐的肩膀也举不起来了,晚上也睡不着觉,甚至有时晚上睡觉的时候,痛的更厉害,严重影响身心健康和

顺东医师运用小针刀对肩关节特定肌腱的松解,达到疏通经络的效果。经过简单的几“刀”,尹女士感觉疼痛缓解,活动大幅改善。

4 月 6 日,尹女士再次来到李顺东医师的诊室,此刻,她的肩关节疼痛基本缓解,已经能轻松举高了。

像这样的事例,在李顺东医师的诊室已经数不胜数了。李顺东 2013 年从浙江中医药大学骨伤专业硕士毕业后进入台州市中医院,在继承中医骨伤的基础上,不断学习现代医学技

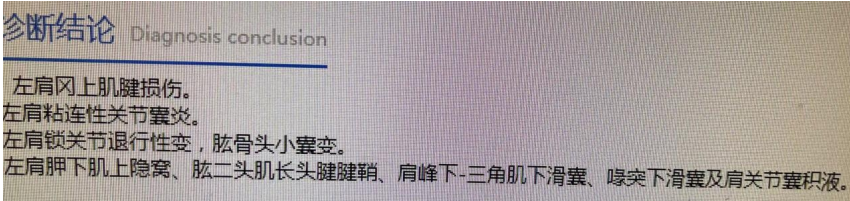
【**科普小知识**】小针刀是种特殊的医疗器具,与普通的毫针有一定的差别。普通毫针的针身由不锈钢制成,通常柔韧性比较好,可以弯起来;小针刀针身比较硬,而且有刃,可以进行切割和铲拨。

小针刀疗法是一种介于手术方法和非手术疗法之间的闭合性松解术,是在切开性手术方法的基础上结合针刺方法形成的,在病变部位进行轻松的切割、剥离等不同方式的刺激,以达到止痛祛病目的。即以针的形态刺入机体,发挥刀的切割作用治疗疾病。因此小针刀主要用于骨伤科疾病,对颈椎病、肱骨外上踝炎(网球肘)、屈指肌腱狭窄性腱鞘炎(弹响指)、足跟痛(足跟骨刺)、慢性腰肌劳损等具有一定的疗效。小针刀是传统中医学的“针”和现代医学的“刀”二者的巧妙结合,很多时候都是一针见“笑”。

小针刀的优势:①简:治疗简单,无切口、不流血,患者痛苦小;②便:应用方便,一枚针刀、一副手套,皮肤常规消毒即可施术;③廉:费用低廉,治疗成本低,治疗费用低;④验:疗效明显,一次见效,大部分数次治愈,有的一次即可治愈。

小针刀在医学上实现五大转变:1、将大量疾病从不治变为可治;2、将难治变为速愈;3、将开放性手术变为闭合性手术;4、将复杂治疗变为简单治疗;5、将损伤型、痛苦型治疗变为近于无损伤、无痛苦治疗。

作者:骨科(1) 徐荣敏



这是尹女士 1 月份肩关节磁共振显示

日常生活。

这半年来,尹女士到处求诊问药,辗转多家医院,也经过多方面治疗,包括针灸、推拿、中药、理疗等等,以及自身锻炼,可一直不见好转,让尹女士身心疲惫。

今年 3 月 16 日,尹女士慕名找到了台州市中医院骨伤科李顺东医师。李医师通过问诊、查体和阅片,认为李女士肩膀疼痛僵硬属于中医范畴的“冻结肩”,是寒凝血瘀导致,现代医学认为主要是由一些肌腱粘连引起的。李

术。近几年通过深入学习小针刀基础理论知识,经常参加针刀解剖和实践学习班,熟练掌握小针刀技术。

对于一些常见颈肩腰腿痛患者,运用小针刀技术往往起到立竿见影的效果。他在中医基础理论的指导下,对于一些顽固性软组织疼痛,结合外科精细解剖学、立体解剖学、动态解剖学、体表定位学,运用针刀调理阴阳、疏通经络,改善人体力学失衡,讲究安全有效舒适,得到患者的高度认可!

我患的是干眼症,为什么要点降眼压眼药水?

几个月前,35 岁的小王因双眼干涩酸痛等不适症状甚受困扰,曾在其它医院就诊,确诊为“结膜炎、干眼症”,使用过数种眼药水,但效果均不理想。于是,小王近期来到我院眼科干眼门诊就诊,要求针对干眼症检查并治疗。

周医师通过检查发现,患者不仅患有双眼干眼症,同时患有右眼激素性高血压。追问病史,患者无青光眼病史以及青光眼家族史,但期间曾使用过激素药物,刚发病时偶尔使用过氟米龙滴眼液,最近 2 周一直使用妥布霉素地塞米松滴眼液。

针对病情,周医生开出了处方:立即停止使用任何激素类眼药水,然后予噻吗洛尔滴眼液等降眼压眼药水点右眼,另外干眼治疗(热敷、熏蒸、睑板腺按摩)暂停。

治疗两天后,患者回院复查。周医师嘱患者停用噻吗洛尔滴眼液,继续使用玻璃酸钠滴眼液点双眼,以缓解干眼症状。一周后,患者再次回院复查,基本恢复正常。

为什么患者没有青光眼病史,却出现眼压升

高的表现?患者在其它医院就诊后用了很多眼药水,其中有激素眼药水——妥布霉素地塞米松滴眼液、氟米龙滴眼液。激素类眼药水是眼科常见的抗炎药,具有较强的抗炎、抗过敏、抑制免疫、改善新陈代谢等作用,疗效确切,可治疗很多眼部疾病,如干眼症、过敏性结膜炎、葡萄膜炎等,也可用于眼科手术后减轻水肿,炎症反应等治疗。但它也是一柄双刃剑,对于眼睛来说有一个不容忽视的副作用——眼压升高。眼压升高可发生在开始治疗后数天到数年内,除个别患者有类似急性青光眼的症状,如眼睛酸痛胀痛、头痛、视力急剧下降等,大部分患者的眼压都是逐步上升的,所以本文中的患者没有出现明显的眼部不适症状。

眼压升高的问题不仅与眼局部使用激素有关,还可见于全身用药者,如口服、肌注、吸入、静脉滴注以及皮肤用药等。当使用局部激素治疗时,约有三分之一的患者会出现眼压升高,升高的程度通常在 6~15mmHg 之间,可见由激素引起的眼压升高幅度还是很大的。此外,使用激素的

时间越长,受影响的患者比例也会增加。

激素药物引起眼压升高的机理?目前认为,糖皮质激素滴用时间过久或滴用次数过多,容易引起小梁组织的结构和功能的改变,进而影响小梁组织通路的房水循环,进而引起眼压升高。

如果患者一直使用激素药水,会出现怎样的后果?文中的患者最近使用激素眼药水大约连续两周左右就出现眼压异常的现象,因为发现较早,马上停止使用激素药物,同时配合降眼压的眼药水,所以患者的右眼眼压很快就恢复正常,而左眼在停止使用激素药物以后,没有使用降眼压眼药水,眼压也持续下降。如果患者没到医院检查眼压,一直使用激素类药物,眼压有可能会持续升高,出现激素性高血压,进而会导致视神经不可逆损伤,就有可能产生激素性青光眼,严重时患者即使停药,甚至使用降眼压药物,眼压也无法恢复正常,需要进行青光眼手术治疗,以控制眼压。

除了上述“激素性高血压或激素性青光眼”的副作用,长期使用激素药物,还有可能会出现

早也盼,晚也盼,期待了十多年的王女士终于盼来了好消息,2024 年 2 月 29 日 B 超显示:早孕,见胎心。

今年 39 岁王女士,18 年前生一子。后于 2018 年妊娠,孕 8 周时胎停在台州医院行人流术,查胚胎染色体异常。2019 再次妊娠,又于孕 9 周时胎停在杭州市中医院行人流术,查胚胎染色体异常。近 5 年未避孕未再孕,经人推荐求诊于台州市中医院中医妇科副主任(主持工作)、主任中医师陈丽敏。陈主任予以进一步完善相关检查,发现夫妻双方染色体正常,促卵泡生成激素偏高,双侧窦卵泡小于 6 枚,子宫内膜薄,丈夫少精症、弱精子症、畸精症,女方高龄,卵巢功能减退,因患者两次不良妊娠结局、身心状况和年龄问题,予以中医药调理半年,丈夫调理两月后建议转诊上海长海医院张慧琴教授组进行辅助生殖技术。

2023 年 9 月,上海长海医院张慧琴教授来台州市中医院面诊后,考虑患者两次不良妊娠缘于胚胎染色体异常,建议行三代试管辅助生殖。取卵后 11 月 3 日获得两枚囊胚,11 月 27 日经胚胎实验室松主任培养筛选后仅成一枚优质胚胎,张教授仔细检查分析患者血指标及子宫情况,给予精准的移植方案,于 2024 年 1 月 30 日移植这枚珍贵的囊胚,幸运的是 2 月 9 日首次查 HCG 达 382.00U/L。之后我院中医妇科团队定期给患者监测相关指标,HCG 翻倍良好,根据检测指标和身体情况及时调整中西用药,并配合中医保胎外治治疗,增加母胎对胚胎的耐受性,及时予以心理疏导,为患者移植后保胎保驾护航,患者 2 月 29 日 B 超显示:早孕,见胎心。

何为复发性流产?临床上指连续发生 2 次或 2 次以上的自然流产者称为复发性流产(RSA)。引起复发性流产的病因如遗传因素、染色体异常的胚胎多数会发生流产,极少数可能继续发育形成胎儿,但出生后也会发生某些功能异常或合并畸形。还与孕妇黄体功能不全、甲状腺功能低下、先天性子宫畸形、子宫发育异常、宫腔粘连、子宫肌瘤、染色体异常、自身免疫等有关。或者环境因素砷、铅、甲醛、苯等化学和放射性物质过多接触,造成复发性流产。随着二胎三胎政策的开放,高龄产妇增加,配子质量会随着年龄增长下降,发生基因突变的概率增加,也是发生复发性流产的原因之一。

何为第三代试管婴儿技术?第三代试管婴儿技术也称胚胎植入前遗传学诊断(PGD/PGS),是胚胎植入前对胚胎进行基因突变或染色体检测,选择正常的胚胎进行移植。主要为有遗传疾病的父母提供生育健康宝宝的机会。如果女性出现反复流产的情况时,通过 PGS 技术可以选择正常的胚胎,减少流产的可能性。想生龙宝宝的夫妇赶紧行动起来吧!有任何生育方面的问题都可以来医院中医妇科(妇科 2)就诊咨询,助您好“孕”!

作者:妇科(2) 卢杏芬

复发性流产怎么办? 中医药联合辅助生殖能助「孕」吗?

激素性白内障、角膜溃疡等。因此,在使用该药物前,尤其是局部用药,临床医生应向患者交代可能会出现眼压升高的情况,一旦出现不适,马上停用药物并及时到医院就诊。

哪一类眼药水属于激素类眼药水?常见的含有激素的滴眼液有很多,药名中多带“松”“龙”“泼”等字眼,含有的激素一般是指皮质类固醇激素。

平时我们应该怎样预防激素性高血压或激素性青光眼?目前一般认为,两周内使用激素滴眼液发生不良反应的风险很小,所以无需“谈激素色变、视激素如猛兽”,而抗拒使用激素类药物。1、遵医嘱用药:不能因为激素滴眼液有显著疗效而擅自滥用。2、按时复查:开始激素治疗之前,先检查一下眼压。然后在治疗后的第一个月内,每一周或两周检查一次眼压,接下来可每月检查一次。3、如果发现眼部有任何不适症状,应赶紧停止使用。必要时需要及时使用药物,甚至手术治疗,防止激素性青光眼的发生。

作者:眼科 周懿燕

中高考“撞上”大姨妈，有调节“秘方”吗？

又到了一年的考试季，马上迎来了中考体育考试，还有即将到来的高考、中考，对于女同学们而言，重要时刻来“大姨妈”，着实让人痛不欲生。

月经期会有哪些不适？一般月经期无特殊症状。但由于经期出现盆腔充血及前列腺素的作用，部分女性会出现痛经、头痛、乳房胀痛、胃肠功能紊乱、情绪改变、注意力不集中、记忆减退等症状。如果月经期仅仅有轻微不适感，对日常生活没有明显影响的，不建议调经。

哪些情况下需要调经？考试期如何避开经期？(1)月经期痛经明显的女生，月经来潮时下腹疼痛较明显，甚至出现恶心、呕吐、冒汗等会影响日常学习、生活，或者平素需要服用止痛药才能缓解。(2)平时月经量偏多的女生，需要频繁更换卫生巾。月经期容易出现头晕、乏力，睡眠不佳的女生。(3)中考体育考试，特别是选择游泳的女考生。

推迟月经的“秘方”：(1)口服短效避孕药。方法：如果平时月经规律，一般在月经第 1~5 天开始口服，每天 1 粒，直至考试结束停药，停药一周内来月经。目前市场上的短效口服避孕药有达英-35、优思明、优思悦、妈富隆等。举例：末次月经 5 月 7 日，因 6 月 7 日至 8 日考试，要求之后再来月经，故建议服药方案为：5 月 11 日开始服药，每天 1 粒，连续服用至 6 月 8 日，随后停药，停药一周内来月经。效果：推迟月经较有效的方法。如果口服时间已经超过了月经第 5 天，只要不是临近下次月经，依然有效。注意：短效口服避孕药非紧急避孕药，也不是长效避孕药，需要每天固定时间服用，切勿漏服，否则容易“出血”。

(2)口服孕激素。方法：如果平时月经规律，于下次月经来潮前 7~10 天开始使用孕激素，考试结束停药。可以口服，也可以注射。推荐使用天然黄体酮或地屈孕酮。举例：月经规律前提下，预计下次月经 6 月

7 日，因 6 月 7 日至 8 日考试，建议服药方案为：5 月 28 日开始用药，连续服用至 6 月 8 日随后停药，停药一周内来月经。效果：这种方法更适合月经规律的女生。如果据下次月经前 3~4 天才开始口服孕激素，有可能无法推迟月经，效果较避孕药物差。每天注射黄体酮针显然不方便，一般不推荐。对于那些月经周期不规律或者精神高度紧张的女生，面对高考就有可能出现月经提前或乱出血，因此，用此方法并不是百分之百有效，有些服药过程中可能来月经。注意：天然黄体酮有镇静嗜睡的作用，尽量晚上睡前服药。

(3)中医药。中药可服用温经汤、少腹逐瘀汤等；中医操作有穴位贴敷（暖宫贴）、针灸等，可起到活血化瘀、通络止痛的作用，从而缓解经期不适的症状。

温馨提示：所有用药需到正规医院，在专业医师指导下使用。

作者：妇科(1) 何莉莉

咳咳咳，孩子咳不停，小心“百日咳”！

“医生，我们孩子咳嗽都快半个月了，越咳越厉害，一咳就停不下来，咳咳还吐，晚上更凶，脸涨得通红，药吃了，雾化做了，片子拍了，就是不见好，可怎么办啊！”家长直发愁，医生一查又是“百日咳”。

从 3 月份以来，台州市中医院儿科确诊了多例“百日咳”患者，年龄从 2 个月到 10 来岁不等，有的一咳就吐，有些一咳小脸憋得通红，咳得喘不上气，甚至出现发绀、窒息！

根据国家疾病预防控制中心法定传染病疫情通报，2024 年 1~2 月，全国报告百日咳 32380 例，是 2023 年同期的近 23 倍，并连续两月居乙类传染病发病数的第 4 位。仅两个月时间，百日咳死亡病例已有 13 例。家长们该警惕“百日咳”来袭！

什么是百日咳？百日咳是由百日咳鲍特杆菌引起的急性传染病，

传染性强，一般 7~14 天。**百日咳的传播途径？**人类是百日咳杆菌的唯一宿主，人群普遍易感，5 岁以下儿童多发。主要通过呼吸道飞沫传播，也可经密切接触传播。**百日咳的症状表现？**百日咳可分为卡他期、痉咳期及恢复期。卡他期：一般 1~2 周，有流鼻涕、打喷嚏、阵发性咳嗽等感冒症状。痉咳期：一般 2~6 周，甚至可达 2 个月以上，表现为阵发性痉挛性咳嗽，咳末有特殊的“鸡鸣样回声”，夜间咳嗽更重，小婴儿甚至会出现呼吸暂停，面色发绀等。恢复期：持续数周或数月，咳嗽逐渐好转。

百日咳可不是咳咳就算了？百日咳还会引发多种并发症，多见于新生儿和 6 月龄以下婴儿，以肺炎最常见，也可并发肺不张、气胸、纵隔气肿、皮下气肿、肺动脉高压、窒息和脑病等。

百日咳的防治：1、及时就医，百日咳病原学检验现在我院门诊就能完成。2、保持空气流通。百日咳患者由于频繁剧烈的痉挛性咳嗽，易造成氧气不足，应有较多的氧气补充，在室内也尽量保持空气新鲜流通。空气干燥时，适当增加湿度，可用加湿器或用湿拖布擦地，保持室内湿度在 50%左右。3、营养均衡，适当运动。百日咳病期长，对患者的身体消耗很大，所以既不可不让患者活动，又不可放纵不管，要有足够的营养及休息，所以活动应当适度。4、避免烟尘刺激。避免香烟、油烟、粉尘等刺激患儿气道。5、避免与其它疾病患儿接触，以免感染或引起别的并发症。6、接种疫苗，这是防治百日咳最有效的措施。儿童应该在出生后 3、4、5 个月龄各接种 1 剂百日咳疫苗，出生后 18 个月龄加强 1 剂。

作者：儿科 丁珊

立夏药膳：清心安神，健脾祛湿



立夏是夏季的第一个节气，表示盛夏时节的正式开始。天气逐渐炎热，人体的阳气外胜于表，人常容易感觉心烦、燥闷、睡不好觉等。立夏节气应养心安神，助肝调胃，饮食以清淡为主，多吃甘寒、甘平的食物，不宜膏粱肥厚，多吃清心安神的食物：柏子仁、莲子、百合、小枣等，来改善烦躁，调节情绪。

立夏之后，南方的天气大多又热又潮湿，“湿邪”和“热邪”强强联合，一起侵袭人体，人体的脾胃功能下降，皮肤出汗、出油增多，容易心烦、急躁，出现各种湿热症状的人群增多。平时可以用祛湿健脾的中药做一些养生药膳，如山药、薏苡仁、

莲子、茯苓、赤小豆等。下面给大家推荐几款适合立夏节气服用的药膳。

【莲子猪心汤】
材料：猪心 1 只，莲子 20 克，龙眼肉 20 克，鲜山药 100 克，生姜适量。做法：1、猪心清理干净切片焯水后备用，龙眼肉、莲子清水浸泡 30 分钟，鲜山药洗净切段，生姜洗净切片；2、将上述材料一起放入砂锅中，加适量清水，煮沸后文火煲 40~60 分钟，加入适量盐调味即可。功效：清心安神，补益心脾。

【八宝荷叶饭】材料：鲜荷叶（若用干荷叶需先用水泡软）1 张，芡实、莲子、薏苡仁各 15 克，糯米 50 克，大枣 10 克，荸荠及百合各 60 克。做法：1、百合、糯米、莲子、薏苡仁、芡实洗净，泡涨；2、荸荠切成如豌豆大小的丁；3、以上各料用荷叶包裹，马兰草扎紧，放入锅中，加水没过，煮开后改文火继续煮熟焖烂；4、将煮好的饭翻扣在汤盘内，打开荷叶即可食用。功效：健脾祛湿，益

肺滋肾。

【四神养心粥】用料：山药、芡实、莲子、茯苓各 15 克，粳米 150 克（约 3 人量）。做法：将山药、芡实、莲子肉、茯苓洗净，粳米淘洗干净，共同放入砂锅中，大火煮开，转中小火熬煮半个小时左右即可。功效：益气清心，健脾祛湿。

【荷豆陈皮老鸭汤】材料：老母鸭 1 只，鲜荷叶 100 克，鲜藕 300 克，鲜白扁豆 300 克（若用干品用量为鲜品的 1/3 左右），陈皮 20 克，火腿 200 克，调料适量。做法：1、老母鸭和火腿肉处理干净备用（炖汤一般用老母鸭，汤比较好喝）；2、鲜荷叶、鲜藕、鲜白扁豆、陈皮洗净备用；3、把鸭肉和火腿肉放入炖罐，加入鲜荷叶、鲜藕、鲜白扁豆、陈皮、姜片、料酒、盐适量，加足水，放入炖罐炖 2~3 小时。功效：清热消暑，生津止渴，健脾利湿，行气和胃。注意：对动物蛋白过敏的人群不宜食用。

【菊花麦冬枸杞子茶】材料：菊花 10 克，麦冬 10 克，枸杞子 10 克。做法：将所有材料洗干净，放入茶杯中，然后以沸水冲泡闷透即可饮用。功效：润肺清心，养阴生津，清心除烦。

作者：中药科 杨红燕

近日，《椒江发布》《台州交通广播》等主流媒体发布的《16 岁学生心脏骤停，靠它获救！》的消息引起了大家的广泛关注，说的是椒江一名 16 岁学生在校期间突发心脏骤停，失去意识。生死关头，校医使用校内 AED（自动体外除颤器）对患者进行急救，抓住了宝贵的先期抢救时间，后由 120 紧急送往医院作进一步治疗，目前患者已恢复自主意识。这是椒江区在公共场所推进 AED 设备以来首例成功抢救患者的案例，实现了社会急救到院前急救再到院内急救的全流程急救的打通。对于患者来说，抢救时间非常重要的，是时间和生命的竞速。在现场第一时间使用 AED 大大增加了急救的成功率。那么，什么是 AED（自动体外除颤器）呢？

AED，中文名自动体外除颤器，在我们城市很多公共场合都有放置。AED 又被称为救命神器，专门用于心脏骤停的急救。心脏骤停是指心脏跳着跳着突然停掉。心脏停止跳动就意味着我们的身体没有了血流，没有了氧气，没有了营养物质，像庄稼得不到水的灌溉就会干涸而死。研究发现，心脏骤停超过 4 分钟，脑组织就会发生永久性损害，所以我们要抓紧黄金 4 分钟争分夺秒的进行抢救。在现场除了马上要进行心肺复苏，及时使用 AED 甚至更加重要。研究证明使用 AED 越早越好，抢救成功率越高。

为什么 AED 有如此神效？正常的心脏跳动很有力，能把富含氧气以及营养物质的血液输送到全身各处。当发生了心脏颤动，心脏不能有效的收缩，血液送不出去，这时进行电除颤特别有效。心脏这样颤动，是心搏骤停最常见的类型，大概占了 65%-80%，这时最需要来一次电击，AED 电击除颤后心脏恢复了正常的跳动。所以我们的胸外按压仅仅是替代了心脏的作用，但是很难让他恢复跳动，而 AED 却有希望能恢复心脏跳动。

AED 是怎样工作的？AED 能自动分析识别可除颤的心律（室颤或无脉性的室速），识别后通过释放控制电流来重置心脏的电信号，相当于电脑重启，让心脏的起搏细胞重新开始协调地工作。这样一来，心脏就有机会恢复自主跳动，从而恢复对身体的血液输送功能。

AED 怎么操作？遇见有人突然倒地，不要慌，首先要快速判断患者的反应，如果呼吸也没有，胸廓无起伏，立即拨打 120，告知周边人员就近获取 AED，对患者进行心肺复苏（胸外按压+人工呼吸）。AED 一旦拿到，立即使用，操作也特别简单，六个字：“开电源、听指示”。具体就是一开电源二贴片三插插头四除颤。第一步：打开电源。有的 AED 我们只要打开电源它就会自动开机。开机后会有语音提示。第二步贴上电极片。我们听它的指示拿出电极片，上面



都有图示，右侧贴在右上胸壁（锁骨下方），左侧贴在左乳头外侧，在裸露的皮肤上贴紧，如果身上有水有汗要擦干，有体毛也要清除干净。第三步插上插头。插头插好之后 AED 会自动分析心律，此时要确保急救人员和旁观者不与患者接触，避免影响仪器分析心律。第四步是除颤。当分析有需除颤的心律时（室颤或无脉性室速），电容器往往会自动充电，并有声音或指示灯提示。按“电击”键前必须确定已无人接触病人，或大声宣布“离开”。电击时，患者会出现突然抽搐。第一次电击完成后，立刻继续进行心肺复苏。电极片需一直贴在患者身上，每两分钟左右，AED 会再次自动分析心律。值得注意的是，AED 不会对无心率、心电图呈水平直线的伤者进行电击。此时自动体外除颤器会提示没有除颤指征，并建议立即进行心肺复苏。也不会对正常心律的人进行电击，所以不必担心误伤正常人。

哪些地方能找到 AED？可以在手机微信小程序上查找 AED 地图。你能看到你最近的 AED 在哪里且可以导航。为进一步完善椒江应急救援体系建设，椒江区红十字会已在椒江区内人流量较多的公共场所配备 AED 共 100 台，其中 99 台放置在固定点位，1 台非固定作为各大赛事保障流动使用。同时，与每个点位管理人员签订管理协议，确保有专人定期检查，确保 AED 能够正常使用，并保证点位至少 5 名工作人员会使用 AED。2024 年，AED 的安装列入了为民办实事项目，椒江计划再增加 185 台，为居民的生命和健康保驾护航。

用 AED 没有把人救活怎么办？《民法典》（2020）第一百八十四条规定：“因自愿实施紧急救助行为造成受助人损害的，救助人不承担民事责任。”因此，希望大家能在他人最需要的时候，共同伸出援助之手，抢救他人最宝贵的生命。

作者：急诊科 许杨宝

手术时为什么不能带金属饰品？

生活中，许多人有佩戴饰品的习惯。但大家可能不知道的是，无论你佩戴的饰品有多么重要，假如你要进入手术室，那就必须全部摘下！做过手术的人都知道，在手术前，医护人员会告诉你很多术前注意事项，其中一项就是“不能佩戴金属饰品”。对此，很多患者感到不理解，甚至为了能把饰品带入手术室，千方百计躲避护士的术前检查。那么，一个小小的饰品为什么不能戴入手术室？如果带入又会对手术造成什么影响呢？

饰品表面携带大量细菌。虽然很多饰品大家精心保养，看起来非常干净，但是表层却有着我们肉眼看不到的大量细菌，而手术必须严格执行无菌技术的原则。进入手术室，医护人员统一穿着专用的鞋衣裤帽，就是为了避免携带病菌进入手术室，对患者负责。

手术中容易造成误伤。手术有时会使用电刀等设备，而佩戴的金属饰品则会影响设备的顺利操作，甚至造成局部短路，形成局部热能聚集，导致皮肤灼伤。而且饰品长期压着皮肤，也会导致局部皮肤供血变差，形成压力性损伤。

影响仪器的准确度。医生手术时需要使用很多仪器，金属饰品难免会影响仪器的准确度，而仪器准确度的差别，对于患者的安全以及手术的过程、结果将造成巨大的影响。

避免丢失造成经济纠纷。进入手术室，患者采用全麻或半麻的麻醉方式进行手术，意识不清醒，如果饰品遗失，医患双方就很难说清楚了。所以饰品禁入手术室，也是为了避免产生纠纷，避免患者有经济上的损失。

总之，安全手术，我们要向首饰 say “No！”

作者：手术室 周彦汝

我院与台州市公安局人民警察培训学校举行结对共建签约仪式



为推深做实学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育,强化基层党组织的战斗堡垒作用,3月14日,台州市中医院与

主持仪式。

签约仪式上,双方领导分别介绍了各自党组织的建设情况,并共同签署了《结对共

建协议书》。

签约仪式后,台州市公安局人民警察培训学校党支部书记、校长林月村作了题为《为学、为人、为政——国学智慧与修身立业》的国学课,让大家受益匪浅。

此次共建旨在通过资源共享交流等多方位的联系,实现双方优势互补和资源共享,以结对共建为平台,建立定期联络机制,适时开展党建、文体、业务等方面交流活动,全面促进警医协作,密切警医关系,增进警医情谊,树立良好社会风尚,共同营造和谐社会氛围。

文章来源:党政办

我院与兴业银行股份有限公司台州分行举行党建结对共建签约仪式

3月7日下午,台州市中医院与兴业银行股份有限公司台州分行举行党建结对共建签约仪式。院党委书记徐雄平、党委委员、副院长王明标带领党支部书记、支委参加签约仪式。

会上,双方领导就各自单位的基本情况和党组织建设相关情况进行了交流。徐雄平书记表示,以业务为依托大抓基层党的建设,是一个永恒课题,必须精准对标、持续用力、常抓常新。为使党建结对共建后续顺利开展,取得实际成效,提出了三点希望:一是要按照先锋党支部创建的工作目标和任务要求,继续加强党支部标准化建设,进一步增强党支部的组织力和战斗力;二是要共同加强基层阵地建设,通过联合开展主题党日、主题教育、学习观摩等

活动,深入一线、服务群众,进一步增强党员先锋模范引领作用;三是要坚持党建统领,立足各自实际和特点,加强双方党建、业务工作等方面的沟通交流,以党建共建为平台,共同谋求进步促进发展。

双方共同签订了《党建结对共建协议书》并举行授牌仪式,正式确立党建结对共建关系。

本次结对共建活动是台州市中医院与兴业银行股份有限公司台州分行双方党委积极探索如何做好基层党建工作新思路而采取的有力举措,也是提升基层党建工作水平,实现党组织优势互补,促进企事业单位



稳步发展的有效方式。通过结对共建,双方相互交流、相互学习、相互促进,充分发挥党组织的战斗堡垒作用,积极促进、带动各项工作的开展和提升。

文章来源:党政办

弘扬雷锋精神,送医送药下基层

3月5日是第61个学雷锋服务日,这一周也是学雷锋服务周。我院健康教育讲师团的医务人员充分发挥主观能动性,开展“四进”工程,走进社区、乡村、单位、学校等,积极开展义诊服务活动。

3月1日上午,我院联合椒江区前所街道社区卫生服务中心,在前所街道七年村文化礼堂开展“关爱老人,耳聪目明”健康宣教义诊活动。活动以“关爱老年人听力、视力健康,不断提升老年人生活品质”为宗旨,耳鼻喉科副主任医师聂玲娟、眼科副主任医师周懿燕等医生,为老年人普及科学爱耳护眼小知识,提高了老年人对耳聾耳鸣、老年人眼疾、气道异物梗阻急救知识的了解,不断提升老年人生活品质。

3月5日,在椒江区政协组织领导下,我

院以主任护师洪优优、主治中医师葛腾为主的医疗服务队来到椒江区前所街道下西村,以实际行动践行雷锋精神。义诊包含颈肩腰腿痛特色诊疗、健康管理、骨密度检测、针灸推拿康复、中医科、居家护理等内容,还有慢病防控知识、医保政策宣传咨询以及常用的医疗急救措施等一系列健康咨询指导服务。前来问诊、咨询的群众络绎不绝,专家们详细询问健康情况和既往病史,针对病症为其提出健康建议。

3月6日,医院行政二支部、内科二支部等党员组成健康服务队,来到华东师范大学附属台州学校开展健康宣教和义诊活动。本着宣扬“学雷锋精神”“迎三八送健康”理念,副主任中医师陈凯为教师带来了中医养生药膳药茶知识的讲解,副主任中医师陈永青、主治中医师闫丽

超等医务人员为老师进行健康义诊或中医适宜技术操作,受到广大老师的欢迎和好评。

3月8日是妇女节,我院妇产科主治医师何莉莉来到椒江区中山小学杨司校区为女教师作了“认识自己 呵护美丽”关爱女性健康的知识讲座。何医生主要从卵巢的保养、宫颈癌的防治、HPV疫苗的接种等进行讲解,并对女教师提出的问题进行解答。

3月9日,在台州市科协组织下,医院健康教育讲师团在椒江区白云街道康平小区中心广场开展“大力传承雷锋精神 机关文明实践在行动”服务活动,副主任医师周霜、主管护师叶丹玲、主治中医师闫丽超等参加义诊活动,同时也展现了台州市中医院巾帼的风采。

作者:科教部 陈凯

让你享受移动诊间服务,让你看懂说明书,让你肤白貌美!



3月27日、28日,我院健康教育讲师团成员分别来到洪家街道中心学校和华师大台州附属学校,进行健康宣教、义诊服务活动。

教师平时担负着繁重的教育任务,即便偶染风寒也顾不上医院就诊,在这两次宣教义诊活动中,医院信息中心、门诊部、中药科和药剂科等部门共同努力,把移动诊间送进了学校,多位老师在学校就享受现场免费挂号就诊。章老师每年冬春换季之际,常会出现荨麻疹,全身瘙痒难忍,繁忙的课程让她顾不上医院进行系统诊治。“望闻问切”,医师诊疗后为其开具了对症的中药方,快递立即送药到校,章老师感觉移动诊间真方便,让教师不出校门就能像去医院一样看病抓药。

移动诊间是医疗便民利民工程的有力表现,也是“中医处方一件事”智慧医疗和智慧用药的有力证明,受到广大老师的欢迎和好评。

3月15日、21日,我院健康教育讲师团和药剂科党支部成员分别来到椒江区东平社区和社会福利院,开展“健康进万家一药学科普知识宣讲”活动。就诊中,当患者拿着药品回家

时,尽管有药剂师当面嘱咐服药方法,但许多人对着长长的说明书看不明白,特别是福利院的老人们更是一团雾水。

于是,心血管药物临床药师王晓艳带来了《如何看懂药品说明书——正确服药方法》讲座,针对老年患者可能存在不看说明书吃药、凭经验买药以及讳疾忌医等问题,药师以通俗易懂的PPT讲解,向老人们介绍如何通过药品说明书吃对药。讲课内容包括药名、成份、适应症、用法用量等,通过老年人常用药品及说明书图片的展示和讲解,加深老人们对药品的认识和理解。

“医师,我吃的药实在太多了,拜托你们帮忙看看哪些药我可以不用吃了吗?”“帮我看看我这些药都吃对了吗?”在药物咨询及药物整理活动中,老人们迫不及待争相咨询提问,一位尿酸高伴下肢水肿的老奶奶给我们看了她正在吃的降压药厄贝沙坦氢氯噻嗪片,药师询问了老人的病情以及体征之后给出了中肯的意见和建议,建议老奶奶检查一下心功能并且调整高血压用药,以防氢氯噻嗪引起的高尿酸,个性化的用药安全服务活动深受老人欢迎。

3月15日东平社区便民服务还带来了中药茶饮。春暖花开,草长莺飞,春夏季也是各种皮肤病的高发季节,3月22日上午,健康教育讲师团成员来到椒江区白云社区居委会,为社区居民开展《春夏季常见皮肤病防治》讲座及义诊活动。门诊部、预防保健科、推拿科、口腔科等专科医师,为社区居民提供疾病预防知识、康复治疗、口腔咨询及中医护理等服务。

在春夏性皮肤病的高发季节,大风、浮尘、细

菌、虫螨、花粉、柳絮等,甚至是紫外线都是皮肤病的“罪魁祸首”。门诊部主任叶谦益在讲座中为大家开出了中医药方:(一)饮食调理。1、冬瓜米粥:冬瓜30克,薏米50克,二者煮为粥,每日1次。功效:治疗脾虚湿困湿疹。2、车前瓜皮薏米粥:冬瓜皮30克,薏米30克,车前草15克,三者一同煮粥,汤饮吃薏米。功效:治疗阴囊湿疹。3、黄连糖茶:黄连15克,加水煎汁,调入蜂蜜或食糖适量。功效:治疗婴儿湿疹。4、冬瓜皮黄菊茶饮:冬瓜皮20克、黄菊花15克、赤芍12克,放入锅内加适量水煎煮30分钟,弃渣取汁调入蜂蜜当茶饮,每日1次,7天为1疗程。功效:治疗荨麻疹风热束表者。(二)饮食禁忌。饮食以清淡为主,忌肥甘厚味及辛辣之品。在疾病期忌食辛辣、酒类,对某些食物,如鱼、虾、蟹、生肉、牛奶、蘑菇、春笋及其它海味宜忌食,若曾有过敏者应禁食。(三)食药同源。可以做食疗药材的食物有绿豆、海带、冬瓜、薏米、红小豆、鱼腥草、黄连、车前草、蝉蜕、菊花、赤芍、红花、苏叶、乌梅、山楂、木瓜、党参、黄芪、当归、茯苓、山药、莲子、冬虫夏草、蛤蚧、糯米、猪胰、蜂蜜、元鱼、竹丝鸡、鹌鹑等。(四)精神调理。避免过度精神紧张及疲劳。皮肤疾病发生发展过程中,中枢神经系统起重要作用,精神紧张及疲劳可能导致病情恶化。临床上发现,瘙痒较剧的患者常常会因为失眠、精神方面等诱因所致,反过来又可加重失眠和精神紧张,产生恶性循环,久之可能诱发焦虑等精神疾病。故剧烈瘙痒者可适当予以镇静安神的药物以缓解病情,并可适当参加一些体育活动以促进身心健康。作者:科教科 陈凯/药剂科 刘林夏/预防保健科 王宇

4月25日下午,台州市中医院党委与中国石油台州销售分公司党委积极响应全面实施乡村振兴战略的号召,联合开展了一场以“企医齐聚方罗村,助力乡村振兴”为主题的慰问与义诊活动。这场跨越行业界限的深度合作,旨在将优质的医疗资源引入乡村,送到群众家门口,为方罗村及周边地区的乡村振兴注入健康动力。

一、联合慰问,传递温暖关怀

由中国石油台州销售分公司和台州市中医院组成的义诊慰问小分队携带精心准备的生活物资和医疗用品来到三门县浦坝港方罗村,对村里困难家庭、孤寡老人等特殊群体开展上门慰问活动,带来了对乡亲们的深切问候与关心。同时还为他们提供了个性化的健康咨询与医疗援助,让村民们感受到来自社会的关爱与支持。

二、名医荟萃,义诊服务惠民

随后,一场大规模的义诊活动在方罗村文化广场热闹展开。台州市中医院派出由内科、外科、骨伤科、儿科、眼科、中医护理操作等多个科室组成的专家团队,为村民们提供全方位的免费诊疗服务。活动现场秩序井然,专家们耐心细致地询问病情、解答疑问,根据检查结果给出专业诊疗建议。同时还提供血压测量、眼科筛查等基础健康体检服务,为村民免费发放驱蚊香囊,切实提高了群众的获得感和幸福感,受到了村民们的热情欢迎和一致好评。

三、多方联动,共谱和谐乐章

本次活动的成功举办是多方合力的结果,前期的村民宣传、活动场地安排、秩序维持安排等都离不开当地村两委的大力支持与积极参与。通过这次活动给村民们带来了贴心的医疗服务,提高了他们的健康意识,也拉近了医患距离,为健康生活营造了浓厚氛围。

文章来源:党政办

【世界青光眼日】

我院开展义诊咨询讲座宣传活动

3月6日上午,我院眼科在门诊大厅举行了“世界青光眼日”义诊咨询讲座活动。在健康科普视频讲座中,陈平平医师为大家讲解了青光眼的常见原因、危害、防治方法;在义诊活动中,周懿燕副主任医师对前来咨询市民提出的问题进行耐心细致解答,同时进行眼压检查,并提出建议。

作者:眼科 周懿燕

【世界肾脏日】

警惕“沉默的杀手”

3月10日、14日上午,我院肾病风湿免疫科分别在洪家街道烟墩坝村和医院门诊大厅举办了“世界肾脏日”宣传健康科普义诊活动。现场,医生围绕慢性肾脏病三级预防展开,详细讲解预防肾病、早诊早治、避免肾衰竭等三个方面,带领大家一起护肾爱肾。医生还给现场市民讲解肾脏日知识,为病人进行血糖、血压监测,尿常规、血尿酸检测,同时开展腰腿痛康复、穴位贴敷、耳穴埋豆等中医治疗,防治肾脏疾病。

作者:肾病风湿免疫科 阮宜敏

【世界睡眠日】

让健康睡眠人人共享

3月21日上午,我院神经内科睡眠医学中心联合三甲街道卫生服务中心开展了“世界睡眠日科普义诊”活动。神经内科、睡眠医学中心主任应丹松就带领睡眠医学中心团队前往三甲街道卫生服务中心开展科普及义诊活动。在义诊活动中,医师耐心地向群众讲解什么是失眠、失眠的危害性、如何正确对待失眠、睡眠养生、中医治疗失眠等知识,并开展中医适宜技术服务。

作者:神经内科 李俊