

上海健康医学院附属崇明医院报

SHANGHAIJIANKANGYIXUEYUANFUSHUCHONGMINGYIYUANBAO

上海健康医学院附属崇明医院主办 总第 234 期 2023 年 9 月出版 本期四版 内部发行

医院地址: <http://www.xinhua-chongming.com> 新闻热线: 021-59498105 投稿邮箱: xhcmxck2022@163.com



康复赋能 科普惠民

——全国科普日主场活动暨第五届上海崇明健康康复大会顺利举办



本报讯 9月17日,中国康复医学会2023年全国科普日康复科普联合行动于世界级生态岛上海崇明正式拉开帷幕,大会由中国康复医学会主办,上海健康医学院附属崇明医院(新华医院崇明分院)承办,以“康复赋能 科普惠民”为主题,线上线下为公众提供丰富的康复医学科普体验。第五届上海崇明健康康复大会同期举行。

今年是第二十个全国科普日,为充分发挥科普日的示范引

领作用,中国康复医学会聚焦创新发展,坚持联合联动,践行科普为民,汇聚各分支机构、地方康复医学会、科普教育基地等多方科普资源和社会力量,精心举办康复科普主场活动、线上云科普大讲堂、线下科技志愿服务等系列活动,推动实现学会全国科普日活动数量、规模、质量、效益大丰收,着力打造具有康复医学特色的科普盛会。

中国康复医学会党委书记、常务副会长彭明强回顾了学会近年来在整合科普资源、组织科普活动、提升科普服务能级等方面的成效,并针对全面推进学会康复科普高质量发展提出要求,一是强化价值引领,履行使命职能;二是健全机制模式,夯实康复科普发展基础;三是创新内容形式,提升康复科普工作能力;四是坚持服务社会,聚力康复惠民活动。

上海市卫生健康委副主任虞涛表示,市卫健委聚焦健康上海建设,打造医疗机构健康科普主阵地,建强医务人员健康科普主力军,鼓励更多医务人员开展形式多样、富有区域特色的科普活动,惠及更多基层百姓,共同为健康上海行动助力。

(下转至3版)

喜讯

中医外科主任 施捷

荣获2023年度“最美崇明人”称号

立德树人 崇医铸魂

——医院庆祝第39个教师节

本报讯 今年是我院深入贯彻落实党的二十大精神开局之年,也是全面启动医院高质量发展的关键之年。医院全体教师以习近平总书记的教育思想为指引,认真落实立德树人的根本任务,争做“四有”好老师,争当“四个引路人”,为医疗、教学、科研、管理的协同发展作出重要贡献,充分展现新时代医学教育者的使命和担当。

为庆祝第39个教师节,医院以“立德树人,崇医铸魂”为主题开展教师节系列活动。活动期间,涌现出一大批先进科室和个人,泌尿外科被评为“上海健康医学院教学示范科室”,肝胆胰外科及疝外科王军医师被评为“上海健康医学院优秀实习带教教师”,医院还评选出10位“优秀教研室主任”、5位“优秀临床带教老师”、5位“我心目中的好老师”、5位“优秀护理带教教师”以及20位临床教学技能大赛获奖教师。近三年来,我院教师承担各级各类教学研究项目34项,获批国家级继续医学教育项目18项,发表教学论文21篇,获得上海市卫健委及上海健康医学院多项表彰,医院的教育教学工作取得长足进步。

在教师节来临之际,为勉励全体教师赓续医院百年初心,勇担育人使命,医院党委寄语全体教师:一要坚守初心使命,自觉践行党的教育方针。医院全体教师要心怀“国之大者”,切实把思想和行动统一到习近平总书记的教育思想上来,全体教师要在“培养什么人、怎样培养人、为谁培养人”这一根本问题上始终保持清醒头脑,自觉肩负起为党育人、为国育才的光荣使命。二要坚持敬业修身,主动引领学生成长成才。全体教师要深刻认识自身角色的特殊性,要树立广泛学习、终身学习的观念,不断提升专业造诣,不断探索医学教育教学改革新方向、新路径,也要以德立身、以德立学、以德施教,培养有信仰、有温度、有灵魂的新时代医学人才。三要坚持与院共荣,积极推动医院事业发展。全体教师要把教育教学工作与医院高质量发展的中心工作紧密结合,树立“院兴我荣”的意识,超前识变、积极应变、主动求变,积极探索自身在医疗、科研、教学等方面的协同发展路径,将个人的全面发展融入医院的高质量发展,实现小我和大我的共同提升。

□高慧

医院召开学习贯彻

习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育部署会

本报讯 近日,医院召开学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育部署会。医院党政领导、中层干部、护士长、群团组织负责人及全体共产党员参加会议。党委副书记、副院长(主持工作)杜青主持会议。

党委书记朱美文作动员讲话。她围绕贯彻落实党中央、市委、区委等关于开展第二批主题教育的部署要求,推动主题教育走深走实提出三方面意见:一是全面把握开展主题教育的重大意义和目标要求。要牢牢把握“学思想、强党性、重实践、建新功”的总要求,全面学习习近平新时代中国特色社会主义思想,深刻领会这一思想关于坚定理想信念、提升思想境界、加强党性修养锻炼等要求。二是坚持把“实”的要求贯穿主题教育始终。要贯彻“实”的要求、突出“实”的导向,把方案落实、把责任压实、把成效做实,推动主题教育高质量开展。在深入调查研究上下功夫、求实效,以问题为导向,集体研究、科学选题,组织专题调研,推动解决一批发展所需、改革所急、基层所盼、民心所向的问题。三是强化组织领导,严格落实责任,确保取得实效。全面落实领导责任,医院成立主题教育领导小组,下设办公室,领导小组及办公室成员要明确分工、密切协同,形成齐抓共管合力。强化统筹指导,把开展主题教育同贯彻落实党中央、市委和区委决策部署结合起来,同推动医院中心工作结合起来,做到两手抓、两促进。全程体现务实作风,借鉴运用好第一批主题教育的有效做法和成功经验,严格执行主题教育规定动作,确保主题教育的政治性和严肃性。

党委副书记刘红作工作部署。她强调,第一要提高政治站位,



激发“学”的动力。全体党员要抓好个人自学,各支部要结合“三会一课”和主题党日,通过不同形式和平台载体,利用红色资源和实践场景组织党员深入学习,推动学习往深里走、往实里走、往心里走。第二要把握目标任务,突出“实”的要求。坚持问题导向,结合年度发展目标任务,破解瓶颈难题,各支部要持续巩固“党员示范岗、先锋岗”承诺践诺,深化“一个支部一件事”工作机制,用心用情解决群众急难愁盼问题。第三要认真检视分析,锚定“改”的实效。党员要进行党性分析,深入查找自身存在的差距和不足,制定整改措施,逐项整改到位,各支部要拿出“镜子”,找准查实问题短板,对标对表检视整改,建立健全长效机制,确保主题教育扎实开展。

主题教育正当其时,初心不改再启新程。下一步,医院党委将全面系统落实本次主题教育,持续引导党员干部真学真懂、笃信笃行,切实把学习成果转化为为民服务的强大行动力,奋力跑出主题教育的“加速度”。

□组织科

我院骨一科主任王占朝等喜获崇明区首轮“瀛洲英才计划”授证授牌

本报讯 9月18日上午,崇明区首轮“瀛洲英才计划”命名授证授牌会在崇明区会议中心举行。我院骨一科主任兼外科教研室副主任王占朝入选崇明区首轮“瀛洲英才计划”领军人才,神经外科主任王旭辉、护理部主任张洪波入选崇明区首轮“瀛洲英才计划”拔尖人才,刘岚超声创新工作室入选崇明区首轮“瀛洲英才计划”名家工作室。

据悉,为进一步加强本区优秀人才(专家)队伍建设,选拔

培养一批业务精、能力强、有潜力对接市级和国家级人才梯队的优秀人才,为世界级生态岛建设提供坚强的人才支撑和智力保障,崇明区开展此项评选活动。通过宣传发动、单位组织申报,再经过资格初审、专家评审、部门联审、最后研究确定名单。崇明区首轮“瀛洲英才计划”中领军人才10名、拔尖人才16名、名家工作室9个,于今年5月份公示名单,9月18日正式授证授牌。

人才是创新之核、发展之要、强国之基。崇明区首轮“瀛

洲英才计划”命名,将通过优秀人才引领团队奋勇争先,创新发展,在促进地区经济发展、科技进步、文化繁荣和社会和谐中发挥重要作用。

让榜样成为方向,让人才引领时代。我院全体医务人员将以命名表彰的人才为榜样,满怀豪情担负起护佑人民健康的职责使命,齐心协力谱写医院高质量发展新篇章。

□虞伟琴

他有说走就走的勇气 更有说干就干的能力



本报讯 “来，我们开始吧”，在麻醉师的配合下，援滇队员李文兵在云南沧源永德县人民医院开始了第一台他主刀的腹腔镜手术。手术过程中，他充分发挥我院腹腔镜技术优势，一边胆大心细操作，一边向当地医生介绍腹腔镜的规范操作流程，通过现场演示讲解，让当地医生更直观、更快熟悉操作流程。历经90分钟，取出胆总管结石8枚，手术圆满完成，患者生命体征平稳安返病房。要知道，这是他来到云南的第二天。

8月30日，李文兵作为我院第九批援滇医疗队员抵达云南

省沧源永德县。次日，李文兵顾不上行程的辛苦，来不及整理行囊，马不停蹄前往永德县人民医院参加帮扶医疗专家座谈会，与当地医护人员围绕对口帮扶工作进行深入探讨和交流。会后，李文兵来到永德县人民医院普外科，随即投入临床一线工作。当天下午4时，李文兵在普外科主任的带领下参观院区，随后来到科室参加病例讨论。

一名男性患者，71岁，因“上腹痛伴黄疸1天”急诊收住院，腹部CT及MRCP检查均提示胆囊多发结石、胆囊炎、胆总管多发结石伴急性胆管炎，化验白细胞、总胆红素、直接胆红素均升高。

李文兵积极参与讨论，患者病情重，有急诊手术指征，当地医生考虑行开腹胆囊切除、胆总管探查取石、T管引流术。李文兵医生建议腹腔镜下完成手术，并迅速制定了缜密的手术方案。腹腔镜手术切口小、损伤少、恢复快，这个完美的手术获得了同事的好评。

李文兵作为一名普通的外科医生，这次一听说医院有援滇任务，即刻报名，也顾不上家里有小孩和老人需要照顾，妻子身为一名护理人员工作也忙，他毫不犹豫就来到云南工作。

援滇有时，帮扶无尽。援滇队员有说走就走的勇气，更有说干就干的能力。他们担使命展作为，用实际行动践行医者初心，用自身专业优势为当地患者排忧解难，为沪滇共发展谱写新篇章。

□虞伟琴

强师赋能 教学相长

——医院举行临床教学技能比赛

本报讯 今年9月10日是我国第39个教师节，也是党的二十大胜利召开后的第一个教师节。为充分展现医院高质量教师队伍建设的成效和临床教师立德树人、自信自强的精神风貌，医院组织开展了“竞技能 扬风采 促学练”临床教学技能主题比赛。内外妇儿等15个临床科室、24名教师积极参赛。

临床教学技能比赛包括教学查房与病例讨论两个项目。比赛启动以来，在教学办的组织安排下，各教研室师生参赛热情高涨、踊跃报名。黄鹏副院长在决赛前向评委及选手介绍了本次比赛的背景、意义，高慧主任针对查房和病例讨论的教案设计和现场教学提出要求。

比赛中，参赛教师以《住院医师规范化培训教学活动指南（2021年版）》为纲要，围绕参赛内容，用心编写教案，认真制作多媒体课件。教学查房比赛的教师选择临床合适的病例，设定教学主题。在病例汇报、床旁问诊、查体等环节中，指导教师对住院医师进行指导，通过启发式教学，对疾病基础知识和最新研究进展等展开讨论，分层教学，引导他们观察、分析和解决临床问题。



在病例讨论比赛中，参赛教师科学设定教学目标，师生互动，共同分析病因、临床表现、辅助检查、诊断及鉴别诊断，以及治疗中存在的问题，通过去伪存真、抽丝剥茧，最后共同揭开“谜底”。指导教师分层教学，引导住院医师从问题入手展开讨论，促进他们主动思考，逐步形成独立的诊疗思路。通过评委们的认真点评和指导，最后评选出各教学比赛项目奖项。

近年来，医院紧紧围绕高质量发展目标，锚定提高教学质量，系统谋划、统筹推进师资队伍建设和定期举办教学活动比赛及师资队伍培训，全面提高临床教师的思政素质和业务能力，为实现医、教、研协同发展，建设高水平大学附属医院而不懈努力。

□高慧

不负韶华 担当使命

——援滇队员在沧源佤族自治县人民医院开展工作



本报讯 9月初，我院医学影像科党员、主管技师薛周肩负援滇重任，来到云南沧源佤族自治县人民医院，开展为期六个月的医疗帮扶工作。

到达沧源后，她不顾路途劳顿来到县人民医院，在院放射科陈主任的带领下熟悉DR、CT和MR等科室设备，随后就积极投入到工作中。

医疗帮扶就是要把先进的理念和技术推广到当地应用，助推医疗水平提升。薛周深知影像技术对提升诊断水平的重要性，

精准诊断必须有先进技术的支撑才能实现。上班第二天，在和技术人员的交流中，她发现肺动脉CTA图像质量不理想，其原因不是肺动脉分支显影不强，而是过了肺动脉显影的最佳时间窗，这也是一直困扰他们和需要技术改进的地方。查看以往CTA检查图像，她分析了造影剂用量以及跟踪的目标血管等技术因素后，马上找到了症结所在，是没有根据被检查者的体重调整造影剂的使用剂量，以及跟踪的目标血管阈值触发扫描的时间窗需要作适当延时。她提出调整和优化扫描参数，接下来的肺动脉CTA检查均呈现了肺动脉充盈良好的图像效果，为诊断医生提供可靠的诊断信息。在场所有技术人员都会心地笑了，齐刷刷地竖起了大拇指。

对于沧源佤族自治县人民医院放射科来说，填补技术上的空白还不够，诊断也需要支撑。“放心去，大胆干，我们是你的坚强后盾”……出发前，科室主任和同事们的话回响在耳边，让她想到可以通过远程会诊提高诊断水平。她把沧源诊断医生遇到的难题，实时通过视频、电子胶片等方式传给我院李文华主任等医生阅片会诊，及时解决了疑难病例（如脊柱结核、腹主动脉夹层、肺癌等）的影像学诊断。这样的远程会诊病例有时每天高达3次以上，正确的诊断，为患者争取诊治时间，提高救治效率。

援滇，是使命，也是一种责任，更是一种情怀和担当。薛周从一开始，就牢记援滇初心，用实际行动践行职责和担当，用专业知识和热情服务架起沪滇友谊桥梁。

□虞伟琴

守护记忆 用爱陪伴

在我们身边是否经常会有这些既熟悉又陌生的老人，他们记忆力差、经常忘东西、不认识家人、不能完成以前熟练的技能、迷路找不到家、出现怪异的举动、不参加社交活动、晚上吵闹、出现幻觉等等，出现上述这种情况他们有可能是痴呆了。

痴呆是一种以认知功能障碍和日常生活能力减退为主要表现的临床综合征。轻度认知障碍是介于正常老化和痴呆的中间阶段，是防治痴呆的关键时期。阿尔茨海默病俗称老年性痴呆，据2019年的数据，在我国，阿尔茨海默病患者超过1000多万，居全球之首。65岁以上人群阿尔茨海默病发病率为13%，80岁以上发病率已经超过50%，每天约有1370名老年人正在走失，其中70%的老年人存在认知障碍。痴呆及认知障碍相关疾病已成为影响我国老年人群健康、家庭稳定，甚至导致死亡的主要疾病之一。

中国流行病学研究显示：阿尔茨海默病患病率北方高于南方，高龄、女性、低教育、农村地区是阿尔茨海默病发病的高发危险人群。这些高发人群中，阿尔茨海默病发病的知晓率、就诊率和治疗率非常低，所以，对于痴呆的干预，需要从城市推广到农村。

目前有多种因素延误老人对阿尔茨海默病的治疗，其中最主要的原因就是患者及家属重视程度不够。人们常把“糊涂”和“老了”划等号，普遍存在“老来糊涂是正常现象，不是大问题”而延误前期的治疗。

(下转至4版)

脸上长斑了，别慌~

中老年常见的皮肤良性肿瘤——脂溢性角化，俗称寿斑、老年疣、老年斑。它是因角质形成细胞成熟迟缓所致的一种良性表皮内肿瘤。

大多发生于老年人，中青年甚至青少年也可发生。最常见于面、头皮、躯干、四肢和手背等部位，但也可发生于体表任何部位，一般手掌和脚底很少发生。

为什么会产生？与遗传、日照紫外线密切相关，尤其长期暴露于紫外线下；也有可能因为外界刺激如油溅伤、轻微划伤等而诱发。

早期单发或多发淡黄色或浅褐色、境界清楚，可为大小不等的斑、扁平丘疹或斑块，表面多粗糙，有黏附在皮肤表面的感觉。随着病情进展，皮疹逐渐增大、增厚、数量增多，颜色加深，甚至变成褐色或黑色的疣状丘疹或斑块。

如何处理？病程进展缓慢，可能持续30年以上，一般不会自行消退，属于良性过程，很少恶变。一般无需治疗，若较影响美观，可采用冷冻疗法、刮除法、电灼术及激光治疗等。治疗效果较满意，一般预后良好。

如何预防？一要日常防晒不可忽视，外出尽量选择紫外线较弱的时间段，可以搭配帽子、伞、长袖衣服等防晒，也可以使用合适的防晒霜。二要维持皮肤屏障的完整性，如皮肤干燥注意保湿修复屏障。三要保持健康的生活方式。

健康小贴士：

如面部或身体某些部位出现了“斑点”，应寻找专科医生就诊，明确性质，确定诊疗方案。

皮肤科门诊地址：医技楼一楼

门诊时间：周一至周六

□蒲新露



健康科普

秋分时节谈“秋燥” 不同体质巧调养

《春秋繁露》中说：“秋分者，阴阳相半也，故昼夜均而寒暑平。”入秋后，随着气候的变化，人体可能产生诸多不适，最易出现秋燥。

何为秋燥？秋天的“燥”从何来？秋在“五行”对应中属金，在人体五脏六腑对应中为肺。此时自然界阳气日衰，阴气渐生，雨水渐少，因此，时令主气为“燥”。秋燥侵犯肺部，容易损伤津液，引起喉疾、咳嗽等不适的症状。不同体质容易感受到的燥邪也会不同，预防和调养也需要区分对待。

体质一：阴虚

入秋以后人体为“燥气”所困，易出现以干咳为主的不适症状，常伴鼻敏感易于出血、皮肤干燥、声音沙哑、头发干燥、便秘。素有阴虚肝郁或者脾阴不足体质的人更易得病。可食养肺润燥的经典膏方——秋梨膏。秋梨膏多用梨加枇杷、百合、玉竹、陈皮、甘草、大枣等各类化痰止咳、益气润燥的药材同制而成。

体质二：怕冷虚弱

一些中老年人，体质虚弱，正气不足，一入秋就咳嗽，喉

咙干燥。其平素怕冷、腰酸、胸闷、气急，在寒冷、干燥的季节，更容易咳嗽发作，并伴有倦怠乏力、少气懒言、咳痰无力等症状。对待这种症状重在补虚，可食银耳羹。另加入雪梨清热除烦，百合清心安神，杏仁润肺止咳，共奏滋阴润燥、补虚安神之功，深层调养五脏六腑。

体质三：肝火旺盛

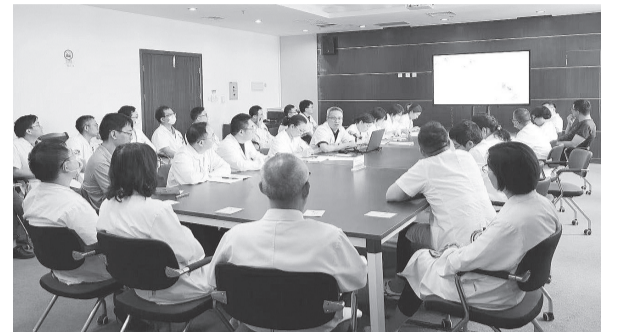
生活中我们可能会发现，人在生气发怒后特别容易咳嗽。这是因为经常生气的人，往往肝火较旺，肝火犯肺，除了咳嗽之外，还常伴有头晕、头痛、失眠等症状。收敛肝火，可以适当多食些酸味食物。如青梅可以生津滋阴，敛肝润肺。

中医经典《素问·生气通天论》曰：阴平阳秘，精神乃治。不同体质的人所需养生方法各不相同。上海健康医学院附属崇明医院中医内科引进中医四诊仪，融合了大量现代科技成果以及众多中医专家的临床经验，可提供准确的体质诊断和全面的保健调养方案。大家若想了解自己是什么体质进而对症调养，可前来咨询。

□倪焯

恪守初心
筑牢廉洁自律防线

——医院举办廉政教育专题培训



本报讯 为积极推进医院廉政警示教育工作，引导医务人员牢固树立廉洁自律意识，营造风清气正的良好院风，9月7日下午，医院举办廉政教育专题培训。临床医技科室、职能部门新任中层干部30余人参加。党委副书记刘红、纪委书记丁培源出席。

纪委书记丁培源以“树廉洁清风，扬时代正气”为主题作报告，列举了近年来反腐倡廉典型案例，以案为鉴，教育警示医务人员、党员干部要引以为戒，时刻保持清醒头脑，坚守廉洁底线，警钟长鸣。他解读了中央关于医疗机构行风建设专项整治的工作要求和整治重点，同时对党的二十大关于全面从严治党与党风廉政建设部署进行了全面阐述。他强调，医务人员需深刻认识医疗机构行风建设的必要性和重要性，秉持廉洁行医的初心，筑牢拒腐防变的思想道德防线。

纪检监察主任沈婕就《医疗机构工作人员廉洁从业九项准则》和《上海市卫生计生系统坚决纠正医药购销和医疗服务中不正之风的“十项不得”规定》进行了培训。从实施背景到准则内容，详细解读了各项要求，指出学习两项文件的重要意义，对医务人员树立责任意识，规范执业行为具有关键的指导作用。

党委副书记刘红在总结讲话中表示，我们要坚持党建引领，正确认识并履行岗位赋予的职责，保持头脑清醒，知敬畏、存戒惧、守底线，老老实实做人，踏踏实实做事，敬畏党纪国法，拧紧思想“总开关”，筑牢廉洁主阵地，坚守医务人员职业道德，主动接受组织和群众监督，共建医院清廉从业环境，为医院高质量发展贡献力量。

与会人员还共同观看了警示教育短片，加深了对《中国共产党纪律处分条例》等法规的理解。

此次培训，与会干部进一步提高了认识，增强了干部职工反腐倡廉的责任感和紧迫感。下一步，医院将以此为契，持续推进廉政文化建设，以高标准、严要求、实作风，持之以恒深入抓好党风廉政工作，努力营造“院风清朗、医风清新、行风清明”的从医氛围，为持续增进人民群众健康福祉提供坚强的组织保障。

□纪检监察办公室

强化健康科普教育 促进健康中国建设



本报讯 日前，上海健康医学院附属崇明医院（新华医院崇明分院）在健康科普领域再获殊荣，成功获得中国康复医学会“科普教育基地”授牌。这一荣誉不仅是对医院长期致力于健康科普教育的认可，更是对医院在推动地区健康事业发展中一种鞭策和鼓励。

党的二十大报告中强调，要加强国家科普能力建设。习近平总书记开创性地提出，“科技创新、科学普及是实现创新发展的两翼，要把科学普及放在与科技创新同等重要的位置”。近年来，医院不断加大健康科普工作力度，始终致力于提升居民的健康意识和健康知识水平。经过努力，医院作为中国康复医学会科学普及工作委员会主任委员单位，已经组建了一支专业的健康科普队伍。他们以精湛的医学知识、丰富的实践经验和饱满的工作热情投身于健康科普事业，为推动地区健康水平提升作出了积极贡献。在群众科普教育方面，医院根据崇明地区的人口和疾病谱特点，

有计划、有步骤地开展了大量有针对性的健康科普教育活动。科普人员通过编排小品、相声、脱口秀等群众喜闻乐见的科普作品，将健康知识送到门诊、病房、社区、商场，甚至田间地头也能看到他们诙谐的科普演出。科普队伍精心印制的健康宣传页、宣传册，用心录制的健康短视频、科普讲座，借助各类媒体，源源不断地输送到群众面前，形成了良好的健康科普氛围。

在专业人员培育方面，医院大力支持医务人员从事健康科学普及工作，多次邀请国内外知名专家为全院医护人员开展科普能力提升培训，划拨专项资金鼓励医务人员开展科普创作，支持科普人员积极参与各级各类科普作品创新大赛。经过多年努力，医院先后涌现出多位科普人才，他们成功入选上海市科普英才计划项目、荣获全国性科普创新作品奖项、取得全国科普工作先进个人等荣誉称号。

在科普教育统筹方面，医院专门设立健康管理部门，负责不断挖掘科普教育工作潜能，总体规划、组织协调全院的健康科普活动，系统地开展健康科普人才的能力提升和培养工作，确保医院科普工作科学、优质、高效地开展。

此次中国康复医学会“科普教育基地”设立，不仅有助于提升医院的科普教育水平，也将带动整个崇明地区健康教育事业的发展。后续，医院将培养更多优秀科普人才，引导他们投身于健康教育事业，为推动地区居民的健康素质提升贡献力量。同时，医院也将借助基地平台，不断加强与本地区乃至全国优秀科普教育基地的合作与交流，分享经验、共享资源，产出更高质量的系列科普作品，以满足广大群众对健康知识的需求，提升群众健康保健意识，促进地区及健康中国建设。

□新崇宣

（上接1版）上海健康医学院校长吴韬表示，学校和附属医院将不断提升科普公共服务能力，持续推动科普资源开放共享及社会科技资源科普化，以“科普+”理念赋能新时代科普高质量发展，协同推进康复医学教育、科技、人才一体化发展。

上海交通大学医学院附属新华医院院长孙轲表示，今天的大会是学习贯彻党的二十大精神，全方位、全周期保障人民健康的又一次创新实践。推进科普理念创新、内容创新、手段创新和机制创新需要凝聚各方智慧，探索实现共赢的路径和桥梁。

中国康复医学会监事长、党委专职副书记牛恩喜宣读本年度科普教育基地名单。中国康复医学会科普教育基地已达138家，涵盖医疗机构、高等院校、科研院所、社会机构。通过此项科普创新品牌，有效构建了覆盖全国的立体康复科普网络，让康复科普知识“接地气、聚人气”，深入人心，提升百姓健康素养。会上，对获得2023年中国康复医学会科普教育基地的单位授牌。

开幕式同期举办科技部重点项目“上海健康医学院附属崇明医院老年主动健康智能照护平台示范基地揭牌仪式”，旨在广泛推动主动健康与康养融合、科技养老理念落地崇明，为当地民众带来健康福祉。

为进一步提升崇明区口腔疾病防治综合服务能力，提高岛内医务人员口腔康复与科普水平，引导民众养成良好的口腔卫生行为和生活方式，有效提升口腔健康素养，在中国康复医学会技术力量支持下，新华-崇明医联体社区口腔科普能力

提升培训于本次全国科普日正式启动实施。

中国康复医学会儿童康复专业委员会名誉主任委员李晓捷宣读第五届优秀科普作品名单。中国康复医学会口腔疾病预防与康复专业委员会主任委员唐国瑶宣读首届口腔疾病预防与康复科普优秀图文作品名单。大会为第五届康复科普创新大赛科普图文与短视频作品、首届口腔疾病预防与康复科普图文作品获奖代表进行表彰。

上海交通大学医学院附属新华医院院长孙轲、上海交通大学医学院附属新华医院党委书记唐国瑶，我国儿童康复领航人、中国康复医学会儿童康复专业委员会名誉主任委员李晓捷、主任委员唐久来等国内知名健康管理、口腔疾病预防、儿童康复、脑科学、科普创作领域专家结合各自专业特长，展示学术成果、交流健康科普经验、融汇康复发展思路，瞄准国家战略需求和国际前沿，分享康复医学科技创新成果，促进康复服务高效提质，实现新突破新发展。

全国科普日期间，中国康复医学会组织86场云上科普大讲堂、线下科普活动近百场，累计超250所医疗机构和高等院校400余位医生、治疗师、护士、高校教师、医工交叉研究人员组成强大的科普讲师团，让大众足不出户便可“云”享24小时不落幕的康复健康知识课堂，线上线下受众人数已逾500万人次，传播影响广泛持久。让我们以康复赋能，为促进全民族全人类健康而不懈努力。

□梁菊萍

我院新增阻塞性
睡眠呼吸暂停（鼾症）
多学科联合专家门诊

本报讯 阻塞性睡眠呼吸暂停综合征（鼾症）是一种常见的睡眠呼吸障碍疾病，以睡眠期间因咽腔狭窄导致的呼吸暂停和低通气为特征，一般患病率高达2%-4%，是一种有潜在致死性的疾患。发病机制是慢性间歇低氧和睡眠片段化，伴发低氧血症，高碳酸血症等一系列生理改变的临床综合征，不及时治疗易引起全身多系统损伤，导致冠心病、难治性高血压、糖尿病、中风等多器官、多系统的并发症，甚至会引发夜间猝死。患者白天嗜睡、工作效率降低、记忆力减退。大多数病因为肺部疾病和鼻咽喉部疾病所致。

对于阻塞性睡眠呼吸暂停综合征（鼾症），我院针对不同病因的患者采取不同的诊疗方式，包括检查纤维鼻咽喉镜、鼻阻力测定、声反射鼻腔测量、睡眠呼吸监测、呼吸压力滴定、鼻甲激光治疗、鼻腔雾化治疗、无创机械通气治疗等。

为方便阻塞性睡眠呼吸暂停综合征（鼾症）患者就诊，自10月11日起，我院特设立呼吸内科、耳鼻咽喉科联合门诊。

门诊时间：周三下午

门诊地点：门诊医技楼一楼耳鼻咽喉科

咨询电话：021-69690814

□汪 隼

党建专栏

传播中医文化 呵护百姓健康

——中医药支部赴新村乡新卫村开展科普义诊

为了学习贯彻党的二十大精神，学思践悟、以知促行，不断向群众普及健康科普知识，提高群众养生保健能力，助力健康崇明建设，9月22日，医院中医药支部联合崇明中医药学会、新村乡社区卫生服务中心，共赴新村乡新卫村进行健康科普及义诊活动。

中医针灸科蔡虹医师针对当前的季节气候特点，从中医的角度详细向大家讲解了秋季养生保健的知识。秋高气爽，怎么做“爽气”？秋季多燥，燥邪对人体有哪些危害？哪些饮食可以达到润燥的目的？秋季怎么样合理运动才能不伤身体……内容丰富、通俗易懂，让居民了解秋季养生要点，提高自我保健知识。讲座结束后，向居民免费发放《秋季养生》《常见中成药的功效及疗效》《词中藏医》《民俗与中医（崇明）》等健康保健宣传手册。

明）》等健康保健宣传手册。

中医内外科、针灸科、妇科等专家医生，同新村乡社区卫生服务中心的医护人员为居民进行健康义诊，同时提供测血糖、血压服务。中医师们现场进行望闻问切，为每位前来咨询的居民进行中医辨证，并进行饮食、情志、运动等方面的健康保健指导。

本次活动惠及新卫村村民100余人。他们纷纷表示：“这样义诊太好了，结合时节讲讲科普知识，让我们知道如何养生保健，提高抵抗力。太感谢你们了！”季节变化与人的内在有联系，通过中医调理及日常养生保健，能起到事半功倍的效果。传承中医文化，我们在路上。

□麻志恒

义诊进社区 群众齐欢迎

——医院甲乳外科团队健康科普进社区



为方便群众就医，打通服务群众最后一公里，让居民在家门口也能享受到优质诊疗。医院甲乳外科联合新华医院乳腺外科团队来到江山社区开展健康科普进社区义诊活动。本次活动有10多位医生参与，共服务居民群众100余人。

9月16日上午，秋雨绵绵。江山新村南门岗忘年亭内人头攒动，居民们穿着雨披、打着雨伞，有序排队。本次义诊活动项目主要为甲状腺、乳腺的初步检查，由外科医生为居民进行咨询、触诊，更有主任医师坐诊，解答部分居民的疑难问题。有位阿姨自从多年前甲状腺手术后甲状腺功能一直不正常，在甲乳外科副主任吴炜热心细致地询问后，了解到原来是不按时服药的原因，顿时茅塞顿开，表示一定要听从医生的建议。本次义诊活动还开展血压、血糖测量，为有需要的居民服务。虽然雨很大，却挡不住居民们问诊的热情，专家医师们也不顾鞋袜被淋湿，认真倾听患者的问题，并进行耐心解答。居民们纷纷表示：非常感谢社区能心系居民，邀请到这样的团队来为大家义诊，为居民带来健康和幸福。

本次的社区义诊，居民拍手称好。甲乳外科吴炜副主任表示，后期将形成长效常态的结对共建机制，不定期给社区居民输送健康科普知识，不断拓展服务项目，更精、更准、更好地为居民的健康保驾护航。

□高平发

专业科普给您舒心体验

——门诊健康科普小百灵开讲

本报讯 为进一步改善服务质量，提升患者就医体验，普及卫生科普知识，提升人们日常保健意识，医院特推出“门诊健康科普小百灵”，通过医患互动、形式多样的科普活动，积极

把健康科普知识送到广大群众身边，构建医患良好关系，增强人民群众就医获得感、幸福感、安全感。

活动时间：下午1:00 活动地点：医技楼三楼全科门诊区域

“健康科普”活动安排

时间	科室	主讲人	职称	形式	内容
9月26日 (周二)	全科医学科	韦彩雯	副主任医师	脱口秀	人体“宝马”指数，您达标了吗？
10月10日 (周二)	呼吸内科	邓桂胜	副主任医师	科普讲座	吸烟的危害及如何控烟
10月17日 (周二)	血液内科	李书芹	主任医师	科普讲座	老年人贫血很普遍，背后元凶抓出来
10月24日 (周二)	心血管内科	王红霞	主治医师	科普讲座	房颤的危害
10月31日 (周二)	神经内科	应黎	副主任医师	科普讲座	守护美好记忆 关注老年痴呆
11月7日 (周二)	骨一科	周强	副主任医师	科普讲座	肩膀痛不等于肩周炎
11月14日 (周二)	神经外科	孟佑强	副主任医师	科普讲座	急性缺血性脑卒中的取栓手术治疗
11月21日 (周二)	泌尿一科	沈俭	副主任医师	科普讲座	前列腺增生
11月28日 (周二)	胸外科	刘洪涛	副主任医师	科普讲座	正确认知肺结节
12月5日 (周二)	康复医学科	马琳	主治医师	科普讲座	脑卒中的康复治疗
12月12日 (周二)	中医科(妇、儿、针灸科)	蔡虹	主治医师	科普讲座	针灸治疗带状疱疹后遗神经痛
12月19日 (周二)	中医外科	蔡娇娇	主治医师	脱口秀	横扫红肿热痛，做回自己！

迎中秋 庆国庆
关爱老人健康

为加强老年健康管理工作，普及老年卫生保健知识，大力弘扬中华优秀传统文化，在中秋、国庆佳节来临之际，9月27日下午，医院举办“迎中秋庆国庆，关爱老人健康”健康科普活动。

活动伊始，老年医学科副主任周熙琳和医务社工部黄艳分别向参加本次活动的老人们致以节日的问候和最崇高的敬意。

来自老年大学志愿者队的李明来老师带来了一曲二胡独奏《八月桂花遍地开》。悠扬的曲调久久萦绕在病房之中，让所有人都沉醉其中。



老人们挥舞手中小红旗，合唱《没有共产党就没有新中国》《打靶归来》。激昂的歌声，瞬间点燃了病房老人们的热情，在场的家属们都被这份热情感染，纷纷拍手叫好。

活动中，趣味横生的小游戏风雨交加，不仅可以锻炼老年人的大脑反应能力，还迅速将现场的气氛搞得热闹起来。游戏妙语连珠以及过目不忘，则锻炼老人的记忆能力和沟通协作能力，现场欢声笑语不断、笑语连连。

为了老年人的身体健康，康复医学科的陈昊男精心编排了《活力肩颈，健康生活》之肩颈舒缓操，用以缓解老年人日常的肩颈不适症状，深受欢迎。



为庆贺佳节将至，也为了让久居病房的老人亲身体会到节日的欢乐氛围，老人们还和医务人员、志愿者们一起亲手制作了崇明非遗文化——板糕。板糕俗称“印刷糕”，是用特定的模具将糯米印模成型所制作而成的地方特色点心，代表着吉祥如意、风调雨顺的美好寓意。

活动结束后，医务人员与社工和志愿者们一同进入病房，为老人们献上精心准备的月饼和康乃馨，整个老年医学科洋溢着人间烟火的祥和与温情。面对这一张张亲切的笑脸，张爷爷表示：“非常开心，非常难忘，感受到了家的温暖和医院的关心！”

此次活动的开展，不仅丰富了老年医学科老人们的精神生活，同时也传承了中华优秀传统文化，尊老爱幼，也增进了医患关系，体现了医院以人为本、一切以病人为中心的人文情怀与服务理念。

□黄艳

守护记忆 用爱陪伴

(上接2版) 柳叶刀阿尔茨海默病委员会2017年特邀重大报告显示，人群中多达35%的人可以预防痴呆的发生或者至少延迟症状发作。研究认为，针对轻度认知障碍展开的预防和治疗对于延缓痴呆发病，提高患者生活质量有重要作用。高龄、女性、低教育、遗传因素、血管性危险因素(高血压、糖尿病、高胆固醇血症、代谢综合征、高同型半胱氨酸血症、房颤、冠心病、脑血管病)和不良的生活习惯(吸烟、低锻炼水平、低社交)等都是加快轻度认知障碍向阿尔茨海默病转化的危险因素。

我院神经内科认知障碍专病门诊开展神经心理测试、痴呆Bio-marker检测和分子影像检测，进行认知障碍筛查和诊治，并对每一位轻度认知障碍和阿尔茨海默病患者提供长期随访管理。神经内科认知障碍专病门诊，门诊时间：周三下午1:00~4:00让我们一起来看看关注脑健康，帮助身边的每一位老人。

□应黎