

从城中到阳湖先后住院放疗8次，如今指标都正常了

“路虽远了，但我们信赖的医护在这里”

本报讯(李青 孙镇江) 上周,年过七旬的孙老先生揣着一封亲笔书就的感谢信来到市二院,表达他对医院放疗科团队医疗技术和服务态度真挚感谢:“字不多,但我们心里的感谢很真。”

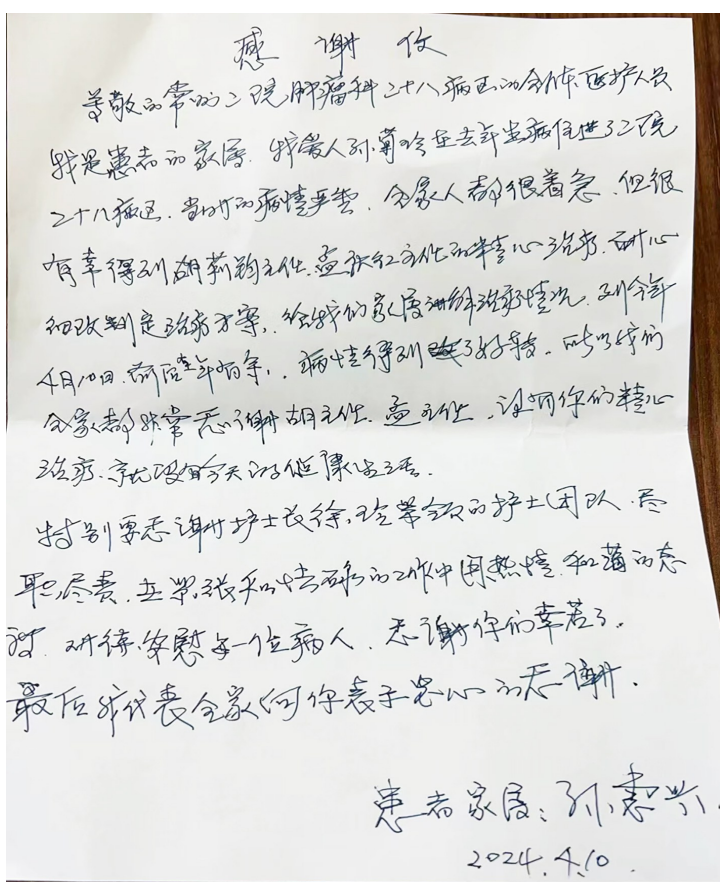
2023年初,孙老先生的爱人不幸被确诊为宫颈癌,随后在市二院城中院区放疗科接受治疗。孙老先生说:“前前后后在城中住了7次院,每一次医生护士对我们都非常关心,尤其是胡莉钧医生、孟庆红医生,还有徐玲护士长,遇到不懂的问题给他们打电话都会耐心答复我们,不厌其烦。”

由于放疗科住院病房从城中院区搬到阳湖院区,这个月,孙老先生夫妻便也跟着来到了阳湖院区。“我们家住在光华路,虽然路途远了点,但是阳湖的环境更好。最主要

的是,我们最信赖的医生、护士在这里!”孙老先生笑着说,“这是我们第8次住院,现在检查指标全正常了,真是太感谢他们了!”

据了解,市二院城中院区放疗科病房已于3月中旬全部搬迁至阳湖院区,两个病区共96张床位,目前城中院区放疗科门诊仍保留。

市二院放疗科成立于2005年10月,是国家放疗质控单位、江苏省重点学科建设单位、江苏省重点专科、常州市临床医学中心、江苏省医学物理工程研究中心、南京医科大学医学物理中心、常州市医学物理重点实验室、常州市放射治疗质控中心挂靠单位、国家住院医师规范化培训基地,也是国内第四家能培养医学物理方向博士的医院。



3月国家近视防控宣传教育月

常州爱尔眼科走进多所小学



□本报通讯员 王惠

3月是开学季,也是国家近视防控宣传教育月。今年的主题是“有效减少近视发生 共同守护光明未来”。为加大校园科学眼健康知识普及力度,提升学生爱眼护眼意识和能力,常州爱尔眼科医院走进北环小学、解放路小学、丽华二小、清凉小学等10多所学校,为学生和老师们带去了一堂堂生动的《开学第一课》近视防控公益宣教活动,约有2000名学生参与了科普学习。

对于中小學生而言,养成良好的用眼习惯预防近视,已经近视的通过积极的干预手段控制近视度数增长,避免发展成为高度近视非常重要。那么“如何有效预防近视?”“如何观察自身视力出现

问题?”“控制近视度数增长的科学方案有哪些?”江苏省儿童青少年近视防控专家团成员、常州爱尔眼科医院视光科主任刘元媛医生通过近视防控小课堂,深入浅出地为学生们一一讲解。

很多人都认为电子产品是儿童青少年近视的元凶,其实,真正原因并不是电子产品本身,而是长时间近距离用眼这个行为,为加深学生们对于近视防控知识的记忆,引导他们在今后的学习和生活中主动改正不良用眼习惯,活动中精心设置了互动问答环节,学生们积极踊跃举手回答问题,在欢乐的氛围中轻松掌握“护眼技巧”。

活动最后,学校还对过去一年近视防控工作成效优异的班级进行了表彰,并且颁发了“近视防控优秀班级”奖杯。

市检验检测标准认证研究院与疾控中心开展合作交流

疾控在行动

□本报通讯员 屠博文 武常倩

上周,市检验检测标准认证研究院党委书记杨宇华一行赴市疾控中心,双方就合成生物学领域合作与标准制定方面进行了深入交流。

市疾控中心主任姚昉,副主任唐宏兵及理化检验科和病原生物检验科的技术骨干参加交流会。姚昉对检标院专家表示热烈欢迎,她强调,在当前常州市积极推动合成生物学千亿元产业集群的战略背景下,对合成生物学全产业链中的生物计量工作及标准物质的体系化研发显得尤为重要,这不仅是推动产业可持续发展的关键,更是确保产业安全不可或缺的一环。作为常州市在检验检测技术标准领域的领军机构,市疾控中心非常期待与检标院在相关研究上进行深度探讨与合作。

唐宏兵对生物计量领域的发展前景给予高度评价。他说,从设备计量、仪器校准,到标准物质的制定及方法验证,常州市在生物计量方面有着巨大的发展空间和合作机会。

市检标院副主任周志峰及相关技术专家就生物计量领域目前院内开展的项目及未来发展的构想进行介绍和展望。

在随后的讨论中,双方技术骨干进行深入沟通和交流。

当天,杨宇华一行还参观了卫生检验检测大楼,初步了解了理化及微生物实验室的功能区划分和检测技术。

结合常州市在合成生物学及生物计量方面的重点项目,市疾控中心将与检标院从仪器设备验证、标准假病毒的构建及检验检测方法的验证等多个角度展开深度合作与研究,共同推动常州市在合成生物学和相关领域的发展。此次洽谈不仅加深了双方的了解,更为未来的紧密合作奠定了坚实基础。



6旬男士牙槽神经管外露

北极星口腔运用下颌神经游离技术成功种牙

□本报通讯员 星宣

近日,北极星口腔通过“下颌神经游离种植技术”,成功为一位下颌牙槽骨萎缩患者完成种植牙手术。据北极星口腔医疗总监罗新宇介绍,当牙槽骨被重度吸收,会使牙槽神经失去保护,在手术时极易受损,直接导致种牙失败。

骨萎缩露神经, 让医生大为惊讶

下颌后牙区牙槽骨呈凹陷状,重度吸收直至基骨,骨萎缩程度达4级,下颌神经管外露于牙槽骨外——这是下颌半口牙齿缺失患者王先生的检查结果。当罗新宇拿到检查报告后很吃惊,“临床上把牙槽骨吸收程度分为四个级别,从王先生的检查结果看,他已经达到了4级,而且下颌神经管已经完全不受骨头的保护,这种情况比较少见,采用常规种植牙手术修复,难度会非常大。”罗新宇说道。

现年64岁的王先生,由于早年有严重的牙周病,导致下颌半口牙齿缺失。这没能引起他本人的足够重视,从未进行过系统性的治疗。近一年来,王先生频繁出现下颌后牙床无故疼痛的现象,即使不咀嚼食物,不故意触碰,仍会突然疼痛难忍。此时王先生才意识到,自己的缺牙问题已经到了不治不行的地步。

怎样保住牙槽神经? 专家给出突破方案

想要王先生的种牙手术获得成功,首要问题就是保证下颌牙槽神经

管在手术当中不受损伤,然后再进行种牙。经过罗新宇与“北极星博士·九院名医工作站”专家会诊,决定采用“下颌神经游离种植技术”,并制定通过动态导航系统引导,运用超声骨刀进行神经游离移位的具体治疗方案。

据罗新宇介绍,“下颌神经游离种植技术”是一项对医生经验技术和手术设备要求极为严格的口腔种植术式。该技术可通过对附着于骨内牙槽神经管的精准剥离移位,预留出足够的种植区,使术中、术后种植体与牙槽神经管之间达到理想间距,从而保证手术的安全性和成功率。

两大科技组合, 超2毫米标准让种牙成功

在动态导航系统的微米级可视化引导下,罗新宇运用新型外科手术工具——超声骨刀,顺利为王先生进行了下颌神经管移位。术后检测结果显示,下颌后牙区植入体与神经管间距超过了安全标准的2毫米,植入的深度、角度等数据均符合术前方案所设定的理想范围,手术获得成功。

术后,罗新宇总结,以前由于科技条件限制,“下颌牙槽神经游离种植”始终没有普及。科技的发达给这项技术的实际操作带来了极大的便利。动态导航系统与超声骨刀的组合,相当于医生的眼与手延伸开来,紧密配合,让原本复杂的高难度手术变得更加简单安全。这项技术针对牙槽骨严重萎缩症状有突出优势,在种植牙领域的前景广阔,更多的缺牙患者可享受它带来的良好体验和效果。

骨科最讨厌你做的几个动作

□本报通讯员 七轩

生活中有很多常见的不良姿势,虽然做的时候很舒服,但其实却对骨骼有很多害处。“如果人的身体是一座大楼,那骨骼就是支撑大楼的钢筋水泥。”市七院骨科主任熊亚林提醒市民,“我们全身有206块骨头,为了保护他们,这些动作切勿再做。”

脊柱 脊柱最讨厌你跷二郎腿。长时间跷二郎腿,身体处于前倾位,经常这样容易导致脊椎变形,弯腰驼背。这种情况下腰肌受力不平衡会导致腰肌劳损,出现腰酸背痛,有的甚至会导致腰椎间盘突出。长时间跷二郎腿,会使静脉长期处于挤压状态,不利于下肢回流,会导致下肢水肿,甚至还会诱发下肢静脉曲张形成。

腰椎 腰椎最讨厌你窝在沙发里。因为半卧位时,腰椎原有的弧度发生了改变,腰椎间盘受到的压力不断增大,容易引起腰椎间盘突出。

膝盖 膝盖最讨厌你跪着擦地板,蹲着洗衣服。下跪、深蹲会加速膝关节的磨损。当你蹲和跪时,膝关节的负重是你体重的8倍,此刻所承受的压力是最大的。膝盖长时间处于这种高压状态,会增加软骨的磨损,软骨一旦受损,膝关节就失去了缓冲垫的保护,骨头磨骨头,就会出现疼痛。日常生活中的跑、跳、爬楼梯、爬山等都容易损伤膝关节。

颈椎 颈椎最讨厌你窝在沙发里。因为半卧位时,颈椎原有的弧度发生了改变,颈椎间盘受到的压力不断增大,容易引起腰椎间盘突出。

膝盖 膝盖最讨厌你跪着擦地板,蹲着洗衣服。下跪、深蹲会加速膝关节的磨损。当你蹲和跪时,膝关节的负重是你体重的8倍,此刻所承受的压力是最大的。膝盖长时间处于这种高压状态,会增加软骨的磨损,软骨一旦受损,膝关节就失去了缓冲垫的保护,骨头磨骨头,就会出现疼痛。日常生活中的跑、跳、爬楼梯、爬山等都容易损伤膝关节。

市一院主办市级继教班

精益运营赋能公立医院高质量发展

□本报记者 陈荣春 通讯员 李祉壹

提升学员在医院精益运营管理方面的知识和经验,上周末,由市一院运营绩效处主办的“精益运营赋能公立医院高质量发展”市级继教班在我市举行,吸引多家医院运营及财务方面的150余位学员参与。

继教班邀请业内知名专家进行授课,内容涵盖公立医院精益运营的专业知识、经验分享、案例分析等多种形式,深入探讨公立医院运营管理的理念、方法和实践,为学员提供一个学习交流、互鉴互促的平台。学员们纷纷表示,此次继续教育班收获颇丰,不仅学到精益运营管理方面的实

用知识和技能,更激励着他们不断追求卓越。

市一院院长周军表示,此次培训交流提升了学员的专业素养,也为行业的发展注入了新的活力,希望学员们将所学运用到实际工作中,为医院高质量发展贡献自己的力量。



天使志愿服务一周活动安排

时间	地点	志愿服务内容	志愿服务开展单位
4月16日(周二)15:00	常州市肿瘤(第四人民医院)四楼第一会议室	静脉置管患者日常生活注意事项	常州市肿瘤(第四人民医院)
4月16日(周二)09:00	新北区新桥街道 清水湾三期广场	健康义诊、肿瘤筛查评估	常州市肿瘤(第四人民医院)
4月16日(周二)14:00—15:00	腾讯会议APP	新生儿出院护理	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区
4月17日(周三)8:00—9:00	常州市武进第六人民医院门诊大厅	儿科联盟大型联合义诊	常州市儿童医院
4月17日(周三)8:00	新北区西夏墅镇 香山社区居民活动广场	健康义诊、肿瘤筛查评估	常州市肿瘤(第四人民医院)
4月17日(周三)12:00—13:00	门诊产科二楼B1-08	孕期瑜伽	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区
4月17日(周三)14:00—15:00	腾讯会议APP	孕产期相关政策介绍	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区
4月18日(周四)12:00—12:30	常州市儿童医院微信视频号	儿童肿瘤的防治	常州市儿童医院
4月18日(周四)15:00	常州市肿瘤(第四人民医院)四楼第一会议室	肿瘤患者的“健康”体重	常州市肿瘤(第四人民医院)
4月18日(周四)15:00—16:00	腾讯会议APP	新生儿常见问题与处理	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区
4月19日(周五)08:00	新北区龙虎塘街道 腾龙社区居民活动广场	健康义诊、肿瘤筛查评估	常州市肿瘤(第四人民医院)
4月19日(周五)14:00—15:00	腾讯会议APP	孕产期营养	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区
4月19日(周五)15:00	新北区三井街道 汉江路国际街区,地铁站旁	健康义诊、肿瘤筛查评估	常州市肿瘤(第四人民医院)
4月20日(周六)09:00—10:30	门诊产科二楼B1-08	手挤奶、奶泵吸奶训练营	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区
4月20日(周六)12:00—13:00	门诊产科二楼B1-08	生育舞蹈	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区

民间千年配方,黑豆、山楂专除老便秘

话说当年乾隆下江南,舟车劳顿便秘多日,御医不敢乱用泻药。一寺庙老方丈闻之欣然开方:金银花、菊花、绿茶用水煮沸,滤后茶水加黑豆、山楂煮熟,马齿苋与芹菜叶炒干后加入制成药膳粥。皇帝食之隔日畅快如厕,龙颜大悦收归宝藏。此方不含泻药,不伤身体,每晚不但能充饥,还能全面祛除便秘,在民间传承千年。

新一代通便产品——“津尝通”,采用东北地区特有的绿心黑豆,山楂,马齿苋等优质食材,再结合当代人饮食习惯,利用低温发酵技术研制而成。津尝通不含泻药成分,每天晚餐后服用,一次几粒。它在体内如同一把“刷子”,把肠道里的宿便统统刷干净。同时津尝通能调节肠道的内环境,修复损坏的肠粘膜,恢复肠道自主的排便功能。所以

津尝通的服用量越来越少,直至停用,让老便秘摆脱便秘的困扰。清除老便秘,只需服用津尝通。老便秘不妨试试,尽快解除便秘困扰。

津尝通从2009年至今已入驻常州14年,它帮助无数的顽固性便秘者,远离泻药的侵害,恢复自主排便的功能。而那些由于长期服用泻药,导致肠道异常。或自身年纪偏大,肠道功能衰退的患者,实现每天一粒,或半粒维持量,每天一次痛痛快快排便。每天一次,一次几粒,一个疗程解决老便秘。市区:龙御膳食专营店(市区路桥市场B座605A室);湖塘南方大药房(武武中路9-03号,百步塘方向向南50米)。电话:0519-88050859(市区免费送货)。

温馨提示:5盒一周期,现全国正举行买4送1的优惠活动

健康服务

常州市第一人民医院	地址:局前街185号 电话:0519-68870000	常州市肿瘤(第四人民医院)	地址:新北区红河路68号 电话:0519-69806980	第904医院常州医疗区 武进人民医院	地址:和平北路55号 电话:0519-83064102
常州市第二人民医院城中院区	地址:兴隆巷29号 电话:0519-88104931	常州市妇幼保健院	地址:钟楼区丁香路16号 电话:0519-88581188	常州市第八人民医院	本部:永宁北路2号 电话:0519-85579150
常州市第二人民医院阳湖院区	地址:滆湖中路68号 电话:0519-81099988	常州市儿童医院	地址:中吴大道958号 电话:0519-69808328	武进中医医院	南院:武进区滆湖东路85号 电话:13915837120
常州市中医医院	地址:和平北路25号 电话:0519-88124955	常州市第七人民医院	地址:延陵东路288号 电话:0519-69800506	北极星口腔医院连锁	地址:湖塘区人民西路6号 电话:0519-86582737
常州市口腔医院(市中医医院钟楼院区)	地址:北直街61号 电话:0519-86804028	常州市疾控中心	地址:泰山路203号 电话:12320	常州现代口腔门诊部	钟楼机构:武进机构:新北机构:天宁机构:青枫机构:溧阳机构 电话:0519-81899999
常州市第三人民医院	地址:兰陵北路300号 电话:0519-82009999	常州市卫生监督所	地址:泰山路199号 电话:0519-86608357		荷花池店:钟楼区荷花池公寓19-1 电话:0519-88120611
		常州市德安医院	地址:丽华北路157号 电话:0519-68016199		九州店:钟楼区兰陵九州新世界四楼 电话:0519-88120633