

省老年口腔健康促进行动走进常州

□本报通讯员 七軒

5月28日上午,由江苏省卫健委主办的2024年江苏省老年口腔健康促进行动(常州专场)在市七院举办。当天,医院门诊一楼大厅内,来自省市口腔、老年医学领域的十余名专家联合开展义诊,吸引了周边市民的参与。

南京市第一医院口腔科科主任薛昌毅和市七院老年医学二科主任刘蓉分别开展了老年口腔及骨质疏松防治健康科普

讲座,提升了老年人健康素养。常州经开区老年大学学员及花苑社区居民现场演练太极拳及八段锦等传统养生锻炼方法。

市七院院长张艳说,医院近年来坚持以服务老年人健康关切为理念,持续提升老年病诊疗服务能力,全力做好老年健康服务,努力助推全市健康老龄化工作快速发展,希望借助老年口腔健康促进行动平台,深化与省市各级医院合作,为广大老年人营造更多的安全感和获得感与幸福感。



市二院举办

软式内镜洗消理论及实践培训班

□本报通讯员 二宣

5月26日,市二院举办2024年常州市第二届软式内镜洗消理论及实践培训班。来自全市各大医院的50人参加,其中26人参加了理论加实践的课程,全部通过了理论及实践考核,获得了培训结业证书。

市医院协会医院感染管理专业委员会主任委员、市二院感染管理科科长杨乐介绍,去年4月11日我院感专委会成立了内窥镜全流程感控学组,为满足日益增长的临床需求,也为加强洗消相关人员的培训及考核,今年在市二院阳湖院区举

办第二届培训班。

软式内镜作为一项临床侵入性操作,规范化清洗消毒,保证内镜消毒质量尤为重要,加强内镜感染管理措施的落实,建立内镜清洗消毒质量控制体系,使内镜清洗消毒工作逐步规范化、科学化、信息化是确保医疗安全、保障患者健康的重要举措。

通过本次培训,各医疗机构从事内镜清洗消毒灭菌的工作人员及院感专职人员进一步熟悉了软式内镜清洗消毒技术规范,掌握了软式内镜测漏操作、手工清洗消毒操作以及内镜自动洗消机操作流程等专业技能。



常州卫生高等职业技术学校医管系党支部与常州爱尔眼科医院支部党建共建签约

常州爱尔眼科医院成为其教学实习基地

□本报通讯员 王惠

5月29日下午,常州卫生高等职业技术学校医管系党支部与常州爱尔眼科医院支部举行党建共建签约仪式。活动开始前,杨宏雷书记代表常州爱尔眼科医院热情接待了常州卫生高等职业技术学校领导、医管系的党员、学生代表一行。并陪同参观了医院的各个科室,让大家对常州爱尔的环境和工作有了更直观的了解。

仪式上,常州卫生高等职业技术学校医管系党支部书记、系主任张英远,常州爱尔眼科医院党支部书记杨宏雷分别就双方党支部的工作、特色以及工作成果进行了详细介绍,增进了



支部之间的更深一步认识。

在热烈的掌声中,学校副校长徐伟刚与常州爱尔眼科医院支部书记杨宏雷正式签署了党建共建合作协议,



并共同为共建揭牌,未来双方将在医疗人才培养、技术创新、社会服务等方面开展更加紧密的合作。为切实提高学生的专业技能和职

业素养,增强学生的专业实践能力,常州卫生高等职业技术学校与常州爱尔眼科医院将建立长期的校企合作关系,将常州爱尔眼科医院设为学校眼视光技术专业的教学实习基地。学校副校长陈玲为常州爱尔眼科医院现场授牌。

为确保实习生培养计划的有效实施,常州爱尔眼科医院将设立专门的教学管理小组,负责制定轮岗与带教计划。同时,医院还将积极接纳学校专业教师参观、调研,参与双师型教师培养、科研等实践活动。通过与教师的深入合作与交流,医院不仅能够提升自身的医疗服务水平,还能够为学校的培养提供更多有益的参考和经验。

我市顺利完成卫生健康领域“双随机”省级监督任务抽取

卫生监督之窗

□本报通讯员 卫监

日前,市卫健委在市卫生监督所举办了2024年度卫生健康领域“双随机”省级监督任务抽取工作会议,正式启动常州市2024年度卫生健康双随机监督抽查工作。各辖区卫生监督机构分管负责人、各业务科室负责人三十余人参加会议。市卫健委综合监督处处长陈文宇出席会议并讲话。

为保证抽取任务的公平,我市根据省级抽取规则开发卫生监督“双随机”抽查小程序开展任务抽取,将2023年行政处罚情况、公共场所量化等级、医疗机构传染病防治分类监督综合评价结果、职业病危害综合风险分类结果有机结合,对不同风险类别的单位设置不同的抽取比例,真正让监管对诚信守法者“无事不扰”,对违法失信者“无处不在”。同时对抽取的检查对象进行汇总比对,不同专业、不同任务抽取到同一检查对象的合并开展检查,最大限度实



现“进一次门、查多项事”。

会上,5位卫生监督员代表对公共场所(美容美发场所)、医疗卫生、生活饮用水、传染病防治、用人单位职业卫生在内的5个行业领域省级监督任务进行了现场抽取,共抽取1327户检查对象。市卫健委综合监督处、委机关党委派员对抽取过程进行了全程监督。

下一步,市卫健委将把此次抽取的任务清单下发至各地,各级卫生监督机构将根据“双随机”工作要求,严格对照监督抽查标准,规范开展监督执法活动,依法查处发现的违法行为,及时向社会公布抽查结果,切实保障人民群众健康权益,推动我市医疗卫生行业高质量发展。

苏州大学苏州医学院第二届教职工羽毛球团体比赛落幕

市一院卫冕团体比赛冠军

□本报通讯员 李社莹 冯凯

苏州大学苏州医学院日前举办第二届教职工羽毛球团体比赛,市一院(苏州大学附属第三医院)卫冕团体比赛冠军。

比赛吸引了来自苏州大学苏州医学院工会、各分工会,苏大各直属附属

医院工会,以及非直属附属医院工会代表队共17支队伍参赛。

市一院羽毛球运动健儿施宇光、郑晓、刘松、秦华平、吴皓明、周悦、刘杏等配合默契、顽强拼搏,喜获团体第一,展现了医务人员朝气蓬勃、昂扬向上的精神风貌。



武进区湖塘镇鸣凰社区卫生服务中心 已为2500余位老年人进行健康体检

□本报通讯员 周亚

今年4月初,武进区湖塘镇鸣凰社区卫生服务中心正式启动65岁以上老年人健康体检工作。截止到5月底,已为2500余位老年人进行健康体检。

本次体检内容主要包括一般体格检查、辅助检查、生活方式和健康状况评估、体检报告解读并进行专业健康指导等。为确保体检工作有序开展,中心安排导检人员进行分散引导,体检过程中,医务人员耐心地为每位老

人进行身体检查,了解他们的生活饮食习惯、既往史、用药史等,结合老年人自身健康状况给予专业指导,对新发现的高危人群和慢性病患者及时纳入规范化管理,定期跟踪随访。

通过本次健康体检,使老年人全面掌握了自身的健康状况,做到有病早发现、早诊断、早治疗,切实提高了老年人晚年生活质量。鸣凰社区卫生服务中心将继续以人民健康为中心,落实好基本公卫各项政策,为群众健康保驾护航。

有“肠”识 才能长健康

□本报通讯员 高亚华

今年5月29日是第20个“世界肠道健康日”。肠道是人体重要的消化器官,更是营养吸收最重要、最关键的器官,人体所需的营养物质中有99%从肠道吸收。作为人体的“第二大脑”——肠道担负着人体70%以上的免疫功能,对抵御细菌、病毒,维持肠内环境稳定有重要的作用。同时它对外界刺激十分敏感,暴饮暴食、精神紧张等都会使肠道产生“情绪化”反应,进而影响消化系统,出现腹泻、恶心、呕吐、便秘等不适症状。保持好心情,注意饮食搭配,增加体育锻炼,合理用药,可以帮助我们保护好肠道健康。

常见的肠道疾病。它是一种用于描述影响胃肠道的症状的专用术语,包括疼痛、不适、早饱或进食时的长时间饱腹感。

慢性便秘
慢性便秘是指排便困难,排便不频繁或有排便不尽感,病程至少超过6周。由于便秘会导致患者在排便时感到吃力,可能会有小且硬的粪便,并可能伴有肛裂和痔疮,此外还包括腹胀、腹痛、食欲减退、恶心、呕吐等症状。

乳糖不耐症
乳糖不耐症是一种消化系统疾病,指的是由于缺乏有助于分解牛奶和奶制品中乳糖的消化乳糖酶,身体无法消化乳糖的状态。乳糖不耐症会导致腹泻、腹痛、消化不良、恶气、腹胀等症状,其严重程度取决于摄入乳糖的量。

肠易激综合征
肠易激综合征(IBS)是一种慢性

胃肠道疾病,影响消化系统,主要是指大肠功能。IBS的症状会令人不适,可能包括腹部出血、明显腹胀、排便疼痛、排便频率和大便外观改变、腹痛和痉挛、腹胀、胀气、交替性便秘和腹泻。

癌症
肠癌是消化道中常见的恶性肿瘤,是消化道发病率最高的三大癌症之一。随着生活水平的提高,人类摄入肉食比例的增加、生活压力大、饮食不规律,消化道的问题越来越突出,有90%以上的人群存在肠胃问题。

如何呵护肠道健康
红梅街道社区卫生服务中心消化科庄玮友情提醒:有“肠”识才能肠健康,这些肠道疾病可以通过以下方面来预防:饮食方面,要注意合理规范自己的饮食,不要暴饮暴食,注意膳食营养均衡,多吃含有膳食纤维的蔬菜,多吃粗粮,促进肠道的蠕动,保持肠道健

康,肠道疾病随之减少;注意排便习惯,养成定期排便的习惯,大便通畅,肠道轻松;定期进行肠镜检查,就可以有效预防肠癌的发生;认识养生保健穴位,帮助提高胃肠功能的穴位有足三里穴、内庭穴、合谷穴等。用拇指按压穴位,合力度顺时针或者逆时针转动,约5—10分钟,以稍微有胀痛感为宜。

肠道病变的筛查手段

血液检查可以揭示营养吸收情况和内部炎症,而粪便检查能发现肠道病变的早期迹象。

肠镜能让医生直接观察肠道内部的情况,是诊断胃肠道疾病的“金标准”。这是防御体系中非常关键的一环,可以在身体还没有明显症状的时候,及时发现肠道病变。

通过腹部CT扫描和磁共振检查,医生可以获得腹腔内部的重要信息,对病变做出详尽评估。



天使志愿服务一周活动安排

时间	地点(线上平台)	志愿服务内容	志愿服务开展单位
6月4日(周二)18:30—19:30	常州市新北区三井街道汉江路社区党群服务中心	家长课堂:家庭注意力训练,让学习更专注	常州市儿童医院
6月5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
6月5日(周三)14:00—15:00	腾讯会议APP	入院物品准备	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区
6月6日(周四)12:00—12:30	常州市儿童医院视频号	儿童直播间科普直播:爱眼日,呵护宝贝心灵之窗	常州市儿童医院
6月7日(周五)14:00—15:00	腾讯会议APP	产前检查重点及注意事项	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区
6月7日(周五)15:00—16:00	腾讯会议APP	新生儿出院后护理	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区
6月8日(周六)09:00—10:30	门诊产科二楼B1—08	准爸爸训练营	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区
6月8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
6月10日(下周一)14:00—15:00	腾讯会议APP	促进母乳喂养成功	常州市妇幼保健院 常州一院钟楼院区

健康服务

常州市第一人民医院 地址:局前街185号 电话:0519-68870000	常州市肿瘤医院(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 地址:和平北路55号 电话:0519-83064102
常州市第二人民医院延陵院区 地址:延陵中路468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	武进人民医院 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	常州市第八人民医院 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	武进中医医院 地址:湖塘区南门外大街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	北极星口腔医院连锁 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	常州现代口腔门诊部 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