

江苏省第二届“中医药就在你身边” 中医药文化科普巡讲活动9月开幕

服务社会 惠及百姓 今后每年都将举办一次

江苏省第二届“中医药就在你身边”中医药文化科普巡讲活动将于9月2日启动。本届中医药文化科普巡讲活动坚持以中医药文化成果惠及更多百姓为出发点,以中医药秋季养生保健和中医饮食保健为主题,将组织13个省辖市联动举办中医药文化科普巡讲,省中医药局还将邀请国家中医药管理局中医药文化科普巡讲团专家在南京、淮安、连云港、徐州等地为当地百姓奉上中医药文化科普大餐。

□通讯员 张小凡 李珊

据省中医药局有关同志介绍,开展中医药文化科普巡讲活动酝酿已久,今年已是活动创办以来的第二个年头。近年来,我省大力实施中医药强省战略,在加快中医药服务体系、提升中医药服务能力建设的同时,积极推动中医药文化繁荣发展,开展了以中医药文化理论研究行动、中医药文化科普宣传服务推进行动、中医药文化宣传教育基地建设行动、中医医院文化建设水平提高行动、优秀中医药文化作品创作行动、中医药文化传播宣传行动等“六大行动”为主要内容的中医药文化惠民工程,面向全省百姓的中医药文化科普巡讲正是中医药文化惠民的重要活动之一。此次活动由省卫生厅、

省中医药局主办,旨在贯彻落实党的十七届六中全会精神,推动中医药进乡村、进社区、进家庭,服务社会、惠及百姓,进一步满足广大人民群众的健康需求,营造健康和谐的中医药文化氛围,迎接党的十八大胜利召开。

本届中医药文化科普巡讲活动内容丰富,既有以季节养生为主的中医药科普讲座,也有以饮食养生为主的讲座;既有针对亚健康状态进行调理指导的专题介绍,也有针对专病进行预防保健的科普讲解;既有以省会为中心的主场地,又有省市联动、遍布全省的分场地,多侧面、全方位、大范围地为全省百姓提供权威的中医药文化科普宣传服务。

在9月2日活动启动当天,首场讲座将在南京市图书馆举办,届时将由国家中医药管理局中医药文化科普巡讲团专家为大家带来一场题为《我们身边的营养健康》的专题讲座,同时在南京市中西医结合医院也将举办一场讲座为广市民讲解如何爱肝护肝。

9月3日起,本届中医药文化科普巡讲活动将在全省13个省辖市陆续开展,各地将组织当地中医药专家为市民集中介绍中医药健康知识,将中医药文化大餐送到广大市民家门口。

据悉,中医药文化科普巡讲活动今后每年都将举办一次,让全省广大群众充分享有中医药文化发展成果。

本周日来听营养健康公益讲座

“中医药就在你身边”中医药文化科普巡讲之南京站

■专家简介

生活中不光要有美味,还得要有营养,这才是养生的宗旨。与单纯讲营养的专家不同,著名营养专家王宜能够针对各地的健康状况开出具体而实用的营养方案。如果您想越吃越学,越吃越健康,本周日欢迎来听“中医药就在你身边”中医药文化科普巡讲之南京站讲座——《我们身边的营养健康》。

时间:2012年9月2日下午2:30

地点:南京图书馆多功能厅

主讲内容:《我们身边的营养健康》

讲课专家:国家中医药管理局中医药文化科普巡讲团专家

王宜(中国中医科学院广安门医院食疗营养科主任)

该活动由江苏省中医药局主办,南京卫生局、南京市中医院承办。活动当天下午1:50,在南京图书馆现场领取入场券,还有小礼品相送,送完即止。感谢您的参与。

夏秋时节谨防四大皮炎的侵袭

今年的夏秋两季,着实让南京人体会了“火炉”的威力,气温在30℃以上就近一个月时间,虽然目前已进入立秋,然而潮湿闷热仍时刻困扰着人们,因这难过的天气,导致今年夏秋两季皮炎患者激增。记者在省中医院皮肤科了解到,由于高温、潮湿,湿热的环境为蚊虫滋生提供了可乘之机,皮炎患者增多,每天的接诊量超过三千人。专家提醒市民,夏秋时节,要特别预防四大皮炎的侵袭。

□通讯员 孙茜 冯瑶 现代快报记者 金宁

隐翅虫皮炎

隐翅虫皮炎与拍打隐翅虫有关,由于隐翅虫身体各部分都有毒素,在拍打后造成毒液与人体肌肤亲密接触,引起皮肤肿胀、疼痛、出疹,严重的还会出现发热、头痛、恶心等症状。

预防:皮肤科陈力主任介绍,隐翅虫有趋光性,多在夜晚灯光周围出现。如果发现黑色的虫子停留在皮肤上,尽量不要拍打、碾压,轻轻吹走它即可。一旦发现皮肤红肿疼痛,切忌抓挠,擦拭破损处的纸巾不要再接触肌肤的其他部位,必要时应尽快就医。

丘疹性荨麻疹

丘疹性荨麻疹是由蚊虫叮

咬引起的皮肤过敏,多数由螨虫所致。症状表现为身上,特别是皮肤暴露处,长出绿豆大小的红色小包,瘙痒,抓破后会结痂。过敏体质的人对丘疹性荨麻疹的抵抗力较弱,更容易得此病。

预防:此病是由蚊虫叮咬所致,预防的关键是搞好环境卫生,保持家具、沙发的洁净,将衣物、被褥等近身的物品放置在阳光下暴晒。宠物是跳蚤等寄生虫的乐园,要及时给宠物清洗。

夏季皮炎

夏季皮炎是夏季常见的皮肤炎症,多出现在四肢,尤其是前臂和小腿部位。夏天持续潮湿高热,人体出汗过多,如果没有及时清洗干净就会引起夏季皮炎。表现为比较密集的红斑、丘



资料图片

疹,瘙痒难忍。

预防:陈主任提醒,预防夏季皮炎主要是保持环境的通风散热,少在户外炎热的阳光下活动。穿着吸汗、宽松的衣服。夏季流汗较多,要经常洗澡,清洗衣物。

日光性皮炎

日光性皮炎是一种急性光毒性反应,皮肤长时间遭受日光中较强紫外线照射引起皮肤表

层受损。主要出现在肌肤裸露的部位,多为面部。暴露部位出现皮肤红肿、灼热、疼痛的症状。另外一些光敏性食物,如香菜、菠菜等,都会引起日光性皮炎。

预防:避免日光性皮炎,最重要的是避免长时间的日晒。在户外活动时,格外注意做好防晒工作,打伞、戴帽、涂抹防晒霜十分必要。天气炎热,日光较强的时候,注意少吃光敏性食物。

■医技前沿

微创手术 解决梗阻性黄疸

记者从江苏省人民医院消化内镜中心了解到,82岁的郑老太太患有晚期胰头癌,入院时老人上腹部饱胀如球,并且腹痛剧烈,食欲不振,全身瘙痒难忍,经检查发现她心跳缓慢、皮肤巩膜明显黄染,总胆红素超标,病情十分危重。

由于是胰头癌晚期伴肝转移,老人无法再接受外科手术。后来,江苏省人民医院消化科为老人实施了ERCP胆道金属支架置入术,术后一周老太太的黄疸指数便降至接近正常,各种不适感明显缓解,精神状态日渐好转。老人术后至今已经平安度过了14个月,大大超过晚期胰腺癌的平均生存期。

江苏省人民医院消化科陈晓星教授介绍,对于各种原因引起的梗阻性黄疸的患者,行ERCP治疗术能够明确病因诊断,而对于不能接受外科手术的患者,通过ERCP术置入胆道支架,能够有效进行胆道的引流,减轻患者黄疸症状,对于提高患者的生活质量有很大帮助。陈晓星教授表示,通过应用ERCP造影术,一些难以明确的部分梗阻性黄疸病因诊断通常能够“显形”。

对于各种原因引起的梗阻性黄疸患者,在ERCP术中进行梗阻部位的细胞学刷检,能够明确病因。而对于不能进行手术的晚期肿瘤患者,陈晓星强调,应根据患者不同情况制订相应的治疗方案:对于中下段胆管癌和壶腹部肿瘤的病例,采用胆道支架的置入能够很好地进行胆汁引流;对于肝门部胆管肿瘤,内镜中心会根据ERCP术前检查和术中造影所见进行选择引流,并可以在左肝管以及右肝管放置胆道双支架,确保治疗效果;对于胰腺癌引起梗阻性黄疸的患者,在进行胆道支架置入术后还可以进行超声内镜引导下的各种后续治疗,如放射性粒子植入、腹腔神经节阻滞等治疗。

通讯员 吴倪娜 何雨田 冯亚东
现代快报记者 金宁

■温馨提醒

自行灌肠不可取 恐致穿孔要人命

现年80岁的胡老太太40年前因外伤不幸造成高位截瘫,多年来一直卧床不起,便秘问题让胡老太太痛苦不堪,老伴为了解除她的痛苦,每天在家用自来水管为胡老太太高压灌肠,一直以来没有出过什么问题,可他并不知道常年高压灌肠使得胡老太太的肠管越来越松弛,肠壁也越来越薄,埋下一颗“定时炸弹”。终于,在一个月前的一次例行灌肠后

两天,胡老太太感到持续性全腹剧痛,难以忍受,凌晨时分紧急送往南京鼓楼医院急诊就诊。

普外科专家在对患者进行了必要检查及会诊后确诊胡老太太为结肠穿孔所致的弥漫性腹膜炎,患者已出现感染性休克表现,生命体征欠平稳,当即决定需急诊手术!接到通知后普外科管文贤主任、汪灏副主任和顾劲扬博士连夜赶到医院,为胡老太

紧急施行了剖腹探查术,术中发现患者腹腔积聚大量粪水样液体,全结肠及部分小肠极度扩张松弛,乙状结肠前壁见一直径大约两厘米的穿孔,遂立刻施行腹腔冲洗联合乙状结肠造瘘,术后转重症监护室继续深入治疗,经过一周的抗感染治疗才使得胡老太太转危为安。

鼓楼医院普外科管文贤主任提醒市民,在家自行灌肠十分危

险,需在医院内由专业人员操作。患者是否适合灌肠,必须经专科医生判断,对于不明原因的肠道出血、巨结肠症、严重心血管疾病等患者则绝对禁止灌肠,以免掩盖真实病情,耽误救治时机。管主任建议习惯性便秘的患者应到医院请专科医生为其制订个性化的治疗和饮食方案,不宜将灌肠作为长久之计。通讯员 王娟 顾劲扬
现代快报记者 金宁