



株洲晚报



株洲市全民营营养周启动仪式 在市中心医院举行



▲启动仪式现场。通讯员供图

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/陈丽)5月16日,由湖南省卫生健康委员会、湖南省营养师工作学会指导,株洲市卫生健康委员会主办,株洲市中心医院承办的2023株洲市全民营营养周暨“5.20”中国学生营养日启动仪式在株洲市中心医院学术报告厅举行,来自基层卫生服务中心代表、社区居民代表、营养驿站代表等全市多个领域的营养健康爱好者共400余人参加了此次活动。

据介绍,市中心医院临床营养科连续3年获得国家“医学营养减重教学基地”,今年2月成功获批国家临床营养科建设试点单位,也是湖南省第三家特医食品试验基地。此次活动秉承公益先导、营养科普、大众参与、惠及民生的宗旨,以今年的全民营营养周主题“合理膳食,食养是良医”为主题,将营养健康科普送进企业、机关、社区、乡镇、学校、商场及千家万户。

启动仪式结束后,主办方为30

家基层诊所授予了营养驿站牌,并举行了相关学术活动,来自中南大学湘雅医院、株洲市中心医院、株洲市二医院的多位专家,为大家带来《成人血脂血症食养指南(2023版)》《儿童青少年生长迟缓食养指南(2023版)》《成人糖尿病食养指南(2023版)》《成人高血压食养指南(2023版)》的解读,推广普及中国居民膳食指南核心信息。

本次系列活动通过媒体宣传、大众传播、科普引导和市民参与,带动更多的人共同参与和促进营养健康科普宣教活动,进一步普及营养健康知识,倡导营养健康生活方式,将加强营养增强免疫力与预防慢性病有效结合起来,提高公众合理膳食、预防疾病意识,提升居民营养健康水平。从而推动形成可持续、常态化的营养健康科普交流路径,进一步促进树立健康饮食新风,助力健康中国建设,让“健康中国 营养先行”深入人心。

让急救成为必备技能

市人民医院开展急救知识常态化培训“五进”活动



▲培训现场。通讯员供图

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/陈志梧)此前,市人民医院的“第一目击者”培训团队采用进社区、进企业、进学校、进机关、进农村的“五进”方式,全面普及和推广现场救护知识和技能,提升了公众的自救互救能力。近日,该培训团队与医院事业发展部一同通过“荷塘志愿”线上平台联合西子花园党支部、晓雷爱心工作室,来到荷塘区西子社区、荷塘区公益服务中心,组织开展了三场“第一目击者”培训。

在荷塘区西子社区进行的急救培训中,培训团队的导师以理论与实践相结合的形式,对“心肺复苏”“AED”“气道异物梗阻”“创伤四项”等实用急救知识和技能进行深入浅出的讲解。随后,30名学员全部通过考核,获取“第一目击者”证书,并组建了荷塘区第一支小区“第一目击者现场急救队”。

应西子社区居民的强烈要求,

很快又开展了第二次活动,再一次为社区培训了20名合格的“第一目击者”。学员纷纷表示:“学到的知识太实用了,掌握技能的人越多,亲人和邻里们的安全系数越高。”

5月11日,团队受荷塘区公益服务中心的邀请,为36名公益服务志愿者讲解救护的基本知识与技能。志愿者反馈:“此次培训打消了我们想救不敢救的顾虑,提升了个人急救水平。今后,我们不仅能够力所能及地帮助到身边的人,还能进一步地普及急救知识,这是一件令人非常开心的事情。”

市人民医院作为湖南省卫健委指定的“现场救护培训示范医院”,从2020年开展“现场救护——第一目击者行动”工作以来,团队先后37次在社区、企业、学校、机关、农村开展培训,受益群众达3600余人次,促进了全民急救能力与水平的提升。

荷塘区多部门联合开展 世界高血压日义诊活动



▲义诊活动现场。通讯员供图

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/刘厚吾)2023年5月17日是第19个世界高血压日,此次主题为“精准测量 有效控制 健康长寿”。为贯彻落实《健康中国行动(2019-2030)》有关要求,提高全民关注血压的意识,由株洲市荷塘区统战部、农工党荷塘工委,协同桂花街道办事处组织荷塘支部、601支部,联合株洲恺德心血管病医院,于5月14日联合开展系列宣传、义诊活动。

早上8点,荷塘区红旗广场步步高超市前坪热闹非凡,附近老百姓也陆陆续续来参与了义诊活动。现场气氛很热烈,开展了免费测血压、测血糖、眼底照相及健康咨询等

活动,并发放了高血压、糖尿病及心脏病等健康宣教手册,同时现场强调了高血压患者应严格限盐,每人每日食盐量建议控制在5克以下,并倡导减盐行动,从自我做起,还对部分符合适应症的病人进行了处方赠药等。居民纷纷表示这样的惠民活动获益良多。

下午,株洲恺德心血管病医院还开展了关于高血压及房颤知识的健康讲座。所有参与病人都可享受免费血糖测量、血压测定、心电图、动脉硬化检测、眼底照相等相关检查。病友们课堂上积极参与互动,课后与讲师们深度沟通,对此次活动表示了非常高的满意度和获得感。

促进医疗服务标准化、同质化 我市肿瘤专业培训会议在市二医院举行

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/陈恺祺)5月16日,株洲市肿瘤专业医疗质量控制指标与癌症筛查管理培训会议在株洲市二医院成功举办。

会上,市二医院院长李文灿介绍,本次会议旨在落实肿瘤专业医疗质量控制指标,进一步提高株洲地区肿瘤诊疗水平,为癌症患者提供更加优质的医疗服务,提升总体癌症5年生存率。同时,加强“中国居民癌症防控行动”,紧跟国家癌症中心开展癌症筛查工作,倡导肿瘤早筛早诊早治,实现肿瘤诊疗关口前移。

株洲市卫健委党委委员、市公立医院管理处处长龙国锋表示,在肿瘤的全生命周期管理中,肿瘤规范化治疗是肿瘤诊疗高质量发展、提升患者5年生存率的重要举措。希望与会学员在本次培训中能学有所获,并学以致用,用肿瘤专业医疗质量控制指标来指导临床,规范临床诊疗路径,通过质控指标的达标,提升诊疗的规范性,从而真正实现同质化、标准化治疗。

国家癌症中心癌症诊治质控办公室主任杨文静针对国家肿瘤规范化诊疗信息平台及国家癌症中心肿瘤诊疗

规范化和医保费用合理化项目做线上介绍,湖南省肿瘤防治研究办公室副主任陈仕鹏、株洲市癌症防治办公室主任王芳分别就国家标准化癌症筛查联盟管理中心湖南工作及株洲工作进展进行详细报告,株洲市二医院肿瘤诊疗中心肿瘤一科副主任邓仁芳详细解读了肿瘤专业质量控制指标(2023版),另外,会议还邀请了数位技术专家对2023版质控指标在肿瘤诊疗规范化及医保费用合理化项目执行中问题进行答疑。

市二医院副院长刘建民作会议总结,希望此次培训的成果能落实到基层,通过科普教育,让更多老百姓重视肿瘤早诊早治的重要性,用健康的生活方式和积极心态参与到居民癌症防控行动中。

专家们的精彩授课得到了与会学员的一致认可及高度评价。学员们纷纷表示,本次培训会议,不仅为株洲市肿瘤专业的同行提供了一个学习、互动的交流平台,更重要的是有效的规范了临床诊疗行为,促进医疗服务的标准化、同质化,让广大基层医务人员对肿瘤防治工作有了更深刻的认识和了解。



湘江毅行队伍从神农城广场出发。 株洲晚报融媒体记者/谢慧 摄

一路同行 一路收获 4500名勇士 共赴湘江毅行 04.05

气温降了些 闷热感暂时退场

在闷热的五月里,雨季变得缠绵而柔软。市气象台说,本周,雨天依然多。今天,最高气温22℃,最低气温15℃,明后天,最高气温25~27℃,最低气温17~18℃。



虽然多雨,但闷热的感觉会减轻一些。市气象台说,这两天,最高气温降至30℃以下,风向也将由南风转为北风,要清爽不少。

再来说说这个节气的风物。有人说,等街头飘起了荔枝、芒果、梔子花的清香时,夏天就真正来了。它们交替在一起的时光,就像冰激凌和甜甜圈的组合一样经典,为这个季节,平添了许多美好滋味。现在,荔枝已经上市了。除了日常的吃法,我在《三联生活节气》电子杂志上还看到了一种荔枝酒的做法:把一斤荔枝剥壳去籽,与三瓶高粱酒和五六朵玉兰花泡在一起密封,三个月后,便是果香浓郁的荔枝酒了。你要不要把初夏的味道封存起来,让它跨越整个季节去往秋天? (王娜)

抽丝剥茧 制扇至美

06

这两天,《四年级女孩自制手工蚕丝团扇》的视频,在株洲日报“知林侠”视频号火热传播。市二中枫溪学校小学部四年级学生邓子淳“抽丝剥茧”,开启探索实践之旅。

图为邓子淳通过旋转团扇,让蚕丝缠绕在骨架上。受访者供图



扫码观看视频



人行道违停10分钟内“免罚” 03