

市三三一医院5月24日将重磅启幕“湘约名医 湘伴健康”行动 同步举办惠民义诊与“枫溪论坛”



立足三甲新起点，秉持实干新风尚，株洲市三三一医院重磅推出特色健康品牌“湘约名医、湘伴健康”，以学术论坛聚力提质、以公益义诊服务惠民，正式开启医院高质量发展新篇章。

5月24日，市三三一医院将隆重举行“湘约名医 湘伴健康”行动启动仪式，同步开展大型惠民义诊、公立医院高质量发展“枫溪论坛”系列活动。活动汇聚省内外顶尖名医资源，深耕优质医疗服务，以实干担当诠释医者使命，用暖心举措守护百姓健康，让国家三级甲等综合医院的优质医疗资源真正惠及株洲千家万户。

湘约名医·汇智聚力 打造跨区域健康之约

“湘约名医”行动，是一场跨越山海的健康之约，既是与国内顶尖名医的诚挚邀约，更是名医奔赴株洲、扎根湖湘热土的公益之诺。医院携手北京宣武医院、南方医科大学珠江医院、湖南省人民医院、湖南省肿瘤医院等国内知名三甲医院权威专家，汇聚多领域顶尖诊疗力量，让株洲百姓足不出市，即可便捷对接省级、国家级优质医疗资源，在家门口享受高水平诊疗服务。

湘伴健康·温情守护 筑牢常态化健康防线

“湘伴健康”计划，是一份岁岁朝夕的温情守护。医院以全体医护团队为核心，秉持“长期陪伴、全程守护”的服务理念，打破单次诊疗的局限，为群

众提供常态化、专业化、精细化的终身健康护航服务，让优质医疗服务时刻相伴、温暖常在，切实守护株洲百姓身心健康。

枫溪论坛·领航赋能 助推医疗高质量发展

公立医院高质量发展“枫溪论坛”将于5月24日08:00—11:30，在医院医技楼六楼大会议室隆重举办。行业大咖齐聚一堂、传经送宝，湖南师范大学医学部、湖南省第二人民医院、湖南省人民医院、南方医科大学珠江医院、中南大学湘雅二医院等单位的权威专家，将围绕医院高质量发展、湖南医疗实践创新、学科建设提质、服务效能提升等核心议题开展深度分享与交流，为医院乃至株洲区域医疗事业高质量发展注入强劲动能。

惠民义诊·便民暖心 家门口尽享名医诊疗

5月24日09:00—11:30，医院住院大楼前将同步开启大型公益义诊活动，全程免专家挂号费，专家面对面精准诊疗，聚焦民生需求、传递医疗温度，切实为群众办实事、解难题。

本次义诊阵容空前强大，北京宣武医院权威教授、南方医科大学珠江医院专家学者、省内知名名医悉数坐诊，诊疗范围覆盖脊柱外科、耳鼻咽喉头颈外科、普外科、甲状腺乳腺胸外科、中医科等多个临床重点科室，精准对接群众疑难病痛诊治、慢病规范管理、日常健康咨询等各类就医需求，让百姓在家门口就能享受到顶尖专家的诊疗服务。

中医惠民·趣味科普 解锁多元健康体验

本次活动不止有名医坐诊，更有丰富的中医特色惠民体验同步上线。活动现场设置中医特色体验区，免费提供中医药膳品鉴、特色中药茶饮、中药敷贴、针灸、耳穴压豆、中医皮肤病面膜、颈腰腿痛专项中医疗疗等多样化服务，传承中医国粹，让群众近距离感受中医文化的独特魅力与诊疗优势。

同时，现场还设置健康科普展示区，开展“学急救、懂膳食、知科普、赢好礼”系列互动活动——第一目击者急救现场教学、膳食拼拼乐趣味游戏、健康知识有奖问答等环节同步开展，参与知识答题即可领取精美礼品；让群众在沉浸式体验中，感受三级甲等综合医院的专业实力与人文底蕴，学习实用健康知识，争做自己健康的第一责任人。（程旭华）

市人民医院 临床“金点子”集中亮相 该院举办首届医疗创新大赛

5月13日下午，株洲市人民医院首届医疗创新大赛成功举办。本次大赛由株洲市人民医院与湖南工业大学老年医学医工融合研究院联合主办，湖南工业大学生物与医学工程学院、湖南省医学科技成果转化公共服务平台共同协办，市卫生健康委担任指导单位。

大赛旨在搭建从临床“灵光一闪”到惠及患者的创新转化平台，鼓励全院医务人员以患者为中心、以临床需求为导向，投身医疗技术创新与成果转化。

经过前期选拔，来自骨科、手术麻醉科、脊柱外科、老年医学科、泌尿外科、妇产科、肾内科、急诊医学科、药剂科、门诊等12个科室的创新项目进入路演环节。

该环节分为“医工创新项目”与“技术创新项目”两个板块，涉及器械改进、智能系统开发、药物研发、护理技术优化、流程再造等多种类型，充分展现了一线医务人员的创新活力与临床智慧。

以泌尿外科报送的《泌尿外科智能随访系统》为例，团队聚焦传统人工随访效率低、易错过关键诊疗节点等痛点，打造了微信小程序+云端管理平台一体化系统。基于这套系统，科室实现全病种自动化随访，既减轻了医护的工作负担，又通过自动提醒、数据云端管理等功能，保证了患者出院后，仍能享受高质量的健康管理服务。

随后，湖南工业大学生物与医学工程学院副院长李广利博士，分享医工交叉技术成果转化案例；湖南省医学科技成果转化公共服务平台专利部部长刘志威，讲解医学科技成果的淬炼与价值提升。两位专家讲解了从“金点子”到“硬科技”的转化路径，为医务人员提供了实践思路。

经过激烈角逐，大赛最终评选出6个项目，分别获评“最佳临床价值奖”“最具投资潜力奖”“最佳创意奖”。

（陈娜）



泌尿外科报送的《泌尿外科智能随访系统》荣获“最佳临床价值奖”。 通讯员 供图

遇事就失眠？

市三医院提醒：突发事件引发的急性失眠，这样科学调整

生活中，我们总会遭遇突如其来的压力与变故——工作调整、家庭琐事、人际烦恼……当心事缠身，最先亮起“红灯”的往往就是睡眠。市三医院睡眠医学科专家提醒，此类由突发事件引发的急性失眠，若不及时科学干预，极易拖延发展为慢性失眠，危害身心健康。

市三医院睡眠医学科门诊曾接诊一位42岁患者，因家庭变故彻夜难眠却未干预，两个月后失眠成习惯，出现持续性早醒、焦虑乏力等症状。临床数据显示，超72%成年人遭遇重大情绪事件后会出现短期急性失眠，近40%慢性失眠由急性性失眠拖延而来。

为什么一遇到事，就会立刻睡不着？

从医学角度来讲，突发事件会让人体的交感神经持续兴奋，皮质醇激素分泌居

高不下，大脑会一直处于高度警觉的防御状态，本该在夜晚下降的神经兴奋度无法平复，这会直接抑制褪黑素的正常分泌，入睡困难、早醒、多梦等问题便会接踵而至。

这类失眠统称为应激性急性失眠，病程通常小于3个月。它和长年累月的顽固性失眠不同，市三医院睡眠医学科专家强调，只要及时科学干预，完全可以快速恢复正常睡眠；可如果放任不管，大脑就会固化失眠记忆，最终发展成难以根治的慢性睡眠障碍。

应激性失眠 容易踩的三大误区

1. 强行逼自己入睡，形成“越想睡越清醒”的循环；
2. 白天过度补觉，打乱生物钟；
3. 依赖酒精或安神保健品，损伤神经且无法提升深睡眠质量。

四步调节法 告别应激性失眠

1. 固定起床时间，不赖床、不超时补觉，稳定昼夜节律；
2. 睡前1小时远离电子设备，通过泡脚、听舒缓音乐平复心情，建立“床只用于睡觉”的条件反射；
3. 每日30分钟轻度有氧运动，释放压力，降低皮质醇；
4. 若失眠超28天且伴随心慌烦躁，及时到该院睡眠专科就诊。睡眠是身心状态的晴雨表，情绪的波动总会第一时间反映在睡眠之上。

市三医院睡眠医学科温馨提醒，短暂应激失眠不可怕，忽视拖延才危险。愿大家善待睡眠，如需专业帮助，可前往该院睡眠专科咨询，守护身心健康。

（刘小丽）

理财·周刊

责任编辑：郭家杰

中巴金融合作新成果！ 中国银行协助巴基斯坦发行南亚首单熊猫债



5月14日，中国银行作为联席承销商，协助巴基斯坦成功发行首单熊猫债，规模17.5亿元，期限3年，票面利率2.5%。这是巴基斯坦首次亮相中国境内人民币债券市场，也是南亚地区首单熊猫债。

今年正值中巴建交75周年，本次发

行不仅是中巴共建“一带一路”金融合作的又一里程碑，更是中巴“全天候战略合作伙伴关系”的有力注脚。中国银行凭借广泛的全球服务网络和债务资本市场专业积淀，为项目提供了全流程、专业化的承销服务，有力保障项目高效落地。该笔债券受到境内外投资者踊跃认购，认购倍数达5倍以上，彰显了中国债券市场对外吸引力的持续提升。

熊猫债是境外机构在中国境内发行的以人民币计价的债券产品。作为熊猫债市场的引领者，中国银行已连续12年位居熊猫债承销商榜首。2016年以来，中国银行已先后协助加拿大、不列颠哥伦比亚省、波兰、匈牙利、沙迦酋长国、菲律宾、葡萄牙、埃及、斯洛文尼亚、萨穆鲁克-卡泽纳、巴基斯坦发行市场全部19支主权熊猫债，融资金额超430

亿元，有效支持提升人民币全球融资货币地位和人民币国际储备货币功能。中国银行将继续发挥全球化优势、综合化特色，持续扩大熊猫债全球“朋友圈”，以更大力度、更有力举措服务金融高水平对外开放和人民币国际使用进程，助力更多共建“一带一路”国家实体经济进入中国资本市场，共绘互利共赢新篇章。（中国银行株洲分行）



株洲市银行业协会
株洲日报 主办

本周刊由：
中国银行 交通银行
湖南银行 浦发银行
兴业银行



小微企业如有融资需求，请扫此码

兴业银行信用卡提示您收好这份 防诈指南(二)

防诈指南：守好家庭“钱袋子”

为切实守护未成年人及家庭的财产安全，兴业银行信用卡中心推出针对性防诈指南：

1. 孩子牢记网游“四不要”：不要轻信陌生人的“免费福利”；不要随意添加网络游戏外的陌生好友；不要点击陌生人发送的不明链接；不要扫描陌生二维码。

2. 家长做好防护“三件事”：加强对孩子的反诈教育，重点普及网络游戏、短视频等场景下的常见诈骗套路，提升孩子的防范意识；妥善保管身份证号、银行卡号、支付密码、短信验证码等重要信息，不随意交给孩子使用；养成定期检查

银行账户、信用卡账单的习惯，发现异常交易立即核实。

3. 遇骗冷静“三步走”：如不慎被骗，第一时间拨打110报警电话或96110反诈劝阻专线；立即联系开户银行冻结账户，最大限度减少财产损失；妥善保留聊天记录、转账扣款凭证等证据，配合后续调查。

“兴业银行信用卡中心将持续做好风险监测预警，优化应急处置机制，深化警银协同联动，守护好人民群众的资金安全，与社会各界共同守护清朗的网络空间和安全的消费环境。”兴业银行信用卡中心相关负责人表示。

（兴业银行株洲分行）

浦发银行 浦闪贷

要消费！选浦闪贷

额度最高100万元

线上办理、自动审批
按日计息、随借随还
期限最长7年、额度最高100万元

联系电话：0731-28661093

兴业银行 大额存单

起存金额：20万

3年期	1.75%
2年期	1.40%
1年期	1.40%
6个月	1.30%
3个月	1.10%
1个月	1.10%

定期存款 福运金 50元起存

5年期	1.80%
-----	-------

期限	年化利率	10万元预计到期本息
5年	1.80%	109000元
3年	1.75%	105250元
2年	1.40%	102800元
1年	1.30%	101300元
6个月	1.20%	100600元
3个月	1.00%	100250元

交通银行 丰沃廿载 厚德启新

交通银行沃德二十年

20

扫描二维码 下载手机银行App

扫描二维码 关注交通银行微银行

湖南银行 幸福存单 (定制款)

1万元起存

定期存款，纳入存款保险保障范围

1.80% 五年期 年利率

期限	利率	每10万元到期利息
三个月	1.0%	250元
半年	1.2%	600元
一年	1.3%	1300元
二年	1.4%	2800元
三年	1.75%	5250元
五年	1.8%	9000元