



上海中医药大学台州医院

台州市中医院

2025 年第 4 期

总 078 期

浙企准字第J101号



台州市中医院
微信公众号

A 医院大事 实时动态

台州市中医院·主办 / 2025 年 8 月 29 日 / 星期五 / 本期 4 版 / 本期责任编辑:邱敏洁 / 内部资料 免费交流

台州市中医院上海高级专家会诊服务中心揭牌成立,家门口享受上海三甲医院专家服务!



8 月 14 日上午,台州市中医院上海高级专家会诊服务中心揭牌仪式在门诊大厅举行。市卫健委党委委员、副主任李滨,上海交大分级诊疗与健康研究中心主任程佑爽,椒江区卫健局党委委员、副局长张星宇,市卫健委中医与基层卫生健康处副处长陈嘉琪,市卫健委中医与基层卫生健康处一级主任科员江志勇,椒江区妇幼保健院、台州湾新区及椒江区各街道卫生服务中心的领导,我院领导班子成员及部分中层干部出席揭牌仪式。院党委委员、副院长洪小兵主持揭牌仪式。

为切实解决群众“看名医难、看专家难”的问题,减少患者异地就医奔波之苦,医院积极谋划,与上海交大分级诊疗中心深度合作,精心筹

建了“台州市中医院上海高级专家会诊服务中心”。该服务中心提供以下便民服务:服务之一:沪上名医零距离。每周常态化安排上海三甲医院的权威专家,通过线上线下的方式,为台州百姓提供涵盖心内科、神经内科、普外科、骨科、肿瘤科等 20 余个重点专科的优质会诊服务,让台州百姓不出家门就能享受上海三甲医院专家的高效服务。服务之二:精准对接省奔波。依托智能化信息系统,根据患者病情精准匹配最合适的上海专家,最大程度优化诊疗路径,真正实现“患者不动专家动”,患者在本地即可享受上海专家的诊疗服务,有效减轻患者及家属异地求医的奔波劳顿与经济负担。

市卫健委党委委员、副主任李滨在揭牌仪式上指出,台州市中医院上海高级专家会诊服务中心的成立,是一项具有前瞻性和战略意义的举措,为台州患者搭建起了一条直达国内顶尖专家的绿色通道。希望通过这一平台常态化的运作,更好地满足人民群众多层次、多样化的健康需求。

上海交大分级诊疗与健康研究中心主任程佑爽在仪式上发表情真意切的致辞,表达了对台州人民的深厚情谊和为台州患者提供优质服务的良愿意愿,表示要以上海优质的医疗资源,

让台州百姓在家门口就能真真切切享受到上海三甲医院顶尖的医疗服务。

台州市中医院党委副书记、院长李海军表示,将全力保障台州市中医院上海高级专家会诊服务中心的高效运转,持续深化内涵建设,积极探索创新服务模式,让服务中心成为连接沪台优质医疗资源的“金色桥梁”,成为守护台州百姓健康的有力保障。

在热烈的掌声中,市卫健委党委委员、副主任李滨,上海交大分级诊疗与健康研究中心主任程佑爽,椒江区卫健局党委委员、副局长张星宇,台州市中医院党委书记徐雄平共同为“台州市中医院上海高级专家会诊服务中心”揭牌。

台州市中医院上海高级专家会诊服务中心的成立,是我院积极响应国家卫健委“关于加强首诊和转诊服务提升医疗服务连续性”号召,主动对接优质医疗资源,切实提升区域医疗服务能力,破解群众就医痛点的一项举措和生动实践。我院将以此为契机,不断优化服务流程,强化质量管理,力争打造我市医疗服务的“金字招牌”。

揭牌仪式后,上海交大分级诊疗与健康研究中心主任程佑爽举行了专题讲座。

作者:党政办 詹茂庆



2025 年 8 月 19 日,第八个中国医师节,市卫生健康委党委委员、副主任李滨,市卫生健康委中医与基层卫生健康处副处长陈嘉琪到我院慰问一线医师代表并送上鲜花与节日祝福,院党委书记徐雄平,党委副书记,院长李海军陪同。

8 月 19 日上午,院党委书记徐雄平,党委副书记、院长李海军带领领导班子成员深入急诊科、骨科、老年医学科、神经内科等临床一线科室,亲切慰问奋战在岗位上的医务人员,向他们致以节日的问候和崇高的敬意,并送上鲜花和蛋糕。

每到一处,院领导都与医护人员亲切交谈,详细了解他们的工作和生活情况。“大家辛苦了!感谢你们长期以来为患者健康付出的辛勤努力!”徐雄平书记表示,医务工作者是医院发展的中坚力量,希望大家继续发扬医者仁心的崇高精神,为人民群众提供更加优质的医疗服务。李海军院长叮嘱大家在繁忙的工作中要注重劳逸结合,保持身心健康,以最佳状态投入到医疗工作中。

8 月 19 日下午,我院在急诊 6 楼多功能厅隆重举行“国潮中医·青春当燃”主题庆祝活动。院领导班子、临床医技科室代表 200 余人齐聚一堂,通过七大特色活动共庆节日,展现新时代中医人的专业风采与青春活力。

以赛促学强质量

活动在洪小兵副院长宣读《医林改错》比赛规则中拉开序幕。20 个临床科室代表对脱敏病历展开“找茬”比拼,参赛医师需在 15 分钟内精准指出病历缺陷。评委戴仁森副院长、洪小兵副院长现场点评,强调“以查促改”提升医疗文书质量。

随后的《仲景经方》笔试竞赛,则考验了临床医师对中医经典的掌握程度。

活动现场创新融合传统文化与医疗特色:在“百晓贯耳”投壶比赛中,25 支队伍展开趣味角逐;“巨人脚步”两人三足竞赛展现了团队默契;“舌诊快闪”环节通过 20 道体质辨识题,以抢答形式普及中医知识。郑嵩、董智钰医师的临床经验分享,更将中医传承创新的理念传递给青年医师。

颁奖环节共颁发四大类 23 个奖项,涵盖病历质量、经典掌握、团队协作及临床贡献等多个维度。院领导特别为年度“高难度手术能力奖”、“医疗服务规模与效率标杆奖”、“病区运营效率标杆奖”的获得科室颁发特色奖项。

活动尾声,医师代表郑嵩、苏进益接过鲜花与定制贺卡,全场共享节日蛋糕,将温馨氛围推向高潮。

徐雄平书记表示:“这次活动既彰显了中医文化魅力,又展现了医师队伍的蓬勃朝气。希望全体同仁继续守正创新,让传统医学在新时代焕发更强生命力。”参与活动的青年医师纷纷表示,将把节日收获转化为服务患者的专业能力,为医院高质量发展注入青春动能。

作者:党政办 陈涵

第二届台州市中医医院精细化管理与持续改进案例竞赛活动成功举办

6 月 27 日,由台州市卫生健康委主办、我院承办的第二届台州市中医医院精细化管理与持续改进案例竞赛活动在医院急诊六楼多功能厅举行。来自全市 10 家中医医院的 14 个精细化管理案例同台竞技,以“中医思维+科学管理”的创新实践,为中医医院高质量发展提供强大动力。本次活动既是中医管理智慧的集中展现,更是推动医疗质量升级的创新实践。

台州市卫生健康委党委委员、副主任王敏峰在开幕式致辞中充分肯定了我市中医医院在等级医院评审、公立医院绩效考核中取得的成绩,并强调医疗质量是医院发展的生命线,精细化管理是提升医疗质量的关键引擎,希望各参赛单位以赛为媒,将“辨证施治”的中医理念贯穿于管理实践,探索具有中医特色的精细化管理模式。

医院党委副书记、院长李海军向参赛团队及专家致以热烈的欢迎,分享了医院在中医养生夜市、中药养生茶饮、“小而强”学科建设等精

细化管理领域的探索成果,并表示全院上下精心准备,为呈现一场兼具学术深度与中医特色的管理盛宴而努力。

竞赛活动分医疗组与护理院感组进行,14 个案例涵盖医疗质量提升、护理服务优化、院感防控强化等多个维度。医院党委委员、副院长洪小兵宣读现场竞赛规则。每个案例汇报都配有精美 PPT 演示与数据佐证,评委专家从选题科学性、中医特色融入性、管理工具应用性、成果实效性等多维度进行点评与评分,现场互动热烈,气氛活跃。

经过激烈角逐,竞赛根据现场评分结合初评评审成绩,最终评审出各项奖项:金奖:台州市中医院、温岭市中医院;银奖:台州市中医院、台州市中医院;铜奖:台州市中西医结合医院、黄岩区中医院;医疗组优胜奖:黄岩区中医院、玉环市中医院;路桥区中医院;护理院感组优胜奖:临海市中医院、黄岩区中医院、天台县中医院、仙居县中医院、台州章氏骨伤医院。

评委组组长陈礼平指出,本届案例充分体现“中医思维+现代管理”的融合创新,既有“辨证施治”的问题剖析,又有“整体观念”的系统改进,为全市中医医院管理提供了可复制的实践样本。

我院作为承办单位,以“精细化管理”理念筹备赛事,赛前选派骨干赴杭州学习先进办赛经验,设立医疗、会务、技术等多支保障专班,从 PPT 播放到计时评分实现全流程精准服务。“竞赛不是终点,而是持续改进的新起点。”医院党委委员、副院长洪小兵在办赛总结中表示,本次活动不仅是一次管理成果的集中展示,更是推动中医医院从“经验管理”向“科学管理”转型的催化剂。医院将以此次竞赛为契机,深化“中医特色+精细化管理”实践,与全市同仁携手,让岐黄智慧在现代医院管理中焕发新活力,为百姓提供更优质的中医药健康服务!传承中医精华,创新管理之道,我们在路上!

作者:质量管理部 徐灵建

我院与台州市社会福利院共建医养结合新标杆,合力打造“老有康养”幸福样板!

8 月 5 日,我院与台州市社会福利院正式签署医疗合作协议,标志着社发·国怡康养中心医养结合模式进入全面实施阶段。医院党委副书记、院长李海军与台州社发集团下属国康养老服务有限公司董事长、副总经理(主持工作)张乐出席签约仪式,台州市社会事业发展集团有限公司党委委员、副董事长、副总经理戴君健出席会议并见证签约仪式,双方将整合优质医疗与养老资源,共同探索公立医养机构协同发展的创新路径。

作为台州市本级唯一的公立综合性医养结合机构,社发·国怡康养中心依托社发集团资源优势,构建起“医疗、康复、养护、教育”四位一体服务体系。台州市中医院作为全市唯一市属三级甲等中医医院,将充分发挥中医药特色优势,通过三大核心举措深化合作:1、全周期健康管

理;建立动态健康档案,开展中医体质辨识、慢病干预、康复理疗等特色服务。2、急救一转诊双通道:开通 24 小时急诊绿色通道,建立分级诊疗机制,实现“小病不出院、大病直通车”模式。3、智慧医养融合:搭建远程线上诊疗平台,推出移动问诊服务,探索运用智能设备实现健康数据实时监测。

签约仪式上,李海军院长表示:“我们将派驻中医专家团队定期驻点、巡诊,把针灸、推拿、艾灸等传统疗法与现代老年医学相结合,让长者在住所享受‘简、便、验、廉’的中医药服务。”张乐副总经理强调:“此次合作将医疗深度嵌入养老全流程,从‘养’和‘医’的简单叠加升级为‘以医助养、医养协同’的有机融合。”

据悉,合作双方已联合组建专项工作组,计划在第三季度推出系列特色项目,并探索建立



“颐养椒江·智慧康养”中医药特色银发社区”模式。此次公立医院与公立养老机构的强强联合,不仅为在院长者提供有温度的医疗照护,更为台州打造长三角医养结合示范城市注入新动能。

作者:党政办 詹茂庆

以 病 人 为 中 心 / 以 医 疗 质 量 为 核 心 / 发 挥 中 医 药 特 色 优 势

荣获『浙江省名中医』称号 我院何文全、朱希法两位主任中医师

近日,浙江省卫生健康委 浙江省中医药管理局发布了《关于表彰浙江省名中医的决定》,我院何文全、朱希法两位主任中医师成功入选,荣获此项殊荣。



何文全,浙江省名中医、主任中医师、台州市中医院脊柱创伤科主任



朱希法,浙江省名中医、台州市名中医、台州市中医院针灸推拿科主任中医师、朱希法名医工作室领衔人

我院汇聚名老中医团队,依据经典古方,结合现代药理研究,在前期火爆茶饮的基础上,推出了最新版本的各式茶饮,三白养颜饮、七白养颜散(外敷)、健脾祛湿饮、补气养血饮、减脂轻身饮、酸梅汤(清暑滋阴型、清暑减脂型、清暑益气型)、百合麦冬玉竹饮、决明子茯苓荷叶饮、玫瑰茯苓山楂饮等,总有一款适合您,快来点击选购吧,互联网快速送到家真方便!

购买方式:①关注台州市中医院公众号—诊疗—互联网门诊—便捷购药 & 安心护理—便捷购药—选择购买茶饮,申请付款;②点击购买小程序;③线下购买;台州市景福药品有限公司联系电话:0576—81818555。



最新升级版茶饮来袭， 互联网选购真便捷！

上海复旦大学附属华山医院神经内科主任付建辉教授与我院神经内科、老年医学科签约合作



为更好地解决台州及周边地区神经内科及相关疾病的诊治问题,提升医院神经内科的整体诊疗水平,7月19日下午,上海复旦大学附属华山医院神经内科执行主任付建辉教授与我院神经内科、老年医学科举行了签约合作仪式。医院党委副书记、院长李海军及

相关科室成员参加了签约仪式。

付建辉教授长期致力于脑血管病血流动力学、脑小血管病的临床研究及发病机制、血管性认知及情感障碍、脑卒中社区筛查与防治等方面的研究工作,擅长脑血管病、认知障碍(如血管性认知损害、脑出血、脑梗死、脑白质损害等)的诊疗。

此次双方签署的合作协议旨在充分发挥付建辉教授团队的专业技术优势,通过门诊带教、定期查房、学术讲座、科研指导、学科人员培训和项目合作等方式,共同推进我院神经内科学科建设。协议内容包括挂牌成立

“付建辉名医工作室”,在神经内科学科建设方面进行全方位、深度的“一对一”合作。付建辉教授团队每月将莅临我院坐诊(具体时间请关注医院微信公众号),以期进一步提升医院在当地的神经内科诊疗技术影响力。

付建辉教授表示,中医中药在脑血管病治疗方面拥有广阔前景。他希望通过此次签约合作,双方在中西医结合方面共同努力,将脑血管病治疗推向新的高度。签约仪式结束后,付建辉教授随即在医院景福华堂为患者进行坐诊。除了台州市区的患者,周边县市区的患者也慕名而来。此次合作将优质医疗资源引入当地,让台州百姓在家门口就能够享受到上海权威专家的诊疗服务。

作者:神经内科 项紫艳

我院开展多发伤患者院前院内联动抢救模拟演练活动

为有效提升对突发群体事件的协同救治能力,确保在紧急情况下能够快速、规范、高效地开展救治工作,建立一支统一指挥、职责明确、反应迅速、抢救有序、处置得力的应急指挥救治队伍,7月24日下午,我院急诊科组织开展了多发伤患者院前院内联动抢救模拟演练活动。

本次演练以“台风天椒江体育馆旁发生一起车祸”为模拟场景,车祸导致5位市民受伤,其中危重伤员1名、中度伤员1名、轻伤员3名。“120”接警后,呼啸的救护车抵达我院急诊科,医护人员立即接诊,迅速展开预检评估,并根据伤情严重程度,将患者快速分流至A、B、C三个区域。

其中A区域的患者伤势最为严重,医护

人员立即进行抽血采样、胸带固定、止血、输血等进一步检查治疗。由于伤情过重,患者出现血压严重下降、呼吸困难、昏迷,甚至心脏停搏等一系列危急情况。但经过医护人员及时、有效、准确的抢救,以及多学科的紧密配合,患者最终转危为安,并被顺利送往急诊手术室作进一步治疗。

演练结束后,进行了复盘总结,参与演练的人员对演练过程进行了全面梳理和深入分析。从设备调配、信息沟通、应急响应等多个维度对演练中暴露的风险点与薄弱环节进行了深入分析,并提出了针对性的改进措施。

本次演练有效提升了医护人员对急救流



程和急救技能的熟练掌握程度,及时发现了抢救工作中存在的缺陷与不足并予以纠正,以确保在面对未来挑战时,能够更加从容不迫地应对,从而有力保障患者的生命安全。

作者:急诊科 任蓉蓉

睡个好觉的秘密:中医邂逅星级环境， 这家睡眠病房，让调理成了享受



您是否正在经历这些痛苦:晚上睡不着,白天睡不醒;半夜频繁醒,醒后难入睡;多梦还叫喊,鼾声震如雷!失眠,通常有4个特点:①入睡困难,入睡时间超过30分钟;②睡眠时间不足,小于6小时;③睡眠质量差,整夜觉醒次数≥2次,容易早醒;④影响到白天状态,易出现疲劳头晕、注意力和记忆力减退、社交能力下降、情绪波动大、日间思睡等症状。

睡眠障碍是临床常见病症,长期失眠可导致自主神经功能紊乱、免疫功能下降与认知功能减退。我院针灸推拿科整合传统中医疗法与现代睡眠医学,近日正式开设了“中医

健康睡眠体验中心”,为患者提供专业化、系统化的诊疗服务,用中医智慧守护您的睡眠健康!

“中医健康睡眠体验中心”以中医“整体观念、辨证论治”为核心理念,结合现代睡眠医学研究成果,构建多维度干预体系,诊疗特色包括:(一)中医特色疗法:①调神针灸、失眠推拿、耳穴压豆等传统外治法,通过刺激特定穴位调节人体内的气血运行和阴阳平衡;②中药内服、外治,调整整体阴阳平衡,调和脏腑功能,安神定志。(二)现代诊疗技术:①耳迷走神经刺激等物理治疗,调节神经递质分泌,改善大脑的神经电活动,重塑紊乱的睡眠节律;②专业睡眠监测评估,连续观察,实时掌握睡眠参数、精神状态与身体指标变化;③遵循“小剂量、短疗程、个体化”原则,根据患者即时反馈及时调整药物剂量与种类,进行精准、规范的药物干预。(三)康复管理:①观察睡眠—觉醒周期、生活习惯和潜在诱因,制定详细的个性化康复计划,包括睡眠卫生教育、日常作息建议和自我管理方法;②出

院后定期随访,跟踪恢复情况,巩固治疗效果,降低复发风险。(四)环境优美,身心放松:①提供安静、规律的治疗环境,帮助患者脱离原有干扰,减少外界刺激,培养健康睡眠习惯,专注于治疗与康复;②配备独立卫浴、遮光隔音系统、中药香薰、音乐疗法,营造自然疗愈空间。(五)适宜人群:①各类原发性及继发性失眠患者;②睡眠节律紊乱患者;③焦虑、抑郁伴发睡眠障碍患者;④更年期相关睡眠问题。(六)专业的医护团队:台州市中医院中医健康睡眠体验中心,目前拥有高级职称5人,中级职称6人,初级职称4人,主持厅局级课题8项,县区级课题3项,发表二级杂志以上论文20余篇,参编医学术专著2部,国家级学会委员1人,省级学会委员4人,台州市中青年名中医2人,台州市特殊支持人才1名。

台州市中医院健康睡眠体验中心预约咨询热线:0576—88227821。

中医智慧,助您夜夜安眠!

作者:针灸推拿科 谢秀俊

“岐黄薪火·本草研学”中医药文化传承夏令营圆满举办

7月21日至23日,由我院、椒江区政协教科卫体委、椒江区教育局、椒江区卫健局主办的“岐黄薪火·本草研学”中医药文化传承夏令营圆满举办。这是一场“跨越千年的文化对话”,一次“触摸本草根脉的奇妙旅程”,椒江区云健小学四年级的30多名同学通过识药、闻香、体验推拿艾灸、学习养生功法、聆听中医故事,在孩子们的心灵中撒播下中医药文化的种子,点燃五千年岐黄薪火,绵延九万里本草药香。

7月21日上午,“岐黄薪火·本草研学”中医药文化传承夏令营开营仪式在椒江区云健小学举行。出席开营仪式的各级领导寄语同学们珍惜难得的学习机会,在三天的时间里变身“百草小神农”,感受一草一木背后的生命之力;变身“人体小侦探”,探索身体的“能量按钮”;变身“国潮

小药师”,用药材拼出美丽的创意画,让中药房变为艺术工坊。

阴阳五行,启程中医智慧

中医学凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验,是中国古代科学的瑰宝,也是打开中华文明宝库的钥匙。传承中医药文化,当从娃娃抓起。副主任中医师陈凯给同学们带来了“小小体质侦探团—解开身体的秘密”课程,通过中医“望闻问切”,让孩子们认识平和体质、阳虚体质、气郁体质、特禀体质等人体九种体质的秘密,提升孩子们的健康意识和自我认知。

在副主任医师阮宜敏带来的“身体里的阴阳五行”配对游戏中,同学们在轻松愉悦的气氛中找到了金、木、土、火、水相对应的肺、肝、脾、心、

肾,探索身体里的神奇密码。

中药辨识,探秘本草世界

神农尝百草,闻香识药材。中草药通过不同的配伍,产生不同的功效和作用。主任中药师项微微、副主任中药师杨红燕给同学们带来了枸杞、夏枯草、蝉蜕等常见的中草药,讲授了中药的概念、命名、分类、鉴别、中药的煎煮,常见的“药食同源”药材,还展示了中药丸剂的制作,使孩子们对中药材有了进一步的了解。

“金银花,藤蔓绕,清热解毒真奇妙!”如何记住生活中这些常见的中药材,主治中医师蔡鹏涛带来了“中药三行诗”和植物拓染课程。形象化的“中药三行诗”让同学们很快记住了金银花的功效。“中药三行诗”从引入主题开始,抓住中药的特点、颜色等展开描述,通过吟诵中药诗歌,感受

中医文化的韵味。

中草药不但好吃,还好玩。每天课间茶歇为同学们配备了酸梅汤、枸杞茶、菊花茶、柠檬酸乳等不同的中药茶饮,让孩子们树立起中药茶饮养生保健的意识,感受养生茶的甘甜。

用中药作画,主管护师蒋聪带来菊花、红花、枸杞、荷叶等常见的中药材,教授孩子们用中药创作出一幅幅美丽的中药创意画。中药不仅可以治病,也可以成为一件美丽的艺术品。

香囊制作让同学们感到中医药不再是枯燥乏味,而是很好玩。在主管中药师罗晓朦指导下,孩子们化身小药师,捣药、装袋,把艾叶、丁香、薄荷等药材装进袋子里,系上绳子,一只只散发着芳香气味的美丽香囊在同学们的手中完成了。

作者:党政办 唐茂庆

炎炎夏日,小小乌梅的妙用!



炎炎夏日,酷暑难耐,喝上一杯酸酸甜甜的酸梅汤,回味无穷,不但让人回味无穷,还能解暑、开胃、抗疲劳,超舒爽!

酸梅汤是传统的消暑饮料,主要成分是乌梅、山楂、陈皮、甘草、桂花、冰糖等,具有消暑、开胃的功效,能够刺激胃液分泌,促进消化。酸梅汤含有丰富的维生素和矿物质,适量饮用可以保持体内酸碱平衡,增强自身免疫力。

乌梅在酸梅汤中有着独特的作用,为蔷薇科植物梅的干燥近成熟果实,是一种常见的中药材。全国各地均有栽培,以长江流域以南各省最多。由于青梅鲜果不耐贮藏,常经晒干、烘干或熏干制成梅干,因呈黑色,故

名“乌梅”。乌梅的历史可以追溯到古代,早在《神农本草经》中就有记载,被誉为“养阴清热、生津止渴”的佳品。一起来认识乌梅的功效和作用。

乌梅的四个雅称

①梅实;②黑梅;③熏梅;④桔梅肉。一说起乌梅,就会想起“望梅止渴”的历史典故。三国时期,曹操行军途中缺水,士卒口

渴难耐。他便告诉大家前方有梅林,梅子酸甜,能生津止渴,士兵们听后流口水,精神振奋,最终坚持到达水源地。

乌梅的四大功效

乌梅性味酸、涩、平。在中医里,它归属于肝、脾、肺、大肠经。乌梅具有敛肺、涩肠、生津以及安蛔的功效。临床上,乌梅主要用于治疗肺虚久咳、久泻久痢、虚热消渴以及蛔厥呕吐腹痛等病症。①敛肺秋季干燥,容易引发干咳少痰,乌梅味酸,入肺经,能收敛肺气,对肺虚久咳或干咳无痰有一定的辅助作用。古方“乌梅膏”(乌梅+蜂蜜熬制)常用于慢性咳嗽、咽喉干燥。②涩肠乌梅的鞣质成分具有收敛作用,能减少肠道水分流失,

改善慢性腹泻。中医名方“乌梅丸”可调理久泻、慢性结肠炎。③生津乌梅的酸味能“酸甘化阴”,促进唾液、胃液分泌,从而缓解口干。适用情况:夏季暑热口渴、干燥综合征。④安蛔乌梅的酸味能使蛔虫安静,缓解腹痛。《伤寒论》中的乌梅丸至今仍用于胆道蛔虫病。

酸梅汤的饮用时节

酸梅汤最适合饮用的节气为小暑、大暑、立秋和处暑,因为这些节气天气炎热且降雨量大,人的胃肠道功能最差,而饮用酸梅汤对益气及恢复胃口有显著功效。

温馨提示

饮用酸梅汤也有禁忌,需要注意:①胃酸过多者慎用:乌梅的酸性较强,容易刺激胃黏膜。②糖尿病患者要注意:乌梅果实中含有多种糖,其中单、双糖主要为蔗糖、果糖、三梨醇糖、葡萄糖等,多糖主要为果胶和粗纤维,且随果实成熟程度增加,单糖增多,而多糖减少,所以糖尿病患者应少饮用。③肾功能不全者要控制量:乌梅中的钾含量较高,肾功能不全的人可能会因为钾代谢异常而出现问题。④脾胃虚寒的人:酸梅汤味酸,性寒,对于脾胃虚寒的人来说,饮用酸梅汤可能会导致腹泻、腹痛等不适症状。⑤特殊人群禁忌:感冒、经期女性及孕妇不宜饮用,其中孕妇需特别注意,因酸梅汤中的山楂可能促进子宫收缩。

作者:中药科 张珊珊



您是否曾因牙龈出血、牙齿松动而感到困扰?您是否渴望自己拥有一口健康美丽的牙齿,享受美食与笑容带来的自信?

台州市中医院口腔科牙周病专科,将为您提供专业、系统、高质量的牙周病诊断、治疗和预防服务。

牙周病是一种常见的口腔疾病,主要由牙菌斑和牙石引起,包括牙龈、牙周膜、牙槽骨及牙骨质的疾病,主要分为牙龈病和牙周炎两大类。

牙周病主要症状

①牙龈出血:吃东西或刷牙时很容易出血,但平时无自发性出血;②牙龈充血:牙龈有明显的充血,呈鲜红色或暗红色;③牙龈肿胀:牙龈明显肿胀,并可能感觉疼痛或压痛;④冷热酸刺激敏感:牙齿对冷、酸、烫的食物非常敏感;⑤牙齿松动:咬合或用力时牙齿有松动感;⑥口腔异味:可伴有口腔异味;⑦牙周溢脓:牙龈沟内或牙周袋内会有脓液流出;⑧牙龈增生:部分患者的牙龈增生严重,可形成瘤状,甚至将牙齿覆盖。⑨牙齿移位,牙缝增宽。病情较为严重者还可能对全身其他器官造成影响。

哪些人容易得牙周病

牙周病的关键成因是牙菌斑,它是一种附着在牙齿表面的细菌聚集的群落,并且可能不断蔓延,侵犯周边健康组织,是牙周病的起始病因。

具有以下危险因素或诱因的人群,更容易得病:①不良生活方式,长期吸烟;②不注意口腔卫生,未及时去除牙缝间的食物残渣;③刷牙方式不够规范,牙齿表面的细菌、代谢物及食物残渣未能得到有效清除;④饮食结构不平衡,体内缺乏维生素;⑤用口呼吸或吐舌习惯,导致牙龈外露、干燥,影响其自洁作用。

牙周病的治疗

牙周病如果不及时治疗,可能会导致牙龈出血、牙齿松动甚至脱落,严重影响咀嚼功能和口腔美观,进而影响全身健康。因此,早期预防与治疗牙周病至关重要。台州市中医院口腔科专门开设牙周病专科,为患者提供专业、高效的诊疗服务:(一)医疗团队与先进设备:牙周病专科医师均具有丰富的临床经验,科室配备了国际领先的口腔诊疗设备,如数字化X光机、激光治疗仪等,为精准诊断和高效治疗提供了有力保障。(二)专业的诊疗服务:①全面检查:口腔医生通过详细的口腔检查以及必要的影像学检查(如X光片),准确判断牙周病的状况。②个性化治疗方案:根据患者的具体情况,制定个性化的治疗计划。包括牙周基础治疗(如洁治术、刮治术)、手术治疗以及必要的修复治疗。③口腔健康教育:在治疗的同时,我们重视患者的口腔健康教育,普及正确刷牙、使用牙线、漱口水等口腔护理知识,帮助患者养成良好的口腔卫生习惯。(三)温馨舒适的就诊环境:牙周病专科注重为患者营造温馨、舒适的就诊环境,诊疗室配备先进的消毒设备,确保诊疗安全;候诊区提供舒适的座椅和丰富的健康宣传资料,让您在等待中增长口腔健康知识。(四)便民服务措施:①预约挂号:提供线上预约(台州市中医院公众号—牙周病专病门诊或健康台州APP—去挂号—台州市中医院—口腔科—牙周病专病门诊);电话预约(0576—88825601)等多种挂号方式,方便患者就诊。②定期义诊:定期组织专家团队进社区、学校开展免费口腔检查和健康讲座,提高公众口腔健康意识。③口腔健康档案:为每位患者建立详细的口腔健康档案,定期跟踪回访,确保您的口腔健康得到持续关注和管理。④就诊时间:周二、周三下午。⑤就诊地点:门诊3楼口腔科。

如何预防牙周病

①饭后和睡前应刷牙、漱口,务必彻底清洁牙齿和牙龈,配合使用牙线;②每年应去医院洗牙1~2次,有效去除牙菌斑,降低发病风险;③维护口腔健康,如出现任何不适,及早去正规医院诊治;④戒烟,远离二手烟,避免香烟毒素对口腔和身体的侵害;⑤每天摄入新鲜的水果、蔬菜、坚果,补充足够的维生素和矿物质;⑥每天坚持锻炼,促进血液循环,有助于身心健康;⑦调整学习和工作节奏,减少紧张和焦虑情绪。

作者:口腔科 郑迪升/吴凯燕

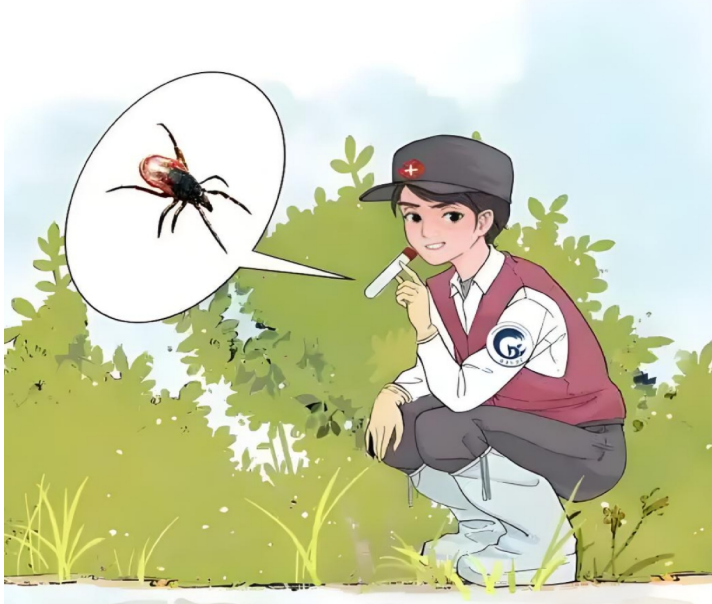
夏季谨防蜱虫咬伤!

每年4~10月是蜱虫活跃高峰期,尤其是5、6月,气温回升,草木茂盛,蜱虫频繁寻觅宿主。茂密植被,成了蜱虫“欢乐园”。蜱虫偏好栖息于植被丰富、湿度较高的环境,尤其在未开发的自然景区、乡村田园周边。因此,夏季须谨防被蜱虫咬伤,尤其是这3类人群,需重点防护:

- ①户外活动爱好者:徒步、露营、登山等人群;
- ②野外作业人员:林业、地质勘探、农业劳作人员;
- ③宠物主人与畜牧从业者:宠物毛发和牲畜体表是蜱虫的理想寄生场所,人与动物接触时,蜱虫可能转移到人身上。

症状多样,警惕并发症

- ①局部症状:被蜱虫叮咬后,皮肤会出现红肿、瘙痒、疼痛,可见黄豆大小、质地坚硬的黑色蜱虫附着,叮咬处常形成瘀斑或水泡;
- ②全身症状:部分人被叮咬后1~2周内出现发热(体温可达38℃以上)、乏力、头痛、肌肉酸痛、恶心呕吐等类似感冒症状;
- ③严重并发症:若蜱虫携带病原体,可能引发热伴血小板减少综合征、森林脑炎等疾病,表现为持续高热、意识障碍、出血倾向等。



科学应对,避免不当操作

- ①紧急处理:现场发现蜱虫附着,使用细口镊子,夹住蜱虫头部贴近皮肤处,垂直向上缓慢拔出,全过程保持力度均匀;
- ②后续处理:拔出蜱虫后,用碘伏或酒精对伤口及周围皮肤彻底消毒。若出现发热、皮疹等不适,应尽快就医。

蜱虫虽小,危害不容小觑。掌握蜱虫的活动规律与防护知识,科学应对叮咬风险,才能让每一次亲近自然的旅程安全无忧。若不慎被蜱虫叮咬,及时规范处理。必要时应及时就医,为健康筑牢安全防线!

作者:院感管理与公共卫生部 魏丽梦

三伏天保养祛湿试试隔姜灸

在中医传统疗法中,隔姜灸是结合艾灸的温热效应与生姜的药性,通过特定的操作方式,将艾绒点燃后置于姜片上,借助姜片的温热传导作用,将药效渗透至人体穴位,从而达到温经散寒、活血通络、调理气血的效果。

隔姜灸的适应症

各种风寒湿痹、关节疼痛、局部肌肉疼痛,尤其适用于膝关节、腰部腿畏寒酸痛,外感引起的风寒感冒、恶心、呕吐、呃逆、腹痛、痛经等疾病,均可用隔姜灸进行治疗。

隔姜灸的操作

①准备姜、艾绒、牙签、铁罐子;②姜片切成1元硬币厚度,用牙签扎透;③艾绒先搓圆再搓两头尖尖,然后一分为二,一壮就

是一小撮;④点燃尖尖;⑤感觉太温热就拿下来,把艾绒倒入铁罐里收集艾灰。



注意事项

- ①需遵医嘱:要在专业医师的指导下选择合适的穴位进行隔姜灸,避免自行随意选择,以免伤害到重要的器官,影响身体健康;
- ②控制温度和时间:刚开始进行隔姜灸时,温度不宜过高,每次隔姜灸的时间也不宜过长,以免烫伤皮肤;
- ③观察身体反应:在隔姜灸过程中,要密切观察身体的变化,如果出现皮肤红肿、头晕、心慌等症状,应立即停止,并寻求医生的帮助;
- ④禁忌人群:孕妇、月经期间的女性、严重心脏病患者及对生姜、艾草过敏等特殊人群应避免进行隔姜灸,以免引起不良反应。

作者:呼吸与危重症医学科 李梦情

“三清固本·四正强基”筑廉防腐 ——医院召开党风廉政专题会议 打造中医药特色清廉生态



今年以来，医院以深化清廉文化和中医药文化融合建设为年度目标，围绕“一院一品”要求，打造“杏林清风”品牌，以中医药“治未病”理念为核心，创新构建“三清固本·四正强基”清廉防控体系，打造具有中医药特色的清廉生态。

为进一步推进“清廉医院”建设，7月22日，我院召开上半年党风廉政情况分析会暨警示教育大会，总结上半年工作成效，剖析问题短板，部署整改任务，并开展卫生系统违纪违法典

型案例警示教育。院领导班子、全体中层干部及党支部书记参加会议。会议由院党委副书记、副院长林招定主持。

压实责任，强化廉情分析

会前，医院党政领导班子严格对照“一岗双责”要求，专题汇报履职情况。各职能科室聚焦小微权力清单、行风建设等重点领域开展自查自纠，形成问题清单与整改台账。

会上，院党委委员、纪委书记张金丽作上半年党风廉政建设情况专题报告，系统总结上半年在学习教育、制度建设、日常监督等方面的工作成效，同时通过信访投诉、问题线索、效能督查结果、科室自查自纠情况等综合分析，梳理出10项重点问题，并逐一明确整改建议和责任部门。

以案为鉴，深化医德医风建设

会议结合卫生系统违纪违法典型案例开展警示教育。通过深入剖析违纪违法案例，强化震慑效果。会议通报了上半年医德医风建设情况，

包括收到的锦旗、感谢信以及拒收红包等正面典型事例，对不文明交通违法行为等现象予以通报批评。同时，对信访情况进行多维度分析，通过问题检视，提出了相关整改建议，强调以“医者清、院风正”为导向，进一步规范医务人员执业行为。

系统谋划，部署重点工作

围绕“预防—监督—整治—提升”闭环管理机制，会议对下半年工作作了全面部署：一是强化制度执行，完善风险防控体系；二是深化“杏林清风”品牌建设，推动廉洁文化向科室延伸；三是创新教育形式，增强廉政教育实效。

院党委书记徐雄平作重要讲话。他强调，全院上下要深刻领会中医药“治未病·防未腐”理念的内涵，将警示教育成效转化为廉洁从业的实际行动，持续打造具有中医药特色的清廉医院样板，为患者提供风清气正的就医环境。

作者：纪检监察室 李琳雅

以案为鉴筑防线 清风正气护医魂 ——医院召开 2025 年度供应商代表集体廉政约谈会

“医疗购销领域的廉洁底线不容突破！”7月31日下午，医院多功能厅内，一场直击心灵的供应商代表集体廉政约谈会（廉洁共建大会）暨警示教育会正在举行。为深化“杏林清风”清廉医院品牌建设，构建“亲清”医商关系，81家供应商代表与医院党政班子、重点岗位人员共聚一堂，以“清”护“亲”，以“廉”促“联”，共同绘就医疗购销领域的清廉底色。会议由党委副书记、副院长林招定主持。

警示教育，筑牢思想防线

会议首先通报了近期医疗领域腐败典型案例。党委委员、纪委书记张金丽结合工作实际，提出三点要求：一是认清形势：深刻认识当前医疗反腐高压态势，严守行业规范。二是以案为鉴：从典型案例中汲取教训，杜绝侥幸心理。三是诚信经营：共建“亲清”合作关系，共同维护公平、公正的购销环境。她同时要求各供应商代表将本次会议精神向企业负责人传达。下一步，医

院也将加大监督检查力度。

“每个案例都是沉痛的教训，我们必须引以为戒！”一位供应商代表在会后感慨道。

制度约束，规范购销行为

会上重点强调了医院廉洁购销制度：要求医院与企业双方必须严格遵守医院采购流程，实行供应商“黑名单”管理制度，并建立供应商代表来访登记接待管理制度等。全体供应商代表现场签署《医院供应商购销廉洁诚信承诺书》，以书面形式郑重承诺严格遵守国家法律法规和医院管理制度，杜绝商业贿赂等不正当行为。

期间，院方还邀请供应商代表作廉洁表态发言，共同筑牢医疗领域廉洁防线。

共建共治，打造清廉医院

党委书记徐雄平在总结讲话中强调：一是要提高政治站位，把廉洁购销作为政治任务抓实抓细；二是要强化责任落实，各科室要严格履



行“一岗双责”；三是要完善监督机制，定期开展廉洁风险排查，发现问题严肃处理。他希望大家携手并肩，共同维护清风正气的行业生态，为保障人民群众健康权益作出应有贡献！

此次会议通过“警示教育+制度宣贯+现场承诺”三维联动模式，显著强化了供需双方的廉洁意识，为医院构建“三清固本·四正强基”清廉防控体系奠定了坚实基础。

作者：纪检监察室 方德忠

我院与杭州银行台州分行举行 党建共建签约仪式

8月18日，我院与杭州银行台州分行“银医携手·共建先锋”签约仪式在台州市中医院急诊六楼多功能厅举行。这标志着两家单位以党建为纽带，跨越金融与医疗领域，共同开启优势互补、服务民生的崭新篇章。杭州银行台州分行党委书记、行长水明，纪委书记、党委委员、副行长张云芳，我院党委书记徐雄平，党委副书记、院长李海军等院领导及相关科室负责人出席签约仪式。

互学互鉴，银医优势共筑合作基石

仪式伊始，双方首先围绕党建工作与事业发展开展深度交流。我院党委副书记、院长李海军介绍了医院的发展情况与党建成果。近年来，医院以党建为“根”与“魂”，创新打造了“古韵今风·岐黄新篇”中医药养生夜市、夏至“千人灸”等特色项目，并开展“中医药健康百村行”活动，惠及数万群众，将党的政治优势转化为守护民生健康的实际成效。

杭州银行台州分行党委书记、行长水明介绍了分行的发展成果，坚持“党建强则发展强”理念，将红色基因融入金融服务，推出“公鸡贷”等惠民产品，通过“银医通”数字化方案助力医疗机构优化就医流程，在服务地方经济、民生领域展现金融担当。

签约启航，党建引领擘画合作蓝图

医院党委书记徐雄平在签约仪式上表示，医院始终以党建引领医疗事业发展，此次与杭州银行台州分行共建，是“党建+医疗+金融”融合的创新探索，期待通过资源共享，在智慧医疗、便民服务等领域实现突破，让百姓享受更优质的健康服务。

杭州银行台州分行党委书记、行长水明表示，分行将以党建共建为契机，发挥金融科技优势，深化与中医院在便民支付、职工金融服务等方面的合作，将党建成果转化为服务



民生的实效，共同践行社会责任。

随后，徐雄平、水明分别代表双方党委共同签署党建共建协议。

聚力前行：多维合作共谱民生新篇

根据共建规划，双方将重点在四大领域深化合作：

一、党建互学共进：联合开展主题党日、党性教育活动，共享党建经验，提升党员队伍的政治素养与服务能力；

二、业务融合创新：依托银行金融科技与医院医疗资源，深入探索“党建+”模式，以党建链赋能业务链，开发“智慧医疗”服务场景，实现诊间结算、自助缴费等便捷功能，提升患者就医体验；

三、公益同心同行：共同走进社区、乡村，开展义诊、健康讲座与金融知识普及活动，将服务延伸至基层一线；

四、廉政共建共防：加强廉洁教育与监督机制建设，筑牢党风廉政防线，营造风清气正的合作环境。

此次党建共建签约，标志着银医合作迈入新阶段。双方将以此次合作为起点，持续释放“1+1>2”的协同效应，用实际行动践行为民服务的初心使命，为建设“健康台州”注入红色动能。

作者：党建办 何笑雪

我院举办『探索中医奥秘·健康伴我成长』职工子女暑期研学营活动

2025年8月6日，我院工会委员会联合共青团台州市中医院委员会，成功举办首届职工子女暑期研学营活动。

岐黄启蒙：从理论到实践的生动课堂

活动开幕式上，医院党委委员、副院长王秀蓉表示，让职工子女在趣味体验中亲手触摸中医文化的脉搏，感受“天人合一”的东方智慧，是文化传承最有效的路径。

医院工会主席、护理部主任洪优优在活动开始前为孩子们讲解安全知识，希望每个孩子都能在这个研学营中快乐探索、平安成长，也让父母放心工作。

健康讲堂环节亮点纷呈，在超级英雄急救联盟的课程中，急诊科主任许杨宝带领团队将心肺复苏术分解为“呼叫—按压—呼吸”三步口诀，孩子们在模型上实践时，纷纷表示要当生命守护者。同时，他还结合情景互动，生动展示了防溺水知识，强调了“水好玩，但危险也多”。孩子们积极表示要把今天学到的知识告诉身边的小伙伴。

小小牙医养成记中，林忆霞医生带领团队通过牙齿模型演示“齿为骨之余”的中医理论，揭秘牙齿的奥秘，教会孩子们如何正确刷牙保护牙齿。

中药科主任项微微带领团队带着孩子们畅游“百草园”，进行中草药五感体验，感受薄荷的清凉、艾叶的辛香，直观理解“药性归经”的理论，并亲手制作驱蚊香囊，把“防病于未然”的智慧带回家。

身体探秘：触摸中医的生命地图

在大内科护士长兼针灸推拿科护士长崔海青指导下，孩子们化身“经络小侦探”认识简单的穴位，如足三里穴、百会穴、神阙穴等；大外科护士长兼骨二科护士长杨欢红通过“耳朵城堡”模型，教会孩子们在耳朵上寻找对应脏腑的反射区，体验耳穴压豆技术的神奇。

文化传承：舌尖与指尖的智慧跳跃

“这个茶好香啊！”在药膳工坊中，孩子们系着小围裙，在专业老师指导下亲手制作药膳点心、调配养生茶饮，零距离感受传统医药文化的魅力。“原来《本草纲目》里记载的药材还能做成这么好吃的点心！”本次药膳制作课程精选药性平和的食材，通过低温烘焙、古法蒸制等工艺，将中药材转化为适合儿童食用的健康点心。

养生功法：“双手托天理三焦，左右开弓似射雕……”。在养生功法练习环节，孩子们随着舒缓音乐演练《八段锦》《五禽戏》，模仿虎鹿熊猿鸟的动作，在游戏中锻炼了肢体协调能力。

双重成效：文化传承与职工关爱的交融

本次研学营以“文化传承+职工关爱”为主线。院领导班子很重视本次研学，希望通过岐黄启蒙、中医体验、药膳工坊等活动，让职工子女在沉浸式学习中增强文化自信，同时解决职工暑期带娃难题。孩子们在团队协作中成长，职工满意度显著提升，实现了文化薪火相传与企业人文关怀的双重成效，为后续活动积累了宝贵经验。

杏林薪火，代代相传。我院将持续打造此类品牌活动，让中医药文化在童心中生根发芽，让文化传承更富实践性，真正实现“寓教于乐、以文化人”，助力中医药文化在新时代焕发勃勃生机。

作者：党政办 周杭临

