

南安市两癌筛查培训基地揭牌

本报讯 (记者 黄伟励 通讯员 彭超然) 17日,南安市两癌筛查培训基地建成投用,并举行揭牌仪式。基地设在南安市妇幼保健院,今后,南安市卫健局将充分整合资源,建成集筛查、培训、管理为一体的基地,满足群众享受高水平医疗服务和各医疗机构进修学习的需求。

记者了解到,妇女两癌筛查,是指宫颈癌和乳腺癌筛查。宫颈癌和乳腺癌是威胁妇女健康的疾病,通过

筛查,可以发现女性宫颈和乳腺的早期病变和其他疾病。为保障广大妇女的生殖健康,早发现、早治疗两癌,提高患病妇女的生存率,改善其生活质量,南安市每年开展省级妇幼公共卫生服务项目——城乡居民医保适龄妇女两癌筛查活动。

“开展筛查是落实宫颈癌和乳腺癌三级预防的重要措施,南安每年为1万名女性开展免费筛查。”南安市妇幼保健院党支部书记陈俊义介绍,作为为

民办实事项目,南安市两癌筛查培训基地投入400万元建设,满足市民开展两癌筛查的同时,积极开展业务培训,并将于下半年分批安排基层医疗机构人员到基地跟班学习,努力提高南安两癌筛查的业务水平,“南安市妇幼保健院也将承担起两癌筛查项目管理机构和培训基地承接单位的职责,加强日常管理,科学设置培训内容,合理安排跟班学习计划,加大学员的考核力度,确保真学真会,掌握到位。”

揭牌仪式结束后,南安市卫健局在该院举办了两癌筛查知识培训班。来自泉州市妇幼保健院、儿童医院、南安市医院、南安市妇幼保健院的专家详细讲解了筛查项目管理要点,以及宫颈癌筛查中妇科检查、阴道镜检查和乳腺癌筛查中乳腺触诊、乳腺彩超、乳腺钼靶X线检查等技术要点和质控要求。南安市各乡镇(街道)卫生院(社区卫生服务中心)、市直医疗卫生单位等医院的两癌筛查业务相关医护人员参加。

提供“一站式”健康管理服务 南安市妇幼保健院健康管理中心启用

本报讯 (记者 黄伟励 文/图) 17日上午,南安市妇幼保健院健康管理中心正式揭牌启用。该中心以崭新的面貌开放,为健康体检者营造一个舒适、明亮、宽敞的体检环境,提供更方便、更经济、更有针对性的服务。

当天上午,记者来到南安市妇幼保健院健康管理中心,只见空间宽敞明亮,环境干净舒适,布置赏心悦目,医护人员还为体检人员准备了柔软沙发、凳子,中心的功能分区科学细致,体检项目都集中在这里完成,市民不用多跑路,也不会“迷路”,充分展现了“一站式”服务的便利。在经过重新的设计与装修后,健康管理中心的体检环境受到市民的喜爱,有不少市民在进行体检。

“我们打算5月20日去领证,提

前过来婚检。”市民郑先生告诉记者,体检流程顺畅,医护人员还为有计划政策内生育的新人开展免费孕前优生健康检查、免费地中海贫血筛查以及免费叶酸分发。

南安市妇幼保健院党支部书记陈俊义介绍,健康管理中心的工作内容涵盖健康体检、从业人员预防性健康证办理、托幼机构工作人员健康证办理、婚孕前医学检查、计划生育技术服务、避孕药具发放、两癌筛查、病理检查、戒烟咨询、艾滋病自愿咨询等多个方面。此次健康管理中心的投入运行,开启了医院全周期、全方位健康管理的新篇章。

“我们将通过早筛查、早预防、早诊断、早治疗,实现从疾病管理向健康管理模式的有效转变,努力提高健康管理服务的专业化、规范化、个性化



舒适、明亮、宽敞的体检环境受到市民的欢迎。

化及人性化水平。”陈俊义介绍,健康管理中心将以健康管理为出发点,关注体检的质量和检后服务,为体检者

提供全方位的指导和健康建议,让市民得到更高质量、更系统、更便捷的健康管理服务。

□关注全民营养周

奶豆添营养 少油更健康



■本报记者 黄伟励
通讯员 黄秀美 李雅瑜

今年的5月12日—18日是第10个全民营养周,5月20日是第35届“5·20”中国学生营养日活动,主题为“奶豆添营养 少油更健康”。减少油的摄入有什么益处?奶类和豆类有什么营养价值呢?带着问题,记者采访了南安市疾控中心的专家。

“成年人每天烹调油摄入量以25克—30克为宜,然而,目前我国居民烹调油平均摄入量已超出推荐量的1/3;人们每天应摄入15克—25克大豆或相当量的大豆制品,每天应饮用300毫升—500毫升液态奶或相当量的奶制品,但我国大多数居民实际摄入量远低于推荐量。”专家介绍,日常生活中,市民应注意减油、增豆、加奶。

脂肪是人体重要营养素之一,可

以提供能量和必需脂肪酸等,主要来源于烹调油和畜肉。但是,长期过量摄入脂肪会导致肥胖,增加血脂异常、动脉粥样硬化、冠心病和2型糖尿病等慢性病的发病风险。

在减油方面,专家建议,市民在家庭烹饪中可使用带刻度的控油壶,定量用油、总量控制;选择蒸、煮等烹调方法,少煎炸,减少油的用量。不同烹调油的营养构成不同,多样化选择有利于营养平衡,市民采购烹调油时可以适当调换品种。在外就餐和点外卖时注意选择低油菜品,主动提出少油需求,合理点餐,避免浪费。还应少吃油炸和高油食品,购买预包装食品时阅读营养成分表,选择脂肪含量少的食品。除烹调油外,肥肉、动物内脏等饱和脂肪、胆固醇含量高的食物不宜多吃。吃畜肉宜选瘦肉,每人每周畜肉摄入不超过500克。

大豆及其制品种类多样、营养丰富,可以提供优质蛋白质、不饱和脂肪酸、钙、钾、维生素E等,适合所有人群食用。常吃大豆及其制品对儿童生长发育有益,可降低成人心血管疾病、乳腺癌、绝经后女性骨质疏松等发病风险,还有助于延缓老年人肌肉衰减。

专家建议,市民一日三餐可以选择不同的大豆及其制品,20克大豆相当于北豆腐约60克、南豆腐约110克、豆腐干约45克、豆浆约300克。需要注意的是,自制豆浆须煮透;烹制和食用大豆及其制品时,应少放油、盐、糖。摄入畜肉过多的人群,可用大豆及其制品替换部分肉类,既保证了优质蛋白质摄入,又可减少因摄入过多畜肉而引起的健康风险。高血压、高血脂、2型糖尿病、心血管疾病等人群如无饮食禁忌,可增加大豆及其制品的摄入。豆腐、豆干等大豆制品在加工、制作、烹饪过程中,嘌呤含量有所降低,高尿酸血症人群及痛风患者可适量食用。

奶及奶制品营养丰富,可以提供优质蛋白质,是钙的良好来源。充足摄入奶及奶制品有益于人体健康,尤其有利于肌肉和骨骼健康。奶及奶制品钙含量较高且易吸收,儿童青少年处于生长发育的关键时期,老年人易骨质疏松,尤其需要每天足量摄入。

市民在日常膳食中可以选择不同奶类及奶制品,如每日饮用一杯奶,适当搭配一杯酸奶或2片—3片奶酪等。

与液态奶相比,酸奶、奶酪、奶粉有不同风味,又有不同蛋白质浓度,可以多品尝,丰富饮食多样性。市民可以多途径增加奶及奶制品的摄入,如在烘焙、炖煮等烹饪过程中添加,营养丰富、健康美味。除牛奶外,羊奶、马奶、驼奶等也是奶及奶制品的重要组成,市民可根据需要多元化选择。选择奶及奶制品先看配料表和营养标签,不能用含乳饮料替代奶。乳糖不耐受人群可以选择无乳糖、低乳糖奶或酸奶、奶酪等发酵乳制品;超重肥胖、高血脂人群可选择脱脂奶或低脂奶。

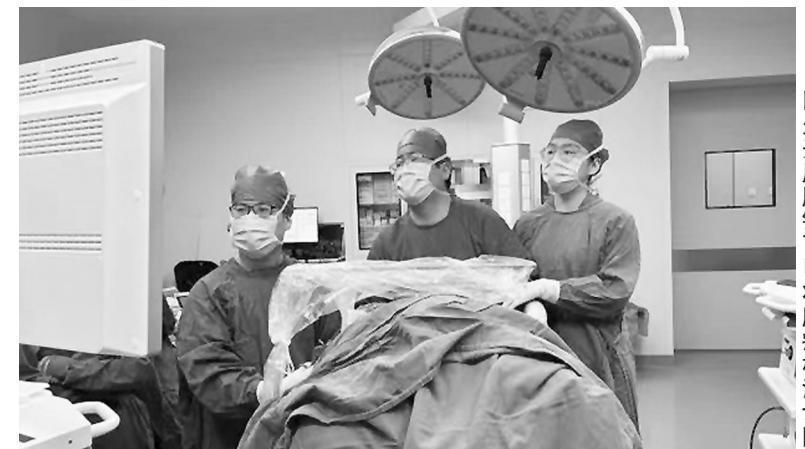
除此之外,儿童青少年要从小培养清淡不油腻的健康饮食习惯,超重肥胖、高血脂人群等更应控制脂肪摄入,做到食物多样,合理膳食。父母要从孩子小的时候就开始重视健康饮食行为的培养,日常生活营造健康饮食的氛围,以增加孩子对奶类、豆类等食物的喜爱,并要以身作则,这样孩子才能耳濡目染,适应食物多样的平衡膳食模式。餐饮行业和食品工业要践行减油行动,满足消费者健康需求,生产企业研发适合不同消费者口味和营养需求的大豆制品及奶制品,促进奶豆健康消费。

甲状腺癌复发手术受限 微创解决难题

本报讯 (记者 黄伟励 文/图) 近日,南安市医院甲乳肝胆胰外科团队在吴国洋名医工作室成员傅锦波教授的指导下,顺利完成了一台腔镜下甲状腺癌根治切除+一侧颈侧区淋巴结清扫术,该手术不仅起到了同常规开放手术一样的治疗效果,而且颈部不留任何痕迹!

患者肖先生今年41岁,一年前发现自己患甲状腺乳头状癌,开展了手术治疗。然而,半个月前,肖先生的左侧颈部淋巴结肿大,经过检查,医生发现肖先生甲状腺乳头状癌复发转移。

后来,肖先生到南安市医院就诊。由于肖先生曾开展过手术治疗,医生在术中发现他的软组织粘连严重,导致在有限的空间中,手术难上加难。最终,在傅锦波的指导下,南安市



医院甲乳肝胆胰外科团队顺利完成了微创手术,术后患者顺利康复并出院。手术切口远离颈部,愈合后几乎

看不见瘢痕。

据介绍,近年来我国甲状腺结节发病率呈逐年上升趋势,具体发病机

制不明确,可能与肥胖、高血压、高血糖、代谢综合征、睡眠质量等有关,女性发病率高于男性。如何既能保持颈部美观,又能降低手术创伤?专家表示,经口+经胸乳入路腔镜甲状腺手术是不错的选择。

记者获悉,自今年2月成立以来,吴国洋名医工作室先后指导开展了经胸乳入路腔镜下甲状腺切除术、经口+经胸乳入路联合腔镜下甲状腺癌根治术—颈侧区淋巴清扫、腹腔镜下全腹膜外腹股沟斜疝无张力修补术等高技术含量手术。目前,工作室成员傅锦波定期在南安市医院江北院区专家门诊坐诊,坐诊后指导并参与手术。吴国洋名医工作室的到来,不仅为南安的患者带来了便利,更提升了南安市医院的医疗技术水平。



健康资讯

泉州滨海医院

加入福建省肿瘤中西医结合诊治联盟

本报讯 (记者 黄伟励 通讯员 黄淑婷) 日前,福建省肿瘤中西医结合诊治联盟在福州正式成立,泉州滨海医院肿瘤中心成为该联盟理事单位。

当天,泉州滨海医院国际精准肿瘤中心专家楚建设受邀参加,在随后举行的中西医结合肿瘤医学高峰论坛学术会上,楚建设在听完演讲专家围绕胰腺癌中西医结合治疗、饮茶与肿瘤防治、肺癌精准治疗等开展学术演讲与分享后,也分享了自己日常在临床累积的肿瘤诊疗经验和精准放疗技术的应用技巧,与多位专家进行热烈讨论和交流。

泉州滨海医院相关负责人介绍,成为联盟理事单位,标志着泉州滨海医院在肿瘤防治技术、能力、资源等方面的社会影响力不断提升,成为同行认可、百姓爱戴的具备肿瘤诊疗高水平的医疗机构。未来,国际精准肿瘤中心将响应联盟号召,顺应国家中医药发展的时代潮流,充分发挥两种医学体系的优势,不断接轨国际前沿动态,继续以更高质量的诊疗技术服务全省患者,与联盟内成员单位深化合作交流,协助合作单位建设肿瘤诊疗团队,共同促进肿瘤诊疗水平的提高,满足临床诊疗需求造福肿瘤患者。

洪金省教授名医工作室

落户南安市医院

本报讯 (记者 黄伟励) 18日,南安市医院举行福建医科大学附属第一医院洪金省教授名医工作室签约仪式。

当天,洪金省与南安市医院院长方向前签署了名医工作室合作协议书。

“作为土生土长的南安人,殷殷桑梓情牵动着我,能为家乡的医疗事业献上自己的一份力量倍感荣幸。”洪金省说,未来将充分发挥自身与团队的优势,打造好“洪金省名医工作室”的品牌,为南安市医院肿瘤防治中心提供学科建设、人才培养、学术科研等方面指导与帮助,为家乡医护工作者传经送宝,为父老乡亲的健康平安保驾护航!

据悉,洪金省是医学博士,主任医师。主要专长于恶性肿瘤的精确放射治疗和综合治疗。2011年曾到美国佛罗里达大学做访问学者,现任福建医科大学附属第一医院肿瘤诊疗中心副主任、福建医科大学肿瘤学学科方向带头人;兼任放射生物福建省高等学校重点实验室主任。

上海眼耳鼻喉专家

到南安指导眼科业务

本报讯 (记者 黄伟励) 近日,上海复旦大学附属眼耳鼻喉医院洪佳旭名医工作室团队专家乐琦骅教授,到南安市医院眼科开展教学查房、门诊坐诊等业务指导工作,让疑难眼科患者足不出市就可享受上海眼科专家的诊疗服务。

当天,乐琦骅参观了该院眼科门诊及住院部,详细阐释了《角膜接触镜相关性角膜疾病的HRT诊断和治疗》的课题,为眼科医生深入解读了角膜接触镜引发的角膜疾病相关知识,同时针对常见的眼科疾病诊疗方法给予了专业的指导。

查房教学中,乐琦骅细询病史,严谨查体,解答患者疑惑,向主管医生阐释诊疗理念、监测与治疗关键,指导优化复杂病例方案。

随后,乐琦骅前往眼科门诊坐诊,详细了解前来就诊的患者病史和症状,结合检查结果进行全面评估。她耐心细致地解答患者疑惑,提供精准诊疗策略和后续治疗建议,为患者减轻心理负担。同时,乐琦骅还通过分析门诊病例,对南安市医院眼科工作予以指导,为眼科未来发展方向及目标提出建设性建议。

南安开展“防治碘缺乏病日”宣传活动

本报讯 (记者 黄伟励) 近日,南安市卫健局联合盐务局、疾控中心、官桥医院开展以“食盐加碘防疾病,平衡营养健康行”为主题的“防治碘缺乏病日”宣传活动。

活动当天,工作人员通过悬挂横幅、摆放宣传展板、发放宣传折页和小礼品等形式,向市民宣传碘缺乏病防治,以及科学补碘等科普知识。疾控中心、官桥医院的医务人员为现场市民提供咨询服务,讲解碘缺乏病防治知识,让他们深入了解碘缺乏病的病因、症状、危害以及预防措施,掌握加碘盐消除碘缺乏病危害的基本常识;市盐务局工作人员为市民发放碘盐,介绍真假碘盐识别、私盐及劣质盐鉴别方法等。

此外,疾控中心还组织中心专业人员,走进官桥镇崇文小学开展碘缺乏病防治知识讲座、播放防治碘缺乏病宣传视频。