



掌上医院

鲁D: 连内资(2009)第062号 邮箱: tzzxmyyxck@163.com

SHANGUOSHANYI

2021年10月11日 星期一

农历辛丑年九月初六

总第134期 本期8版

滕州市中心人民医院主办

我院亚健康门诊开诊



您有疲乏无力、肌肉及关节酸痛、头昏头痛、睡眠紊乱、食欲不振、急躁易怒、不能正常地处理好人际关系、家庭关系等状况吗?这有可能是您的身体处于亚健康状态。滕州市中心人民医院自9月1日起将开设亚健康门诊,有专业的医疗团队为您制定综合性个性化治疗方案。快来关注吧!

亚健康状态是处于健康与疾病之间的一种状态,表现为机体无明显疾病,但在一定时间内的活力降低、功能和适应能力减退的症状,但不符合现代医学有关疾病的临床或亚临床诊断标准。



亚健康状态的表现多种多样

躯体方面:疲乏无力、肌肉及关节酸痛、头昏头痛、心悸胸闷、睡眠紊乱、食欲不振、脘腹不适、便秘、性功能减退、怕冷怕热、易于感冒、眼部干涩等。

心理方面:情绪低落、心烦意乱、焦躁不安、急躁易怒、恐惧胆怯、记忆力下降、注意力不能集中、精力不足、反应迟钝等。

社会交往:不能较好地承担相应的社会角色,工作、学习困难,不能正常地处理好人际关系、家庭关系,难以进行正常的社会交往等。



据我国抽样调查结果显示:全国平均亚健康率为64%,北京75.31%。亚健康状态在城市居民、青年学生、知识分子、机关干部和军人中普遍存在。据统计,

亚健康门诊出诊地址:理疗科(门诊连廊楼三楼)

我国目前在高级知识分子、企业管理者亚健康状态的比例高达70%以上。许多疾病发生前期,往往伴有长时间的亚健康状态,如果不及时干预,任其自然发展,大多可发展为亚临床状态,进而发展为疾病状态。当机体处于亚健康状态时,可通过休息调整等方法恢复到健康状态,而一旦发展到亚临床状态,即出现了病理改变,很难再恢复到健康状态。这意味着对处于亚健康状态的人群进行积极的干预,不但可以改善人们的生活体验,还能够有效预防疾病发生。

世界卫生组织提出,在21世纪及未来,心理疾病和亚健康是危害人类健康的主要疾病。中医学在《黄帝内经》时代提出了“治未病”的预防思想。如《素问·四气调神大论篇》指出:“圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱。……夫病已成而后药之,乱已成而后治之,譬如渴而穿井,斗而铸锥,不亦晚乎。”因此,亚健康虽属当代新概念,但其理念早在《黄帝内经》时代就有体现。



亚健康门诊特色

以“整体观念”“辨证论治”及“因人、因时、因地制宜”为纲领,制定综合性个性化治疗方案。中医体质辨识表,可提供中药汤剂、中药膏方、中药茶、针灸、拔罐、耳豆等中医综合调理;另外还为患者提供适合自己身体特点的起居、饮食、运动方案。



亚健康门诊业务范围

失眠、代谢综合征、月经不调、痛经、肥胖症、颈肩腰腿痛、血脂血糖异常、免疫力低下、过敏体质、不良情绪、不定陈述综合征、慢性疲劳;慢性病、手术后、产后及更年期等特殊时期体质调理;中医体质测评、健康咨询、养生指导;体检患者异常指标咨询。

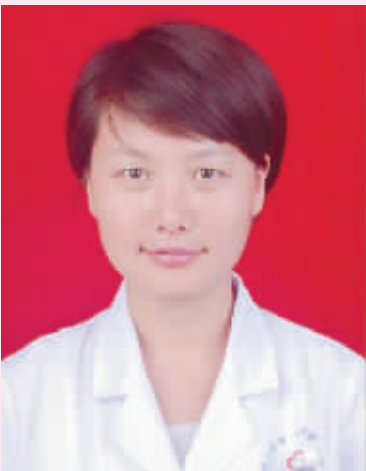
□郝常东

亚健康门诊团队介绍



郝常东,主任医师,理疗科主任。毕业于山东中医药大学,泰山医学院老年医学专业研究生课程进修班结业。从事针灸临床三十年,注重针药合用,临床擅长采取多种疗法对各种杂病进行综合治疗,尤其擅长对面瘫、偏瘫、截瘫及颈肩腰腿疼痛的治疗。长期担任山东省健康管理协会保健与康复分会常委、山东针灸学会理事、枣庄针灸学会副会长等职。

亚健康门诊出诊时间:周一、周三上、下午。



魏娜,主治医师,山东中医药大学硕士研究生,齐鲁医院进修1年,山东针灸学会中医外治专业委员会委员,2012年7月参加工作,从事针灸、理疗,主要擅长失眠症舒治疗、亚健康调理、各种疼痛及神经损伤治疗。

亚健康门诊出诊时间:周二、周四上、下午。



王田芳,主治医师,黑龙江中医药大学硕士研究生,山东针灸学会中医外治专业委员会委员,枣庄市针灸学会灸法专业委员会委员。2012年7月参加工作,主要从事针灸、理疗,擅长亚健康调理、自血疗法治疗过敏性鼻炎、痤疮等,对面瘫、偏瘫、截瘫、颈椎病、腰椎病、尿潴留及周围神经损伤性疾病治疗有独特疗效。

亚健康门诊出诊时间:周五、周六上、下午。

迎中秋国庆庆祝祖国繁荣昌盛 庆建党百年从胜利走向辉煌

我院第七届职工足球比赛暨“农商银行杯”足球友谊赛隆重开幕



本报讯 “迎中秋国庆庆祝祖国繁荣昌盛,庆建党百年从胜利走向辉煌”。近日,我院第七届职工足球比赛暨“农商银行杯”足球友谊赛在市奥体中心足球场隆重开幕。

市人大常委会副主任、市总工会主席李广宪,市卫建局党组书记、局长孟祥磊,市中心人民医院、市妇幼保健院党委书记邢佑文,市中心人民医院院长武宗义,市总工会常务副主席赵博,共青团滕州市委书记赵素贤,市融媒体中心主任、上善传媒科技有限公司董

事长孟凡军,市体育发展服务中心党组书记、主任吕成民,市农商银行副行长徐长春,市足球协会副会长高鹏,我院领导班子成员、医院工会、团委、宣传科有关人员和裁判员、医院八支足球队队员、医院舞蹈队队员以及新闻媒体的记者朋友参加活动。我院党委副书记朱绍猛主持开幕式。

邢佑文致开幕辞,并宣布滕州市中心医院第七届职工足球比赛暨“农商银行杯”足球友谊赛正式开始!他表示,足球是一项团体



性运动,不是一个人的比赛,更能展现团队的凝聚力。本次足球赛,旨在提振广大干部职工的精气神,激发大家干事创业、奋勇拼搏的热情和动力,向社会和群众传递全民健身、健康促进的生活理念。他希望参赛队员一定要注意比赛中的人身安全,文明参赛,规范参赛,发扬更高、更快、更强的奥运精神,赛出水平,赛出风格,积极展现我院职工的团队精神和健康向上的精神风貌,用优异的比赛为祖国庆生。

随后,揭幕战的两支球队,行政后勤队、影像中心队队员手牵球童走入赛场,大手牵小手成了赛场上一道亮丽的风景线。庄严的奏唱国歌环节,也提升了孩子们的爱国主义热情和民族自豪感。

本次比赛共8支参赛球队,分别是:外科一队、外科二队、外科三队、超声联队、内科联队、影像中心队、行政后勤队、妇幼代表队。

比赛特邀妇幼保健院代表队参赛,吹响了两院区紧密型医共体的

前奏。裁判员蒋博代表全体裁判员宣誓,行政后勤队队员刘滕代表全体运动员宣誓,市人大副主任李广宪为比赛开球。随即,影像中心队和行政后勤队率先打响揭幕战。

开幕式上,我院舞蹈队带来了激情四射的健身舞表演。据悉,此次足球比赛第一阶段将采用分组单循环赛制,取小组前两名进入第二阶段淘汰赛,赛程为三周,共有16场精彩比赛。 □段涛 张令法

庆祝第四个中国医师节 市领导来我院走访慰问医务工作者



本报讯 8月19日是第四个中国医师节,滕州市副市长张晓翠、滕州市卫生健康局局长孟祥磊、副局长赵逢平一行来我院走访慰问坚守在一线的医师代表,向奋战在临床一线的医务工作者致以节日的慰问。我院党委书记邢佑文、院长武宗义陪同慰问。

张晓翠代表市政府感谢医务工作者们多年来为人民群众健康做出

的无私奉献,并勉励他们继续立足岗位、严谨求实、精益求精,大力弘扬“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的崇高精神,为人民群众提供更加优质的医疗服务。

孟祥磊指出,新冠疫情发生以来,医务工作者为新冠肺炎疫情的防控和全市卫生健康事业做出了重要贡献。目前国际、国内疫情防控形势依然严峻,疫情防控工作时刻不能松懈,要

时刻绷紧这根弦!按照上级部门指示精神,部署好各项工作,发挥好“哨点”作用。

邢佑文表示,从国家层面上设立的行业性节日屈指可数,这充分表明国家对于医师行业的重视和认可,下一步医院将大力宣传广大医务人员的先进事迹,树立先进典型,传播正能量,不断增强全社会对医务工作者和卫生健康工作的理解认同,持续营造尊医重卫的良好氛围。

武宗义表示,要积极改善医院设施设备条件,不断提高医疗服务水平,满足人民群众看病就医的需求。现阶段要慎终如始、毫不松懈、抓紧抓实疫情防控常态化的各项工作,要再接再厉保持连续作战的优良作风。

全国抗击新冠肺炎疫情先进个人、我院感染病科主任杨列永作为医师代表表示发言:将立足本职岗位,切实履行职责,在做好现阶段的新冠肺炎疫情防控的同时不断提高医疗技术和服务水平,更好地为百姓健康保驾护航! □李存宇

院领导中秋节走访慰问 支援丰都县人民医院医务人员



本报讯 按照市委组织部要求,为做好中秋节走访慰问援援和东西部协作干部人才工作,按照医院统一部署,9月17日,我院党委副书记朱绍猛、人力资源部主任贺大庆,到支援丰都县人民医院的我院朱宗涛主任医师和倪允启主治医师家中走访慰问,传达了市委组织部和我院干部职工对他们的节日问候,感谢他们

的家属对全市对口支援和东西部协作工作的大力支持和无私奉献。

走访慰问过程中,朱绍猛主动了解朱宗涛和倪允启及其家属的工作生活等情况,认真听取意见建议,并表示医院在政策范围内,将进一步健全完善后方服务网络,落实好各项政策待遇,确保他们安心工作。

□徐萌

市改革赋能研究中心来我院 督察紧密型县域医共体建设情况

[详见2版]

有“痔”之士的新选择 ——内镜下套扎或/和硬化治疗术

[详见7版]

我院亚健康门诊开诊

[详见8版]