

衡陽日報

第0303-017号

健康





衡陽市中心醫院

衡南邵阳双县首家三级综合医院

衡陽市中心医院

衡南邵阳双县首家三级综合医院

雁峰院区

地址：衡阳市雁城路10号

华新院区

地址：衡阳市华新开发区光辉街31号



急救电话

8120888

仁心仁术 “镜”显锋芒

市中心医院代表队在省级比赛中荣获优秀奖

衡阳日报讯（全媒体记者 邓定蓉 通讯员 蒋海华）近日，第七届“结直肠癌外科精英团临床技能邀请赛（CREATE）”在湖南长沙举行。来自全省多家地市级三甲医院的代表队参与比赛并展开激烈角逐。在衡阳市中心医院胃肠外科主任谭曙光的带领下，由周高、蒋海华、王建华三位青年医师组成的“仁济肠胜刀锋队”参赛，最终载誉而归。

比赛中，团队形象展示、现场问答、夺分选择题和手术视频展示四个环节进行。在观看手术视频问答环节上，周高主任凭借扎实的结直肠肿瘤相关基础知识和手术适应症把握及手术路径的选择、血管保留、淋巴结清扫范围等做出了详尽又细致的回答，赢得现场评委的高度认可。在夺分选择题环节上，上述三位医师沉着应战、合理运用战术配合，在几十秒时间内，完成作答。在手术视频展示环节，蒋海华副主任医师介绍了团队近期完成的一台3D腹腔镜辅助下直肠癌根治术视频，展示了完整的术前资料、缜密的手术思路及流畅的手术团队配合，获得现场评委的一致好评，并荣获优秀奖。“仁济肠胜刀锋队”的赛场表现，正如他们在形象展示环节上喊出的战队口号：“百年仁济，‘肠’路相伴；仁心仁术，‘镜’显锋芒。”

近年来，市中心医院胃肠外科在谭曙光主任的带领下，持续提升腹腔镜微创外科综合水平，不断突破手术技术难题，努力向“精准化”“微创化”及“规范化”外科技术迈进，同时科室高度重视人才梯队建设，不断加强青年医师培养。本次比赛，胃肠外科青年团队初次站上省级竞赛舞台，与同行进行比拼，充分展示出科室青年医师团队扎实的临床功底和过硬的技能水平。今后胃肠外科青年医师也将继续苦练内功，提升业务能力，为百姓健康保驾护航。

衡阳高速收费站党员贺小军：

献血十八载 常怀赤诚心



贺小军正在献血。

衡阳日报讯（全媒体记者 邓定蓉 实习生 吴数 通讯员 唐子钦）鲜红的血液，是生命的纽带；党员的担当，是初心的注脚。当患者急需血液挽救生命时，电话那端响起“我是党员我来献”的声音，感受到的不仅是大爱暖流，更是党员先锋本色的生动诠释。

“您好！医院有位白血病患者急需输注B型血小板，请问您现在有时间过来献血吗？……”“没有问题，我是党员，这时候肯定得上！”7月9日，衡阳高速收费站党员贺小军，接到市中心血站机采科的应急招募电话时，他没有丝毫犹豫，顶着的高温酷暑天气默默走进机采科，经过一系列检测合格后，成功献出2个治疗量的机采血小板。贺小军目前累计献血16次，献血量达6100毫升。

回忆第一次献血的经历，贺小军不假思索地说：“18年前那时通过报纸和电视媒体得知无偿献血知识，了解到献血不仅对身体没有影响还可以帮助到他人，想到自己这个年纪身体很好，觉得献血也是非常有意义的事情，所以就参加了，不知道为什么，第一次献血的时候一点也不紧张，献完后拿到红色献血证，感觉特别自豪。”此后，贺小军每次献血间隔时间一到就定期参加献血，这一献就坚持了18年。

“作为一名党员为人民服务不是一句口号，更是实实在在的做，一想到患者急需血液，其家人也是非常着急，尽自己力量，能帮一点是一点，之前一直参加献血，今天是第一次献机采血小板，感觉整个献血环境和献血服务都非常好，很温馨，今后会

定期参加献血。”贺小军献血时表示。此外，同事无意间还透露，生活中贺小军也是一个乐于助人、非常热心的人，别人有困难，他肯定不会袖手旁观，而且做好事从不留名，有次遇到一位司机突发疾病，贺小军二话不说，私人开车争分夺秒将司机及时护送到医院，为司机及时救治争取到了宝贵的黄金救援时间，事后单位才知道这个事情。他笑着摇摇头：“这真的不算啥，共产党员就应该在关键的时候帮助别人，为老百姓做力所能及的事情。”

贺小军不仅自己献血，还成为了一名无偿献血宣传者。“其实普通人对无偿献血存在一些认识上的误区，但只要给他们解答一些血液常识，他们都能理解并行动起来。”贺小军这样说道。这些年通过他的带动，同事、家人、跑团队友都纷纷加入到了献血队伍中。

“无偿献血是‘人人为我、我为人人’的互助精神，献血，挽救生命，对社会最大的意义是帮助别人，服务大家，帮患者渡过难关，值！在身体条件允许的情况下，我就会坚持下去，挽起袖子，用点滴热血，帮助需要帮助的人。”贺小军朴实地说。

盛夏时节，持续高温加剧。临床用血面临供需矛盾，每一位献血者都是守护生命的使者。市中心血站在此诚挚呼吁更多热心市民，加入无偿献血队伍。以涓涓热血凝聚“生命之光”，以凡人善举化身“热血英雄”，让爱心在血脉中奔涌，共同为医疗救治，注入生生不息的温暖力量！

护卫健康 未病先防

市中医医院开启“养生之道”

■衡阳日报全媒体记者 邓定蓉 实习生 吴数



专家介绍

刘玲娥，衡阳市中医医院治未病中心主任，湖南中医药大学教授，高级职称，治未病与健康管理专家、湖南省首届中医药文化科普专家。兼任湖南省健康协会中医药管理分会常务理事、中国皮内针专业委员会常务理事，省中医治未病专业委员会、省中医健康管理专委会及衡阳市全科医学会副主委等。主持并参与多项科研课题，发表学术论文多篇。

擅长中医治未病、体质调理、四高（高血压、高血糖、高血脂、高尿酸）的中医调治、慢性病及肥胖人群健康管理、更年期、儿童体虚易感及亚健康人群调理。擅于应用中草药、膏方、茶饮及中医外治技术治疗失眠、头痛、眩晕、抑郁、脱发、口腔溃疡、多汗症、脾胃病、脂肪肝、顽固性咳嗽以及月经不调、乳腺增生、各类结节、孕前及产后调理等，倡导全程健康管理及全生命周期调养。

“我失眠九年，伴头晕、乏力、脱发等，来治未病中心服用了一个疗程膏方结合针灸耳穴，现在吃得好，睡得香，每天精力充沛，头发也不脱了。”52岁的张女士在市中医医院治未病中心复诊后喜笑颜开地说。

经常有患者询问：什么是治未病？治未病中心主要治什么？是不是“治胃病”？还是“治未病”？

市中医医院治未病中心主任刘玲娥为读者揭秘。

什么是治未病？

“治未病”有三层含义：一是指健康

无病状态；二是指微病、萌芽、欲病、腠理毫毛血脉之病以及亚健康、慢性疲劳综合征状态；三是指未传、未乱、未达到无法治疗的所有疾病状态。具体如下：

轻症防重

当人体处于气血功能失调，体质异常即亚健康状态时，如不及时调理，终至器质性疾病的发生。如痰湿体质日久会发生心脑血管疾病等。

浅病防深

温病卫分证不愈，可由肺卫入气，长驱直入可至气营两燔甚至伤阴动血、热陷心包。疾病多有一个由浅入深的过程，藩篱失守，殃及城池。病毒性感冒治疗不及时都可进一步发展成病毒性心肌炎。

小恙防大

痰湿内蕴或血行不畅瘀血阻滞，最终可致症瘕积聚。高血脂、高血压长期不治，或可演变成动脉硬化甚至突发致命的心脑血管事件。

短罹防长

淋证不愈，可演变成劳淋反复发作，恰如急性尿路感染治疗失当，会变成慢性尿路感染。体虚感冒咳嗽可迁延为久咳不愈。

单患防复

单病单证不治，可成复病复证，终致乱而束手无策。恰如糖尿病如不及时治疗，可发生白内障、血管神经病变乃至中风等合并症或并发症一样。

良疾防恶

机体脏腑气阴阴阳偏颇，如不加以及时纠正，终可导致精败神伤，阴阳离决。犹如炎症性肠道息肉如不及时加以治疗，有朝一日或可转变成肠癌。最终致使“未乱”之良性疾病发展为“已乱”之恶性疾病。

郁证防病

“一有拂郁，百病生焉”，郁证是指七情不遂导致气机郁滞的一类病证。情志不遂可以发生郁证并进一步因郁致病，发生诸如痛证、耳鸣、不寐、心悸、胸痹、厥证、眩晕以及不孕不育、月经紊乱等病证（症）。采用疏肝解郁养心安神治疗有助于防治高血压、消化性溃疡等许多器质性心身疾病。

“治未病”适应人群有哪些？

- 健康养生人群：纤体瘦身人群，美容养颜人群等。
- 亚健康人群：如疲劳、怕冷、胃肠功能失调、失眠、体质差等。
- 特殊人群：老人、儿童、孕前、产后体质调理及更年期调理。
- 病前状态人群：如高尿酸血症、糖调节异常、血脂异常、脂肪肝、临界高血压、肥胖、代谢综合征、围绝经期综合征

筑牢健康防线 彰显专业担当

衡阳市艾滋病与结核病防治工作获权威认可

培训与学术交流等活动，不断提升医护人员对艾滋病的诊断、治疗及随访管理水平。通过制定科学规范的诊疗流程和质量管理标准，对全市艾滋病防治工作进行严格把关，确保每一位患者都能得到及时、精准、有效的治疗。

同时，该中心积极开展艾滋病防治宣传教育活动，深入社区、学校、企业等场所，普及艾滋病防治知识，提高公众对艾滋病的认知度和预防意识，消除对艾滋病患者的歧视，营造了全社会共同参与艾滋病防治的良好氛围。在艾滋病检测咨询方面，不断优化检测服务网络，扩大检测覆盖面，提高检测的可及性和便利性，使更多的艾滋病患者能够及早发现并接受治

疗，有效降低了艾滋病的传播风险。衡阳市结核病诊断与治疗控制中心作为全市结核病防治的核心力量，承担着重要的使命。该中心致力于提升结核病的诊断水平，引进先进的检测技术和设备，加强对结核病的实验室检测能力建设，为患者的早期诊断和精准治疗提供了有力支持。在结核病治疗方面，制定个性化的治疗方案，确保患者得到规范、系统的治疗，同时加强对患者的健康管理，提高患者的治疗依从性和治愈率。

此外，该中心注重结核病防治的科学研究与创新，积极开展临床研究和应用基础研究，探索新的治疗方法和技

术，为结核病防治工作提供了科学依据和技术支撑。通过与基层医疗卫生机

构的紧密协作，建立了结核病防治服务网络，加强了对结核病患者的追踪管理，有效控制了结核病的传播和流行。

此次荣获“衡阳市优秀市级医疗控制中心”荣誉称号，是对衡阳市艾滋病诊疗质量控制中心和衡阳市结核病诊断与治疗控制中心过去一年工作的肯定，更是对未来发展的激励和鞭策。站在新的起点上，他们将继续秉持以人民健康为中心的理念，不忘初心、牢记使命，以更加饱满的热情和更加专业的态度，投入到艾滋病与结核病防治工作中。进一步加强人才培养和学科建设，不断提升诊疗技术水平和服务质量；持续深化艾滋病与结核病防治工作的科学研究和创新实践，积极探索防治新模式、新方法；加大宣传教育力度，提高公众的健康素养和自我防护意识；强化区域协作和对口支援，促进艾滋病与结核病防治资源的均衡分布和共享，努力为群众提供全方位、全周期的健康保障，为建设健康衡阳作出更大的贡献。

衡阳市中医医院“治未病中心”成立于2014年，是国家治未病服务能力重点项目建设基地及湖湘中医中药慢病防治专科科室，包括体检中心、健康调养门诊、传统疗法干预区等。经过十余年的建设，今年再次升级，搬迁新址为医院福音楼一楼。

“治未病中心”通过对个体的“辨体质、识未病、鉴状态、施干预、自调节”等方法，以“让人不生病、少生病、迟生病、不生大病、带病延年、高龄自理、提高生活质量”为宗旨，通过中医体质辨识检查、中医经络检测、TMT红外线热成像等专业体质辨识设备，同时结合中医理论，从多维度了解个体的身体状态，运用中药汤剂、四季膏方、冬病夏治、膳食指导、药茶养生、药枕香囊、药膳药酒等中医特色产品，以及穴位贴敷、火罐、灸法、耳穴压豆等各种传统

中医外治法，在体质调理、脏腑调理、气血调理、更年期调理、失眠调理及慢性疲劳综合征、脂肪肝、肩颈腰痛等疾病的防治方面具有独特优势。达到“未病先防、既病早治、已病防变、瘥后防复”为目的健康管理服务新模式。

四季防病重点
春（升发）：防风邪，疏肝气。晨练八段锦“两手托天理三焦”，喝玫瑰柴胡茶。

夏（湿热）：防暑湿，护心阳。午休避烈日，吃荷叶陈皮茶解暑，忌冰镇饮料伤脾。

秋（燥邪）：防肺燥，润大肠。晨喝蜂蜜水，晚吃百合雪梨羹，练“六字诀”润肺。

冬（寒凝）：防寒痹，补肾精。睡前热水泡脚（加艾叶），吃黄精核桃糕。

三、导引术养生：动形以达郁
中医运动核心是“调息导引，畅通

科室介绍

衡阳市中医医院“治未病中心”成立于2014年，是国家治未病服务能力重点项目建设基地及湖湘中医中药慢病防治专科科室，包括体检中心、健康调养门诊、传统疗法干预区等。经过十余年的建设，今年再次升级，搬迁新址为医院福音楼一楼。

“治未病中心”通过对个体的“辨体质、识未病、鉴状态、施干预、自调节”等方法，以“让人不生病、少生病、迟生病、不生大病、带病延年、高龄自理、提高生活质量”为宗旨，通过中医体质辨识检查、中医经络检测、TMT红外线热成像等专业体质辨识设备，同时结合中医理论，从多维度了解个体的身体状态，运用中药汤剂、四季膏方、冬病夏治、膳食指导、药茶养生、药枕香囊、药膳药酒等中医特色产品，以及穴位贴敷、火罐、灸法、耳穴压豆等各种传统中医外治法，在体质调理、脏腑调理、气血调理、更年期调理、失眠调理及慢性疲劳综合征、脂肪肝、肩颈腰痛等疾病的防治方面具有独特优势。达到“未病先防、既病早治、已病防变、瘥后防复”为目的健康管理服务新模式。

衡阳市中医医院“治未病中心”成立于2014年，是国家治未病服务能力重点项目建设基地及湖湘中医中药慢病防治专科科室，包括体检中心、健康调养门诊、传统疗法干预区等。经过十余年的建设，今年再次升级，搬迁新址为医院福音楼一楼。

“治未病中心”通过对个体的“辨体质、识未病、鉴状态、施干预、自调节”等方法，以“让人不生病、少生病、迟生病、不生大病、带病延年、高龄自理、提高生活质量”为宗旨，通过中医体质辨识检查、中医经络检测、TMT红外线热成像等专业体质辨识设备，同时结合中医理论，从多维度了解个体的身体状态，运用中药汤剂、四季膏方、冬病夏治、膳食指导、药茶养生、药枕香囊、药膳药酒等中医特色产品，以及穴位贴敷、火罐、灸法、耳穴压豆等各种传统中医外治法，在体质调理、脏腑调理、气血调理、更年期调理、失眠调理及慢性疲劳综合征、脂肪肝、肩颈腰痛等疾病的防治方面具有独特优势。达到“未病先防、既病早治、已病防变、瘥后防复”为目的健康管理服务新模式。

此外，该中心注重结核病防治的科学研究与创新，积极开展临床研究和应用基础研究，探索新的治疗方法和技

术，为结核病防治工作提供了科学依据和技术支撑。通过与基层医疗卫生机



活动现场。