

守住钱袋子·护好幸福家



中医院“问道中医”系列活动暨首届药膳文化节掀热潮

本报讯(通讯员 金宁)1月7日上午,泰州市姜堰中医院人山人海、热闹非凡,“问道中医”系列活动暨首届药膳文化节活动火热开展。

上午9时,院纪委书记高琳琳宣布“问道中医”系列活动暨首届药膳文化节活动正式开始。小寒养生讲座、腊八药膳讲堂、中药猜谜……中医药文化盛宴接踵而至。上午10时,住院部一楼大厅

内人潮涌动,沙参玉竹煲瘦肉汤、银耳五果羹、温阳益肾猪肉粥……19道中医药膳集中亮相。中药材与相应的食材相配,搭以炖、焖、煨、蒸、煮、熬、炒等烹饪技法,每道菜品均体现了“药食同源”的文化理念,既色香味俱全,又达到了食养食疗之功效。众多市民纷纷驻足欣赏、品尝药膳美食。

中药膳食发源于我国传统的饮食和中医食疗文化。自古素有

“药食同源、医食同功”之说,药借食力,食助药性,二者相辅相成,相得益彰。此次活动给大家带来视觉和味觉的双重享受,吸引更多人了解药膳、品尝药膳,掀起了健康养生的新风潮。

在中医义诊区,中医专家们通过传统“望闻问切”,为市民把脉问诊并给出个性化的治疗和调理方案,同时提供健康养生指导。在中医体验区,市民不仅能够亲身体

质辨识仪、智能脉诊仪等先进中医设备带来的便利,还了解了养生保健、治未病等方面的独特优势。

此次活动是中医院推进中医药传承和创新发展的重要举措,也是展示中医药文化独特魅力的新平台。下一步,该院将继续发挥中医药特色优势,以群众喜闻乐见的传播手段和具有广泛参与度的实践路径,推动中医药文化融入百姓生活、中医药事业高质量发展。



国医苑
泰州市姜堰中医院 主办

秋冬常见皮肤病之“寻常型鱼鳞病”

寻常型鱼鳞病,又称为干皮病,是一种与遗传缺陷有关的,以全身皮肤干燥、鳞屑为主的角化障碍性皮肤病,在秋冬季高发。

寻常型鱼鳞病为常染色体显性遗传性疾病,患病率在1/100-1/250。该病是由于FLG基因功能缺陷性突变所致,其导致丝聚蛋白原缺乏,丝聚蛋白原是角质细胞包膜的重要组成部分,而角质细胞包膜在皮肤屏障的建立中发挥着不可或缺的作用,因而该病患者的皮肤

屏障结构紊乱,水分丢失增加,感染可能性增加。

该病的临床表现是出生时症状不显著,但出生后几个月至3岁前,手背及四肢伸侧出现淡褐色至深褐色菱形或多角形鳞屑,紧紧贴在皮肤上而其边缘则呈游离状。其后在躯干及四肢屈侧也可出现鳞屑,皮肤较干燥,下肢的鳞屑也较躯干的粗糙,腋下和臀部常不累及。头皮可有轻度鳞屑。夏季或居住在温热地区的患者脱屑较轻,

但温度降低后,如至秋冬季节,干燥、脱屑明显加重。很多患者并发特异性皮炎、湿疹、哮喘等。

根据特征性的皮损分布和形态,该病很容易诊断,但仍需要与其他鱼鳞病鉴别,如获得性鱼鳞病,可发生在某些系统性疾病、感染性疾病、恶性肿瘤或者药物诱发,该病的鱼鳞病样皮损会与其他症状同时出现。

寻常型鱼鳞病治疗困难,目前尚无治愈方法。治疗以局部护理

和外用药物治疗为主,从而减轻皮肤干燥,改善症状。严重者仍需系统治疗。推荐外用药物有润肤剂、角质溶解剂、屏障修复剂,推荐使用温和香皂每天沐浴1-2次,热疗可能有利于改善症状。当外用药物疗效不佳时,可以考虑口服维甲酸,但维甲酸有副作用,如致畸性、骨骼病变、眼病变、脂质代谢异常等,需在皮肤科医生指导下使用。

作者:沈聪 区皮肤病防治院
主治中医师

皮肤健康大讲堂

泰州市姜堰区皮肤病防治院
泰州市姜堰区医学美容门诊部 主办



沿街商铺消防安全注意事项

人间烟火气,最抚凡人心。分布在大街小巷的包子铺、大排档、小吃店、服装店……让我们感受到生活的温度。我们生活中的衣食住行都离不开沿街商铺,然而沿街商铺大多为个体经营,店内可燃物多、用电量,如果消防安全管理落实不到位,极易发生火灾。沿街商铺要加强隐患排查,防患于未“燃”,务必注意以下事项。

1.生活经管要分开。统一规划的商铺门面内,不要设置人员

住宿等场所;村居民自建房存在“下店上宅、前店后宅”情况的,经营区域与生活区域应使用防火隔墙、防火隔板、防火门等进行完整分隔。

2.消防设施要完好。商铺内安装有自动报警、喷淋等消防设施的,要经常检查测试,确保完整好用;自建房用作经营场所的,应安装简易消防设施,配备灭火器、灭火毯等常用消防器材,尽可能降低火灾风险。

3.不要存放可燃物质。若存放可燃物质,一旦在室内燃烧,将迅速扩大蔓延,产生有毒烟气,影响人员逃生。

4.疏散通道要畅通。商铺内不要堵塞、锁闭、占用疏散逃生通道和逃生出口;在疏散逃生通道、外窗上设置卷帘门、铁栅栏、防盗网时,应预留可从内部开启的逃生口,人员生活、住宿的区域应当设置直通室外的安全出口。

5.定期检查安全用电。店铺内

电气线路安装须符合要求,敷设配线应根据负载情况,及时更换老化电气设备和线路。

6.用火用电要规范。用火用电要加强看护,做到人走火灭、电断。不私拉乱接电线,不超负荷用电,不在屋内为电动车充电,特别是不要贪图便宜购买使用假冒伪劣电器产品和插线板。

若您发现身边有消防安全隐患问题,请拨打12345及时举报。

(来源:江苏消防)



江苏长江商业银行
JIANGSU CHANGJIANG COMMERCIAL BANK

存款

定存3年期

2.25%

年化利率

挂牌利率以当天大堂公示为准

存款咨询电话: 0523-88988686