

关注健康热点，传递养生观念，聚焦疾病防治

热线 86901890



第四届曙光论道肿瘤学大会在我市召开

线上线下融合 聚焦前沿学术交流

本报讯（记者朱丹君 通讯员杨诗奕 张芮）10月23日至24日，来自省内外100多位医学大咖线上线下齐聚温岭，共襄第四届曙光论道肿瘤学大会。短短两天时间，70余场精彩讲座聚焦肿瘤医学前沿，全国线上线下1万多名医疗界人士共同探讨肿瘤防治大计。

此次曙光论道肿瘤学大会由中国科学院大学附属肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）、浙江省抗癌协会、浙江省预防医学会、台州市医学会联合主办，台州市肿瘤医院、温岭市肿瘤重点学科群、温岭市肿瘤放射肿瘤学品牌学科/重点学科承办。

跟前几届不同的是，此次大会采取小班化分流、线上线下联合的模式。根据疫情防控要求，此次会场设置为1个主会场及8个分会场，每个分会场人员控制在50人以内，减少人员聚集情况。中高风险地区学术专家授课，采取线上授课和线上交流的形式。

这是一次难得的学习和交流的机会，通过这个平台，了解肿瘤防治研究的最新进展和成果，探讨肿瘤防治的热点和难点问题。在国科大肿瘤医院台州院区（台州市肿瘤医院）院长孙旦江的致辞中大会正式拉开序幕，他说，曙光论道平台的搭建，不仅能够提高我们医院的肿瘤诊疗水平，实现与省级肿瘤医疗水平的同质化发展，也进一步推动台州市肿瘤医学高地的建设，让我们离浙东南区域肿瘤诊疗中心的目标更进了一步。

10月23日，浙东南曙光论道杯青年医师手术操作大赛，给广大青年医师提供了一个展示自我、合作交流的良好平台。值得一提的是，此次比赛应用高科技智能模拟器，通过计算机辅助技术实现临床情景的模拟，采用云数据智能评比系统，选手操作完成后，计算机智能客观评估选手操作的规范性并给出分数，实时传输选手



操作数据到云端，便于随时随地进行数据统计、监测、评估。

MDT诊疗是肿瘤治疗取得进步的必由之路，也是以患者为中心理念的最佳体现。在MDT比赛中，各个团队集思广益，通过反复交流、沟通，碰撞出很多思想火花，促进了学科融合，培育出新的临床科研思路。

面对疾病和死亡威胁会引发巨大的心理创伤。国科大肿瘤医院朱利明教授作《从疾病叙事到死亡叙事，我们做什么》，倡导医务工作者要学会倾听解患者，通过共情、反思走进患者心灵，做一名有温度的医者。叙事医学的讲座，吸引了众多医务工作者的共鸣。

自2017年6月22日，台州市肿瘤医院由国科大肿瘤医院全面托管后，同质化的管理模式使台州院区的肿瘤诊疗事业迅速发展，也给我市的肿瘤防治事业带来了生机。我们希望通过大会，能够传播肿瘤规范化诊疗和多学科（MDT）综合治疗的理念，促进科研成果向临床应用深度转化，促进区域间肿瘤学科的交流合作，促



进全省肿瘤学医疗水平协调发展。国科大肿瘤医院台州院区党委书记朱滔说。

本次会议由2021年度系列继续教育班组成，包括台州市结直肠癌恶性肿瘤早诊早治及临床进展继教班、台州市恶性肿瘤的营养规范化治疗继教班、台州市卵巢癌规范化多学科联合诊治（MDT）及全程管理在基层医院推广继教班、台州市肺癌一体化诊疗创新与发展继教班、台州市医共体模式下静脉输液质量控制与管理培训班和台州市叙事医学在基层医疗机构的实践继教班等项目。

市一院智慧订餐小程序上线

陪护人员 足不出房 就可享用可口饭菜

本报讯（记者朱丹君 通讯员王凌云）近日，记者从市一院了解到，医院食堂开通线上点餐服务，病房陪护人员足不出房，通过手机扫码进行在线订餐、结算支付，就可以享受营养、健康的饭菜。据悉，这是该院把我为群众办实事实践活动作为党史学习教育的重要内容，真心实意为患者和家属办好事办实事的系列措施之一。很方便！只要提前在病床前用手机扫一扫，到了吃饭时间，食堂的营养餐就送过来了，饭菜味道不错，价格也很实惠。10月22日，心血管内科的患者家属李先生拿出手机，熟练地对着二维码进行

扫码点餐。记者了解到，医院的营养餐分早中晚三餐，都分为A、B套餐，定价分别为早餐5元、中晚餐15元，其中，中晚餐保证二荤二素。

据医院膳食科负责人卢卫兵介绍，目前医院刚开始试行智慧订餐服务，每顿的订餐量在30多份，主要是针对陪护人员的订餐。

记者从信息管理处了解到，这套订餐系统与医院的信息系统连接，下一步将通过获取患者饮食医嘱及患者疾病信息，实现专业配餐并智能预警宜食忌食。与此同时，在患者饮食医嘱变更后，系统也会自动识别并执行换餐服务，为患者提供与疾

病营养要求匹配的膳食服务。

目前，医院所有普通病房的每一张病床床头都粘贴了点餐二维码。二维码匹配患者所在的病房、科室和床号信息，陪护人员直接下单不需要输入地址，按流程操作，只需半分钟就能完成操作。同时，医院严格执行食品安全管理，确保餐饮安全。

自党史学习教育开展以来，市一院深入开展三为专题实践活动，不断增强人民群众的就医获得感。为进一步了解患者诉求，该院微信公众号还开设了不满意问题征集平台，收集患者就医小事，为群众提供发声渠道。

台州市中西医结合医院：

创建 无废医院，共建绿色发展

本报讯（通讯员夏雨虹 王高羽）无废医院创建是全域无废城市建设的重要组成部分。台州市中西医结合医院结合实际，提出共建共享无废医院、让绿色成为医院高质量发展底色的创建目标，扎实推进无废医院创建工作，提升了医院环境品质，改善了医疗服务质量。

对创建工作中6大类40多方面的指标，医院逐条梳理，有针对性、有侧重点地制订措施，形成账单式任务分解表。同时，医院注重加强人员培训，强化志愿岗、监督岗工作职责，把好源头关。截至10月20日，全院已设立生活垃圾桶500多个，实行可回收物、有害垃圾、易腐垃圾和其他垃圾的全面分类投

放，规范垃圾分类处理。

医院还建立了医废信息化监管平台，落实医疗废物产生、收集、转运全过程监管，闭环管理，实现医疗废物生命周期的有效实时追溯。引导就餐人员按需点餐、合理打餐，营造节约、文明的用餐环境，积极采取资源化利用和减量化手段措施，切实减少餐厨垃圾产生量。

公共厕所是公共卫生的重要节点之一。医院根据实际情况，积极开展公厕清洁工作，积极落实环境整治、控烟等工作，确保公厕整洁、无明显异味。

近期，医院投入资金20余万元，对污水处理系统进行全面改造升级；增设了30万元的污水净化处理设备一套，将污水回

收处理利用于景观绿化、洗车拖地等，使雨水、污水得到合理利用。另外，该院还陆续进行了照明灯具改造工作，将走廊、食堂、大厅、地下车库、会议室等公共区域灯具全部换成LED灯，使用率达100%。在照明控制管理方面，合理采用分时分区控制，楼梯间照明等采用感应开关。院内还安装了9个新能源汽车充电桩，鼓励职工上下班绿色低碳出行。

近一年来，台州市中西医结合医院先后成功创建了温岭市文明单位、台州市无烟医院、国家级节约型公共机构示范单位。下一阶段，该院将通过开展无废医院的创建，深化内涵、形成长效，展现绿色生态的无废医院美好形象。

大咖来会诊

11月 这些 大咖 要来

本报讯（记者朱丹君）想获得省城医生的治疗意见甚至亲自操刀手术，却无奈挂不上号，怎么办？别急，每月都会有一大拨医学大咖来温岭。有需要的市民，可提前一个星期预约。

市一院

11月10日下午，邵逸夫医院肾内科主任、血管通路中心主任，李华主任医师，将到特需门诊坐诊。

11月12日，邵逸夫医院普外科副主任，胃癌中心副主任，朱玲华主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

11月12日，浙二医院心血管内科蒋峻主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

11月20日，邵逸夫医院妇产科副主任，杨建华主任医师，将到妇科门诊坐诊、查房、手术。

11月20日，上海交通大学附属第一人民医院神经内科副主任，桂雅星主任医师，将到特需门诊坐诊、讲课、查房。

11月21日，邵逸夫医院耳鼻咽喉头颈外科主任，胡孙宏主任医师，将到耳鼻咽喉科门诊坐诊、手术。

11月28日，浙一医院消化内科副主任，陈春晓主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

台州市中西医结合医院

11月4日，浙江省名中医、浙江省中医院主任中医师黄琦、宣丽华，将来院坐诊。

11月14日、11月28日，浙江省中医院中医科阮善明副主任中医师，将来院坐诊。

11月7日，上海市第一人民医院儿童生长发育专家邓玫主任医师，将来院坐诊。

11月13日，浙江省中医院胃肠外科陈贵平主任医师、呼吸内科江立斌副主任医师、神经内科代建峰副主任医师、妇产科张丽副主任中医师、消化内科孟立娜主任医师、康复科毛雅君副主任医师、宋彩平主管技师，将来院坐诊、手术。

中国科学院大学附属肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）台州院区（台州市肿瘤医院）

作为国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）台州院区，浙江省肿瘤医院医疗团队将长期在该院开展查房、手术。每月两次还会下派科级别主任来该院开展门诊与手术。

周二上午，妇瘤科朱滔主任医师在门诊坐诊。

周二全天，胸部肿瘤外科汪亮副主任医师在门诊坐诊。

周四全天，结直肠癌肿瘤外科付志璇副主任医师在门诊坐诊。

周三全天，头颈肿瘤外科丁金旺副主任医师在门诊坐诊。

周三全天，乳腺肿瘤外科封伟亮副主任医师在门诊坐诊。

周二全天，肿瘤内科谢发君副主任医师在门诊坐诊。

周二全天、周三全天，肿瘤放疗科卢珂副主任医师在门诊坐诊。

周三上午、周四上午，肿瘤介入科陈玉堂主任医师在门诊坐诊。

11月5日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）肝胆胰胃科张宇华主任医师来院坐诊、手术。

11月5日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）中西医结合科姚庆华主任医师来院坐诊。

11月9日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）中医科包文龙副主任医师来院坐诊、手术。

11月11日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）头颈外科赵坚强主任医师来院开展会诊、手术。

11月12日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）放疗科陈建祥主任医师来院坐诊。

11月12日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）乳腺外科杨红健主任医师来院坐诊、手术。

11月18日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）腹部外科杨立涛主任医师来院坐诊、手术。

11月19日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）乳腺外科邹德宏主任医师来院坐诊、手术。

11月23日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）中医科包文龙副主任医师来院坐诊、手术。

11月24日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）头颈外科赏金标主任医师来院坐诊、手术。

同时，医院神经外科与北京天坛医院、上海华山医院、浙二医院、邵逸夫医院、台州医院建立良好合作，将不定期来院开展会诊、手术。恩泽医疗集团骨科洪正华名医工作室团队每周六上午来院坐诊、手术。

科普之窗

前沿科技 / 科学常识 / 科技人物 / 科学大事件

主办单位：市科协

秋季健康饮食攻略，帮你健康过秋天

俗话说，秋天是丰收的季节，秋季的食物也是多种多样的。针对秋季的特点和人们的身体需求，我们推出了这份秋季健康饮食攻略。

秋季宜多补充维生素A

秋天天气干燥，维生素A可以维持上皮细胞的生长与分化，对维持皮肤、消化道、呼吸道等上皮组织的形态和功能具有重要作用。缺乏维生素A可导致眼干燥症，还会引起机体不同组织上皮干燥、增生及角化。

夏天人们常食用瓜、豆类蔬果，这类蔬果中的维生素A含量较低。而秋季盛产一些富含维生素A的蔬果，比如胡萝卜、西红柿、菠

菜、南瓜等橙黄色蔬果和绿叶菜，多吃蔬菜水果还可以补充维生素C、膳食纤维等营养素，有益于身体。除了蔬果，各种动物肝脏、鱼肝油、奶油、奶酪、蛋黄等也是维生素A的良好来源。

饮食宜清淡

平时的饮食中，人们要注意少油少盐，高盐饮食是引起高血压的一个重要因素，高盐饮食也会影响胃的健康，营养学上建议每天摄入的食盐量不要超过6克。过多的油脂对健康也是不利的，脂肪摄入过多可导致肥胖、心血管疾病、高血压，某些癌症发病率也会升高，所以，限制和降低脂肪的摄入十分重要。

摄入优质蛋白质

秋季是夏季和冬季的过渡季节，天气逐渐变冷，人体需要足够的营养来提高自身的抵抗力。蛋白质是人体最重要的营养素之一，而优质蛋白质易于消化，并可以提供足够数量的氨基酸。优质蛋白质，简单来说包括鱼禽蛋奶，例如去皮禽瘦肉、新鲜的鱼肉、鸡蛋和牛奶等。

多吃 粗粮

现如今，我们日常生活中的主食大多是精米精面，这些精米精面往往有着很好的口感，但是经过精加工处理的大米，米皮和米胚都被

磨掉，流失了很大一部分维生素B、谷维素、植物甾醇、维生素E等营养元素。长期吃精米精面，容易使身体缺乏这些重要的谷物营养素。根据中国疾病预防控制中心发布的《中国居民膳食营养素参考摄入量》报告显示，我国成年居民中有77.8%缺乏维生素B1，更有高达90.2%的人维生素B2摄入不足，长期食用精米精面是主要原因。所以，在日常生活中，我们可以多吃一些粗粮，比如黑米、薏米、芡实、荞麦等，补充身体所需的B族维生素。

除了上述提到的建议之外，到了秋季还需要少吃生冷的食品。秋季肠胃比较敏感，生冷的食物可能会刺激肠胃，引起肠胃不适。另外，秋季大家也要注意及时添衣，饮食均衡，保持心情愉快，才能健康快乐地度过美好的秋季。