



科学爱耳护耳 实现主动健康

市一院开展生命全周期关爱耳朵健康行动

健康浙江建设（行动）宣传专栏

健康中国行动 2023年工作要点

2023年健康中国行动的总要求是：以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的二十大精神，认真落实党中央、国务院决策部署，落实《国务院关于实施健康中国行动的意见》要求，持续推动实施各项行动，确保各项任务目标如期实现，全方位、全周期保障人民健康。

健全完善工作机制。一、召开健康中国行动推进委员会办公室会议，定期召开工作调度会议（健康中国行动推进办负责）。

二、组织开展健康中国行动2022年监测评估和考核工作（健康中国行动推进办负责）。

三、组织开展健康中国行动2022年专项行动工作组年度工作评价（健康中国行动推进办负责）。

四、建设完善健康科普专家库和知识库，贯彻落实《全媒体健康科普信息发布和传播机制的指导意见》，深入推动健康科普规范化（国家卫生健康委牵头负责）。

制订印发政策文件。一、发布《成人高脂血症食养指南》《成人高血压食养指南》《儿童青少年生长迟缓食养指南》《成人糖尿病食养指南》（国家卫生健康委牵头负责）。

二、推动出台《国家步道体系建设总体方案》《关于推进体育助力乡村振兴工作的指导意见》（体育总局牵头负责）。

三、加快食品安全标准制修订工作，完善强制性产品认证、绿色产品认证和食品农产品认证制度，持续推进营养健康标准体系建设（农业农村部、国家卫生健康委、市场监管总局按职责分工负责）。

四、印发《全面加强和改进新时代学生心理健康专项行动计划（2023-2025年）》《疫情形势下学生突出心理问题防治工作实施方案》（教育部牵头负责）。

五、推动出台空气质量持续改善行动计划，印发国家环境健康管理试点工作方案，研究起草系列环境健康风险评估基础标准（生态环境部牵头负责）。制定《环境卫生工作规范》《消毒工作规范》（国家疾控局牵头负责）。

六、发布《中国食物与营养发展纲要》（农业农村部、国家卫生健康委按职责分工负责）。

七、印发《出生缺陷防治能力提升计划（2023-2025年）》《加速消除宫颈癌行动计划（2023-2030）》《生殖健康促进行动方案（2023-2025年）》《基层儿童保健门诊标准化建设规范》（国家卫生健康委牵头负责）。

八、印发《全国地方病防治巩固提升行动方案（2023-2025年）》《全国寄生虫病防治行动计划（2023-2025年）》《实现消除疟疾目标行动方案（2023-2030）》（国家疾控局牵头负责）。

九、编制《口岸公共卫生核心能力动态管理办法》（海关总署牵头负责）。

扎实推进重点工作。一、组织开展健康中国行动典型经验案例征集工作（健康中国行动推进办负责）。

二、坚持关口前移，深入推进实施全民健康生活方式行动，积极开展“三减三健”行动（国家卫生健康委、体育总局、全国总工会、共青团中央、全国妇联按职责分工负责）。

三、继续开展疫情防控和疫苗接种等健康科普，普及文明健康生活方式，增强群众自我防范意识和防护能力（国家卫生健康委、国家中医药局、国家疾控局按职责分工负责）。

四、持续推进健康中国行动宣讲员队伍建设（健康中国行动推进办负责）。

五、以2023年全国科普日活动、全国科技活动周为载体，结合卫生健康节日纪念日，持续推进健康科普行动。开展新时代健康科普作品征集大赛，开展全国大学生暑期三下乡健康专项等活动（科技部、国家卫生健康委、国家中医药局、国家疾控局、共青团中央、中国科协按职责分工负责）。

六、部署加强学校食品安全和营养健康工作，完善校园食品安全管理体制（教育部、国家卫生健康委、市场监管总局按职责分工负责）。

七、举办第一届全国全民健身大会，实施新时代全民健身场地设施提升工程（体育总局牵头负责）。

八、组织做好2023年青少年烟草流行监测和控烟干预工作（国家卫生健康委牵头负责）。

九、巩固无烟党政机关、无烟医疗卫生机构、无烟学校建设成果，倡导无烟家庭建设，举办无烟赛事（教育部、国家卫生健康委、体育总局、全国妇联按职责分工负责）。

十、严厉打击通过互联网销售烟草制品（含电子烟和类烟产品）和向未成年人销售烟草制品的违法行为，保护未成年人免受烟侵害（教育部、市场监管总局、广电总局、国家烟草局按职责分工负责）。

（文章来源：国家卫生健康委）



爱耳知识进校园。

礼物的方式激起大家的兴趣，鼓励他们思考。随后，他便开始介绍儿童分泌性中耳炎的相关知识。

儿童的生长发育会受听力影响，所以我们采取了科普课堂的方式，让儿童和家长们都重视起来，避免进一步造成危害。张祥文说。在日常的门诊工作中，他经常遇到家长反映，孩子注意力不集中、反应迟钝，看电视声音比平常开得更大，这时家长需要警惕，留意孩子是否被分泌性中耳炎困扰。

对于成人来说，影响成人听力常见的疾病是外耳道、中耳的炎症以及突发性耳聋。平时应该尽量避免耳朵进水，不要用棉签等挖耳，减少外耳、中耳炎症的发生。一旦出现耳痛、耳痒、耳流脓等症状，应及时积极治疗。市民在日常生活中还要警惕突发性耳聋的发生，如果有突发的听力下降、耳闷、耳鸣、耳周麻木感，应积极到医院诊治，因为突发性耳聋的黄金治疗时间为72小时。汪文斌表示。

关爱老年人， 预防老年性耳聋发生

对于老年人的听力关爱，近日，医院社工部特组织医护团队，赴石塘镇海港村文化礼堂开展医疗帮扶义诊活动，把健康送到群众家门口。

义诊内容丰富、涵盖面广，受到了海港村村民的热烈欢迎。活动现场，来自医院耳鼻喉科、心血管内科、神经内科、胸外科、眼科等科室的十余位医护专家，针对老年人常见的听力、心脑血管多发疾病、肺小结节疾病等提供问诊咨询，开展多项检查治疗。此外，义诊团队还为岛民



医护人员到海岛开展义诊。

免费送药，共服务近150人次。

此次义诊将老年性耳聋诊治与其他疾病相结合，引导老年患者学习听力健康知识，定期进行检查，主动就医接受医学诊断，不仅让村民树立科学的防病治病观念，也让大家明白养成良好的健康管理习惯的重要性。

防聋治聋，精准服务

引起耳聋的原因很多，约60%的耳聋与遗传因素有关。在耳聋方面，市一院开展了相应的科研工作：自2008年开始就与浙大遗传学研究所管敏鑫教授合作，2020年建立管敏鑫知名专家工作站，致力于耳聋的基础研究和临床转化；截至目前，共申请到省级课题、台州市级及温岭市级课题各一项，发表SCI期刊3篇，一级杂志1篇。

医者仁心，助力老人渡过难关



本报讯（通讯员蒋小云 梁美丽文/图）医务人员的幸福感来自哪里？或许就来自患者真诚的感谢中。日前，台州市中西医结合医院关节外科的医护人员收到了一面锦旗，满满都是患者诚挚的谢意。

家住泽国镇的李阿婆最近不小心摔倒，右腿疼痛不已，右臀部肿胀，连站立和行走都十分困难。面对这一突如其来的遭遇，李阿婆难过极了，心想自己会在床上度过很长一段时间，她的家人也焦急万分，将李阿婆就近送往台州市中西医结合医院接受

治疗。到达医院后，拍片结果显示右股骨颈骨折，关节外科主治医师颜灵松建议立即安排住院手术治疗，由关节外科主任陈榆和团队为李阿婆开展手术。

术后，李阿婆恢复良好，第三天就在颜灵松的耐心指导下借助助行器下床走路，并在术后十几天就出院。李阿婆和家人欣喜万分，由衷感谢在院期间医护人员传递的温暖和悉心照顾。

一次再平凡不过的诊疗和再小不过的举动，却实实在在温暖了一位耄

耋老人的心。我们只是做了应该做的事，也会一如既往地践行医护人员的温暖治疗和守护。关节外科的护士说。

关于股骨头置换术，陈榆表示要视患者的具体情况决定：假体在人体内的使用寿命为10~15年，如果年龄相对较小则不建议进行。例如一名患者在45岁进行了置换，则当患者60岁时还需再次置换，所以不建议过早开展。对于年龄小于65岁的患者，可以优先考虑做内固定手术。

图为颜灵松指导李阿婆使用助行器。

这一刻，等了两年多 辗转多家医院未果，这回可算治好了

本报讯（记者辛雨吟 通讯员周悦纳）感谢林主任和陈医生！这两年我去过无数医院，折腾了这么多趟都没变化，这次彻底治好了我的病，再也不用担心眼睛眨得睁不开了！日前，58岁的蔡女士即将出院，在市一院病房，她一边整理自己过去看病的检查单一边感慨地说。厚厚一叠检查单，却只是她求医以来的一小部分。

小到眼部检查，大到核磁共振，像这样的检查单子，家里还有很多。蔡女士说。原来，她从2020年开始出现频繁眨眼的情况，为了找到

病因，她前前后后在眼科、神经内科、中医科等科室就诊，被告知可能是颈部脊柱神经受到压迫导致。该做的检查和吃过的药多到数不清，甚至还在眼部注射过肉毒素，但症状并没有得到任何缓解。

今年年初，蔡女士偶然得知自己患的可能是面部神经相关疾病，在疼痛科可以就医。从来没想到眨眼还和疼痛科有关系，所以也就忽略了，幸亏这次找对了原因。2月，蔡女士来到市一院疼痛科找到林宪法医生，通过症状描述和各类检查分析，林宪法诊断其为梅杰氏综合征，需要手术根治。

治。

梅杰氏综合征属于局限性肌张力障碍疾病中的一种，患者主要表现为眼睑痉挛以及口、下颌部肌张力障碍，初期表现为眼干、畏光、眨眼频繁，会逐步发展为不自主的眼睑闭合，同时伴有不自主的咧嘴、张口、呲牙、伸舌，严重者会因上述动作频繁而出现下颌脱臼、牙齿磨损，影响发声和吞咽。

你的情况其实没有这么复杂，我们可以通过手术解决，治疗原理就是将导致眨眼的神经找到，阻止它对眼睛的牵扯，就不会带来频繁眨眼的

困扰了。林宪法解释了治疗原理。

手术当天，在治疗团队的默契配合下，蔡女士的眨眼频率开始降低，逐渐趋于正常，生活也回归了正常，这一刻，她和家人等了两年多。而这例手术在台州市内也属首例，为日后相关病症治疗提供了思路。

许多患者都难以想象眨眼会和面部神经有关系，可能都以为问题只出在眼睛上，或者是由于其他颈部疾病导致，所以很容易误诊。如果能及时找到病因，就能快速解决，对症治疗，恢复也是比较快的。林宪法说。