



第九届“尖峰汇”在温岭启幕

打造运动医学全周期教育平台



陈世益教授授人工韧带方面的新技术。

研究所共建“运动医学康复合作基地”。

“我们请来的都是全国最顶尖的医生，在温岭做手术演示，让年轻医生亲眼看到中国已有世界级水平的专家。”陈世益教授特别提到人工韧带技术的推广，“过去这项技术主要用于运动员，如今惠及普通百姓。我们已连续3年在‘尖峰汇’展示该技术，许多自体肌腱重建失败的患者，因此重获运动能力。”

浙大二院骨科主任、中华医学会骨科分会副主任委员叶招明

教授，高度评价浙江运动医学的发展。他回顾，关节镜从早期的检查工具，跃升为微创手术核心手段。“在台州有多个运动医学科的团队，不仅深耕临床，还建立数据库，在国际期刊发出‘浙江声音’。”他表示，运动医学已成为浙江最活跃、发展最快的学科之一。

据悉，本届会议涵盖双膝单髁置换、巨大肩袖修补、臀肌挛缩松解等十余台手术直播，并同步开展肩袖保守治疗、康复理论与实操培训。尤为引人注目的

是，会场首次设置康复指导区，专家边讲解边示范，观众可近距离学习科学训练方法。

九年磨一剑，锋芒已显；十年铸辉煌，未来可期。“尖峰汇”正从一项区域性学术活动，成长为集技术展示、人才培养、惠民服务于一体的国家级平台。正如章鸣所言：“它不仅是学术交流窗口，更是造福百姓的引擎。”站在第九年的起点，温岭将以“十年之约”为新契机，持续擦亮这张运动医学“金名片”，为全民健康注入强劲动能。

民生实事“围绝经期妇女盆底筛查”项目启动

计划为3000名中老年女性提供免费初筛



筛查现场。

咳嗽或长期负重等因素，这张“吊床”极易松弛，引发压力性尿失禁、阴道异物脱垂感、排便困难等问题，严重影响生活质量，甚至导致盆腔器官脱垂等远期并发症。

“围绝经期是盆底功能衰退的高危阶段，但也是盆底疾病干

预的黄金窗口期。”徐蔚表示，此次筛查面向常住温岭、年龄在50至60岁之间的女性，尤其鼓励长期遭受腹压增加（慢性咳嗽、便秘、肥胖）、多次生育、绝经后等高危人群积极参与。

筛查流程分为初筛与复筛两阶段。初筛正常者纳入年度

健康随访；若初筛异常，则进入复筛环节，结合盆底肌评估报告与专科检查进行精准诊断，医生为其提供专属居家或在院康复干预方案。

此次筛查预约方式十分便捷，广大市民只需扫码填写信息，即可完成预约。筛查时间为即日起至今年11月，每周一至周六开放，建议尽早预约，错峰参检。筛查当天，请参与者携带身份证或市民卡，避开月经期，穿着宽松衣物。如有疑问，市民可拨打医院咨询电话：0576-86087139。



公益筛查预约二维码

“春困”还是疲劳预警？别把“累”不当回事 医生教你一分钟自测身体“电量”

猜测可能与长期熬夜和工作压力有关。

该院全科医学科副主任陈浩介绍，入春以来，以“疲劳、乏力”为主诉就诊的患者明显增多，较冬季增长显著，其中35岁以下的年轻人占比近三成。

“真正的‘春困’，通常只是短暂的困倦感，没有其他身体不适，通过适当活动或午休几十分钟就能明显缓解，不影响正常生活和工作。”陈浩解释道，“但如果大家休息后仍持续感到疲惫，且症状超过两周，并伴随头晕、胸闷、心慌、肌肉酸痛、情绪低

落等表现，那就不是简单的‘春困’，而是身体发出的疲劳预警。”

若长期忽视此类信号，可能发展为慢性疲劳综合征，甚至诱发内分泌、免疫或心血管系统等更深层次的健康问题。

那么，如何判断自己的疲劳是否在正常范围内？陈浩给出了几项简便易行的自测方法：青年人可每日清晨自然醒后、起床前测量静息心率。若连续3天心率比平时基础值高出10次/分钟以上，提示可能存在疲劳积累；中年人可进行“2分钟步行测试”，以正常步行行走2分钟，观察心率是否

能在5分钟内恢复至接近静息水平，恢复缓慢则可能反映体能下降；老年人可在安全防护下尝试“单脚站立测试”，双手叉腰、不扶支撑物，若站立时间少于5秒，可能提示肌力不足、体能储备下降。

针对春季易疲劳的人群，医生建议要从保持规律作息、注意营养均衡、坚持适度运动、学会减轻压力等方面进行调节。若出现持续两周以上的疲劳，并伴有呼吸困难、胸闷、心悸、明显情绪低落等症状，切勿自行归因为“春困”，应及时就医，排查潜在疾病，做到早发现、早干预。

大溪开展“世界防治结核病日”宣传活动 线上线下载发力，推进“无结核社区”建设

升群众结核病防治意识。

活动当天，医院在疫苗接种留观区设立宣传主阵地，悬挂横幅、摆放展板。公卫科工作人员发放宣传资料230余份，并现场讲解结核病的传播途径、典型症状及规范治疗要点。

针对农村地区健康知识薄弱

环节，医院组建健康宣教小分队，深入新建、南嵩岩等3个村（社区）文化礼堂，开设结核病防治健康课堂。讲座采用方言讲解、真实病例剖析等方式，重点强调“咳嗽咳痰超两周需警惕”“规范全程用药是关键”等核心信息，并设置有奖问答增强

互动性，吸引众多村民参与。

此外，医院门诊大厅持续播放结核病防治动画视频，以通俗易懂、生动形象的方式扩大宣传覆盖面。此次系列活动内容精准、形式多元，有效增强了居民自我防护意识和能力，为推进“无结核社区”建设注入新动力。

大咖来会诊



近期，这些医学专家要来

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

4月4日，邵逸夫医院妇产科副主任，杨建华主任医师，到妇科门诊坐诊、查房、手术。

4月5日，上海交通大学附属胸科医院放射科成群慧主任医师，到特需门诊坐诊。

4月11日，上海交通大学附属胸科医院胸外科杨运海主任医师，到特需门诊坐诊、查房、手术。

4月11日，复旦大学附属华山医院甲乳外科主任助理，储呈玉副主任医师，到特需门诊坐诊、查房、手术。

4月11日，复旦大学附属华山医院超声科富丽娜主治医师，来院做甲状腺及乳腺的超声诊断及介入诊疗。

4月12日，邵逸夫医院疝和腹壁外科中心副主任，黄迪宇主任医师，到特需门诊坐诊、查房、手术。

4月12日，附属邵逸夫医院副院长，泌尿外科丁国庆主任医师，到特需门诊坐诊、查房、手术。

4月18日，浙一医院骨科副主任、脊柱外科副组长，金永明主任医师，到特需门诊坐诊、查房、手术。

4月18日，上海市肺科医院胸外科行政副主任，王海峰主任医师，到特需门诊坐诊、查房、手术。

4月19日，复旦大学附属儿科医院内分泌遗传代谢科赵慧慧副主任医师，到儿科门诊坐诊、讲课。

4月19日，邵逸夫医院耳鼻咽喉头颈外科副主任，肖芒主任医师，到耳鼻咽喉科门诊坐诊、查房、手术。

4月19日，邵逸夫医院心内科房颤中心秘书，蒋汝红主任医师，来院手术、查房、讲座。

●浙江省肿瘤医院台州院区（台州市肿瘤医院）

浙江省肿瘤医院医疗团队长期在台州院区查房、手术，每月两次下派科别主任来院坐诊与手术。

周一下午、周二上午，江明祥副主任医师在放射科门诊坐诊。

周一全天、周三全天，周晓燕主治医师在病理科门诊坐诊。

周二全天，罗聪主任医师在肿瘤内科门诊坐诊。

周三上午，徐裕金主任医师在胸部放疗科门诊坐诊。

周三上午、周四上午，欧笛主治医师在甲状腺、乳腺、肝胆胰微创介入门诊，以及超声科门诊坐诊。

周三下午，杨迅主任医师在胸部肿瘤外科坐诊。

周四全天，竺美珍副主任医师在乳腺肿瘤外科门诊坐诊。

周五全天，赵佳正副主任医师在头颈肿瘤外科门诊坐诊。

周三全天，陈曦副主任医师在妇科肿瘤门诊坐诊。

周三全天，蔡鹤副主任医师在中西医结合门诊坐诊。

4月11日，省肿瘤医院肿瘤放疗科陈建祥主任医师来院坐诊、手术。

4月11日，省肿瘤医院普外科张则伟主任医师来院坐诊、手术。

4月12日，省肿瘤医院乳腺外科陈道宝主任医师来院坐诊、手术。

4月17日、4月24日，省肿瘤医院头颈外科韩春主任医师来院坐诊、手术。

4月17日，省肿瘤医院乳腺外科俞洋主任医师来院坐诊、手术。

4月18日，省肿瘤医院胃肠外科余盼攀副主任医师来院坐诊、手术。

4月18日，省肿瘤医院泌尿外科李方印刷副主任医师来院坐诊、手术。

●台州市中西医结合医院

4月4日上午，浙江省中医院胃肠外科陈贵平主任医师、呼吸内科江斌主任医师来院坐诊、查房。

4月10日、4月17日，浙江省中医院消化内科副主任黄宣主任医师来院坐诊、做胃肠镜。

4月10日、4月24日下午，浙江省中医院中医肿瘤科院善明主任中医师来院坐诊。

4月11日下午，浙江省中医院宣丽华名中医工作室负责人针灸科金禹彤博士来院坐诊；儿科王艳副主任医师来院坐诊。

4月19日上午，浙江省中医院黄琦名中医工作室基层工作站内分泌科苏建明副主任医师来院坐诊。

●市妇幼保健院

4月4日上午，浙江省中医院妇科郑美云主任医师来院坐诊、手术。

4月4日下午，浙江省妇幼保健院妇科陈正云主任医师来院坐诊、手术。

4月4日，浙江省人民医院蔡玉群名中医工作室李梦迪主治医师来院坐诊。

4月5日上午，浙大儿院王颖颖小儿内科名中医工作站李淑娟副主任医师来院坐诊。

4月5日、4月19日下午，台州医院甲乳外科曹飞麟主任医师来院坐诊、手术。

4月11日上午，浙大儿院舒强小儿外科名中医工作站陶畅主任医师来院坐诊、手术。

4月11日、4月25日上午，杭州市妇保院甲乳外科瞿海江主任医师来院坐诊、手术。

4月12日上午，浙大儿院儿童内泌科陈雪峰副主任医师来院坐诊。

4月19日上午，浙大儿院舒强小儿外科名中医工作站蔡多特副主任医师来院坐诊、手术；

温馨提示：专家是否确定来院以医院实际坐诊排班为准。

记者 朱丹君 整理