

我市举办第二期中医名家讲堂

本报讯（记者 王冰之 通讯员 时会丹）为推进全市中医药学术传承、人才培养与文化传播深度融合，有效传承名老中医药专家学术思想与临床经验，5月22日，由市卫生健康委主办、市中医院承办的第二期“岐黄传道·师古承今”中医名家讲堂在市中医院举办。市卫生健康委相关负责人出席本次活动。

本次活动采用“线下授课+线上直播”的形式同步开展，覆盖全市各级医疗机构，线上线下累计参与人数1000

多人，取得了良好的学术效果和社会效应。为推进青年中医人才培养，第三批39名中医药青苗人才参加线下学习，扎实汲取名师学术精髓。

本期讲堂特邀河南省名中医、全国老中医药专家学术经验继承指导老师张连贵授课。张连贵从医60多年，深耕中医临床与学术传承一线，医德高尚、经验深厚，先后荣获河南省“光荣执业50年医师”、驻马店市“最美银发医师”等称号。

授课中，张连贵以“鼻胃同治的理

论思想探讨”为主题，立足中医经典理论，结合大量临床典型病例，深入浅出地阐释鼻胃同源的核心机理、辨证思路及诊疗方法，分享独到的临床治疗经验与用药心得，为全市中医药从业者拓宽了临床诊疗思路。

活动同步设置继承人学习成果分享环节。3位青年中医药骨干结合跟师所学、临床实践依次交流心得。市中医院刘中友详细解读导师附子临证应用技巧，遂平县沈赛镇中心卫生院唐宏伟分享加味阳和汤临床活用经验，市中医

院余二伟分享张连贵主任痞证诊治经验。3位学员交流内容务实、案例鲜活，充分彰显了我市中医药青苗人才培养的丰硕成果。

市卫生健康委相关负责人表示，本次活动进一步搭建了名师传道、学术互通、青年成长的优质平台，传承了名老中医药专家宝贵的学术经验。市卫生健康委将常态化开展中医名家讲堂系列品牌活动，坚守中医药传承创新初心，持续培育优质中医药人才。④3



市中医院

科普竞技展风采 医者传知护健康

本报讯（记者 郭诗玮 通讯员 陆若希）近日，由驻马店市科学技术局、驻马店市科学技术协会联合举办的2026年度驻马店市科普讲解大赛暨河南省科普讲解大赛选拔赛落幕。全市24组选手同台竞技，市中医院职工凭借扎实的科普功底与精彩的表现，荣获二等奖1项、三等奖1项。

比赛中，市中医院肿瘤科刘洁以《人生幸事，八九不离食》为题，用贴近生活的语言讲解科学饮食、健康养生知识，内容接地气、实用性强，最终荣获二等奖；介入科夏莉以《生命航道的隐形威胁——揭秘肺栓塞》为

题，深入浅出科普肺栓塞的危险因素、早期识别与科学防治，逻辑清晰、讲解生动，荣获三等奖。两位选手从容自信、表达流畅，赢得评委与观众一致认可。

市中医院相关负责人表示，一直以来，医院坚持医疗服务与科普宣传并重，积极践行健康科普责任，通过健康讲座、公益义诊、新媒体科普、赛事参赛等形式，把专业的中医药知识与现代医学健康理念送到群众身边，不断提升群众健康素养与自我保健能力。此次获奖是对市中医院科普工作的充分肯定。④3

联勤保障部队第990医院

科普作品脱颖而出获佳绩

本报讯（记者 张新理 通讯员 吴立）近日，2026妇产专科中原联盟研讨会暨“镜粤同盟”宫腔镜规范化培训会议科普作品比赛在郑州市举办。联勤保障部队第990医院妇产科团队凭借科普作品《高龄好孕，科学护航》，从16个优秀参赛作品中脱颖而出，荣获二等奖。

在本次获奖的科普作品《高龄好孕，科学护航》中，联勤保障部队第990医院妇产科团队以通俗易懂

懂、深入浅出的方式，梳理了从孕前全面体检、备孕提早调理，到产检切勿松懈、遵医嘱安心养胎的全流程管理要点，为每位高龄准妈妈打造一份翔实可靠、可落地执行的“好孕攻略”，用专业知识为家庭的生育梦想保驾护航。

联勤保障部队第990医院相关负责人表示，此次科普作品获奖，既是对妇产科团队科普工作的肯定与鼓励，更是鞭策与责任。④3

艾滋病防治宣传教育知识

感染艾滋病病毒后，由于机体免疫功能进行性的低下，CD4T淋巴细胞的数值进行性的减少，从而难以抵御任何外来病原体的侵入。常见的机会性感染有：

- 1.呼吸系统，主要是肺孢子菌性肺炎，表现为慢性咳嗽、发热、发绀、血氧分压下降等。
- 2.中枢神经系统，可以表现为新型隐球菌性脑膜炎、结核性脑膜炎、弓形虫脑病，各种病毒性脑膜脑炎。
- 3.消化系统，有白色念珠菌性食道炎、巨细胞病毒性食管炎、肠炎、沙门氏菌、痢疾杆菌及隐孢子菌性肠炎等。
- 4.口腔可以表现为鹅口疮、舌毛白斑、复发性口腔溃疡、牙龈炎。
- 5.皮肤可以表现为带状疱疹、传染性软疣、尖锐湿疣、真菌性皮炎和甲癣。
- 6.眼部表现为CMV视网膜炎和弓形虫性视网膜炎等。

HIV病毒在人体以外环境中的生存能力相当弱，如果暴露在空气中很快会死亡。因此，日常生活中一般不会感染艾滋病。

艾滋病主要的传播途径包括性接触传播、血液传播、母婴传播等。人感染艾滋病的主要原因是感染了HIV病毒，通常HIV病毒主要存

在于患者或无症状HIV携带者的体液中，包括血液、精液、阴道分泌物等。

- 1.性接触传播：性接触传播包括同性之间或异性之间的性接触。为了避免感染HIV病毒，建议在性生活时佩戴避孕套。
- 2.血液传播：血液传播主要包括输血、输入血液制品、接受器官移植、介入性操作等，如果共用针具注射毒品或者被HIV污染的针头刺伤皮肤也会导致感染。
- 3.母婴传播：如果孕妇目前感染了HIV，新生儿在出生的时候通过胎盘、产道、产后母乳喂养等方式都会感染HIV病毒。

特别提示：感染了艾滋病毒的怀孕妇女要在医生的指导下，采取孕期和产时服用抗病毒药物、住院分娩减少损伤性危险操作及产后避免母乳喂养等预防传播的措施，可大大减少将艾滋病病毒传染给胎儿或婴儿的机会。

艾滋病目前没有疫苗可以预防，掌握预防知识、拒绝危险行为，做好自身防护才是最有效的预防手段。

卖淫、嫖娼、吸毒等活动是艾滋病传播的重要危险行为。多性伴且没有保护的性行为可极大地增加感染、传播艾滋病和性病的危险。④3

艾滋病科普知识

驻马店市卫生健康委
驻马店日报社

联办

无偿献血公告

本周中心血站血液库存情况
A型——偏低
B型——偏低
O型——偏低
AB型——偏低
本周市中心血站血液库存：A型、B型、AB型和O型均偏低。
每一次挽袖，都会有人因此重获新生；每一滴热血，都能点亮他人的生命之光；让我们一起，用可再生的血液，挽救不可重来的生命。市

中心血站衷心感谢您对无偿献血事业的支持！欢迎拨打献血预约电话，流动采血车电话：2836636。成分献血电话：2836612。志愿者报名电话：2839993。微信：ZMDSZXZXZ。



我市两家医院获批国家级“头痛门诊”单位

本报讯（记者 王捷 通讯员 邢小宝）近日，市中心医院、市第一人民医院在国家重点研发计划“常见病多发病防治研究”专项授牌仪式上，被正式授予“头痛门诊”单位。这标志着两家医院在头痛疾病的诊疗领域，迈入国家级规范化、标准化的新阶段。

头痛是神经内科常见的疾病之一。长期以来，不少患者面临着“查不出原因、反复发作”的困扰，不规范的治

疗不仅无法缓解痛苦，甚至可能延误病情。为切实解决群众头痛就医问题，2025年3月，市中心医院神经内科正式开设头痛门诊，专注为偏头痛、紧张型头痛、丛集性头痛、继发性头痛等患者，提供精准病因诊断、个体化治疗服务。门诊不仅依托专业医技力量实现精准诊疗，还为患者发放头痛管理手册和头痛日记模板，一对一指导患者自我监测、记录发作诱因、规范用药，构建“院

内诊疗—院外管控—定期随访”的全流程服务模式。

市第一人民医院依托神经内科一病区组建专业头痛诊疗团队，专注各类头、面部疼痛疾病规范化诊疗，鉴别各类慢性头痛、神经源性疼痛，针对偏头痛、丛集性头痛、药物过度依赖性头痛、三叉神经痛等，开展病因筛查、个体化规范治疗，进行长期慢病管理、科学用药指导等，从根源解决反复头痛难

题。

此次两家医院获批国家级“头痛门诊”单位，意味着市中心医院、市第一人民医院的头痛诊疗体系、技术水平和管理模式均通过了国家级考核，是行业对医院头痛专科建设的高度认可。据了解，两家医院将以此为契机，持续提升头痛疾病规范化诊疗水平，完善区域头痛防治体系，用更专业、更优质的医疗服务，守护群众的颅脑健康。④3

夏季食源性疾病预防指南（一）

夏天来了，啤酒、烧烤、小龙虾、凉拌菜、冰西瓜……美食当前，一不小心可能会上吐下泻。这背后，往往是食源性疾病在作祟。今天，我们就来揭开它的真面目，教大家几个实用的“防病入口”术。

什么是食源性疾病？简单说，就是通过吃、喝进入人体的有毒有害物质所引起的疾病，老百姓通常称为食物中毒。但食源性疾病的范围更广，除了细菌、病毒、寄生虫、化学物质，甚至有有毒植物都可能成为“元凶”。

常见的致病因子包括：细菌：沙门氏菌（常见于未煮熟的禽肉、蛋类）、副溶血性弧菌（海鲜、腌制食品）、金黄色葡萄球菌（剩饭、乳制品、熟食）、致泻性大肠杆菌等。

病毒：诺如病毒（极易在集体单位爆发，常污染贝类、沙拉、凉菜）。

有毒动植物：毒蘑菇（最常见的是“大青褶伞”，形态与可食用菌相似，菜

地、农田、房前屋后均有分布）、未煮熟四季豆、鲜黄花菜、河豚等。

化学物：农药残留、亚硝酸盐（误当食盐使用）等。

出现以下症状要警惕。

食源性疾病常见症状以消化系统为主，通常在进食后数小时到数天内出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻（水样便甚至带血）。部分患者伴有发热、头痛、乏力等症状，严重时可导致脱水、休克，甚至危及生命。老人、儿童、孕妇和免疫力低下者是高危人群，一旦感染更容易发展为重症，需要格外留意。

防病“五要”，轻松守住入口关。预防食源性疾病预防，世界卫生组织推荐的食物安全五要点就是最管用的“护身符”：

- 1.保持清洁。处理食物前、饭前便后要用肥皂和流动水洗手。餐具、厨具、厨房台面等要经常清洗消毒，抹

布勤更换、勤曝晒。避免猫、狗、虫、鼠进入厨房接触食物。

2.生熟分开。生肉、禽类、海产品与其他食物分开存放、分开处理。配备专用的刀具和砧板切生食，避免交叉污染。冰箱里生食放下层，熟食放上层，防止血水滴落。

3.烧熟煮透。食物中心温度达到70℃才能杀灭绝大多数致病菌。禽肉、蛋类务必全熟，海鲜不贪“鲜嫩”，四季豆煮透至无生绿色和豆腥味。剩菜再次加热要彻底热透，不反复加热。

4.在安全的温度下保存食物。熟

食在室温下存放不要超过2小时，夏天高温时应缩短。及时将易腐食物放入冰箱冷藏（5℃以下），但冰箱不是“保险箱”，饭菜仍要尽快吃完。冷冻食物不要在室温下解冻，可提前放入冷藏室或使用微波炉解冻。

5.使用安全的水和原材料。饮用达标的自来水或瓶装水，不用未经处理的生水。挑选新鲜、卫生的食材，不买“三无”产品。不采、不买、不吃野生蘑菇，不随意食用自制药酒等。④3

（驻马店市疾病预防控制中心营养与食品安全科 王森）

重点疾病和领域健康教育

驻马店市疾病预防控制中心
驻马店日报社

联办