



中医疗法助力科学减重

在健康意识不断提升的当下,科学减重已成为公众关注的焦点。近日,晋江市灵源街道社区卫生服务中心积极响应国家“体重管理年”号召,推出中医穴位埋线疗法,为饱受肥胖困扰的市民提供了一种安全、长效、个性化的减重方案。

穴位埋线轻松享“瘦”

灵源街道社区卫生服务中心是一家集基本医疗、预防保健、康复理疗于一体的社区卫生服务机构。为满足市民对科学减重的需求,该中心资深中医师结合传统中医理论与现代医疗技术,开展穴位埋线治疗。

穴位埋线疗法源于传统针灸疗法,是中医“长效针灸”的创新应用,通过将可吸收蛋白线植入特定穴位(如中脘、天枢、大横等),持续刺激经络,调节气血运行与脏腑功能,达到抑制食欲、加速脂肪代谢、改善体质的综合效果。与传统针灸相比,穴位埋线一次治疗可维持10—15天的长效刺激,减少频繁往返医院的困扰,尤其适合工作繁忙的现代人。随着国家“体重管理年”活动的深入推进,灵源街道社区卫生服务中心的穴位埋线疗法无疑为市民提供了一种新的减重选择。

市民点赞中医疗法

市民王女士是穴位埋线疗法的受益者。她长期受肥胖困扰,尝试过多种减肥方法均未见效。在得知灵源街道社区卫生服务中心推出穴位埋线疗法后,她决定一试。

“刚开始我还挺紧张的,但医生解释得很清楚,操作也很专业。”王女士回忆道,“埋线后,我感觉食欲明显降低了,而且没有像以前那样容易感到饥饿。最重要的是,体重真的在慢慢下降,这让我非常惊喜。”

据灵源街道社区卫生服务中心中医师林天钉介绍,穴位埋线疗法通过调节脾胃功能、抑制过度食欲、加速新陈代谢等多重机制,帮助市民实现健康减重。同时,该疗法还能平衡内分泌,改善肥胖并发症,如胰岛抵抗、多囊卵巢综合征等。此外,穴位埋线疗法还能疏通经络,改善亚健康状态,让减重过程更舒适,体质更轻盈。为了确保治疗效果,该中心还为每位患者制定了个性化的减重方案。医生会根据患者的体质、肥胖原因及生活习惯,精准选取穴位,并配合中药调理、拔罐、耳穴压豆等中医特色疗法,形成多维干预方案。同时,中心还提供饮食评估及推荐,帮助患者养成良好的饮食习惯。

自推出穴位埋线疗法以来,灵源街道社区卫生服务中心已接诊了众多肥胖患者,治疗效果显著。许多患者表示,穴位埋线疗法不仅帮助他们减轻了体重,还改善了身体状况,提高了生活质量。“我们希望通过穴位埋线疗法,帮助更多市民实现科学减重,拥抱健康生活。”灵源街道社区卫生服务中心相关负责人表示,“未来,我们将继续探索中医特色疗法在体重管理领域的应用,为市民提供更加全面、专业的健康服务。”



传承国粹 中医文化进校园

本报讯 日前,一场校园中医药文化主题活动在灵源街道社区卫生服务中心温馨上演。本次活动由灵源街道社区卫生服务中心的医务人员携手灵源中心幼儿园师生共同打造,通过一系列丰富多彩的互动体验,让孩子们近距离感受中医药文化的独特魅力。

活动伊始,小朋友们身着传统汉服,化身“小中医”,踏入充满神秘色彩的国医馆。馆内,各式各样的中药材琳琅满目,古朴的诊疗器具散发着历史的气息,而一幅幅介绍中医典籍与特色疗法的展板,更是让孩子们目不暇接,激发了他们探索未知的好奇心。在医护人员的耐心讲解下,孩子们不仅了解了中医药的基本知识,还亲身体验了刮痧、拔罐、艾灸等传统中医疗法,每一次尝试都充满了新奇与挑战,让他们对中医药文化有了更直观、更深刻的认识。

活动的另一大亮点,是孩子们在医护人员的指导下亲手制作中药香囊。他们精心挑选艾叶、薄荷、丁香等中药材,小心翼翼地将其装入小布袋中,制作出一个散发着淡淡香气的香囊。这些香囊不仅是对中医药文化的一种传承,更是孩子们此次研学之旅的美好纪念。随后,大家还在医护人员的带领下学习了八段锦这一古老的养生功法。伴随着悠扬的音乐,孩子们一招一式地模仿着,虽然动作略显稚嫩,但那份专注与投入却让人动容。通过这一环节,孩子们不仅锻炼了身体,更深刻体会到了中医养生的乐趣与智慧。

此次校园中医药文化主题活动,不仅让孩子们在轻松愉快的氛围中学习到了中医知识,更激发了他们对中华优秀传统文化的浓厚兴趣与热爱。未来,活动主办方将继续探索更多形式多样、内容丰富的中医药文化宣传形式,让更多人了解、体验并传承这一宝贵的文化遗产,共同推动中华优秀传统文化的繁荣发展。



晋江市中医院湖畔疗愈之旅 护士节减压嘉年华温暖落幕

为庆祝第114个“5·12国际护士节”,弘扬南丁格尔精神,并向辛勤工作在医疗一线的护理工作同仁致以崇高的敬意,近日,晋江市中医院在风景如画的晋阳湖生态公园举办了一场别开生面的“湖语慢时光·护心自愈之旅”护士节减压嘉年华活动。活动吸引了全院护士长、各科室护士代表及其家属共计百余人参与,共同在湖光山色中享受了一段专属的“慢时光”。

五大驿站 开启自然疗愈之旅

本次活动以晋阳湖的静谧风光为背景,精心设置了五个特色驿站,让参与者在漫步中感受自然疗愈的力量。从“光影记忆站”开始,护士们身着白衣,以湖光山色为背景,定格这一难忘的瞬间。随后,在“身心调和站”,八段锦小组带领大家舒展筋骨,参与者在完成动作后还获赠了穴位按摩贴和养生茶包,实现了身心的双重滋养。

“能量补给站”为护士们提供了精致的茶歇,让大家在短暂的休憩中分享活动的喜悦,并通过朋友圈传递这份快乐。而“智慧闯关站”则成为活动的欢乐源泉,“夹弹珠”“急速60秒”“你比我猜”等趣味竞技项目让团队笑声不断,压力随之消散。最后的“惊喜终点站”更是将活动推向了高潮,幸运大转盘上的带薪休假、护士长请客咖啡、刮刮乐等创意奖项让参与者满载而归。



护士心声 温暖传递

活动现场,记者随机采访了几位参与活动的护士。来自内科的护士小李激动地说:“这样的活动真的太棒了!平时工作那么忙,很少有机会像这样放松心情。今天不仅欣赏了美景,还和同事们一起玩了这么多有趣的游戏,感觉团队之间的凝聚力更强了。”

另一位来自外科的护士长张女士也表示:“医院能够举办这样的活动,真的让我们感受到了家的温暖。特别是那些贴心的细节设计,比如邀请卡限领一张确保公平,全程志愿者引导保障安全,还有那些别出心裁的奖项,都让我们觉得医院对我们护理工作的

重视与支持是实实在在的。”

该院院长刘其聪表示,护理工作作为医疗事业不可或缺的重要支柱,每一位护士都是用专业与爱心守护生命的“白衣天使”。医院深知护士们工作的辛苦与压力,因此始终将大家的身心健康放在首位。通过今天的活动,大家暂时放下了忙碌,在大自然中汲取能量,以更加饱满的热情和更加充沛的精力回归岗位,继续为患者的健康保驾护航。晋江市中医院将持续关注护理人员的身心健康,打造更多有温度的品牌活动,为护理团队注入前行能量,让每一位“白衣天使”都能在爱的包围中绽放光彩。

晋江市中西医结合医院: 书香润童心 中医伴成长

本报讯 在第30个“世界读书日”来临之际,为点燃患儿的阅读热情,晋江市中西医结合医院儿科病区精心组织开展了“书香润童心,中医伴成长”世界读书日主题活动。

在儿科病房的图书角,一排排摆放整齐的绘本格外引人注目。这些绘本以中医育儿、儿童健康为主题,为患儿们打造了一个充满趣味与智慧的小天地。在这里,孩子们可以尽情遨游在书的世界里,感受中医文化的独特魅力。

活动现场,医务人员与志愿者们化身亲切的“故事大王”,带着孩子们来到图书角,引导他们挑选自己心仪的绘本。随后,大家围坐在一起,用生动活泼的语言,将绘本中的故事娓娓道来。孩子们听得全神贯注,时而瞪大眼睛,时而发出欢快的笑声。通过这些精心挑选的绘本,孩子们不仅学到了实用的中医知识,更在轻松愉快的氛围中,体会到了阅读带来的无尽快乐。

除了绘本共读,活动还设置了草本书签DIY环节。在医务人员、社工及志愿者的耐心协助下,孩子们纷纷拿起五颜六色的草本植物,开始动手制作属于自己的书签。他们充分发挥自己的想象力,将一片片叶子、一朵朵小花巧妙地组合在一起,每一枚书签都承载着孩子们对阅读的热爱,对美好生活的憧憬。

制作过程中,孩子们相互交流着自己的创意,分享着制作心得,现场不时传来欢声笑语。这些小小的书签,不仅成为孩子们阅读时的得力助手,更成为他们童年里一段美好的回忆。

该院相关负责人介绍,此次“书香润童心,中医伴成长”世界读书日主题活动,如同一缕温暖的阳光,照亮了孩子们在医院的时光,让他们感受到了来自医院的关爱与呵护,在书香的世界里找到了属于自己的快乐。未来,晋江市中西医结合医院将继续秉持“以患者为中心”的理念,以文化为引领,全力营造充满人文关怀的就医环境。医院将不断加强人文关怀力量,增进医患之间的交流与互信,携手构建和谐美好的医患关系。

专家医讯

全国名中医周一 到晋江市中医院坐诊

本报讯 5月12日(星期一)14:30—17:30,全国名中医、岐黄学者李灿东教授工作室团队专家、福建中医药大学附属第三人民医院中医老年病科(心脑血管)蔡晶教授,将在晋江市中医院爱医楼门诊四楼402诊室坐诊。蔡晶教授为福建中医药大学修国临床医学院副院长,香港大学访问学者,福建省高层次人才,师从国医大师陈可冀院士、杜建教授,擅长中西医结合诊治眩晕、头痛、关节痛等老年性疾病,以及高血压、高脂血症等心脑血管疾病,对帕金森综合征的中西医结合治疗亦有深入研究。就诊请提前预约,预约方式包括电话预约(0595-85674310)及公众号预约(晋江市中医院公众号)。就诊时请携带以往病历、检查报告、体检报告等资料。

晋江市中医院: 本周六专家莅临坐诊

本报讯 5月10日(星期六),全国名中医、岐黄学者李灿东教授工作室团队专家将到晋江市中医院爱医楼门诊坐诊。

中医肿瘤科专家李书楠,师从李灿东教授及中医眼科名家彭清华教授,擅长肿瘤的中医辨证及眼科疾病的治疗防控,坐诊时间为9:00—12:00,诊室位于门诊四楼402。妇科专家杭远远,上海蔡氏妇科第九代传人,擅长中西医结合治疗不孕症、子宫肌瘤、卵巢囊肿等妇科疾病,坐诊时间为9:30—12:00,诊室位于四楼404。患者可通过电话0595-85674310或晋江市中医院公众号预约挂号。温馨提示:就诊时请携带以往病历、检查报告等,以便医师检查。

厝边医讯

献礼母亲节 晋江市医院晋南分院 多重福利惠及孕产家庭

本报讯 五月暖阳,映照母爱光辉。为迎接母亲节到来,晋江市医院晋南分院妇产科精心策划“温情五月,感恩母爱”主题活动,以专业医疗关怀与暖心服务,为辖区准妈妈群体送上健康关怀与节日祝福,打造“准妈妈专属健康盛宴”。

据悉,本次活动聚焦母婴健康,多重福利惠及孕产家庭。活动将于2025年5月11日(周日)上午8:30在晋南分院妇产科门诊孕产学校(5号楼4楼)举办,面向辖区所有准妈妈及家属开放。院方特别推出三大惠民举措:免费胎心监护,到场准妈妈可免费享受专业胎心监测,实时感知胎儿健康动态;盆底康复超值礼遇,5月预定盆底康复10次疗程,产前预约可获赠产检、胎心监护、盆底评估及修复治疗等8项服务;产后预约则享盆底筛查及修复治疗等4项增值服务;腹直肌修复特惠套餐,办理腹直肌修复10次疗程,额外赠送手法复位及电刺激治疗,助力产后体态恢复。

该院妇产科相关负责人表示:“母亲节是感恩母爱的日子,我们希望通过这场活动,用专业医疗技术守护母婴健康,用贴心服务传递社会关怀。”据悉,活动报名通道已全面开启,市民可自行预约参与。

本版由本报记者吴清华采写

儿科中医外治 不妨试试蜜芽罐疗法

近日,记者走进晋江市中医院儿科,探寻一种备受家长与患儿关注的新型中医外治技术——蜜芽罐疗法。据说这一疗法是在传统火罐基础上创新升级,专为儿童体质“量身定制”的。这项中医外治属于绿色疗法,患儿轻松接受,家长安心认可,疗效显著,多病适用,可助力调理儿童亚健康状态。

患儿轻松接受 家长安心认可

在晋江市中医院儿科门诊,记者看到该院儿科医生正为一位患儿进行蜜芽罐治疗。只见医生手持一个柔软透明的医用硅胶罐,轻轻按压在患儿背部,随后灵活地游走。不一会儿,患儿背部便出现了淡淡的红色痧点,而整个过程中,患儿并未表现出明显的抗拒,反而十分配合。

治疗结束后,记者采访了患儿家长李女士。李女士满脸欣慰地说:“我家孩子从小就怕打针吃药,每次生病都让我们头疼不已。这次听说有蜜芽罐疗法,就想着来试试。没想到孩子一点也不抗拒,做了几次后,咳嗽症状明显减轻了,晚上睡觉也安稳多了,我们家长终于能松口气了。”

创新材质 适配儿童体质

操作结束后,医生放下手中的蜜芽罐,向记者详细介绍了这一疗法的独特之处。“蜜芽罐和常规的玻璃火罐、竹罐有本质区别。”他拿起一个蜜芽罐展示道,“它采用医用硅胶材质,柔软且可变形,与皮肤接触时极为舒适,完全不会对皮肤造成刺激,彻底避免了

传统火罐可能引发的烫伤、烧伤等风险。”

该科负责人陈爱华进一步解释,蜜芽罐在治疗时可根据患儿的接受程度灵活调整力度,其柔软的质地使得出痧迅速、耗时短,疼痛感也大大降低。而且,它能够紧密贴合关节、耳后等传统拔罐难以吸附的凹凸部位,不受体位限制,这对于活泼好动、难以长时间保持固定姿势的婴幼儿来说,无疑是一大优势。

疗效显著 多病适用

谈及蜜芽罐的功效,陈爱华表示,蜜芽罐兼具刮痧、走罐之效,能够疏通经络气血,调整阴阳平衡,对多种儿童疾病都有显著疗效。在肺系疾病方面,如发热、感冒、咳嗽等,蜜芽罐法可促进肺部气血流通,增强肺部功能,加速病情好转。对于消化系统疾病,像便秘、腹泻、厌食等,通过刺激相应穴位,能调节脾胃功能,改善消化吸收。此外,小儿斜颈、脊柱侧弯等病症,蜜芽罐疗法也能发挥辅助治疗作用。

陈爱华还特别提醒,治疗后局部出现红紫色痧点或瘀斑是正常现象,数日即可



消除。治疗结束后,患儿应适量饮用温水,忌食生冷寒凉食物,注意保暖,6小时内不宜洗澡、游泳。部分儿童刮痧后局部皮肤可能发痒,这是体内排毒表现,切勿搔抓,以防皮肤破损感染。

目前,晋江市中医院已开通蜜芽罐疗法预约服务,家长可通过医院公众号预约总院或爱医楼门诊部就诊。相信随着蜜芽罐疗法的推广,将为更多儿童的健康成长撑起一片蓝天。

预约方式

1. 公众号预约:晋江市中医院公众号一医院首页一门诊预约一晋江市中医院(总院)/爱医楼门诊部一儿科。

2. 现场预约:
①晋江市中医院总院门诊一楼儿科导诊台(114室);预约电话:0595-85891234(总院预约中心:8:00—12:00,14:30—22:00,全年无休)。

②爱医楼门诊部:一楼儿科外治室(110室);预约电话:0595-85674310(爱医楼门诊部预约中心:8:00—12:00,14:30—17:30,全年无休)。