

健康服务 走基层

晋江市医院晋南分院：家庭医生进村签约



高温扰心神难安 中医助你舒心度夏



入夏以来持续高温，不少市民受暑热困扰，出现心烦易怒、心慌胸闷、夜间辗转难眠等问题...

药食同源清暑安神 三款药膳助你清心火

家住青阳的市民林女士向记者诉苦，近半个月来每晚凌晨两三点才能入睡，稍有动静便惊醒...

随身穴位情志疏导 居家轻松平复燥热心绪

“不用器械、随时随地可操作，四个安神穴位适配全年龄段。”陈巧丽现场演示按摩手法...

专家医讯

多学科便民诊疗服务来袭 晋江市中医院：省级名医坐诊

本报讯 为满足辖区群众就医需求，让市民足不出市即可享受省级名医优质医疗服务...

结直肠外科专家：官国先

坐诊时间：6月27日(周六)9:00—12:00 坐诊地点：门诊二楼209诊室

中医儿科专家：肖诏玮

坐诊时间：6月23日(周二)15:30—17:30 坐诊地点：门诊一楼儿科综合诊疗区109诊室

运动医学专家：汤海峰

坐诊时间：每周四15:00—17:30(长期坐诊) 坐诊地点：门诊一楼115诊室

预约及就诊须知

预约方式：电话预约0595-85891234；微信预约关注“晋江市中医院服务号”线上挂号。

健康话题

夏季肠胃养护怎么做

夏季气温高、湿度大，细菌极易滋生繁殖，肠胃炎、腹泻、积食等肠胃问题高发...

拾趣端午“医”起安康 晋江市医院开展端午主题人文健康活动

端午佳节已至，温情留驻院区。为传承中华传统民俗文化，舒缓患者就医焦虑，打造有温度的就医环境...



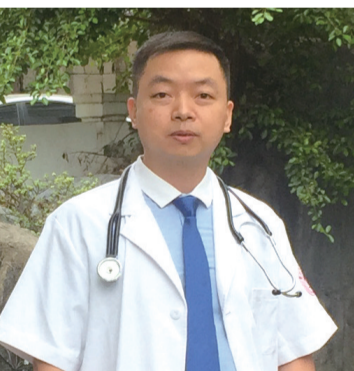
民俗手作疗愈 温情守护身心安康

6月17日至18日，晋江市医院开展特色非遗手作活动，以手工赋能心理疗愈。妇科、甲乳外科开启“植物拓染，扇起安康”活动...

眼健康科普赋能 趣味候诊守护视界

6月19日，眼科门诊打造“睛彩视界，放飞纸鸢”特色活动，面向就诊儿童及家属开展专属眼健康科普宣

夏日居家警惕“空调病”



久待空调房易反复感冒

市民陈女士近期带着8岁儿子到中医院就诊，孩子连续一周鼻塞、干咳，反复低烧不见好转。经赖志云诊断，孩子患上典型空调诱发呼吸道感染...

痛就诊的上班族成倍增加

赖志云介绍，近期接诊一名从事文职工作的市民，他居家办公时长期对着空调出风口，短短十余天出现肩膀僵硬、膝盖发凉、抬手、下蹲都伴随刺痛...

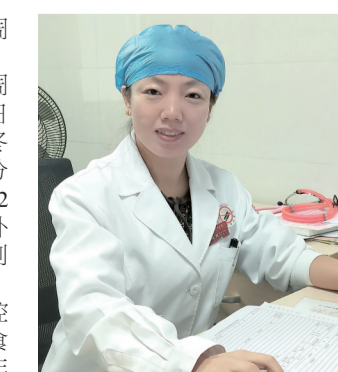
寒湿侵入颈肩关节

“每到夏天，因颈肩、膝关节炎

时值月末，晋江即将迎来暑期居家高峰，不少市民整日躲在空调房避暑。长期密闭制冷环境带来温差骤变、积尘病菌、寒湿侵袭等隐患...

忌贪凉防疖夏 健脾开胃告别厌食

儿童脾胃较弱，夏季暑湿弥漫，频繁食用冰淇淋、冰奶茶会损伤脾胃，诱发疖夏，表现为浑身乏力、食欲不振、腹胀口臭、精神萎靡...



夏至伏前冬病夏治正当时

入夏气温攀升，夏至至三伏前是一年冬病夏治的黄金预备期。晋江市英林镇中心卫生院中医科主任洪晓明提醒，阳虚寒凝引发的慢性咳嗽、颈肩腰腿痛，趁此时借天地阳气温通经络...

两类“冬病”适配贴敷 市民调理案例直观见效

“中医讲‘春夏养阳’，夏至后阳气渐盛，人体毛孔舒展，药物更易渗透穴位，伏前贴敷能打好调理基础。”洪晓明介绍，三伏贴核心针对两类反复发作的虚寒慢性病...

分清适配与禁忌 这些人切勿盲目贴敷

洪晓明强调，三伏贴只适合阳虚、寒湿体质人群，并非人人可贴，就诊时需先辨证。适宜人群：常年畏寒怕冷、手脚冰凉、易感冒、咳嗽、鼻炎秋冬加重...

青少年科学度夏注意护眼健脾

暑假即将来临，不少青少年整日宅家刷手机、熬夜追剧、赖床冰饮，随之引发视力骤降、厌食乏力、疳积体虚等问题。近日，记者走访晋江市中医院，采访该院儿科副主任、主治医师、晋江市医学会儿科分会常务委员兼副秘书长李运肖...

严控屏幕时长 户外阳光防控近视

“每年暑期门诊，视力下降患儿就诊量上涨三成，根源就是无节制使用电子产品。”李运肖介绍，中医讲究久视伤血，青少年肝血本就不足，长时间盯着屏幕易眼干、视物模糊，加速近视发展...