

江门这位医生入围全国健康传播金牌讲师大赛20强 做健康传播路上的追梦人

妇幼先锋

近日,在雄安新区未来健康传播中心举办的第四届全国健康传播金牌讲师大赛暨互联网品牌医生特训营中,江门市妇幼保健院体检中心主任陆珊珊凭借出色的表现与扎实的专业素养,成功入围全国20强。

这是“含金量十足”的认可。来自全国34个省份的千余名医护人员报名了此次大赛。在为期5天的高强度特训和2天的高难度比赛中,陆珊珊凭借扎实的专业知识、亮眼的舞台表现,一路过关斩将,最终脱颖而出。

她的佳绩,彰显了江门市妇幼保健院在健康传播领域的深厚底蕴。从日常的健康知识普及到定期的专家讲座,从线上的健康咨询平台到线下的公益活动,他们化身健康传播路上的追梦人,将科学的健康理念播种到社会的每一个角落。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 宋洁 卢嘉伟



陆珊珊参加比赛现场。



陆珊珊为市民提供健康管理服务。

预防为先 守护每一个家庭的健康

最新的医师法第二十三条规定,医师在执业活动中应当履行“宣传推广与岗位相适应的健康科普知识,对患者及公众进行健康教育和健康指导”的义务。这意味着,医师不仅需要为患者提供诊疗服务,还应积极参与健康科普工作,向公众传播科学的健康知识。

“防大病、管慢病、促健康。科普是一级预防,体检是二级预防。”在陆珊珊看来,医务工作者从事健康科普事业,有着去伪存真、预防疾病、发挥使命的重要作用。她深知,传统的健康科普形式,如同一盏老旧的灯,光芒微弱,难以吸引公众的注意。于是,陆珊珊开始探索新的方式,让健康科普的光芒更加耀眼。

2018年4月26日,是一个全新的起点。“江门市妇幼保健院体检中心”公众号全新注册,每周至少推送1篇健康体检科普知识,至今已推送246篇原创内容,目前粉丝关注量5万人。

2023年5月9日,是一个特别的日子。陆珊珊带领团队,推出第一个视频作品《体检中心版挖呀挖呀挖》,播放量超10万次,互动量超2000人次,受到了广大网民的喜爱。

用心,体现在每一个细节。陆珊珊利用新媒体平台,将健康知识制作成图文并茂的推文和短视频。她的视频号上,一条在全国高血压日推出的“反向带货”视频互动量超1000人次。视频中,陆珊珊和该中心护士长金玉丹通过带货主播的风格,“反向安利”长期放任高血压升高,就会“收获”一系列不适症状。生动的语言和形象的演示,让复杂的医学知识变得简单易懂。一位网友留言道:“这个非典型健康科普,有趣又实用,真是大有才了!”

走进该院体检中心,每一位医生门诊室的门上,都贴有一个健康科普“码”上看。日前,该中心副主任医师茹佩儒就结合电影《哪吒之魔童闹

海》的热点,推送了一个关于超声引导下甲状腺细针活检穿刺检查的科普视频。她说:“在陆主任的熏陶下,我们都十分热衷科普宣传。”

身为体检中心负责人,陆珊珊总是说:“不是每个医生都是轰轰烈烈地救死扶伤,谁说站在光里的才算英雄。健康管理的医生,只是默默守护着百姓的健康,防止重大疾病的发生。”

为优化健康管理服务,陆珊珊还带领团队引进先进的健康管理系统,为群众提供便捷的慢病管理和预防建议。“除了体检报告,我们还提供风险评估报告,在AI的辅助下,结合来检者的不良习惯,提供膳食方案、运动保健、心理评估、中医体质辨识等无偿服务。”陆珊珊介绍,“预防重大疾病的发生,拯救的不只是一个人,更是一个家庭。”

温暖服务 做默默无闻的“拆弹部队”

陆珊珊的健康科普工作,始终以患者为中心。她常说:“我们的初衷,就是让百姓大病化小、小病变无,免受疾病的困扰,提高生活的质量。我们就是默默无闻的‘拆弹部队’。”

在日常工作中,她耐心细致地为患者解答疑问,并根据他们的具体情况,提供个性化的健康指导。39岁的市民阿红(化名)说:“要不是陆主任提醒我做乳腺钼靶检查,就不能在早期发现我的乳腺癌。幸亏发现得早,现在不仅治好了病,还保乳成功了。”

陆珊珊还积极参与健康科普工作,为市民提供免费健康咨询服务。在一次进社区授课中,她遇到了一位患有糖尿病的市民。这名市民从未接受过正规治疗。陆珊珊用“水管长期泡在酸里更容易生锈和破裂”的比喻,彻底改变了他的想

法,并耐心地教他如何控制饮食和监测血糖。

“忠于职守,一心为民”“微笑亲切热情服务,主动关爱胜似亲人……”在该中心的大堂墙上,一封封粉色的感谢信,诉说着市民的满意与感谢,也成为团队前进的涓滴动力。

2024年,在陆珊珊的带领下,该中心荣获“广东省巾帼文明岗”称号。江门侨胞之家健康服务中心也在这里揭牌成立,为华侨华人提供全方位全周期的优质健康服务。

同一年,为了进一步提高五邑地区的健康管理水平,该院举办省级“健康体检医疗质量控制新进展培训班”。来自五邑地区各级医疗保健机构200多名医务人员参加了本次培训班,进一步提升了全市健康体检医疗质量控制诊疗能力。

迎来全新的2025年,面对“健康传播金牌讲

师全国20强”的荣誉,陆珊珊淡然一笑:“这只是一个新的起点。”她深知,健康科普的道路漫长而艰辛,但她愿意用温暖服务点亮更多人的心。

陆珊珊计划组建一支健康科普志愿者团队,将健康知识传播到更多的校园、社区和企业。她还希望与更多的科室合作,搭建一个覆盖全院的健康科普网络。她说:“我希望有一天,健康科普的光芒能照亮每一个角落,让每一个人都能享受到健康的温暖。”

陆珊珊的故事,是一束光的故事。她用专业的知识和温暖的语言,点亮了无数人的健康之路。她的光芒,不仅照亮了患者的生命,也照亮了健康科普的未来。在她的身上,我们看到了医者的仁心与担当,也看到了健康中国的希望与力量。

延伸阅读

让健康知识惠及更多人群

一直以来,江门市妇幼保健院在江门市卫生健康局的领导和指导下,全面深化党建宣传与健康科普,秉承有序、高效的原则,扎实推进各项宣传与健康教育工作。

记者了解到,该院自2016年就成立了科普讲师团,把健康知识送进各行各业,尤其是学校、工厂、社区。早在2019年中国医师协会首届健康传播金牌讲师大赛中,该院科普讲师宋洁就拿到了金牌讲师称号。近五年,该院先后成为广东省科普教育基地、南方健康科普实训基地、江门市优秀科普教育基地,并诞生了两届侨都科普大使。

此外,该院深耕科普培养基地品牌。如期举办第七届“院庆杯”妇幼健康科普大赛、短视频创作培训等工作,助力医护人员健康科普能力的提升。同时,组织孕妇学校专职人员、临床护士参加第二届妇幼健康促进与教育发展论坛、第五届南方健康传播与创新大会新媒体短视频AI创作培训班等,共计个人或集体奖项29项,其中国家级奖项9项、省级奖项19项、市级奖项1项。

孕妇学校升级改造健康科普大课堂全年完成授课165节,课程满意度达98%以上,线上孕妇学校累计用户总量25400人。网红节目“好爸爸岗前培训班”特色沙龙活动连开6期,70名准爸爸收到合格证书。

2025年,该院将不断创新健康传播的方式,拓展健康教育的覆盖面和影响力,让健康知识惠及更多人群。

(梁爽 曾昭炜 何福聪)

江门市退役军人事务局 开展紧急献血活动 138人成功献血 献血量达201个单位



部队官兵踊跃献血。

江门日报讯(文/图 记者/何雯意 通讯员/张乐 黄美珍)在人口老龄化、医疗服务量持续增长的今天,血液供应面临着前所未有的挑战。近期,江门临床用血面临巨大压力,形势十分严峻。在得知临床用血紧张的情况下,江门市退役军人事务局迅速行动,积极协调驻江部队,组织开展紧急献血活动。部队官兵积极响应,一个个满怀热忱地献出爱心,踊跃参与到献血救人活动中,给五邑地区众多急需输血救治的患者带来生命的希望,也使无偿献血博爱精神得以发扬传承。

在本次紧急献血活动中,部队官兵毫不犹豫伸出臂膀奉献爱心,用实际行动证明,人民军队始终是守护人民生命安全的坚强后盾,生动诠释了“人民军队爱人民,一腔热血为人民”的深刻内涵,展现了新时代军人风采。

据统计,参加此次献血活动的现役军人、退役军人中有138人成功献血,献血量达201个单位。一直以来,驻江部队始终秉承人民军队的优良传统,在出色完成使命任务的同时,始终牢记全心全意为人民服务的根本宗旨,把侨乡当故乡,视群众为家人,围绕支持江门经济建设和社会发展,扎实开展便民惠民活动,尤其在抢险救灾、维稳处突、应急处置等急难险重任务中主动请战、担当作为,有力保障了人民群众的生命财产安全,切实在江门市经济社会发展中展现驻军担当,作出了驻军贡献。江门市退役军人事务局表示,将继续发挥桥梁纽带作用,发扬双拥优良传统,为守护五邑侨乡人民群众的生命健康贡献更多力量。

眼科名医大讲堂

江门爱尔新希望眼科医院进校园 开展近视防控讲座 为师生们带来一场“睛”彩之旅



医护人员为教职工进行眼部检查。

江门日报讯(文/图 记者/傅雅睿)在这个电子产品充斥生活的时代,学生们的视力问题愈发受到关注。为了提高学生们的近视防控意识,关爱教职工的眼健康,近日,江门爱尔新希望眼科医院的专家团队走进蓬江区省实学校,开展了一场别开生面的近视防控讲座和教职工眼健康体检活动,为师生们带来了一场“睛”彩之旅。

讲座上,江门爱尔新希望眼科医院视光及小儿眼科医生陈志芳用轻松幽默的语言,向同学们介绍了眼睛的构造,把眼睛比作一台精密的“小相机”,一下子就吸引了同学们的注意力。“同学们,你们知道吗?咱们的眼睛里有一个部分就像相机的镜头,能调节焦距,这个部分就是晶状体。”生动形象的讲解,让原本晦涩难懂的眼科知识变得有趣易懂。紧接着,陈志芳详细讲解了近视形成的原因:“长时间近距离用眼、用眼环境不好、缺乏户外活动,这些都是导致近视的‘小怪兽’。”在提问互动环节,现场气氛十分活跃。同学们纷纷举手,抛出自己心中的疑问。“医生,我们平时要怎么防止近视加深?”一位同学问道。医生耐心解答:“平时要注意保持正确的读写姿势,多参加户外活动,另外像胡萝卜、蓝莓、菠菜这些富含维生素A、C和叶黄素的食物,都是眼睛的‘好朋友’,大家记得多吃一些。”

讲座结束后,医护人员又马不停蹄地为教职工们进行眼健康体检。他们带来了专业的设备,认真细致地为每一位教职工检查视力、眼压、眼底等项目。一位老师感慨地说:“平时工作忙,都没怎么关注自己的眼睛,这次爱尔眼科来学校给我们体检,真是太贴心了!”在体检过程中,医护人员还针对教职工们常见的用眼问题,如长时间看电脑导致的视疲劳等,给出了专业的建议和护眼方法。

此次活动,不仅让同学们学到了实用的近视防控知识,提高了爱眼护眼意识,也让教职工们对自己的眼健康状况有了更清晰的了解。“通过这样的活动,我们看到了社会各界对青少年视力健康和教职工健康的重视。相信在学校、家庭和社会的共同努力下,孩子们一定能拥有明亮的眼睛,教职工们也能以更好的状态投入到工作中。未来,期待有更多这样的公益活动走进校园,为师生们的眼健康保驾护航,让大家都拥有一个‘睛’彩的世界。”蓬江区省实学校校长张碧晖说。

手指被鱼鳍刺伤引发严重感染

医护人员紧急治疗 70岁男子成功保肢

日前,70岁的余先生不慎被塘鳢鱼鳍刺伤左手食指,起初他觉得这不过是捕鱼过程中一个小小的意外,就像平时不小心被树枝划破皮肤一样处理。没想到竟引发严重的细菌感染,如果不及治疗,感染可能会进一步加重,导致肢体坏死,甚至可能截肢。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 罗淑茵 曹昆恒



骨科团队为患者进行急诊手术治疗。

男子被鱼鳍刺伤后出现肿痛症状

当天,余先生在当地一鱼塘捕鱼时,不慎被塘鳢鱼鳍刺伤左手食指,当时伤口只是轻微疼痛,少量流血。他简单地将伤口冲洗了一下,敷了药粉,以为便会逐渐痊愈。没想到一夜过后,左手食指愈发肿痛,并逐渐蔓延到整个手掌、前臂、上臂。两天后,由于左上肢病情进一步恶化,疼痛、红肿愈发明显,余先生寝食不安,才意识到问题的严重。于是,他在家人的陪同下来到江门市中心医院蓬江分院就诊,由急诊收治入院。

该院骨科(二区)主任潘月帆接诊后,得知余先生是被鱼鳍刺伤,立马警惕起

来。他介绍:“别看只是一个小小鱼鳍,它有可能引发严重的细菌感染,并且病情进展迅速,甚至可能导致截肢,危及生命。”潘月帆帮余先生检查伤口时,只见他的整个左手红肿得厉害,肿胀已经蔓延到了整个前臂、上臂,皮肤热得发烫,轻轻一碰就剧烈疼痛。伤口处的脓液不断渗出,伴随气泡散发出一股刺鼻的腐败恶臭气味,手指活动困难。

余先生不解地说:“一个不起眼的鱼鳍,竟然能引发这么严重的病情!”面对这一突如其来的伤害,余先生和家人都感到十分担忧。经过进一步检查,显示余

先生白细胞计数、血沉、C反应蛋白、降钙素原等指标显著升高,医生诊断考虑其左手伤口感染并坏死性筋膜炎。如果不及治疗,感染可能会进一步加重,导致肢体坏死,甚至可能截肢。

因此,医生做好准备后,安排了急诊手术治疗。术中,医生发现余先生左手大量灰褐色脓液已经流窜到前臂,侵蚀筋膜、肌腱腱膜,大量组织坏死。经过仔细清创、冲洗,放置了VSD(负压装置)进行持续负压吸引引流。

潘月帆表示,如果不小心被虾、蟹、鱼刺伤,应立即在流动的水下或用肥皂水冲洗伤口至少15秒,同时由近心端向远心端挤出毒素,用酒精、碘伏充分消毒伤口。切忌用针挑出血刺,用嘴吸出毒素,因为这些方式容易加重感染。也不可生用生理盐水,因为这些致病细菌嗜嗜嗜盐,生理盐水会加速细菌的生长和繁殖。如果出现疼痛、瘙痒、肿胀、腹泻或发热等症状,必须立即到医院就医。

治疗关键在于早期就医和正确处理

通过伤口分泌物细菌培养,结果显示为奇异变形杆菌、杀鲑气单胞菌感染。术后,经过医护人员的精心护理和抗感染治疗,余先生左上肢肿痛逐渐消除,左手的功能也逐步恢复,左上肢终于得以成功挽救,一颗悬着的心也逐渐放下。

研究表明,鱼塘和海洋的虾、蟹、鱼中携带的微生物种类繁多,如链球菌、传染性造血组织坏死病毒、弧菌等,细菌从伤口侵入后,都可能引发感染,进入人体12小时内就可发病。先是皮肤伤口红肿、发

紫、疼痛,出现水泡,随即形成坏死性筋膜炎、蜂窝组织炎而溃烂。如果治疗不及时,可导致败血症、感染性休克,从而危及生命。

海洋致病菌破坏力极强,病情进展极快,治疗的关键在于早期就医和正确处理。医生提醒,在捕鱼或处理海鲜时,大家宜佩戴厚手套或者两层手套,防止鱼、虾、蟹壳划伤手套,扎伤手部。此外,需要格外留意海产品的尖刺部分,如鱼鳍、虾头和蟹身等,避免刺伤。