

80 八秩芳华 向新而行

80年,对扎根侨乡的江门市人民医院而言,是救死扶伤的无数日夜,是革故鼎新的奋斗历程,更是医疗技术代代突破的恢宏长卷。

从1946年单一诊疗的门诊部,到如今有编制床位1200张、集医疗、教学、科研、预防保健和康复于一体的三级甲等综合医院——这是一部与新中国共同成长的奋斗史,更是一代代“江人医”人薪火相传的生命接力。

站在2026年盛夏回望,近5年无疑是80年长卷中最浓墨重彩的一章:外科楼拔地而起,智慧医疗触手可及,免陪照护病房温情上线……这些新成就,是医院向市

民交出的时代答卷,更是80周年院庆最鲜活的注脚。

所有的“新”,都源于对“旧”的传承。80年的底蕴,不在泛黄照片里,而是流淌在每一次查房、每一台手术、每一个微笑之中。从建院初期的筚路蓝缕,到改革开放后的破浪前行,再到新时代的高质量跃升——变的是环境、技术、模式,不变的是“人民医院为人民”的初心。

即日起,本报联合江门市人民医院推出“八秩芳华 向新而行”系列报道,带您感受一家医院与侨乡百姓的“医”路情深,见证侨乡医疗的向新之力,敬请关注。(邓裕)

从“一张床”到“一个家”——江门市人民医院就医环境五年蝶变记

“以前看一次病,排队大半天,停车一小时,住院还得加床。现在手机上就能预约,新大楼宽敞得像酒店,服务更是细致贴心。”年过六旬的梁伯是江门市人民医院的“老病号”,说起医院这5年来的变化,他掰着手指头数不完。

2026年,江门市人民医院迎来建院80周年。建院初期,仅有几间诊室和十几名医护人员;今天,这里已是编制床位1200张、集医疗教学科研于一体的三级甲等综合医院。而近5年,无疑是80年长卷中变化最耀眼的章节——外科楼拔地而起,智慧医疗让“指尖就医”成为常态,血液净化中心、内外科病房焕新升级,全新3.0T磁共振和超高端多排CT相继投入使用……这些看得见、摸得着的变化,正重新定义这家老牌三甲医院的就医体验。

文/图 江门日报记者 梁爽
通讯员 何洁兰 黎歆



江门市人民医院外科楼VIP病房。

空间之变:新大楼拔地而起

“此前医院医疗用房仅40000平方米,日均门诊量却达3000人次,月均出院4000多人次。”该院党委副书记、院长曹克慎回忆道。业务用房长期不足,教学科研场地匮乏,像一双无形的手,制约了医院发展。

改变始于2015年——医院领导班子提出“原址改建”战略。2018年项目获批,被纳入江门市政府重点建设项目。2020年9月正式动工,2022年12月29日主体结构封顶。2023年12月30日,总建筑面积40199.15平方米的外科楼举行建设成果展示活动,2024年1月下旬正式投用。

地上14层、地下2层,新增病床400张、停车位181个——数字背后,是实打实的变化。“外科楼的启用,有效解决了病床不足、住院难等问题,”曹克慎说。

走进外科楼,暖色调的病房、人性化的家具配置、智慧床头机、独立卫生间、衣物晾晒间,处处透着“以病人为中心”的设计理念。“现在每间病房都有独立空间,隔帘一拉,就是一个‘家’。”骨外二科护士长胡浩告诉记者。新大楼通过风雨连廊与旧楼相连,整个院区融为一体。外科楼建设全面竣工,旧楼改造同步推进,14个临床科室乔迁新址,病房环境和 workflows 明显改善。

智慧之便:全流程“触手可及”

硬件升级只是表面,更深层的变革藏在患者的指尖上。预约挂号、自助缴费、报告查询全流程线上完成,医保移动支付同步上线,在公众号即可完成费用实时结算。“过去带老人看病,我得提前一小时来排队,现在手机上约好时间,到了直接看诊。”陪父亲复诊的市民张先生说。

智能导视系统、全流程自助服务终端,高速Wi-Fi全覆盖——外科楼的“智慧含量”同样不低。11部高速电梯分区运行,手术病人、医务人员、探视家属各行其道,彻底告别了过去“等电梯等到心焦”的窘境。

2025年,该院进一步推出便民十项举措,升级多媒体LED信息系统,门诊西药房咨询量明显减少。同年12月,周末门诊接诊人数达15268人次,同比增长7.56%。

服务之暖:透析室全面升级

如果说新外科楼是硬件的“面子”,那血液净化中心的升级则是服务的“里子”。

“以前做透析,房间小、机器吵,心里总静不下来。现在宽敞明亮,边治疗边听段戏,时间好像也过得快了。”家住蓬江区的陈姨是中心升级前后的亲历者。

2025年底至2026年初,该院血液净化中心完成全面升级,1500平方米诊疗空间落地外科楼二楼,52台智能透析设备齐上阵。全自动配液系统、专业水处理设备、智能监测模块——每一



江门市人民医院外科楼。

台机器都实时回传患者血压、脱水等数据,异常情况及时预警。“从前靠经验,现在靠数据,几秒钟内就能响应处理。”该中心护士长钟素兰说。

服务同样在升级。超声引导下的动静脉内瘘穿刺,让血管条件不佳的患者告别反复穿刺的痛苦。“一针成功,不仅是技术,更是对患者的尊重。”患者李女士感慨道。家属等候区配备了沙发和充电插座,随访小组定期进行居家护理指导。

80年前,广东省立第四医院在江门扎根。今天,外科楼的灯光照亮了更多人的康复之路。正如曹克慎所言:“我们将努力把医院建设成现代化花园式医院,全面推进建设大湾区富有影响力的三甲医院。”

医路同行80载,而今迈步从头越。新大楼里的“新春天”,才刚刚开始。

跌倒、头晕、行走困难,可能不是衰老本身,而是肌肉在报警

别让肌少症“吞噬”晚年生活质量

随着人口老龄化进程加快,老年健康问题日益受到社会关注。有一种疾病常被误当成“年纪大了的正常现象”,它悄无声息地消耗着老年人的肌肉量与活动能力,这就是肌少症。医生提醒,肌少症早期症状极具迷惑性,常被当作“老来瘦”现象,但其对老年健康的连锁危害远超大众认知,早筛查、早干预至关重要。

文/图 江门日报记者 何雯意 通讯员 何家怡 黎歆



医生为患者测小腿围。

反复头晕 元凶竟是肌肉“缩水”

76岁的李阿姨近两年来总感觉头晕,走路像踩在棉花上。她先后到多家医院就诊,完成头颅磁共振、前庭功能检查等多项检查,结果均无异常,但症状却迟迟不见好转。到江门市人民医院检查后,医生通过详细问诊发现了关键线索:李阿姨因牙齿松动,常年以粥类、软烂食物为主,极少摄入肉蛋等高蛋白食物;平时从矮凳起身,总需要用手撑住膝盖才能站起。经医生查体,确诊其为重度肌少症。

“很多人默认头晕都是脑血管问题,其实下肢肌肉严重流失也会引发这类症状。”江门市人民医院全科医学科主治医师钟林伽解释,下肢肌肉被称为人体“第二心脏”,收缩时可辅助血液回流至心脏;同时肌肉中分布着大量本体感觉神经,肌肉量减少会导致向中枢传递的感觉信息不足,进而引发头晕、行走发飘等不适感。

江门市中心医院全科医学科主治医师文婧怡介

症状隐蔽 危害不止“老来瘦”

肌少症风险。需要注意的是,下肢水肿患者测量结果不准确,不宜用上述方法自查。若筛查发现风险,可前往医院通过量表评估、体能测试、生物电阻抗分析等进一步确诊。

肌少症的危害远不止“看起来瘦”。文婧怡强调,肌少症直接关系老年人的生活质量与生存预后:一是显著增加跌倒与骨折风险;二是导致失能与活动障碍;三是增加住院与死亡风险。此外,肌少症还会与糖尿病、骨质疏松症等慢性疾病相互影响,形成恶性循环,进一步损害老年健康。

钟林伽介绍,肌肉不只是人体的力量器官,更是重要的代谢器官与“保护盔甲”,肌肉量不足会引发

绍,肌少症是一种与年龄相关的、进行性和广泛性的肌肉数量减少、力量减弱、耐力下降、代谢能力降低及功能减退的疾病,其核心不仅是肌肉量的流失,更伴随肌肉力量下降和身体功能全面衰退。

“肌少症的发生是多因素共同作用的结果,就像一张桌子,断掉任何一条腿都会不稳。”钟林伽表示,肌少症的发生并非单一原因导致,而是年龄、生活方式、疾病状态等多因素共同作用的结果。

连锁健康风险。最直接的危害是跌倒与骨折:肌肉无力、平衡功能变差使老人极易跌倒,疏松的骨骼一跌即断,形成“跌倒—骨折—卧床”的恶性循环,是导致老年人失能甚至死亡的重要诱因。此外,肌肉流失还会带来多系统损伤:下肢肌肉泵功能减弱易引发体位性低血压,出现起身头晕、眼前发黑等症状;肌肉量持续下降会导致行动能力退化,最终丧失独立生活能力;肌肉是人体最大的葡萄糖“处理工厂”,肌肉不足会导致血糖升高,加重胰岛素抵抗与糖尿病;呼吸肌、吞咽肌无力还会导致排痰困难、吞咽误吸,增加肺部感染风险。大量研究证实,肌少症的健康危害不容小觑。

科学干预 吃动结合守住肌肉量

多晒太阳、适量补充维生素D,搭配富含亮氨酸的食物,为肌肉合成提供助力。

运动干预是关键,单纯散步、广场舞不足以有效增肌,抗阻训练才是核心。建议每周开展2至3次抗阻训练,可选择坐姿抬腿、靠墙静蹲、小哑铃训练、弹力带练习等,从低强度逐步进阶;辅以有氧运动与平衡训练降低跌倒风险。运动时需做好热身放松,量力而行,避免损伤。文婧怡同样提醒,老年人应结合自

身情况选择运动类型与强度,或在全科或康复医学科医师充分评估指导下定制运动处方,避免运动损伤。

此外,文婧怡还建议,老年人每年至少进行一次肌少症筛查,高龄、低体重、营养不良、合并慢性病等高危人群,应每3至6个月筛查一次;避免长期卧床或久坐不动,即使少量活动也能带来健康获益;积极控制糖尿病、慢性肾病等基础疾病;戒烟限酒、规律作息,远离不良生活习惯。

江门市卫生健康科普选拔赛举行 医护人员化身科普达人



比赛现场。

江门日报讯(文/图 记者/梁爽)7月8日下午,2026年江门市卫生健康科普选拔赛举行,活动由江门市卫生健康局、市科学技术局、市科学技术协会联合主办,江门市妇幼保健院承办。本次赛事是2026年广东省科普讲解大赛江门选拔赛的卫生健康系统专项遴选赛事,旨在选拔卫生健康系统优秀科普人才,夯实全市健康科普传播力量。

本次大赛组建专业权威的评审团,邀请专家、行业骨干及社区代表担任评委,围绕内容科学性、逻辑完整性、创新性、现场表现力四大维度,对参赛作品及选手表现进行全方位、规范化综合评审,保障赛事公平公正、专业严谨。

来自全市卫生健康系统的25名参赛选手同台比拼、激烈角逐,充分展现了新时代医务工作者善科普、敢表达、会传播的良好职业风采。比赛现场,各位选手紧扣全民健康核心主题,依托精心制作的演示课件,搭配直观生动的实物道具,将专业晦涩的医学理论、健康知识转化为通俗易懂、接地气的科普语言。选题覆盖群众高频健康需求,涵盖乳腺癌早筛与防治、中医特色科学减重、儿童近视科学防控、人体肠道微生态科普等民生热点领域,既彰显了参赛选手扎实过硬的医学专业功底,也体现了卫生健康工作者精准对接群众健康需求、深耕全民健康科普的责任与担当。

经过近3小时的比拼和评审,大赛最终评选出一、二、三等奖若干名。按照赛事整体安排,本次选拔赛脱颖而出的优秀选手,将代表江门市卫生健康系统晋级2026年广东省科普讲解大赛江门选拔赛成人组半决赛。后续,卫生健康系统科普能手将与全市教育、气象、海关等多个行业领域的科普达人同台竞技,共同角逐全市总决赛晋级名额,以及代表江门市征战2026年广东省科普讲解大赛的参赛资格。

本次专项选拔赛,既为全市一线医务工作者搭建了展示科普素养、彰显医者风采、传播健康知识的优质舞台,也充分激发了全市卫生健康系统深耕科普、普及健康知识的工作热情与内生动力,有效夯实了全民健康科普工作根基。卫生健康部门将深耕健康科普建设,持续培育、储备优秀科普人才,以优质科普赋能全民健康,为高质量推进“健康江门”建设注入新动能。

台开鹤恩 推进省病毒性肝炎早防早治行动 重点人群 可获免费筛查

江门日报讯(记者/梁爽 通讯员/陈永霖 江疾宣)日前,记者从江门市疾控中心获悉,广东省病毒性肝炎早防早治行动已覆盖全省57个县(市),我市台山、开平、鹤山、恩平全面落地推进,面向重点人群中推出多项免费筛查与健康干预服务,将优质医疗资源下沉到基层,让惠民政策真正看得见、摸得着,为千家万户送去实实在在的健康守护。

据了解,病毒性肝炎是全球十大致死性疾病之一,主要分为甲、乙、丙、丁、戊五型。其中,乙型和丙型肝炎易转为慢性感染,进而可能进展为肝硬化甚至肝癌,危害尤为突出。这两类病毒主要通过血液、母婴和性接触传播。感染后若未及时清除病毒,肝脏将经历从纤维化、硬化到癌变的新进过程,且早期往往毫无征兆,多数患者察觉不适时已至晚期。据统计,近5年来肝癌在广东全省癌症死亡原因中高居第二位,仅次于肺癌,防控形势十分严峻。

为积极响应世界卫生组织“2030年消除病毒性肝炎危害”的号召,落实《广东省病毒性肝炎早防早治行动方案》,2024年我省将病毒性肝炎早防早治纳入重点民生工程,全面推进肝炎“疾病预防、医疗救治、健康管理”三位一体服务新模式,守护群众肝脏健康。

目前,我市台山、开平、鹤山、恩平全面落地推进广东省病毒性肝炎早防早治行动,面向重点人群中推出多项免费筛查与健康干预服务。免费肝炎筛查服务包含以下方面:1、筛查项目:乙肝表面抗原(HB-sAg)、乙肝表面抗体(抗-HBs)、丙肝抗体(抗-HCV);2、检测方法:指尖采血(无需空腹),15—20分钟即可获取结果;3、筛查对象:台山、开平、鹤山和恩平20—70岁常住居民(出生日期在1954年1月1日至2004年1月1日),不限户籍。

筛查中发现的乙肝病毒表面抗原、表面抗体均为阴性且既往无乙肝疫苗全程(3剂)免疫史的人员,可按0、1、6月的免疫程序接种3剂乙肝疫苗。其中,首剂乙肝疫苗免费接种(含疫苗接种和接种服务费),后续第二、第三剂按照“知情、自愿、自费(含疫苗接种和接种服务费)”原则接种。具体筛查与接种点信息,可关注“江门疾控”微信公众号。