

2024长沙健康生活节25日上午在湖南烈士公园启幕,15位名医现场义诊

## 为健康护航,为幸福“加码”

长沙晚报5月23日讯(全媒体记者 徐媛)15位“一号难求”的知名专家义诊,心肺复苏、AED急救操作现场体验……25日上午9时,长沙晚报联合长沙市卫生健康委员会举办的“健康长沙 幸福生活”2024长沙健康生活节将在湖南烈士公园一级广场启动。当日,长沙晚报与省会各大医院共建的“三湘名医智库”再扩容,新聘专家将于活动现场为市民带来免费义诊。

近年来,人民群众的健康意识进一步提升,健康需求更加强烈。长沙健康生活节已举办多年,形成了主流媒体与卫生健康部门、大健康企业携手开展健康知识普及活动,引领全民文明健康生活的品牌。

现阶段,正值长沙积极创建国家卫生城市的关键时期。为提升群众健康素养、健康水平,增强健康获得感,活动现场,长

沙爱卫创卫志愿者将带领大众宣读长沙创卫公益倡议词,向市民发出“文明健康 绿色环保生活方式”倡导,鼓励人人积极参与,齐心创建国家卫生城市。

身边有人心跳骤停如何施救?“救命神器”AED如何使用?活动现场,长沙市120急救中心专家将以“理论+实践”的模式开展现场演示、市民体验等活动,向大众普及急救知识与技能。

长沙晚报“三湘名医智库”聚合了湖南各大三甲医院的知名专家资源,通过长沙晚报全媒体传播矩阵,构建了名医与患者、医疗机构与普通大众之间的沟通桥梁,为公众提供权威的健康知识、可靠的健康资讯及便捷的导诊服务。

当日,包括中南大学湘雅医院、湘雅二医院、湘雅三医院和湖南省人民医

院以及多家市级医院等在内的15名专家免费为市民提供咨询服务。市民可于5月25日上午7时30分起,携带身份证或有效身份证明,到湖南烈士公园一级广场(从南大门进去约300米花坛处)义诊区取号区取号。义诊时间为当日上午9时30分至上午11时30分,市民可依号就诊。

此次长沙健康生活节还将陆续在多

家医院设立义诊分会场。首场分会场义诊活动当日在湘雅二医院举行,该院代谢内分泌科将与营养科、康复科及减重外科联合开展针对超重及肥胖患者的科普、义诊活动。同时,该院多学科专家团队将在内科楼一楼大厅科学指导超重及肥胖患者如何安全有效地进行医学减重,并管理好高血压、高血糖、高血脂及高尿酸血症。

## 2024长沙健康生活节义诊专家名单

## 余国龙

中南大学湘雅医院心血管内科主任医师,中华医学会心身医学分会委员、中国医师协会心血管分会双心委员会委员、中华医学会心身医学分会双心学组专家。

业务专长:擅长治疗高血压、冠心病、心力衰竭和心律失常型心脏病以及心理障碍的诊断与治疗,冠心病、心力衰竭与双心疾病基础和临床研究。

## 徐冉

中南大学湘雅二医院泌尿外科主任医师,湖南省医学会泌尿外科青年委员会副主任委员,海峡两岸医药卫生交流协会泌尿外科专业委员会青委学组委员,中国研究型医院学会泌尿外科专业委员会快速康复学组委员。

业务专长:专注泌尿生殖系统肿瘤的诊治及MDT治疗,擅长复杂泌尿肿瘤开放手术及泌尿肿瘤微创手术(机器人及腹腔镜),成人泌尿系重建手术,同时对前列腺增生、输尿管狭窄、肾上腺疾病诊治有丰富经验。

## 崔波

湖南省人民医院心血管内科主任医师,湖南省心血管病专业委员会超声心动图学组委员,湖南省医师协会女性心血管疾病防治专业委员会委员兼秘书,湖南省女医师协会老年保健医学专业委员会常务委员。

业务专长:从事临床工作20余年,在高血压、心衰、冠心病、心律失常等心血管疾病诊治上积累了丰富的临床经验,擅长心衰、冠心病及心血管疑难危重疾病的诊治与抢救。

## 邵挥戈

长沙市中心医院内分泌科主任,长沙市医学会内分泌学专业委员会主任委员,湖南省健康管理学会老年代谢性疾病健康管理专业委员会副主任委员,湖南省预防医学会糖尿病委员会常务委员。

业务专长:擅长糖尿病及其慢性并发症、甲状腺疾病、骨质疏松、痛风、继发性肥胖、高脂血症、内分泌性高血压、生长发育与性腺疾病、下丘脑垂体疾病、肾上腺疾病、水电解质失衡等内分泌疑难病的诊治。

## 李拥军

长沙市中医医院(长沙市第八医院)神经内科/脑病科主任医师,湖南省卒中协会脑血管病专业委员会常委,中国老年医学学会神经病学专业委员会委员,湖南省康复医学会神经介入专业委员会委员。

业务专长:主要从事脑血管病诊疗、神经介入治疗;对颅内感染、中枢神经系统脱髓鞘性疾病、癫痫、帕金森病、痴呆等疾病亦有较丰富的临床经验。

## 唐勇军

中南大学湘雅医院呼吸与危重症医学科主任医师,中华医学会呼吸病学分会肺栓塞与肺血管病学组委员,湖南省肺栓塞与肺血管病学组组长,湖南省肺康复联盟副主席。

业务专长:擅长呼吸内科常见病、疑难病症的诊疗,主攻方向为急性肺栓塞、慢性阻塞性肺疾病、睡眠呼吸暂停综合征。

## 谭怡忻

中南大学湘雅二医院皮肤科副主任医师,湖南省医学会医学美容与美容专业委员会青年委员,湖南省医师协会皮肤科医师分会委员,湖南省医学会变态反应学专委会委员。

业务专长:擅长荨麻疹、过敏性皮炎、痤疮、皮炎湿疹等常见皮肤病的诊疗及激光美容治疗。

## 陈音音

湖南省人民医院肾内科主任医师,湖南省中医药和中西医结合学会肾脏病专委会副主任委员,湖南省康复医学会肾脏与血液净化专委会副主任委员,湖南省生理学会肾脏生理专委会副主任委员。

业务专长:擅长代谢性肾脏病(肥胖相关性肾病、糖尿病肾脏疾病)和危重尿毒症患者救治。

## 向伟能

长沙市第一医院脊柱外科主任医师,中国康复医学会创伤康复专业委员会委员,湖南省康复医学会脊柱脊髓专业委员会委员,长沙市中西医结合学会脊柱医学专业委员会副主任委员。

业务专长:主攻各类脊柱退行性疾病(颈椎病、腰椎间盘突出症、腰椎滑脱及椎管狭窄症等)、脊柱骨折脱位、脊柱结核、肿瘤以及脊柱侧弯、后凸畸形等,熟练掌握各类脊柱外科开放及椎间孔镜等微创手术。

## 赵飞

长沙市中医医院(长沙市第八医院)呼吸内科/肺病科主任医师,中国康复医学会呼吸康复专业委员会委员,湖南省健康管理学会呼吸康复专业委员会主任委员,湖南省残疾人康复协会肺康复专业委员会主任委员。

业务专长:擅长呼吸康复及间质性肺病、呼吸重症的治疗。

## 彭张哲

中南大学湘雅医院肾内科主任医师,中华医学会肾脏病学分会青年委员,湖南省中医药和中西医结合学会委员,湖南省健康服务业协会肾健康分会常务理事。

业务专长:擅长慢性肾脏疾病如IgA肾病、糖尿病肾病、慢性肾小球肾炎的诊断与治疗,慢性肾功能不全防治,血液净化技术等。

## 朱利勇

中南大学湘雅三医院减重代谢外科主任医师,中国医师协会肥胖与糖尿病外科专家协作组委员兼秘书长,中国康复医学会减重与代谢康复青年专业委员会副主任委员。

业务专长:擅长肥胖与代谢外科、胃肠机器人手术;胃肠良恶性疾病、代谢性疾病、疝疾病诊治。

## 张亮

湖南省人民医院儿童医学中心副主任,中国医师协会儿科医师分会儿肾青年学组委员,湖南省医学会儿童遗传与罕见病学组委员,湖南省国际医学交流促进会儿童慢病与健康管理服务专业委员会副主任委员。

业务专长:擅长小儿肾脏风湿、呼吸道、消化道等常见疾病的诊疗。

## 焦闻文

长沙市第三医院肾内科副主任医师,长沙市医学会肾脏病学专业委员会委员。

业务专长:擅长各种原发及继发性肾脏疾病的诊治,急性肾功能衰竭救治,终末期肾病肠道尿毒素清除及血液净化治疗。

## 郭慧

中信湘雅遗传与生殖专科医院生殖中心副主任

业务专长:擅长不孕症的诊断与治疗,优生优育的咨询与诊断,IVF临床用药方案优化及个体化促排卵,冻胚助孕方案及临床处理,反复植入失败患者的诊治。对辅助生殖技术中宫腔粘连患者治疗有丰富临床经验。

## 握好健康法宝 生活才更美好

● 付臣欢

“人生在世,平安是福,健康是宝。”健康之于人生的重要性,犹如植物的根茎、鸟儿的翅膀。无根之木何以枝繁叶茂?无翼之鸟何能翱翔苍穹?若没有健康这一宝,幸福、梦想、快乐、富裕……人们一切的盼头和奔头都不过是空中楼阁。

在中国千百年来朴素观念中,健康长寿是福气,也是一直追求的目标。哪怕是“头铁”的年轻人有时调侃自嘲“活是不想活了”,但也很诚实地表示“死是不想死的”。特别是近些年来,“脆皮大学生”“朋克养生”等热词层出不穷,按摩养生、轻食简餐、健身锻炼等健康消费兴起,既折射出人们有健康意识但误区多、行动不到位等问题,也反映出亚健康状态、健康生活需求的年轻化趋势,还体现了大健康理念已经逐渐在全社会、各年龄层、多方面形成。

长沙打造健康生活节,正是为了回应市民的健康需求,也是在倡导传播科学的健康观念、健康的生活方式习惯。全社会对健康生活重视度的不断提高,证明这一活动走得对也走得及时。这里有科学带娃、医育结合特色的婴幼儿照护模式,解决有娃一族的“带娃难”;这里有免费的专业急救培训,帮助市民增强应急救护能力;这里有“求医问诊”最强地图,为市民寻找优质医疗资源提供指引;这里还有“过健康生活却被误伤”等典型案例的分析与纠正……人们在践行健康生活方式中踩过的雷区、存在的困惑、找不到的答案、需要解决的难题,都能通过这一平台得到解决。

更长远的来看,打造健康生活节,不仅是搭建了一个惠及全体百姓、增加市民健康福祉的好平台,更推动城市形成健康氛围、朝向健康可持续发展的方向生长。一个很鲜活的例证,就是长沙人“怕不辣”的饮食习惯。由于长沙湿热的气候特点,长沙人饮食上偏爱吃辣,这不能以“辛辣刺激物不利于健康”而论,反倒是辣椒起到了驱寒除湿的作用。如果生活在这座城市中的人们没有这味“健康辣椒”,那么应对湿热、湿冷的气候岂不了一分助力、几分乐趣?长沙人风风火火的性格和“敢为人先”的精神岂不了一种象征、一样注脚?放到当下更广的视域来说,无论是对优质医疗资源的需求,还是对大健康产业的消费需求,都如同辣椒一样,是市民健康生活、城市可持续发展不可或缺的一部分。

实施“健康中国”战略,这是一个发展目标,人民健康和长寿水平达到世界先进水平的中国,毋庸置疑需要丰富的医疗资源和先进的医疗水平作为支撑;这也是一种生活方式,需要人人拥有健康观念和健康的健康服务,家家户户能享受社会提供的健康服务和健康保险等生活方式;这更是一种发展理念,折射出我国卫生健康事业从“以治病为中心”向“以人民健康为中心”迈进,乃“上医”之道。而健康生活节,是长沙践行“健康中国”跨出的有力一步。真正做到健康生活,是您过好今天、拥抱明天的不二法宝。

我们衷心祝愿每一位市民,天天过健康生活,处处享美好人生!