

保护生育力刻不容缓 “女性生育力保护直通车”无锡站开启

7月19日,“女性生育力保护直通车”全国公益活动无锡站在无锡市妇幼保健院正式启动。该活动旨在更好地落实“生育力保护”政策,完善妇女全生命周期健康服务,为建设生育友好型社会贡献力量。

现代社会,女性受教育程度提高、职业发展需求增强、婚育观念变化等多种因素的综合作用,女性生育力面临着前所未有的挑战和威胁。“许多女性对自身生育力的变化规律、影响因素和保护方法缺乏了解。”首都医科大学附属北京妇产医院妇科内分泌创科主任、首席专家、卵巢组织冻存库创始人阮祥燕指出,女性生育力,尤其是卵巢储备功能,随着年龄增长而自然下降,35岁以后下降速度更快。推迟生育增加了自然受孕的困难、流产风险高,需要辅助生殖技术干预的可能性增加。而许多适龄女性不了解卵巢储备功能评估的意义,不清楚某些疾病或治疗可能对生育力造成的不可逆损伤。此次活动通过专家讲座、科普宣传等形式,大规模地向公众传递科学信息,消除误解,强调生育力保护的前瞻性

和主动性。

据悉,“女性生育力保护直通车”公益活动自2023年启动以来,已走过全国28个省份,为5万余名女性提供义诊服务,培训基层医生8000余人。如今它驶入无锡,将为我市女性带来国家级的健康资源与专业指导。

市妇幼保健院院长顾燕芳介绍,近年来,无锡生育率整体有下滑的趋势。作为无锡市妇产科医疗联盟龙头单位,市妇幼保健院在生育力保护领域已取得多项标志性进展:从2017年起,医院不仅先后建立了“复发性流产特诊中心”“优生遗传咨询中心”等,2024年又挂牌成为江苏省首家“全国女性卵巢保护与抗衰老促进工程生育力保护与保存临床分中

心”,助力育龄女性“怀得上、孕得优、生得好”。同时,医院建立无锡市妇幼保健院生育力保护保存临床分中心,让患者在本土享受到北京妇产医院阮祥燕教授团队国际前沿的生育力保护技术。

面对现代女性日益增长的生育力保护需求,市妇幼保健院婚前孕前保健科主任兼生殖

医学中心副主任张昀详细介绍了当前主流且日益成熟的保存“工具箱”。对于暂无迫切生育计划但担忧卵巢储备功能下降的女性,尤其是高龄或有早衰倾向者,定期进行卵巢功能评估至关重要。除了卵子或胚胎冷冻,“卵巢组织冷冻”技术也展现出独特价值,特别是青春期前女童与需要紧急放化疗的育龄女性,卵巢组织冻存是其生育力保护的唯一方法。

(葛惠)



心理专家手把手教你走出“心”迷宫

在快节奏的现代生活中,抑郁症、焦虑症、强迫症等心理健康问题困扰着越来越多人。

无锡市精神卫生中心以认知行为治疗(CBT)为“密钥”,通过科学干预帮助来访者打破负性思维闭环,重获心灵自由。近日,记者走进市精神卫生中心,通过典型案例揭秘这场“思维重塑”的治愈之旅。

◆躯体化焦虑?

“正念觉察”打破恶性循环

“总感觉心跳快得像要爆炸,检查却一切正常”,王女士因心慌、手抖等症状陷入健康焦虑。

走进市精神卫生中心后,通过正念认知疗法的“内感性暴露”训练,她学会以不评判的心态觉察躯体不适,逐步打破“担忧—回避”循环。两周后,王女士意识到“心跳加速≠生命危险”,主动减少回避行为,症状显著缓解。

◆反复强迫洗手?

背后藏着童年未愈的伤

每天反复洗手的小陈成长于严厉家庭,被灌输“努力就该成功”的信念,高考失利与亲人离世让她以强迫行为宣泄“无能感”。

心理治疗师通过角色扮演带她重回童年,分析“信念僵化—情绪压抑—强迫行为”

链条。“如果遇见当年的自己,你会说什么?”这一提问让她泪崩。通过认知重建,她理解“努力是过程而非保证”,三个月后洗手频率恢复正常。

◆价值感丧失抑郁?

“非情绪化沟通”重塑职业价值

程序员小李竞聘失败后转至行政岗,陷入抑郁。心理治疗师发现,其症结是“被动接受岗位调整导致价值感丧失”,于是引导他梳理技术优势,用“非情绪化沟通”反馈诉求,并通过模拟对话练习技巧。最终,小李成功调至技术支持岗,重建自信,抑郁情绪消散。

◆从“治症”到“治心”

CBT开启新范式

“CBT不是消除症状,而是建立思维‘纠错机制’。”心理治疗师表示,它能为情绪障碍患者及应激人群提供支持。医院加强团队建设,选派10余人参加国家级培训,举办8期实操课程及定期沙龙,以专业筑牢心理健康防线。

心理专家提醒,若您或身边亲友持续出现情绪低落、过度担忧、重复行为等症状超过两周,请及时寻求专业帮助。早发现、早干预,是应对心理问题的关键。(杨洁丹)

海派中医疑难杂症门诊 首次开诊

上海专家坐镇家门口, 开启疑难杂症诊疗新模式

本该互相扶持的老夫妻,为啥每次把行动不便的老伴“扔”到医院,自己就匆匆离开了?每周四,许阿姨带老伴黄老伯到易可中医院“魏氏脑病中心”参加帕友活动,却总是放下对方就匆匆离开,其实另有隐情。

家属隐疾有苦说不出 杂病专家贴心解难题

老黄帕金森8年,除了手抖、僵硬,还出现乏力、翻身困难、迈不动步等情况,因常摔倒便坐上了轮椅,很依赖老伴。“每次扔下我就走,你是不是嫌我累赘?”面对质疑,许阿姨有苦难言。

“医生说胃炎很严重,可能癌变,我根本不敢和他说。”面对医护人员关心,许阿姨“很委屈”:平时要照顾他,根本没时间看病,只能趁在

易可治疗时,自己偷偷去看病。“你们这里医护很周到、贴心,把他放在这里,我放心。”

“魏氏脑病中心”主任王习平得知后,主动帮许阿姨分析检查结果,针对症状,开具特色中药经验方内服并配合中成药辅助治疗。一段时间后,老人总是腹胀、胃不舒服的情况不见了,后检查确认胃黏膜损伤、异型增生均有好转。

一人一方,专家围着病人转 一站式诊疗,全程管控病情

“俩人都患病,互相影响,帮许阿姨治胃病,其实也是在帮老黄!”王习平本身也是脾胃病专家,对慢性萎缩性胃炎伴肠化生、伴低级别上皮内瘤变等有自己的经验方,临床经验丰富。

他想,医院上海专家这么多,对很多疑难杂症都很拿手,为何不开一个“疑难杂症门诊”,帮患者及家属“解难题”,还能服务周边居民,让他们在家门口就能看

上海专家。在王习平老师、“魏氏脑病”开创者魏江磊教授的首肯下,近日,“海派中医疑难杂症门诊”开诊。

据悉,该院谭德福、柳国斌、王义成等海派中医专家都会将“独门秘籍”带到该门诊,一站式为中风恢复期后遗症、支气管炎、风湿/类风湿性关节炎、干燥综合征、带状疱疹后遗症、肺结节等疑难杂症患者服务。(江南)



7月18日,鹅湖人民医院专家走进尚书苑社区开展健康义诊活动,为居民提供问诊咨询、白内障等眼部疾病筛查、免费快速血糖检测及测血压等服务。(陆杰)

图片新闻投稿邮箱:
jkrm999@163.com