



宁波市名中医馆



宁波市名中医馆大厅

集聚全市一流中医药专家 助力省域中医药强市建设 宁波市名中医馆开诊1年半 服务26万余人次

“马医生，我们终于不用去余姚找您了……”这是一对跟随浙江省名中医马伟明看诊多年的夫妻发出的感慨。马老曾任余姚市中医院院长、余姚市中医学会长，是当地家喻户晓的脾胃病专家。今年6月，马老受邀来宁波市名中医馆坐诊，短短数月，市民口口相传，号源预约量逐周攀升。

和马老一样，从区（县、市）邀请至市名中医馆坐诊的名医还有多位，有在慈溪“一号难求”的浙江省名中医林吉品，有在奉化家喻户晓的浙江省名中医王建康，还有以针灸术闻名遐迩的市级名中医、来自象山的黄颂敏和海曙区的李宗伟等。

1 集聚全市一流中医药专家 提供现代化中医药诊疗服务

为了更好地整合全市优质的中医药资源，在宁波市委市政府的高度重视和支持下，2022年3月，宁波市名中医馆依托宁波市中医院正式成立开诊。此举更好地发挥了中医药在疾病预防、治疗、康复中的独特作用，促进宁波中医药事业传承创新高质量发展。

为了更好地服务市民，宁波市中医院组织以王晖、董幼祺、洪善贻、叶海、崔云、王邦才、陈霞波、周建扬、陈雷等省级以上名中医坐诊宁波市名中医馆，另有一大批宁波市级名中医和中青年名中医也在此坐诊。同时，医院积极引进浙江省名中医黄平，以及各区（县、市）市级名中医资源，目前已形成由2名省国医大师、11名浙江省名中医、16名市名中医组成的全市一流中医药专家方阵。其中10名专家还是全国名老中医药专家传承工作室指导老师。

国医大师葛琳仪工作站、国医大师王永钧工作站、国医大师王琦工作站先后落户宁波市中医院，也为市名中医馆提供了优质、稀缺的中医药资源。

如今，前来市名中医馆求诊的患者络绎不绝，许多知名专家都呈现“一号难求”的态势，还有许多求诊者来自舟山、温州、福建、安徽、江西等地，区域影响力辐射浙东地区乃至全国。据统计，宁波市名中医馆开诊一年半，已服务超26万人次。

2 引领全市名中医馆发展 助力省域中医药强市建设

除了日常诊疗工作外，名中医馆还通过师承带教、建设名中医工作站等形式，推动全市中医药学科建设和科研攻关，甬派中医的学术经验思想在这里得到了更好的梳理、总结和传承。

近一年来，宁波市名中医馆先后有11位名中医在区（县、市）建立分站，另有2位名中医在帮扶地区凉山州会理市建立分站。名中医资源进一步下沉，科教研一体化推进模式更为完善。此外，医院每年接收来自周边各县市区及四川省凉山州、贵州省黔东南、新疆等地进修生、规培生、研究生等，安排其跟随名中医出诊抄方，精进中医药诊疗水平。

众所周知，名老中医的经验方是体现其用药经验和学术思想的重要载体。医院充分挖掘甬派中医药宝库，融合宁波市中医药研究院平台资源，研究了一批有效名老中医验方，推动医院制剂研发及成果转化。

未来，宁波市名中医馆将以中医药服务质量为主导，推动“品牌化”“优质化”“智慧化”等建设，打造我市名中医馆建设优秀样板，为加快建设省中医药综合改革先行市，打造更高水平的健康宁波和高质量发展建设共同富裕先行市贡献更多力量。

记者 程鑫 通讯员 陈君艳 文/摄

开车时眼睛突然睁不开 还出了车祸！ 这类病人最近多了三成

好端端开着车，眼睛突然一阵刺痛，就像被人喷了辣椒水，导致车辆追尾，原来是干眼症作怪。据宁波大学附属人民医院（鄞州人民医院）眼科中心副主任赵娜介绍，这段时间该院眼科门诊干眼症患者多了至少三成。

眼睛突然睁不开 高架上追尾

蔡女士（化名）是一位行政主管，日常的工作和生活都离不开电话和手机。入秋以来，天气干燥，蔡女士时常觉得眼睛干涩，这种情况已经持续了好几年。

这段时间，蔡女士（化名）开车时发生不适，最终导致车辆追尾。好好开着车，她的双眼突然就像被人喷了辣椒水，突然一阵刺痛，根本睁不开眼，最终在高架上与前车追尾。

蔡女士来到鄞州人民医院眼科就诊，接诊的是该院眼科中心副主任赵娜。经过全面的眼部检查，蔡女士被诊断为重度干眼症。

常常流泪可能也是干眼症

赵娜解释，干眼症是指多种原因造成的泪液质或量异常或动力学异常，导致泪膜稳定性下降，并伴有眼部不适和眼表组织病变特征的多种疾病的总称，又称角结膜干燥症。

“眼睛干涩、容易疲倦、眼痒、有异物感、痛灼热感、分泌物黏稠、怕光、畏光、对外界刺激很敏感是相对常见的症状。”赵娜提到，但事实上干眼症并非只有干燥，有时眼睛太干，基本泪液不足，反而刺激反射性泪液分泌，就会造成常常流泪的情况。

“为什么平时对着手机、电脑眼睛还能忍受，反而开车的时候特别严重？”蔡女士不解地问。赵娜解释，因为开车时目不转睛，长时间不眨眼，泪液分泌减少，就容易导致不适的出现。

针对蔡女士的情况，赵娜为其通过M22仪器实施了OPT治

疗。经过一个疗程的治疗，目前蔡女士的不适明显得到缓解，眼睛刺痛的症状再也没有发生。

赵娜告诉记者，入秋以来，在该院就诊的干眼症患者至少多了三成。“据统计，60%的电脑族有干眼症的困扰，而其中70%的人还没有真正重视自己眼睛面临的危机。”

除此之外，还有多种原因会诱发干眼症。

长期服用降压药、精神安定类药物、滴眼液等，会影响泪液的正常分泌。

女性发病率比男性高，可能跟女性经常化妆有关系。

环境干燥、高温、风沙天气等因素，都会加速泪液的蒸发，导致干眼症的发生。

不妨试试这种休息法则

生活中该如何预防干眼症？赵娜介绍了一种休息法则：每看电子屏幕20分钟后，需要抽20秒时间眺望6米以外的地方。这个休息法则适用于所有需要长时间看电子屏幕的人群。还有以下几种方法：

日常多眨眼。在紧盯电脑或手机时，正常的眨眼运动频率会大大降低，眼睛就容易觉得干涩、有异物感。

多吃一些新鲜的蔬菜和水果。适当热敷会让分泌物软化，便于排出，泪膜的稳定性也能得到提高。

可以使用人工泪液缓解眼睛干涩等症状。但需要注意，人工泪液会干扰自身泪膜的稳定性。即使不含防腐剂，也不建议长期使用，一般每天控制在4次以内，每次1滴即可。

记者 陆麒雯 通讯员 郑瑜

一周楼市速递

二手房市场持续回升，单周成交再创下半年“新高”

据南天甬上找房平台数据显示，上周市三区（海曙、江北、鄞州）存量住宅成交量环比上升39%，成交总面积环比上升14%，成交总金额环比上升17%。

市三区存量住宅周成交均价26863元/㎡；其中：海曙区成交均价23718元/㎡，环比下降1.8%；江北区成交均价24360元/㎡，环比上升4.8%；鄞州区成交均价32511元/㎡，环比持平。

存量住宅面积段成交占比情况：50㎡以下成交占比8%，环比上升60%；50-90㎡成交占比45%，环比上升25%；90-140㎡成交占比37%，环比下降19%；140㎡以上成交占比10%，环比下降23%。

住房租赁区域成交周占比情况：海曙区占比27%，鄞州区占比41%，江北区占比12%，其他区域占比20%；周成交环比上升4%，月租金均价29.52元/㎡，环比持平。

根据南天甬上找房平台数据显示，上周，市三区二手房住宅买卖成交量环比上升39%，成交量再次刷新下半年单周成交量“新高”，且市场呈现量升价稳的态势。

随着宁波住房“换新购”的启动，10月26日，首单“换新购”业务在南天·甬上找房成功签署。越来越多的想通过“换新购”方式改善居住环境的购房客户，纷纷出现在各大售楼处和房产中介门店；截至目前，在南天·甬上找房各门店已签约“换新购”业务的有6组，正在跟进的意向客户20组。

据悉，11月24日起宁波市将进一步放宽户口准入条件，在浙江省首先试行居住证转户籍制度。业内人士分析，诸多政策的叠加下，楼市活力将进一步提振，市场信心有望逐步修复。

记者 余涌 通讯员 赵益芳