



羊城晚报记者 林清清

“到基层做科普、开义诊，就是作为一名医生最好的过节方式。”8月19日中国医师节当天，广东省名中医邹旭教授这样说。

名医名报携手，共促健康科普！8月19日上午，“生活中的中医智慧”健康促进行动（江门站）暨江门“学习进行时”微课堂、江宣健康大讲堂在广东省江门市工人文化宫举行。本次活动由广东省中医药局指导，中共江门市委宣传部、羊城晚报报业集团、广东省中医院主办，江门市总工会、江门市五邑中医院协办，羊城晚报教育健康部、羊城晚报大健康研究院承办，无限极（中国）有限公司支持。

来自广东省中医院的18位中医专家和护理专家团队，会同江门市五邑中医院的中医专家一起，开展科普讲座和义诊活动，为市民健康“把脉”，与江门市民共度医师节。

开启健康湾区行

羊城晚报报业集团总编辑林海利表示，羊城晚报与广东省中医院于今年7月联合发起“生活中的中医智慧”健康促进行动，在新闻宣传、内容创作、科普服务、国际传播、系统联动5个方面共同探索中医药文化建设新路径。江门既是陈伯坛、邓铁涛等中医大师的故乡，也是许多知名中成药的发源地。在中国医师节当天，在江门开启该系列活动湾区行第一站，颇有意义。

江门市委常委、宣传部部长陈冀致辞时表示，江门正在大力推进中医药强市建设，以中医文化为载体，探索实践中华优秀传统文化创造性转化、创新性发展。江门已成功入选广东省建

设国家中医药综合改革示范区试点，正积极创建广东省中医药文化国际传播示范基地。此次省市中医院专家科普义诊，是新时代文明实践的一项重要活动，让江门群众在家门口就能享受到“简便廉验”的中医药服务。

广东省中医院大学城医院副院长陈志霞表示，健康是每个人自己的财富，中医智慧就是打开保持健康的一把钥匙。作为全国规模最大的中医院，广东省中医院不仅注重急危重症复杂疑难疾病的救治能力，更注重运用中医“治未病”理论，普及治病防病知识。与羊城晚报联合发起的系列健康促进行动，就是要用老百姓能听得懂的语言，让大家科学预防疾病，了解中医药知识。

名医传授“养生秘方”

心跳太快怎么回事？怎样

晒太阳养生效果最好？活动现场，广东省名中医、广东省中医院重症医学科大科主任邹旭教授带来“健康从‘心’开始”主题讲座，用轻松诙谐的案例、生活中简易可行的小窍门，讲解如何防治中老年人常见的心血管疾病。当讲到“邓老养生24法”“长寿秘诀：龟吸大法”等养生妙招时，大家不约而同举起手机拍照记录。

据悉，参加本次义诊的专家团队，皆为广东省中医院及江门市五邑中医院的名医大咖，多位科室负责人亲自“挂帅”。现场还特设耳穴综合疗法、温通拔筋罐、铜刮痧等多项中医特色疗法，为江门市民带来“沉浸式”中医药体验。

别样过节意义非凡

“我前两天落枕了，现在还贴着膏药，听说有省中医的专家来，我早早就报名了。”活动当天9时不到，市民王女士就

带着女儿、婆婆来到现场，“平时都是一号难求的大专家，专门从广州过来给我们义诊，太感动了。”

“周末科普对广大市民来说更方便，效率也更高。我们医务工作者尤其急诊科医生，也习惯了不分周末节假日的工作模式，在医师节开展科普和义诊感觉更有意义。希望能让大家多掌握一些能‘救命’的实用知识。”广东省中医院大学城医院急诊科主任中医师曾靖表示，他前一天还在医院值夜班，当天一大早直接从医院出发到江门参加义诊。

据了解，“生活中的中医智慧”健康促进行动于今年7月14日在广州启动。为了进一步推动中医药科普走进基层、走近市民，“生活中的中医智慧”健康促进行动启动湾区行。未来，活动还将持续在粤港澳大湾区各地市巡回开展，让更多百姓全方位体验生活中的中医智慧。

发生在医师节的一场空中ECMO转运救援

心脏遭遇电风暴 空中转运抢生命

文/图 羊城晚报记者 张华
通讯员 林泽锋 刘文琴 黄睿 程颖



转运直升机抵达中山大学孙逸仙纪念医院南院区，医护人员紧急开展落地急救工作

“直升机准备降落，请地面做好接机准备……”8月19日16时15分，医疗救援直升机搭载着一名实施ECMO（体外膜肺氧合）患者，从中山大学孙逸仙纪念医院深汕院区抵达该院广州南院区。

一场跨越280公里的转运，为紧急危重症患者搭建了生命通道，赢得了宝贵的救治时间。据悉，这是粤东首例“空中ECMO辅助下生命救援”。

除颤13次，心血管外科团队助患者闯关

59岁的郑叔，三天前在家突发晕厥，家人赶紧把他送到医院。在做过心脏彩超检查后，医生考虑郑叔是缺血性心脏病。然而，当晚郑叔再次出现意识丧失情况，且心电图提示室颤心律。由于郑叔恶性心律失常反复发作，药物控制效果差，当地医院随即向中山大学孙逸仙纪念医院深汕院区郑俊猛教授团队求助。郑俊猛评估后，认为患者是“电风暴”（24h内发生≥2至3次的室性心动过速和/或心室颤动）发作，随时有猝死风险。

秉承着“先保命后治病”

原则，郑俊猛全程线上指导当地医疗团队向中山大学孙逸

仙纪念医院深汕院区转诊，并启动高级生命支持小组于深汕院区待命。

在转诊到深汕院区后，郑叔持续电风暴发作，抢救团队为他除颤13次，然而其心率一度降至27次/分，血压低至67/32mmHg，生命垂危。情急之下，郑俊猛在从院本部赴深汕院区的途中指导抢救，并在陶俊副教授和周明根教授团队协作及刘航宇体外循环师的配合下，15分钟完成床边紧急ECMO循环支持。终于，郑叔生命体征逐步恢复稳定，暂时脱离险境，渡过第一道“生死关”，但其心脏左室射血分数仍未升高。

最强接力，搭建重症患者救治生命航线

为寻求生存机会，家属希望患者转运至中山大学孙逸仙纪念医院广州本部救治。但深汕院区到广州单程路途有280公里，急救车转运需4小时（路况通畅情况下），且ECMO及呼吸机需要氧气支持，长时间的转运途中，一旦患者电风暴再次发作，抢救难度极大。

两院区心血管外科医疗团队协商后，决定通过空中方式完成转运。

8月19日15时，深汕中心医院心血管外科医疗团队迅速将病人转运至救援直升机。15时30分，直升机在汕尾起飞。一个半小时后，直升机平稳降落在中山大学孙逸仙纪念医院广州南院区停机坪。守候一旁的心血管外科团队和重症监护团队的医护人员快步上前，迅速将患者转运至重症监护室。

中山大学孙逸仙纪念医院心血管外科主任郑俊猛表示，若患者经过心外ICU一系列药物优化心律、抗感染及营养支持治疗后，左室射血分数仍呈不可逆下降趋势，则考虑予以人工心或心脏移植等外科治疗方案。

中山大学孙逸仙纪念医院副院长刘超还表示，该院具有丰富的心脏移植经验，是广东为数不多的，既能完成心脏移植又可以植入人工心的医疗单位之一。2019年至今，该院累计开展心脏移植手术逾百台，手术成功率和患者长期生存率均达到国内先进水平。



全民阅读如何深耕 未来书香飘向何方？

2023“书香岭南”全民阅读论坛举办

羊城晚报记者 孙磊 孙旭刚

8月19日，2023“书香岭南”全民阅读论坛在南国书香节上举行。本次论坛在“阅读岭南·书香无界”的主题主线引领下，多位专家学者围绕“出版对话：构建全民阅读推广服务体系”“湾区共读：粤港澳出版合作与阅读文化交融”“畅想阅读：我们未来的阅读与创新力”议题展开对话，聚焦业界和学界关注的热点话题，探讨出版与阅读领域的理论和实践问题。

广东开全民阅读风气之先

广东一直开风气之先。早在1993年，广东率先开展覆盖全省的阅读活动。2013年，深圳获得联合国教科文组织颁发的“全球全民阅读典范城市”，是广东推进全民阅读的显著成效。

“广东经济发展走在全国前列，这与广东深厚的阅读文化根基不无相关。”中国出版协会理事长邬书林认为，把全民阅读落到实处需要资金、需要社会的参与、需要各方面力量的加持。在过去30年，广东不断实践，为老百姓、为读者提供便捷的阅读方式、便捷的阅读条件，也为推进全民阅读积累了宝贵的经验与教训。

展望未来，邬书林提出，要坚持不忘“本来”、吸收“外来”、面向“未来”进行内容生产，南国书香节也要跟上时代与技术带来的机遇。

“阅读力”一定程度 决定学习力

“提高阅读力的目的是提高学习力、文化力与思想力。”韬奋基金会理事长聂震宁认为阅读力决定学习力，他分析历史上不同朝代的阅读力与学习力后提出，一个人的学习力将决定一个人的成长高度，而一个民族的学习力将决定一个民族的发展前景，“要建设中国式现代化，必须提高全社会阅读力”。

“任何一门新的知识学习、任何一个新的发明创造，都必须从阅读开始，这直接决定我们下一代的生产能力。”聂震宁在发言中提到，好的教育绝不局限于成绩的高低，更重要的是培养学生的阅读兴趣，提升他们的学习能力。青少年强烈的阅读兴趣可以增强他们的学习动力，良好的阅读习惯可以支撑他们的学习毅力，增强阅读能力则直接提高他们的学习能力。

30年后的阅读将变成什么样？陈平原提出了自己的畅想：“只要30年后人们还继续读书，就应该多读‘无用之书’。30年前计算机考试的教材是‘有用之书’，如今早已被淘汰。但30年前读过那些文史哲的‘无用之书’，却深深留在了人生里。因此，全民阅读应该提倡多读‘无用之书’，多跨职业、跨学科、跨媒介的书。”

机的时长是阅读纸质书的4.5倍之多，77.8%的成年国民通过手机来阅读。我国已经进入纸质阅读方式和屏幕阅读方式并行的阶段。”中南出版传媒集团总编辑谢清风说。

碎片化阅读时代，现代人究竟需要怎样的阅读？江苏凤凰出版传媒股份有限公司总编辑徐海表示，“好书不多，时间不多”是当代阅读面对的最大矛盾。

徐海认为，出版业界当务之急是要为读者提供优质供给。曼昆《经济学原理》以“人人能读懂的经济学”经久不衰，“我们能否为读者提供更多‘人人能读懂’的书，是优质供给的一个标准”。

屏幕阅读固然未退场。邬书林介绍，国外有研究指出，孩子在学习阶段，读纸质书获取知识的巩固率要比电子书高出30%。

电子阅读的兴起，特别是今年人工智能ChatGPT的爆火，也在改变着未来阅读格局。邬书林认为，出版人必须拥抱技术发展潮流，这些工具的存在大大提升了科研效率，“但AI远未到达代替出版家工作的程度”。在他看来，出版业界需要研究线上线下阅读如何更好地结合。

谢清风也认为，出版业界需要为读者提供一站式、个性化的“阅读解决方案”，线下好书，线上服务、阅读体验活动、阅读教学活动都应该被重视。

全民阅读 是“为己之学”

会上，广东省新闻出版局局长陈俊年、北京大学中文系教授陈平原就“畅想阅读：我们未来的阅读与创新力”议题，展开深入探讨。

“在一个科技进步越来越快，生活越来越便捷的时代，全民阅读很可能是‘为己之学’。”陈平原认为，当下的全民阅读有别于职业培训，阅读是为了自己的修养、为了自己的愉悦、为了自己的生活充实。

30年后的阅读将变成什么样？陈平原提出了自己的畅想：“只要30年后人们还继续读书，就应该多读‘无用之书’。30年前计算机考试的教材是‘有用之书’，如今早已被淘汰。但30年前读过那些文史哲的‘无用之书’，却深深留在了人生里。因此，全民阅读应该提倡多读‘无用之书’，多跨职业、跨学科、跨媒介的书。”

汕头向来汕大学新生 送出特别城市见面礼

300名新生组成始发团漫游汕头

羊城晚报讯 记者蚊璐雅、实习生翁安杨、通讯员汕文广旅报道：8月19日，一场“青春向汕头——2023年大学生漫游汕头活动”举行，约300名广东以色列理工学院2023级新生作为首发团成员，打卡汕头多个地标，领略汕头历史文化、欣赏海滨风光、品尝汕头特色美食，感受汕头市向大学生送出的“城市见面礼”。

活动当天，共有“一湾两岸青春启航”和“跨山越海青春逐梦”两条适合年轻群体特色的线路。“一湾两岸 青春启航”通过游览小公园历史文化街区、镇邦美食街、碧石风景区、潮汕历史文化博览中心等汕头特色景点，让新生领略开放、包容、时尚、活力的城市气质；“跨山越海 青春逐梦”则突出汕头滨海特色，游览国际旅游岛南澳岛，感受海天一色秀美风光，领略海上自然景色和人文历史的完美结合。

旅行途中，汕头的自然景观与人文底蕴引得新生连连赞叹。汕头新晋“网红打卡点”南澳岛风光无限，同学们纷纷拍照留念。“这是我第一次来南澳岛，这里非常吸引我。希

望下次能跟家人一起过来，让他们也来看看汕头这座海滨城市的同学说。

“今天体验非常棒，让我深入感受了汕头风情，而且有很多精彩互动环节，让我认识到不少新同学。”来自湖北的吴同学表示，开学前两周，广以的新生们一直忙于准备课程学习，这次“漫游汕头”活动为新生们提供了友好社交、了解汕头的机会。

在漫游汕头活动结束后，主办方还为首发团新生精心准备了欢迎仪式。老潮兴潮汕粿品、蔡溪记手锤牛肉丸、西天巷蚝烙、蒂蒂香鱼丸……丰富的非遗美食展示及汕头美食文化讲解，引起了不少大学新生的兴趣。

据悉，“青春向汕头——2023年大学生漫游汕头活动”由汕头市文化广电旅游体育局主办，以政府补贴的形式，计划组织广东以色列理工学院、汕头大学约5000名新生漫游汕头，带领大学新生以深度体验的方式，更快更好地了解汕头、融入汕头。活动将持续到10月份。

医师节名医下基层

“生活中的中医智慧”走进江门

开启健康湾区行

羊城晚报报业集团总编辑林海利表示，羊城晚报与广东省中医院于今年7月联合发起“生活中的中医智慧”健康促进行动，在新闻宣传、内容创作、科普服务、国际传播、系统联动5个方面共同探索中医药文化建设新路径。江门既是陈伯坛、邓铁涛等中医大师的故乡，也是许多知名中成药的发源地。在中国医师节当天，在江门开启该系列活动湾区行第一站，颇有意义。

江门市委常委、宣传部部长陈冀致辞时表示，江门正在大力推进中医药强市建设，以中医文化为载体，探索实践中华优秀传统文化创造性转化、创新性发展。江门已成功入选广东省建

设国家中医药综合改革示范区试点，正积极创建广东省中医药文化国际传播示范基地。此次省市中医院专家科普义诊，是新时代文明实践的一项重要活动，让江门群众在家门口就能享受到“简便廉验”的中医药服务。

广东省中医院大学城医院副院长陈志霞表示，健康是每个人自己的财富，中医智慧就是打开保持健康的一把钥匙。作为全国规模最大的中医院，广东省中医院不仅注重急危重症复杂疑难疾病的救治能力，更注重运用中医“治未病”理论，普及治病防病知识。与羊城晚报联合发起的系列健康促进行动，就是要用老百姓能听得懂的语言，让大家科学预防疾病，了解中医药知识。

名医传授“养生秘方”

心跳太快怎么回事？怎样

晒太阳养生效果最好？活动现场，广东省名中医、广东省中医院重症医学科大科主任邹旭教授带来“健康从‘心’开始”主题讲座，用轻松诙谐的案例、生活中简易可行的小窍门，讲解如何防治中老年人常见的心血管疾病。当讲到“邓老养生24法”“长寿秘诀：龟吸大法”等养生妙招时，大家不约而同举起手机拍照记录。

据悉，参加本次义诊的专家团队，皆为广东省中医院及江门市五邑中医院的名医大咖，多位科室负责人亲自“挂帅”。现场还特设耳穴综合疗法、温通拔筋罐、铜刮痧等多项中医特色疗法，为江门市民带来“沉浸式”中医药体验。

别样过节意义非凡

“我前两天落枕了，现在还贴着膏药，听说有省中医的专家来，我早早就报名了。”活动当天9时不到，市民王女士就

把中医典籍当小说来读

工作的女人最有魅力。广东药科大学附属第一医院妇产科主任陶莹，有着西北人特有的爽朗，常常是人未到声先至。“一听到陶姐姐的声音，我们心里就特别踏实。”病房里的患者，无论老幼都亲切地称她为“陶姐姐”。

陶莹从医31年里从未离开

临床一线，妇产科工作苦、累、险，加班加点是常态。凌晨的病房、深夜的手术室、假日的病房走廊，都有她忙碌的身影。

一天早上，她起床后正在洗漱，手机响了，家人一看是科室电话便立刻递给她。电话那头

值班医生着急地说：“有名产妇突发胎带脱垂，胎儿随时有生命危险。”当时正值上班高峰期，陶莹抓起手机冲出家门，一路狂奔到医院，甚至来不及等电梯，一口气跑到六楼冲进病房。

“当时也不知哪里来的体力，只想着能快一秒是一秒。”陶莹回忆说，她冲到病房，看到婴儿的身体已经出来，但头还卡在妈妈体内，情况紧急。她马上做好准备，与同事默契配合，成功将婴儿娩出。当孩子发出清脆哭声那一刻，她才感觉到自己口干舌燥，衣服从上到下已全部被

汗水浸湿，她一口气灌了三大杯水才缓过来。

30多年身经百战，陶莹练就了“秒出门”“随时进入应战状态”“临危不乱”的超人特质。陶莹说，近几年高危妊娠比例增加，对产科医护人员提出更高要求，孕期的管理要更精细，整个产程的监测要更严密。

广东人有生孩子吃猪脚姜、

孩子满月送红鸡蛋的习俗。

许多产妇出院后，家人特意送鸡蛋、姜醋来病区，分享他们添丁的喜悦，更是表达对医护人员的感激之情。

“当时也不知哪里来的体力，只想着能快一秒是一秒。”陶莹回忆说，她冲到病房，看到婴儿的身体已经出来，但头还卡在妈妈体内，情况紧急