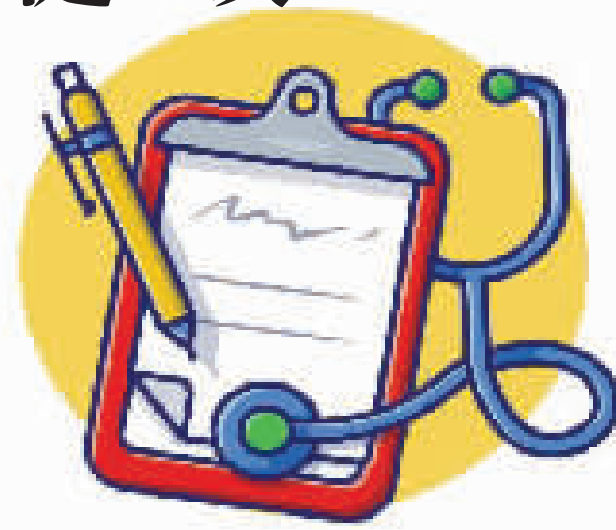


听听三大专科医院的新年新“健”议



天津市体育运动医学中心

构筑全民健康新防线

推进医体融合,是落实健康中国战略、转变健康管理模式的主动选择。它倡导将体育运动深度融入疾病预防、治疗与康复全过程,让科学运动成为普惠的“健康处方”。在天津,这一理念正通过专业平台加速落地——天津市体育运动医学中心应运而生。

《健康直播间》专访天津市天津医院党委书记、天津市体育运动医学中心主任徐卫国及相关骨科专家团队,共同解读医体融合如何筑牢全民健康防线,为大家送上2026年健康生活的专业“健”议。

开启融合发展新里程

2025年4月,天津市体育运动医学中心在天津市天津医院正式挂牌成立,标志着天津在整合顶尖医疗资源与体育科学领域迈出关键一步。该中心依托医院骨科国家临床重点专科的雄厚实力,配备3个独立病区共108张床位、2000平方米专业研究所、价值超3500万元的先进设备,以及50余人的医工交叉团队,全力打造集“诊疗—康复—科研—人才培养”于一体的高水平平台。中心聚焦运动损伤精准诊治、运动康复与术后管理、运动促进健康服务、运动员保障、医体融合研究五大核心方向。

健康跑传递“运动是良医”

为推动“运动是良医”理念落地,在天津市卫生健康委、天津市体育局指导下,该中心于2025年9月27日承办天津市首届医体融合健康跑活动。“健康天津,医者先行”的理念在活动中得到充分彰显,全市卫生健康系统70余家单位的360余名医务工作者踊跃参与。竞赛奖牌设计颇具巧思:中央以“骨”字变形为冲刺跑者形象,环绕的双螺旋图案,既是生命医学的DNA基因链,又象征跑道双弯线,环环相扣间,寓意医疗与体育事业相融共生、协同发展。这场健康跑,正是天津推进“全民健身”与“全民健康”深度融合的生动缩影。

助力运动损伤高效康复 康复医学关口前移

运动损伤类型因人而异,专业运动员多关注能否安全重返赛场;而普通运动爱好者的核心诉求多在于安全运动、避免损伤及伤后康复。中心通过影像学、生物力学等多维度评估技术,结合三维运动测量与步态分析,可实现损伤的量化与个体化诊断。治疗以关节镜微创为核心,依托多学科协作模式,未来手术机器人等科技将进一步提升精准修复效率。

康复医学治疗关口正从术后康复向前期干预转变,服务范围延伸至慢性病管理。运动处方作为科学量化方案,在高血压、糖尿病等慢性病防控中作用显著,2024年8月,由天津医院负责牵头起草的《运动处方技术服务规范》(DB12/T 1350-2024)天津地方标准获批发布,进一步推动标准化实践,助力患者高效重返运动与日常生活。

新年新“健”议

新的一年,天津市体育运动医学中心将继续通过“医体融合”的创新路径,为专业运动员和广大市民提供坚实的健康保障,也希望公众树立“主动健康”理念,在运动中收获活力与快乐!

天津市眼科医院视光诊所

守护全生命周期眼健康

眼睛是感知世界的“第一扇窗”,让我们得以窥见世间万千精彩。当下,眼健康问题早已突破年龄界限,成为全社会亟待关注的共同健康挑战。天津市眼科医院视光中心李丽华主任带领视光专业团队,始终致力于眼健康领域的深耕与探索,不断迭代升级健康服务体系,用前沿理念与科学方法为全生命周期眼健康保驾护航,将传统视光诊所升级为服务内容更丰富、专业服务更多样的综合性视光诊所,满足不同年龄段人群的全维度眼健康需求,为市民送上2026新年专属眼健康指引。

全生命周期眼健康管理

构建覆盖全生命周期的眼健康管理,其核心在于服务人群的全面性与管理流程的完整性。从新生

打造全周期高品质 妇产医疗新范式

守护女性全生命周期健康,是提升全民健康水平、构建生育友好型社会的重要基石。在党委书记胡元晶的带领下,天津市中心妇产科医院国际诊疗中心全新启航,构建高品质妇产医疗新范式,更将实用的新年健康指南送至公众身边。

回应多元需求 填补服务空白

当前,公众对医疗服务的需求已超越“治愈疾病”,延伸至国际化的体验、人性化的关怀与舒适化的过程。国际诊疗中心的成立,正回应了这一时代呼声。

天津市中心妇产科医院国际诊疗中心主要面向海内外有高品质

儿至老年,眼健康管理应贯穿每个人的一生,涵盖不同年龄阶段的特定需求与风险。比如婴幼儿和学龄前儿童,不仅要关注远视储备,还要重视弱视、斜视的筛查;到了儿童青少年时期,关注重点是近视的早期筛查与干预,以及视觉发育过程中的各类问题;对于中青年人来说,视疲劳、干眼、“早老花”以及手术后的眼健康管理,都是我们关注的重点;而到了老年阶段,眼健康问题已不仅限于老花眼,与年龄相关的白内障、青光眼、因高度近视引发的眼底病变同样需要引起重视。

满足不同场景下的用眼需求

除了兼顾不同年龄段人群的眼健康,专业的视光团队还要满足不同场景下的用眼需求:比如电子屏幕的使用、夜间驾驶、户外活动等等。场景化服务不再是简单的验光配镜,而是根据不同的用眼场景,推荐最合适的

视觉解决方案,满足人们对视觉质量和用眼体验的进阶需求。

一站式解决多种眼健康问题

随着大家眼健康需求越来越多元化,不管是青少年常见的近视、职场人高发的干眼,还是中老年眼病,都需要针对性的解决方案。升级后的视光诊所,能够一站式解决多种眼健康问题,并集结了四大核心优势:专业医生坐诊、卫星诊所处方服务、全生命周期眼健康管理、总院诊疗直

通+数据联动。在这里,患者既能享受专业视光服务,还能快速对接天津市眼科医院专业医生问诊评估,并通过绿色通道,以分级诊疗模式破解看病远、挂号难的痛点,让就诊更高效、更便捷。

新年新“健”议

护眼不分年龄,它贯穿于生命的每个阶段。新的一年,愿您用好身边的“眼健康管理专家”,自由享受清晰“视”界!

天津市中心妇产科医院国际诊疗中心

医疗需求的女性群体,包括外籍人士、港澳台同胞、商保客户及追求个性化服务的自费患者。中心核心理念承袭医院百年“至诚至爱、求精求新”的价值追求,旨在填补天津高端妇产国际医疗服务的细分空白,为女性提供覆盖全生命周期的专业、温暖、高品质医疗呵护。

硬核医疗实力 保驾护航无忧

医疗品质是国际诊疗中心的核心基石。中心依托两大支柱:一是整合全院顶级专家资源,组建覆盖产科、普通妇科、妇科肿瘤、生殖医学等全领域的“医疗专家团队”;二是全面推行多学科协作(MDT)模式。针对复杂病例,中心可自动统筹相关科室专家进行联合会诊,制订个性化方案,并提供从门诊、

手术到康复的全程无缝衔接服务,极大提升了诊疗效率与精准性。

全周期健康管理 重构服务闭环

与传统以疾病治疗为中心的模式不同,国际诊疗中心着力构建“预防-治疗-康复”全周期健康管理闭环。诊前提供个性化健康评估与方案定制;诊中由专属导诊提供一对一全程陪诊,实现预约、检查、取药、住院“一站式”办理;诊后则实施精准随访与慢病管理,并可联动国际医疗网络获取权威第二诊疗意见。通过细致入微的陪诊服务与灵活多元的人文关怀,让患者感受全程温暖。

星级人文环境 细节彰显温度

国际诊疗中心在就医环境与

服务细节上匠心独运,门诊区域设计注重隐私,设有家居式诊间与温馨谈话区;病房均为私密单间或套间,配备睡衣、寝具及主题化装饰,并专门为陪护家属提供舒适的陪护床。诸多细节旨在缓解就医焦虑,让患者与家属能专注于休养与康复。

新年新“健”议

期待在新的一年里,有更多女性能够享受到更专业、更温暖更高品质的健康服务。同时,国际诊疗中心也将为更多女性提供贯穿全生命周期的健康护航!

天津电视台都市频道《健康直播间》播出时间:每周五20:15,每周六、周日19:45。

智能康复 振翅重生

——访天津市第一中心医院康复专家



本期专家:
汪志云:主任医师(图中)
天津市第一中心医院神经内科科主任兼康复医学科科主任
范飞:主治医师(图中)
天津市第一中心医院康复医学科副主任、天津市职业病防治院康复医学科科主任

传统康复 过程漫长

几个月前,一名正值壮年的男性,在一场交通事故后,虽然及时得到救治,但是由于高位脊髓损伤,手术后还是遗留了一部分功能障碍,也就是俗称的高位截瘫。在医院住院期间,患者一度沉默不语。康复医学科的范飞主任不断地寻找话题,试图打开他的心扉。有一天,当患者功能障碍得到了一定程度的改善后,他突然对范主任提出了这样一个问题:“您相信光明吗?”

提起康复,在我们的印象里,是一个极为艰难的慢过程,艰难到足以磨灭眼中的那抹神采,慢到足以磨灭心中对光明的那点渴望。但是天津市第一中心医院神经内科的汪志云主任推荐了一个地方,她说:“去看看吧,也许会改变你们的印象。”

康复中心 理念变革

这个地方在天津市第一中心医院水西院区的负一层。2000多平方米的空间,有诊室、评估室、智能精准管控中心、康复训练大厅,还有减重



中心、功能性神经肌肉功能促进训练中心、阿米磁理疗室、心理CT评估室、睡眠监测室等,颠覆了人们对传统康复场所的印象。

栏目组将汪志云主任和范飞主任邀请到了演播室,请他们为我们做了详细的讲解。

汪主任说,随着现代科技的发展,康复的理念也在发生深刻的变革,医院立志于从传统的经验型康复,逐渐向智能化、精准化、个性化方向过渡。这个智能康复中心是从2020年开始筹备建设,历经5年的努力终于落成。中心借助科技赋能,可支撑医院所有临床科室,对患者进行全周期、全流程的智能康复。

科技赋能 精准康复

康复,正在迎来怎样一场变革?智能评估——范飞主任告诉我们,有一句话叫“无评估不康复,康复始于评估止于评估”,评估应贯穿在整个康复的始终,才能确保患者获得更加安全和更加精准有效的康复。比如步态,以瘫痪步态举例,在过去

都是基于医生的肉眼和临床知识来给一个判定,但是在步态评估过程中,会产生很多肉眼捕捉不到的信息,而这些疏漏的信息恰恰会影响康复方案的精准度。有了科技的赋能,可以对步态进行三维全流程的监测,包括关节的活动范围、支撑相、摆动相,每一个动作诱发出来的肌肉发力的程度和持续时间,以及落地时足底是不是科学的支撑等,从而精准地捕捉到患者的问题所在。

精准康复——智能评估后的康复训练也需要精准,目前这方面的设备已经比较齐全。范主任说,比如对于瘫痪的患者,本身运动功能缺失,传统的治疗方式是通过刺激让他能够运动。但是随着研究的深入,逐渐发现,只有先把患者的感觉神经建立好了之后,他的运动功能才会得到一定的提高。有了相关设备,就可以通过本体感觉的干预治疗,拟定迈步、行走、爬楼等动作,在通过刺激诱发肌肉运动的同时,用屏幕为大脑传递一个身体正在正常活动的信号,重塑大脑的感觉神经,进而逐步提高功能的改善。

“我们虽然救下过很多生命,但是也看到过他们中的很多人,就此跌入了人生的低谷。他们有的再也不能吞咽,有的再也不能言语,有的再也认不出自己的亲人,甚至有的再也没能站立起来。每当此时,我都盼望着,有一天,能够出现一对强有力的翅膀,重新托起他们的人生!”
——汪志云

再如作业疗法,传统的康复治疗里,不同的患者由于医从性不同,最后治疗的效果也相差甚远。有了智能技术,就可以采集患者的相关数据,设定有针对性的训练方案,还能将方案转化为有趣的游戏内容,通过给患者布置作业,让患者在竞技玩乐中主动坚持下来,获得精准的功能改善效果。

文章开头提到的患者,已经在智能康复中心经过短期的康复治疗,获得了很大的功能改善,目前可以自己进食、盥洗和实现简单的体位转移等,大大减少了对照护的依赖。每一个微小的进步,都是一次振翅;每一次功能的恢复,都是一次重生。科技的意义,不在于它本身有多炫酷,而在于它能否赋予我们力量。智能康复,正是这样一场关于“赋能”的革命。



休闲版IQ乐园答案

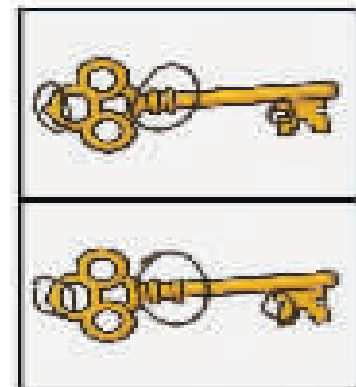
找不同



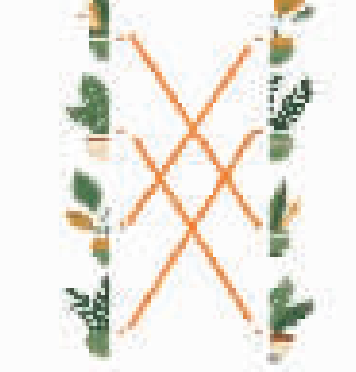
数一数



答案:12



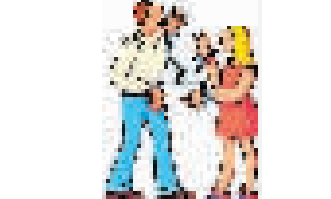
连一连



数独

3	8	5	8	7	2	4	1	6
7	9	2	5	4	1	5	5	3
8	4	1	8	6	8	5	7	2
5	1	7	4	2	6	3	9	8
9	0	6	7	8	5	1	2	4
2	8	1	0	1	3	6	5	7
1	2	0	6	3	7	9	4	5
6	5	3	2	9	4	7	5	1
4	7	9	1	5	8	2	3	6

猜一猜



答案:能。解锁关键需要女士左手绕男士的绳子,亲自试试吧!

(休闲版IQ乐园题目见今日8版)