

在嘉定生活，这些资讯值得拥有

名医录

潘铁文

第二军医大学第三附属医院(上海东方肝胆外科医院)胸心外科主任, 博士, 副主任医师, 副教授, 硕士生导师, 兼任全军胸心血管外科专业委员会委员, 上海市医学会胸外科分会委员, 上海市胸心外科质控中心专家; 军队后勤科技装备评价专家, 国家科技部重大专项项目评审专家。

擅长多发和单发肺结节的诊治和肺癌、食管癌、胸腺瘤、神经纤维瘤等胸腔良、恶性肿瘤的微创手术, 以及肺多发结节、上段食管癌、颈胸交界处食管癌等疑难疾病的手术。作为专家参加过汶川地震救灾和上海世博VIP保障。荣立三等功一次, 多次获得优秀共产党员荣誉和嘉奖, 是第二军医大学“5511”优秀学科带头人后备人才。以第一作者核心期刊发表文章7篇, SCI文章2篇。

门诊时间: 安亭新院区周一上午

陈吉泉

第二军医大学第三附属医院(上海东方肝胆外科医院)呼吸内科主任, 博士, 副教授, 副主任医师, 硕士生导师。从事临、教、研工作26年, 在肺癌、肺部感染、支气管哮喘、COPD、呼吸衰竭危重症及呼吸疑难病等疾病的诊治方面有丰富的临床经验。擅长肺癌的早期诊断及综合治疗、重症肺炎、呼吸衰竭的救治, 熟练掌握机械通气、气管镜等技能。

承担及参与国家自然科学基金课题多项。发表论文80余篇, SCI论文10篇。获军队科技进步二、三等奖各1项, 上海市科技进步三等奖1项。曾被评为全军总后系统防治“非典”工作先进个人及上海市卫生系统抗击“非典”先进工作者。荣立集体二等功1次, 荣立个人三等功2次。现为国家自然科学基金委函审专家、中华医学协会会员。

门诊时间: 安亭新院区周一、周三、周五上午
地址: 嘉定区墨玉北路700号
咨询电话: 81887100 转门诊咨询

旅游信息

近期出游线路

- 6月3-4日, 天目湖农家乐二日游, 299元/人。
 - 6月4日, 上虞杭州湾海上花田一日游, 138元/人。
 - 6月6-7日, 临安太湖源、青山绿道赏湖飞瀑二日游, 298元/人。
 - 6月10-11日, 醉美扬州、南通二日游, 368元/人。
 - 6月16-18日, 盱眙洪泽湖三日游, 458元/人。
 - 6月17-18日, 南京、镇江美食五星休闲二日游, 498元/人。
 - 6月19-21日, 天台临海江南长城后岸村休闲三日游, 458元/人。
 - 6月22-25日, 丽水景宁农家乐四日游, 498元/人。
 - 6月23-25日, 象山花鸟岛农家乐三日游, 418元/人。
 - 6月26-28日, 仙居农家乐三日游, 458元/人。
 - 7月1-2日, 桐庐雅鲁漂流探险皮筏漂流二日游, 518元/人。
- 注: 以上线路由上海国际汽车城旅行社提供。咨询热线: 59560999

服务信息

境外人员服务

随着本市境外人员不断增加, 出入境业务量不断增长, 上海公安出入境管理部门在境外人员工作、居住区域逐步设立了境外人员服务站。在嘉定工业区也设立了境外人员服务站。

5月15日起, “嘉定工业区境外人员服务站”开始试运行。该服务站是嘉定工业区和嘉定公安分局合作设立的一个主要开展境外人员出入境证件预受理和相关法律法规及政策咨询的窗口, 是服务工业区内企业和外籍员工的新探索、新尝试。

服务内容: 目前“嘉定工业区境外人员服务站”主要服务项目有: 外国人在华签证、居留许可预受理及政策咨询, 外国人口岸签证预受理及政策咨询, 口岸签证企业备案申报, 台湾居民来往大陆出入境证件办理咨询, 境外人员在中国大陆地区停、居留政策咨询等。

地址: 新培路385号

华亭蔬果上市

近日, 华亭哈密瓜主题公园的小西瓜已悄然上市了, 西瓜骄子“红小鲜”是上海市农技中心马英华研究员培育的优良品种, 单瓜重4—5斤, 皮薄、爽口、糖度高。除此品种之外, 还有黑皮红瓤、黄皮红瓤、黄皮黄瓤和双色冰淇淋西瓜。除了诱人的西瓜之外, 华亭哈密瓜主题公园的五彩小番茄也陆续上市了。华亭哈密瓜主题公园都是选用上海市农科院和台湾友农公司的优良品种, 并非像市面上多数为皮厚、肉硬、无水分的品种。同时, 这里的哈密瓜也很快上市。

目前, 华亭哈密瓜主题公园已开展采摘游, 儿童充恐龙城堡、平板蹦床、丛林探险、小小动物园、烧烤凉亭等也已陆续开放。

地址: 华亭镇武双路889号
电话: 59972116

外冈大米特卖

外冈大米具有籽粒圆润、米饭柔软、口味清香等特点, 在整个生长过程中更加严格控制施肥, 科学种植, 使大米更加绿色健康。

外冈大米: 68元/5KG/袋
外冈紫糯米: 35元/1.5KG/袋
外冈小糯米: 35元/1KG/袋
外冈糯米: 35元/1.5KG/袋
可通过外冈粮食生产专业合作社微信公众号订购, 微信号: wg_liangtian

出行提示

超速会受哪些处罚?

超速行驶是不少私家车主的驾车陋习。今年以来, 上海严格整治路面交通秩序, 共查获机动车超速违法行为9.3万余起。然而, 高压态势下仍有部分驾驶员心存侥幸, 当起了马路上的“闪电侠”。那么, 超

文体活动

法拉利70周年回顾展

近日, 上海汽车博物馆与法拉利携手推出“驭动激情——献礼跃马70周年回顾展”。

展览中, 市民看到跑车史上久负盛名的品牌之一——法拉利的传奇历程和经典力作。展品覆盖上世纪五十年代至今的十余款经典以及现代限量款车型, 如专为沙特王子设计的世界最特殊跑车400i、恩佐·法拉利为纪念爱子迪诺而设计的Dino系列、意大利语中被称为“红头”的Testarossa等, 辅以同时代的图文影像资料以及辅助展品, 重现当年的汽车科技与运动发展激动人心的里程碑事件和经典瞬间。

展览时间: 5月12日—8月31日
展览地址: 嘉定区安亭博园路7565号

青少年保龄球夏令营

为贯彻落实《全民健身计划》精神, 在广大青少年中进一步普及和推广保龄球活动, 培养青少年对保龄球活动的兴趣, 丰富青少年暑期文化体育生活, 青少年保龄球夏令营活动将在嘉定举办, 活动不收取任何费用。

报名电话: 60706315

活动地点: 墨玉南路1055号嘉亭荟城市生活广场四楼欧登保龄球馆
活动安排: 第一期6月26日—7月25日 第二期7月26日—8月25日 每期学员30人, 每周3次, 一期共十节训练课。
活动时间: 每周周一、周二、周四下午13:30—16:30
活动内容: 保龄球基础知识、保龄球打法
报名对象: 对保龄球有兴趣, 身体健康, 热爱运动; 有组织性和纪律性; 家长支持孩子学习保龄球; 在校中小學生(凭有效学生证)。
报名时间: 即日起开始报名
注: 学员报名时需办理意外伤害, 费用为50元

医疗信息

移动支付“当面对”

随着智能手机的普及, 移动支付已日渐成为大众化的支付方式。为接轨大众支付习惯的改变, 方便广大患者就医, 区中医医院已正式启用移动支付“当面对”功能, 患者只需通过手机微信、支付宝“扫一扫”即可完成就诊费用支付, 无需现金, 简便快捷。

为提升医院现代化管理水平, 自去年底以来, 区中医医院紧锣密鼓策划开展移动平台建设, 整体建设方案按线下支付(“当面对”)和线上支付两个阶段分步推进, 第一阶段现已完成, 线上支付阶段将于6月完成, 届时患者挂号就诊只需通过微信或支付宝关注“嘉定区中医医院”即可享受到线上预约、挂号、支付、查询等一站式服务, 平台另设“走进医院”版块, 整合医院各类资讯, 为患者提供更多延伸服务, 提升就医感受度。

生活新招

呛溺水事故的救助

随着气温逐渐升高, 玩水成了



冬病夏治

夏天即将到来, 区中医医院的“冬病夏治”预约工作已开始, 将开展穴位注射、穴位敷贴、中药熏蒸、中药浸泡、针灸、推拿、中药内服等众多特色的治疗方法。

端午节很快就要到了, 粽子是大家喜爱的美食, 但粽子该怎么食用才更健康呢? 跟着小编一起来了解一下。

随着天气渐热, 游泳成为很多人喜爱的运动项目。但游泳危险性较大, 一旦发生溺水事故, 学会沉着冷静地进行自救和他救很重要。



区中医医院医生正在为患者进行“冬病夏治”。

区中医医院“冬病夏治”接受预约

中医治疗主张“天人合一, 冬病夏治”, 充分利用季节特点对抗病邪取得更佳疗效。在夏季, 特别是“三伏天”里, 身体虚寒、冬季病重的人在此时加以调理是最为合适不过了, 通过“灸”“贴”等方式能温补阳气、祛除寒邪, 增强免疫功能。

目前, 区中医医院2017年“冬病夏治”预约工作已正式开始。医院根据科室特点相继开展冬病夏治诊疗项目, 由穴位注射、穴位敷贴、中药熏蒸、中药浸泡、针灸、推拿、中药内服等众多特色的治疗方法组成, 为市民提供健康服务。

【肺病科】慢性呼吸道疾病

适应症: 反复感冒、咳嗽、哮喘、慢性支气管炎、肺气肿、慢性鼻炎、肺心病、肺炎、慢性咽炎、扁桃体炎等。
预约时间: 5月10日起
预约流程: 先至门诊2楼肺病科开具处方, 凭预约卡至医院对面健康管理中心大厅预约
治疗时间: 6月21日—8月31日 周一至周六下午
治疗地点: 健康管理中心2楼(启良路门诊部)
咨询电话: 39921350; 39921615

【儿科】小儿慢性呼吸道感染

适应症: 慢性咳嗽、支气管哮喘、迁延性肺炎; 变应性鼻炎、慢性鼻窦炎、慢性咽喉炎; 小儿体虚感冒、反复呼吸道感染等疾病。
预约时间: 5月15日起
预约流程: 请先至门诊预检挂号(挂儿科一或儿科敷贴), 然后至儿科门诊开单, 付款后至儿科治疗室登记

预约
治疗时间: 单纯敷贴7月4日起每周二、周五定向透药治疗、敷贴 第一组7月5日起每周三、周六 第二组7月6日起每周四、周日
治疗地点: 儿科病房
咨询电话: 39921299

【耳鼻喉科】慢性耳鼻咽喉疾病

适应症: 过敏性鼻炎、慢性咽炎、喉源性咳嗽。
预约时间: 5月10日起
预约流程: 先至门诊3楼耳鼻喉科开具处方, 凭预约卡至医院对面健康管理中心大厅预约
治疗时间: 6月21日—8月31日 周一至周六下午
治疗地点: 健康管理中心2楼(启良路门诊部)
咨询电话: 39921563; 39921615

【内科】消化、内分泌慢性疾病

适应症: 糖尿病、甲状腺疾病、高脂血症、高尿酸血症、慢性胃炎、食管炎、慢性肝病、脂肪肝、慢性结肠炎、肠易激综合征等疾病, 临床表现为乏力易疲、精神不振、情绪低落、体虚易感、胸闷气短、食欲不振、纳呆便溏、脘痞腹胀、腹痛隐隐、失眠多梦、记忆力下降、腰酸体痛、月经失调等。
预约时间: 5月10日起
预约流程: 先至门诊2楼脾胃病专科、内分泌专科开具处方, 凭预约卡至医院对面健康管理中心大厅预约
治疗时间: 6月21日—8月31日

周一至周六下午
治疗地点: 健康管理中心2楼(启良路门诊部)
咨询电话: 39921615

【皮肤科】冻疮、鹅掌风

适应症: 冻疮反复发作于双耳及手足部位的患者、鹅掌风。
预约时间: 5月15日起
预约地点: 门诊4楼皮肤科
治疗时间: 7月7日至8月7日
治疗地点: 门诊四楼皮肤科综合治疗室
咨询电话: 39921503

【针推、康复科】风湿性、类风湿性关节炎和颈肩腰腿痛病

适应症: 风湿性关节炎、类风湿性关节炎、肩周炎、膝关节炎、颈椎病、腰肌劳损与腰椎间盘突出症、慢性疲劳综合征。
预约时间: 无需预约
治疗时间: 6月下旬—8月中旬
治疗地点: 针推康复科(启良路门诊部)
咨询电话: 39921648; 39921641

【骨伤科】膝骨性关节炎、腰椎间盘突出症

适应症: 膝骨性关节炎、腰椎间盘突出症等疾病。
预约时间: 5月20日起
预约地点: 骨伤科门诊2楼
治疗时间: 7月—8月
预约地点: 骨伤科2楼3诊室
咨询电话: 39928915
区中医医院地址: 博乐路222号; 启良路120号 区中医医院供稿

食药安全你我他

适度吃粽子, 健康过端午

端午节即将来临, 清香淡雅, 软糯滑腻的粽子颇受人们喜爱。但是食用粽子有讲究, 应注意些什么呢?

不宜过多食用

粽子的主要原料是糯米, 不易消化, 如果吃得太多, 容易引起腹胀。

不宜空腹食用

空腹食用粽子会延长糯米在胃里的停留时间, 刺激胃酸分泌, 容易诱发胃炎、食道炎等消化道疾病, 因此应避免空腹食用粽子。

不宜冷食

有些人因为图方便, 食用已经煮熟放凉的粽子时不会再进行加热, 糯米制品在未加热情况下食用难以消化, 会增加肠胃负担, 因此, 食用粽子前应充分加热后食用。此外应注意避免同时食用冷饮制品及寒性瓜果, 以免加剧消化不良症状或造成腹泻、腹痛。

特殊人群慎食

粽子为糯米制品, 粘性大, 老年人和少年儿童消化功能较弱, 过量食用容易造成消化不良, 应注意食用量; 胃肠道疾病患者应避免食用粽子以免加重病情。红枣、豆沙等甜粽含糖量高, 糖尿病人应避免食用; 此外, 肉粽、猪油

豆沙粽等脂肪含量较高的粽子食用过多容易引起血液粘稠度增加, 影响血液循环, 因此心血管疾病患者也应慎食。

不宜睡前食用

粽子粘度高, 不易消化, 缺乏纤维质, 脂肪、盐、糖含量较高, 为减轻胃肠道负担, 建议睡前两小时内避免食用粽子。

合理搭配助消化

粽子较难消化, 佐以红茶、水果等解腻食品同时食用, 可以解腻消滞, 减轻肠胃负担。此外, 在制作粽子的过程中, 我们也可将主料以部分杂粮米、红灯、薏仁、芋头或红薯等粗粮取代, 不仅可增加纤维质含量, 减少肠胃负担, 更有益于健康。

选购粽子须注意

在外购买粽子食用时, 也应当注意查看包装有无破损、胀包漏气、生产日期、保质期等标签标示情况, 同时应选择有资质的正规场所进行购买。粽叶皮色鲜绿甚至蓝绿的粽子, 应警惕是否有经过硫酸铜处理的情况。不论是自己制作还是在外选购粽子, 都应注意趁早食用, 如果粽子出现发酸、发苦、口味不正、出现异味等现象, 应立即丢弃不能再食用。

区食药安办供稿