

## 2023年度中国医学科技量值榜单发布

# 毓璜顶医院3个学科跻身全国百强

本报讯(YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修 崔方荣 李凌峰 摄影报道)近日,中国医学科学院发布了2023年度中国医学院校/中国医院科技量值(STEM)榜单,涵盖全国2943家三级医院。其中,烟台毓璜顶医院耳鼻咽喉头颈外科凭借雄厚的科研实力和广泛的学术影响力,在全国耳鼻咽喉科学排名第40位,成绩斐然。此外,泌尿外科、烧伤整形美容科均进入了全国学科排名百强榜单,分别位居第69位、第98位。

据了解,中国医学科技量值是围绕科技活动全过程,从科技产出、学术影响、科技条件三方面得出的综合测算值,体现了医学院校、医院的科技创新力和临床研究能力。中国医学科技量值系中国医学科学院于2018年首次创立,是适合中国国情的医学科技评价体系,也是国际上唯一的、系统化的专门医学科技评价引导不同医学科技创新主体的科

技行为。

近年来,烟台毓璜顶医院以科技创新为引领,通过打造高能级科研平台、培养高层次人才、完善科研激励政策等系列举措,全面提升了综合科研实力,为医院高质量发展注入了强劲动力。

目前,烟台毓璜顶医院拥有泰山学者特聘专家和青年专家8人,其中耳鼻咽喉头颈外科全市首位泰山学者特聘专家1人,泌尿外科泰山学者青年专家4人,形成了包括国家博士后科研工作站、泰山学者实验室、中心实验室、生物芯片实验室、组织标本库、专科实验室、专病数据库等在内的强大研究支撑体系,为科研人员提供了广阔的研究平台。2018年以来,医院获国家自然科学基金38项、省级课题96项,其中耳鼻咽喉头颈外科获“十四五”国家重大科技专项子课题、国家科技资源共享服务平台计划、山东省重点研发计划竞争性创新平台项目各1项,山东省重



大科技创新工程项目2项。获科技成果奖68项,其中省部级11项,包括耳鼻咽喉头颈外科2项省科技进步一等奖。发表SCI收录论文1710篇,其中耳鼻咽喉头颈外科最高影响因子168.9分。医院的整体科研实力和学术水平居国内地市级医院前列。

“此次STEM取得优异成

绩,激励我们更加坚定地走科研兴院之路。未来,我们将继续秉承‘以人民健康为中心’的发展思想,加大科研投入,加速成果转化,力争在更多领域取得突破性进展,为打造高水平研究型医院不懈努力,持续为人民群众的健康福祉贡献力量!”烟台毓璜顶医院党委副书记、院长宋西成在采访中表示。

## 高温天如何健康享受冷饮?

夏天,各种冷饮和冰镇食品成了许多人的心头好。但是若不注意饮食方法,就易对人体造成伤害。如何在不伤害身体的情况下,满足口腹之欲?为此,记者采访了广东省中医院脾胃病科主治医师何桂花。

何桂花介绍,对健康人群而言,少量适度喝冷饮、吃冰镇食品的确有助于快速消暑解热,防止神气耗伤。但若过食冷饮会损伤脾胃,导致脾胃运化功能失常,出现积食、腹痛、腹泻等疾病,因此在进食冷饮时要做到适时、适量、慢饮。

“空腹时不要吃冰,饭前、饭后1小时不要吃冰,不然会影响消化、妨碍营养吸收。吃冰最好在午后,比如下午3时比较热的时候,就是吃冰较适当的时机。”何桂花表示,冷饮的摄入量,一次以200克左右为宜。此外,吃冰时最好遵循“入口不冰齿”的原则,可以将冷饮在嘴里含大约5秒钟再慢慢吞下;冰西瓜等冰镇食品可以从冰箱取出后先室温放置20分钟再吃。

何桂花指出,对于不同的人,有不同进食冷饮的要求,6个月以下的婴儿应绝对禁食冷饮,幼儿应该少吃冷饮;经期女性应禁食冷饮,妊娠期女性最好不要食用冷饮;老年人、患有胃肠疾病的人、牙齿不健康的人群、患有心血管疾病人群、患有呼吸系统疾病人群、高血脂和高血糖人群,慎吃冷饮。

“建议大家还是选择白开水、淡茶水或酸梅汤、绿豆汤、冬瓜茶、荷叶茶等传统解暑饮品。此外,夏季还可以食用一些偏苦味的蔬菜,例如苦瓜、莴苣等,这些对解暑也有帮助。”何桂花说。 据人民网

## 重视远视储备 科学防控近视

暑期来临,使用各类电子产品等可能会增加孩子用眼时间,影响孩子眼健康。在国家卫生健康委近日举行的新闻发布会上,专家提示,家长要培养和督促孩子养成良好的用眼卫生习惯,带孩子到医院定期检查视力,了解孩子远视储备量变化。

“远视储备是孩子成长过程中的一种生理性远视,重视远视储备的保护对于儿童青少年近视防控至关重要。”北京

同仁医院主任医师魏文斌在发布会上介绍,远视储备是监测屈光度发展的重要指标,与年龄对应的远视储备量是预测近视发生的最佳指标。如果儿童在小学一年级时远视储备已消耗完,那么他们在小学阶段极易发展为近视。

专家建议,家长要带孩子定期进行眼保健和屈光筛查,如果远视储备过低,要及时改变生活习惯,包括增加户外活

动,减少近距离用眼等。在儿童眼球发育过程中,视力和屈光度的发育是相互匹配的。如果远视储备超过相应年龄上限,应注意儿童是否是远视。远视储备在正常范围内时,还应关注儿童的视力情况,如果儿童视力低于年龄对应的裸眼视力标准,应进一步完善眼科检查,排除其他可能的眼部疾病。

据新华社

## 明天进中伏 补水防中暑

明天将迎来今年“三伏”里的中伏。俗话说:“夏有三伏,热在中伏”,此时段的天气最是闷热,公众要注意防暑降温,及时补充水分,防止中暑。

“三伏”是初伏、中伏和末伏的统称。民俗学者、天津社会科学院研究员王来华介绍,初伏和末伏都是10天,而中伏的天数取决于夏至与立秋之

间出现4个庚日还是5个庚日。如果是4个庚日,中伏为10天;如果是5个庚日,中伏为20天,民间又称“双中伏”“俩中伏”。今年在夏至与立秋之间有5个庚日,所以中伏是20天,从7月25日开始至8月13日结束。

为何热在中伏?“过了夏至,白昼一天变短,但地表积热仍在逐日增加,入伏后,地表积热渐渐接近高峰,中伏期间达到了最热程度。”王来华说。

今年7月15日入伏后,“三伏天”的威力就已显现,我国多

地开启“屋里蒸馒头,屋外铁板烧”的“烧烤模式”。

“虽然‘双中伏’不意味着闷热的高温酷暑会持续20天,但今年的节气特点是先入大暑,再进中伏,而大暑通常是一年中最佳的时段,二者叠加,‘热上加热’,暑热的时间相对要长。至于要热上多久,取决于多变的气象因素。”王来华说。

都说“热”,民间说得更直白,“头伏日头二伏火”;文人墨客们则说得比较雅致和婉转,“忆初中伏时,拂郁炎气升。赫日已照灼,赤云助轩腾”,唐宋八大家之一的曾巩

在《苦热》一诗里先是这样描述,接着又形容说,中伏时天气依然炎热,能热到“草木恐焚燎,窗扉似炊蒸。冰雪气已夺,蚊蝇势相矜”。

“头伏饺子二伏面,三伏烙饼摊鸡蛋”,进入中伏后,吃面条成为了我国大部分地区应对伏热的首选,各色面馆的生意也跟着红火起来。

“吃面条时最好配上一些菜码,如生黄瓜丝,煮熟的绿豆芽、胡萝卜丝、青椒丝、豆角丝、菠菜、油菜等,不仅清新爽口,还益于祛除体内湿热。”王来华说。 据新华社

## 餐具饮具集中消毒服务单位量化分级

本报讯(YMG全媒体记者 张莘)近日,烟台市疾病预防控制中心对餐具、饮具集中消毒服务单位进行量化分级及挂牌管理,进一步规范餐具、饮具集中消毒服务单位生产经营活动。

卫生监督执法人员从厂区环境、物料、仓储和运输等10个方面,对全市全部19家餐具、饮具集中消毒服务单位开展量化分级评定,最终评定A级单位(示范单位)4家、B级单位(规范单位)10家、C级单位(合格单位)5家,量化分级结果已在烟台市卫生健康委员会网站公示。

下一步,烟台市疾病预防控制中心将把量化分级结果与日常监督检查和“双随机”抽查相结合,实行动态管理,依据评定结果调整日常监督检查方式和频次,加大力度规范餐具、饮具集中消毒服务行为。

