提高睡眠质量 实现“一夜安睡”

在麻醉科找到“助眠”新方法

本报记者 **杨泠**
本报通讯员 **钱小蔷 孙卉**

入睡难、容易醒，醒后与天花板“相顾无言”到天明……20多年来，市民刘先生一直被睡眠障碍困扰。就在不久前，他来到江苏大学附属医院，在接受麻醉睡眠治疗后，感受到了明显效果，治疗当晚便“睡了个好觉”。

作为全市首家以麻醉学理念为主导、治疗失眠问题的门诊，江大附院麻醉睡眠治疗门诊开诊半个多月以来，通过打出“超声引导下颈星状神经节阻滞+迷走神经非侵入性调控技术+行为认知疗法”在内的“治疗组合拳”，帮助就诊者实现“一夜安睡”的心愿。

麻醉治疗后，他终于睡了个好觉

难入睡、睡不深、醒得早……这些睡眠问题令人痛苦不堪。《2024中国居民睡眠健康白皮书》显示，64%的居民正在面临睡眠质量欠佳的困扰，59%的人存在失眠症状，完全无睡眠障碍的人群仅占19%。今年60岁的刘先生，便是“失眠大军”中的一员。

每当夜深人静时，刘先生都会进入“入睡困难”模式，戴耳塞、数羊、吃安眠药……为了能睡个好觉，刘先生将能用的方法都试遍了，却不大奏效。长期失眠，导致其生活质量大受影响。

听说江大附院新开设了麻醉睡眠治疗门诊，他抱着试试看的态度走进了门诊。

当天坐诊的是麻醉科主治医师章洁。在沟通病情过程中，她了解到，刘先生已有20多年的失眠史，目前正在服用两种镇静催眠药，但效果欠佳。在详细了解了刘先生的病情及生活习惯后，章洁对其睡眠情况进行了全面评估，认为他属于顽固性失眠，可以尝试通过麻醉睡眠疗法改善病情。

截至采访时，刘先生一共接受了6次治疗，睡眠质量得到明显改善。3月15日，在麻醉科主任、主任医师蒋鹏电话回访时，刘先生表示，前一晚的睡眠时间已经达到7个小时，而且“不但能睡着、夜醒次数减少，睡眠质量也好多了”。

用核心技术，降低交感神经兴奋性

蒋鹏介绍说，麻醉睡眠疗法包括睡眠认知行为疗法、超声引导下星状神经节阻滞、迷走神经非侵入性调控技术、穴位刺激疗法等。其中，超声引导下星状神经节阻滞为核心技术。

星状神经节是颈部交感神经系统的重要组成部分，位于颈根部，外形酷似星星，主要支配头、颈、上肢和上胸部的交感神经功能。颈星状神经节阻滞，就是在超声引导下，将少量麻醉药物注射至相应神经节周围，通过降低交感神经张力，缓解焦虑和应激，调节神经内分泌系统，改善血液循环和抗炎，起到综合改善睡眠质量的作用。有临床数据显示，该疗法对失眠症有效率达50%-90%。

3月15日上午，章洁就为一名符合治疗条件的50岁男性患者开展麻醉睡眠治疗，先用超声探头找到患者右侧颈部星状神经节，随后准确定位、进针，治疗过程仅用几分钟。

不过，章洁也告诉这名患者，导致睡眠障碍的原因涉及多个方面，治疗也绝非“打一针”那么简单。在留观的30分钟时间里，医护人员还对这名患者进行了电针刺激治疗和认知行为治疗，以纠正他对于睡眠的不正确认知和生活中的不良睡眠习惯。

从“幕后”到“诊室”，麻醉学科诊疗服务能力不断提升

在麻醉睡眠治疗门诊，有一些患者在咨询时，会捎带一句：“麻醉会不会有副作用和药物依赖？”蒋鹏表示，麻醉睡眠治疗的目标是通过麻醉学的原理和技术，帮助那些经传统药物治疗效果不理想的顽固性失眠患者，调整睡眠结构、恢复自然睡眠节律，还可以大幅减少直至完全戒停安眠药物，让自然的睡眠状态重新回归。

每年的3月21日是“世界睡眠日”，当月的最后一周为“中国麻醉周”。随着医疗技术的不断发展，麻醉学科的诊疗服务能力不断提升，内涵不断深化，从无痛胃肠镜、无痛分娩镇痛、癌痛诊疗，到如今的睡眠障碍治疗，都离不开麻醉医师，这一群体，也由“幕后”转至“诊室”，走向更加广阔的“舞台”。

小米山路公厕指示牌方向有误

本报讯（记者 **卞婷婷**）近日，有热心市民向本报反映，京口区小米山路有一处公厕指示牌方向错误，给过往行人造成不便，希望相关部门能及时更正。3月17日，记者前往小米山路与华润路交叉口西侧一探究竟。

在现场，记者看到了市民所反映的指示牌。指示牌标明直行100米有公共卫生间，牌子上“卫生间”三个字已被黄色胶带纸盖住。“之前有人发现指示牌方向错误，就用胶带纸盖住了‘卫生间’三个字。”家住附近的李先生说。记者依照指示牌所指的方向前行了100多米，沿途皆是街边商铺，并未发现公共厕所的踪影。而当记者往反方向行走100米左右，在小米山路的虹桥港湿地公园内找到了公共厕所。此外，记者在公园内还发现了另一处公共厕所，但这处厕所大门紧锁。两个公厕之间仅距离二三十米。

针对指示牌指错方向这一问题，记者联系了京口区环境卫生管理所，工作人员表示“这一指示牌可能是旁边的雅居乐新乐府开发商设置的”，他们无法进行更正或者拆除。记者又来到雅居乐新乐府开发商处，工作人员称他们已得知此事，并会安排人员前往现场查看，若确定是开发商之前所设置，将会及时进行修正。

虹桥港湿地公园内为何会存在两个相距如此之近的公共厕所？京口区环境卫生管理所工作人员解释，未对外开放的公厕是京口时光小区开发商所建，建成后移交环卫所。由于该厕所设施不完善，再加上与已开放的公厕距离过近，容易造成资源浪费，所以建成后一直未对外开放。后续是否会对该厕所进行改造利用，还需进一步研究探讨。记者也将持续关注后续进展。

卞婷婷 摄

爱肝护肝 义诊为民

3月18日是全国爱肝日。镇江高新区蒋乔街道龙门村联合市第三人民医院开展大型义诊活动。医护人员走进富润华庭小区，现场免费采血检测肝功能，免费测量血压、血糖，进行肝脏健康咨询。 **文雯 王慧** 摄影报道

眼科义诊进社区 关爱居民眼健康

本报讯（**徐梦蕾** 记者 **孙晨飞**）近日，润州区和平路街道新金江社区联合镇江康复眼科医院、爱康社服、悦心居家养老服务中心共同开展了眼科义诊活动。

活动现场，镇江康复眼科医院医生用通俗易懂的语言向居民讲解了眼睛防护的重要性，并详细介绍了青光眼、白内障等常见眼病的预防与治疗知识。讲座结束后，医生们利用专业的眼科检查设备，耐心为居民进行视力检查和裂隙灯检查，重点筛查白内障及其他老年性常见眼病。针对有眼部不适症状的居民，医生仔细询问了他们的日常用眼习惯，并根据不同情况提供了专业的建议。此次活动得到了辖区居民的一致好评，大家纷纷表示，这样的活动既贴心又实用。

新金江社区负责人表示，社区希望通过开展此类健康义诊活动，进一步增强居民的健康意识，提升生活质量，让大家在家门口就能享受到便捷的健康服务。

营商环境创新向“上” 区域经济高质量发展

丁岗镇赋能民企发展“新”赛道

本报记者 **潘宇琴**
本报通讯员 **蒋青雯 胡彩叶**

春日渐暖，满眼新绿。走进镇江经开区新能源产业园，硅翔技术（江苏）有限公司的智能化全自动生产车间内，一条条生产线24小时全力运转，繁忙有序。在核心工序环节，工人们聚精会神对集成母排产品进行绝缘和电阻测试。

“这道工序不是抽查，是每一件产品都要检测，确保出货产品质量安全可靠。”技术工人张立静说，每天产线上检测的集成母排约600个，可应用于300辆新能源电动汽车的生产制造。

硅翔技术是一家来自广东的民营企业，专注于新能源锂电池模组的加热、隔热、散热和热信号收集产品的研发、生产与销售，产品广泛应用于新能源汽车、储能、数据中心、通讯等领域。作为镇江经开区丁岗镇新落户企业，企业2024年7月试生产，已建成的6条生产线在短短半年时间内，产值达3500万元，2025年1月被认定为规上工业企业，目前正在新建4条生产线，到7月份再增加4条，预计今年生产线总数将增至14条，年产值将跃升至2.5亿元。

“来到长三角，首站选择落户镇江经开区，首先是区位优势，镇江正好在我们江浙沪皖客户的中心位置，去哪里都只要一两个小时，更重要的是各级政府提供很多帮助，除了厂房、配套，就连员工宿舍、食堂供应，都服务得很细致、很到位。”企业营运总监叶群英感慨，在过去一年多时间，从一开始人生地不熟，到现在企业已经走上了快速发展车道，“我们还在扩产，希望能在镇江长久地待下去。”

蓬勃的产业活力、创新的服务理念，让深耕新能源产业的民企从大湾区跨越千里，奔赴长三角后如沐春风、扎根成长，与地方重点产业发展实现“双向奔赴”，同时也激活了丁岗板块土生土长的民营企业高质量发展新动能。

作为丁岗镇本土化的老牌民营规上工业企业，2024年，镇江市丹高电器有限公司紧跟国家能源发展的新需求，将业务拓展至海上风电配套生产领域。其生产的3000台抗腐蚀性强电流、电压等级高的专用隔离开关已顺利出海，成为国内首批为海上风电项目提供安全保障的重要配套零部件之一。这一突破不仅提升了企业市场竞争力，也为我国海上风电产业、新能源发展提供了有力支持。

“去年出货3000件，哪怕是300件，我们还是会向海上风电发展，这是趋势，企业的发展必须要看中国家的需求。”谈及产业创新发展，丹高电器董事长张涛充满信心，“老企业想创新转型，其实不是一件容易的事情，政府部门经常走访企业，帮助解决我们的困惑和难题，所以企业才能大胆地向前迈进。”

营商环境就是企业发展的土壤，标志着一个地方经济发展的“软实力”。近年来，丁岗镇持续优化营商环境，做好企业服务员，不断加大对板块企业的扶持力度。其中，为更好实现政企互动，及时掌握规上企业运行动态和诉求，制定了《丁岗镇经济事务网格化运行方案》，实行领导挂钩制，定期走访企业，积极了解企业需求，及时解决企业难题，鼓励和帮助企业坚定信心、攻坚克难、发展壮大。

2024年，丁岗板块新增规上企业14家，其中规上工业企业6家，规上服务业及贸易企业7家，规上建筑业企业1家。规上企业新增数量在镇江经开区排名前列。2025年，丁岗板块计划新增规上工业企业9家，规上服务业及贸易类企业5家，截至目前，已完成3家规上工业企业培育。

2025年，丁岗镇将以优化营商环境为工作主线，以创新为驱动，以服务为保障，进一步推出“‘丁’住办”服务品牌，紧盯项目招引、企业成长和产业延伸等关键环节，以“园丁式”服务为企业提供全方位支持，推动更多优质项目落地，引导企业向标准化、智能化、绿色化方向转型升级，助推企业不断发展壮大，延伸产业链条，助力区域经济高质量发展。

快递员识破“到付”骗局 警民拦截及时避免损失

本报讯（**孙娇** 记者 **潘宇琴**）近日，镇江经开区丁岗镇纪庄村辖区党员、中心户在村党总支的领导下，充分发挥先锋作用，成功拦截一起针对辖区内老人网购1万多元到付“药品”的案件，有效避免了居民财产损失。

当天上午，纪庄村党总支相关负责人接到小区快递员张鼎的电话，称小区内有位老人的到付款快递金额高达1万多元。凭借多年的工作经验和高度的警惕性，该负责人果断与快递员协商暂不配送并迅速联系丁岗派出所民警、中心户一同前往老人家中。

经了解，老人与老伴常年居住在小区里，主要通过电视购物的方式购入“保健品”，此前已经花费了千余元。此次，老人准备再次花费1万多元购买“保健品”。

民警通过老人手机与对方取得联系，几经周折成功联系到业务员，指出对方售卖的物品存在问题，让业务员承诺不要再联系老人。经过民警耐心劝说，老人终于打消付款念头。据了解，老人多年前曾有受骗经历，也是通过警察协助，及时挽回了损失。民警提醒，老年人购买保健产品一定要擦亮眼睛，避免上当受骗。

接下来，纪庄村党总支将持续深化党建引领基层治理，不断创新反诈宣传形式，动员更多新就业群体参与基层治理，提升居民防范意识，筑牢反诈“防火墙”，切实守护好居民的“钱袋子”，为建设平安和谐小区贡献力量。

共铸诚信 提振消费

本报讯（**王亚超** 记者 **潘宇琴**）近日，“3·15”国际消费者权益日之际，为营造安全放心的消费环境，形成社会协同共治的治理格局，结合“共铸诚信，提振消费”主题，镇江经开区市场监管局开展了“315消费者权益日”系列活动。

镇江经开区市场监督管理局联合区经发局、消防大队等部门在大港蝴蝶广场开展现场宣传，通过展板向广大消费者展示老年保健品、预付卡、计量器具等领域消费权益保护知识，并鼓励社会各界监督、畅通投诉举报渠道，本次广场活动现场发放宣传资料300余份，受理投诉3起。活动现场，镇江经开区市场监管局快检中心工作人员开展“你点我检”活动，对商超蔬菜、水果、肉类、水产品等百姓关心的十余批食用农产品进行了快速检测。

同时，镇江经开区市场监督管理稽查大队在光大环保能源（镇江）有限公司举行2024年度罚没物资集中销毁活动。此次活动共销毁涉及食品安全、假冒伪劣商品、侵权商标、不合格医疗器械等6大类共计205.6千克罚没物资，货值金额达5万元，以“零容忍”态度向社会传递“执法为民、护航民生”的坚定信念。

此外，镇江经开区市场监管局丁卯分局、平昌分局、大路分局以及姚桥分局分别联合属地政府、社区、消防等部门，开展了丰富多彩的宣传活动，通过有奖问答吸引群众积极参与，提高广大群众的权利意识和风险意识，努力构建和谐、健康的消费环境。

春分绘彩鸢 童趣探节气

本报讯（**周梦倩 海燕**）春分至，万物生。近日，镇江经开区丁卯街道蕴德社区联合江苏大学化学化工学院走进市江滨幼儿园，共同开展“天地有节趣解码，彩绘纸鸢赴春约”主题活动。孩子们在体验时令节气趣味的同时学习自然规律，感受传统文化。

活动中，大学生志愿者从春分的涵义、特征、应用向孩子们进行讲述，通过竖蛋、送春牛、放风筝等传统习俗加深他们的印象。

创意工坊是本场活动的重头戏。孩子们围坐在小桌前，紧攥画笔，经过半个多小时的努力，一只只形态各异、色彩斑斓的纸鸢便呈现在眼前（见左图 **周梦倩** 摄）。小朋友们一手握着线轮，一手拉着提线，在春风中奔跑嬉戏。

经开区纵览
投稿邮箱:100538817@qq.com
更多新闻请关注 经开区发布