开栏语 2026年重阳节来临之际,扬子晚报联合江苏省卫生健康委员会,重磅推出全新健康科普栏目——“银龄健康科普名家谈”。伴随人口老龄化进程,老年群体健康需求持续攀升。网络健康信息纷繁庞杂、真伪难辨,银发人群及其家属亟须科学、权威、通俗易懂的健康指引,辨明健康误区,掌握健康管理主动权。本栏目立足专业医学视角,直击老年人健康核心关切,紧扣民生现实需求,依托专家科普短视频、线上直播等多元形式,打造专业化老年健康科普阵地。

老年人合理用药记住“三个一”



本栏目首期推出“老年人合理用药”系列。聚焦老年人多重服药潜藏的安全隐患,邀请江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院、江苏省妇幼保健院)药学部主管药师周建成出镜进行科普,以通俗易懂的短视频,帮助老年朋友与家属精准识别用药风险,掌握科学、安全的用药方法。

老年人吃药不规律、忘了吃,想起来就补一片,这种情况到底该怎么办?周建成提醒,相比于漏服药,盲目补服的危害可能更大,尤其是降压药和降糖药,加倍服用可能导致低血压、低血糖等情况发生。

“有一个简单原则,看距离下次服药的时间。”专家表示,对于一天服用一次的药物,以12小时为界,如果距离下次服药超过12小时,可以补服;如果不足12小时,则略过此次服药。对于一天服用两次的药物,以6小时为界。以上是一般情况,如果说明书没有特别说明,可以按这个原则执行;如果说明书有明确推荐,则按说明书来。

漏服药要讲原则,而有些药,问题不在于“漏没漏”,而在于“该不该吃”。阿司匹林就是典型。很多没有冠心病、但有高血压、高血脂、糖尿病的老年人,过去会服用阿司匹林预防冠心病,这称为冠心病的一级预防。周建成表示,现在治疗理念已经更新。最新指南明确推荐:对于年龄40~70岁、冠心病10年风险大于10%,同时合并高血压、高血脂、糖尿病、肥胖等7个危险因素中大于等于3个控制不佳或无法控制,并且排除了阿司匹林出血风险的患者,才推荐进行阿司匹林的一级预防。“以上说的是没有冠心病的患者需要评估。但如果已经发生了冠心病、脑梗、放过支架,这种情况属于冠心病的二级预防,阿司匹林需要坚持服用,盲目停用反而有风险。”周建成强调。

阿司匹林该不该吃,是一个药的选择题。而老年人更常见的困境,是同时吃七八种药,每一种都“该吃”,合在一起却可能出问题。同时服用七八种药,称为多重用药。周建成提醒,服用的药物越多,肝肾负担、药物相互作用、药物不良反应就越多。

对于多重用药的老年患者,他推荐“三个一”。

第一,一份清单。把老年人服用的所有处方药、OTC药物、中成药、保健品整理成一份清单,列明药品名称、用法用量、服药时间、适应证以及是什么医生处方的。每次就诊时把这份用药清单带过来。“很多时候发生多重用药,都是因为不同科室的医生彼此不知道对方开了什么药。”

第二,一次评估。老年多重用药患者每年至少评估一次,或者在出院以后、换了医生以后,带着完整用药清单到药学门诊进行一次系统评估。“我们使用专业工具,把老年人不该用的、重复的、相互打架的药挑出来。”

第三,一个工具。随着年龄增长,老年人记忆力变差,容易漏服药。建议备一个分药盒,提前一周把每天需要服用的药物准备好。

周建成还特别提醒,老年多重用药患者在服药过程中,如果出现新的症状,不能仅考虑疾病的因素,还要请药师评估是不是药物引起的不良反应。比如盲目服用阿司匹林的患者,长期使用后可能发生胃溃疡;发生胃溃疡后长期服用拉唑类药物,又可能导致骨质疏松;而发生骨质疏松又需要服用钙片,形成所谓的“处方瀑布”。

“老年患者只有定期科学管理,才能有效规避用药风险。”周建成说。



扫码看视频

扬子晚报/紫牛新闻记者 **吕彦霖**

患者挂一次号可以看多种疾病

南京一医院推出“一号通”便民新举措

近日,肝功能异常的患者方先生来南京市第二医院肝病科就诊。医生在问诊中发现,方先生除了肝病问题,还合并有高血压。按照以往流程,他需要再挂一个心血管内科的号,重新排队、候诊。但这一次,肝病科医生直接为他免费转诊到了心血管内科——无需另挂号,无需再付费,两个科室的诊疗一次完成。“不用折腾,真好!”方先生感慨地说。

近年来,随着人口老龄化加剧,多病共存已成为临床常态。一位患者可能同时患有多种疾病,辗转于不同科室之间,不仅耗时耗力,也容易因专科分割而遗漏整体病情。

针对这一痛点,南京市第二医院近期推出“一号通”便民新举措,特别适合多病共存的患者。只要挂一次号,就可免费享受多个科室的诊疗服务。例如,一位肝病患者合并糖尿病、高血压、胆结石,挂一次肝病科的号,即可通过院内免费转诊,依次获得肝病科、内分泌科、心血管内科、普外科等多个科室的专业诊疗,无需重复挂号、排队、缴费。

对于疑难重症患者,这一举措同样适用。医院组织MDT多学科会诊,由相关科室专家共同参与,综合评估病情,给出适宜的个体化治疗方案。患者“一号看到底”,专家“多科一起看”,既避免了患者在多个科室间来回奔波,也确保了诊疗的系统性和连续性。

从“患者跑”到“医生转”,从“专科各自为政”到“多学科协同作战”,这一转变不仅提升了就医效率,更改善了患者的就医体验。

据悉,未来,南京市第二医院将继续深化便民举措,拓展覆盖病种和科室范围,优化转诊流程和信息化支撑,让更多患者享受到“一号通”的便捷与高效。

通讯员 **朱诺**

扬子晚报/紫牛新闻记者 **吕彦霖**



10月17日,志愿者在泰州市海陵区苏陈镇徐庄村党群服务中心为老人测量血压。

重阳节来临,泰州市海陵区组织开展形式多样的主题活动,弘扬中华民族优秀传统文化,营造敬老爱老的社会氛围。

汤德宏 孙爱民 摄 视觉江苏网供图

江苏老年医院联盟成立

首批成员单位覆盖79家医疗机构

扬子晚报讯(通讯员 **穆婷婷** 记者 **万惠娟**)江苏老年医院联盟近日在南京成立。该联盟在江苏省卫生健康委员会指导下,由省老年医院牵头,联合省内16家三级老年医院共同发起,首批成员单位覆盖全省79家医疗机构。联盟将搭建发展共商、资源共享、标准共建的协作平台,推动全省老年医院从分散发展迈向协作共赢,提升老年医疗服务体系整体效能。

当前,江苏省60岁及以上常住老年人口超2100万,老龄化程度持续加深,老年人高品质、专业化医疗健康服务需求快速增长。近年来,江苏持续加强老年医院和老年医学科建设,现有各级老年医院95家。

联盟的组建顺应老年医疗服务体系建设的现实需要,重点在“定标准、通资源、建模式”三个方面发挥作用:研究制定契合老年患者疾病特点与服务需求的标准规范,推动成员单位特色化发展和服务同质化;统筹整合全省老年医疗优质资源,推动技术、人才和管理经验跨区域流动,让老年医学优质资源向基层延伸;强化多学科联动,探索整合型老年医疗服务路径,使联盟协作成果转化为老年人可感可及的健康实惠。

南京市鼓楼区有恒路199号2幢一单元2102室(第一次拍卖)的公告

南京市玄武区人民法院将于**2026年11月19日10时至2026年11月20日10时止**(延时的除外)在江苏省南京市玄武区人民法院淘宝网司法拍卖网络平台上(网址:http://sf.taobao.com,户名:江苏省南京市玄武区人民法院)进行公开拍卖活动,现公告如下:(第一次拍卖)

一、拍卖标的:**南京市鼓楼区有恒路199号2幢一单元2102室**。标的物所在小区为金陵湾南区。标的物所在层为21层,总层数为59层,建筑面积:70.95m²,套内建筑面积:51.30m²,建筑年代为2019年,两室一厅一厨一卫,有电梯。

起拍价:179万元,处置参考价(市场价):255.4130万元,保证金:18万元,增价幅度:0.1万元。

二、接受咨询、预约看样的时间:自2026年11月9日起至2026年11月10日(上午9:00-11:30、下午2:00-4:30)止接受咨询、预约看样。有意者请在上述时间段内进行预约后,由南京市南京公证处在拍卖开始前另行统一安排时间进行看样,非工作时间不予接待。看样咨询电话:025-83185361、18851757226(陈)、18851755513(张)、18851752025(朱)。

三、注意事项:竞拍前竞买人的支付宝帐户中应有足够的余额(18万元人民币以上)支付拍卖保证金。请务必在淘宝网-司法拍卖平台仔细阅读拍卖公告、《拍卖须知》有关拍卖法律规则;标的概述、竞买特别提醒请查看《拍卖标的调查情况表》。还可登录“人民法院诉讼资产网(www.rmfysszc.gov.cn)”查询拍卖公告详细内容。

南京市玄武区人民法院咨询、监督电话:025-83185194(周)

联系地址:南京市玄武区板仓街258号 南京市中级人民法院监督电话:025-83522456

南京市建邺区虹苑新寓一村9幢812室(第一次拍卖)的公告

南京市玄武区人民法院将于**2026年11月19日10时至2026年11月20日10时止**(延时的除外)在江苏省南京市玄武区人民法院淘宝网司法拍卖网络平台上(网址:http://sf.taobao.com,户名:江苏省南京市玄武区人民法院)进行公开拍卖活动,现公告如下:(第一次拍卖)

一、拍卖标的:**南京市建邺区虹苑新寓一村9幢812室**。标的物所在层为8层,总层数为8层,建筑面积:118.68m²,套内建筑面积:106.86m²,建筑年代为1996年,三室一厅一厨一卫,无电梯。

起拍价:120万元,处置参考价(市场价):164.8465万元,保证金:15万元,增价幅度:0.1万元。

二、接受咨询、预约看样的时间:自2026年11月9日起至2026年11月10日(上午9:00-11:30、下午2:00-4:30)止接受咨询、预约看样。有意者请在上述时间段内进行预约后,由南京市南京公证处在拍卖开始前另行统一安排时间进行看样,非工作时间不予接待。看样咨询电话:025-83185361、18851757226(陈)、18851755513(张)、18851752025(朱)。

三、注意事项:竞拍前竞买人的支付宝帐户中应有足够的余额(15万元人民币以上)支付拍卖保证金。请务必在淘宝网-司法拍卖平台仔细阅读拍卖公告、《拍卖须知》有关拍卖法律规则;标的概述、竞买特别提醒请查看《拍卖标的调查情况表》。还可登录“人民法院诉讼资产网(www.rmfysszc.gov.cn)”查询拍卖公告详细内容。

南京市玄武区人民法院咨询、监督电话:025-83185194(周)

联系地址:南京市玄武区板仓街258号 南京市中级人民法院监督电话:025-83522456

南京市秦淮区风光里31幢115号102室(第一次拍卖)的公告

南京市玄武区人民法院将于**2026年11月10日10时至2026年11月11日10时止**(延时的除外)在江苏省南京市玄武区人民法院京东网司法拍卖网络平台上(网址:http://sifa.jd.com/1152,户名:南京市玄武区人民法院)进行公开拍卖活动,现公告如下:(第一次拍卖)

一、拍卖标的:**南京市秦淮区风光里31幢115号102室**。总层数12层,所在层为1层,建筑面积189.7m²,套内建筑面积163.91m²,建筑年代为2005年,4室2厅2卫,南北朝向,有电梯。

起拍价:176万元,处置参考价(市场价):251万元,保证金:20万元,增价幅度:0.1万元。

二、接受咨询、预约看样的时间:自2026年11月2日起至2026年11月3日止接受咨询、预约看样。有意者请在上述时间段内进行预约后,由江苏京东信息技术有限公司在拍卖开始前另行统一安排时间进行看样,非工作时间不予接待。看样咨询电话:15150658820(徐)、17302510753(谢)、13814521764(王)、18860959966(朱)。

三、注意事项:竞拍前竞买人的京东账户内应有足够的余额(20万元人民币以上)支付拍卖保证金。请务必在京东网司法拍卖网络平台上仔细阅读拍卖公告、《拍卖须知》有关拍卖法律规则;标的概述、竞买特别提醒请查看《拍卖标的调查情况表》。还可登录“人民法院诉讼资产网(www.rmfysszc.gov.cn)”查询拍卖公告详细内容。

南京市玄武区人民法院咨询、监督电话:025-83185194(周)

联系地址:南京市玄武区板仓街258号 南京市中级人民法院监督电话:025-83522456