

2021年5月20日

第2822期 星期四

中国知名专业报品牌

全国十佳卫生报

湖南日报报业集团主管
华声在线股份有限公司主办
国内统一刊号CN43—0036
http://hunan.voc.com.cn
全国邮发代号41—26

今日 8 版



服务读者 健康大众



湖南省 12320 呼叫中心组织开展

“专家公益 100 天心理咨询服务”

本报讯（通讯员 田正荣）湖南省 12320 呼叫中心围绕“学党史、悟思想、办实事、开新局”的总体要求，结合 12320 卫生热线平台优势和聚集心理医学专家优势，从 5 月 20 日起，组织开展为期 100 天、以公益心理咨询为主要内容的“我为群众办实事”公益活动。

活动将特邀中南大学湘雅二医院、公共卫生学院、湖南省脑科医院的心理医学专家，通过湖南省 12320 卫生热线和试运行的 12320 心理咨询门诊，免费为群众提供线上与线下相结合的心理咨询服务。在这期间，所有线上心理咨询免

费，“健康 320”APP 心理测评免费，12320 心理咨询门诊免收专家挂号费，聚焦人民群众心理健康需求，切实施行便民惠民利民服务。

自 2020 年新冠肺炎疫情出现以来，湖南省 12320 呼叫中心按照省委、省政府和省卫生健康委的统一部署要求，紧急启动心理援助方案，迅速建立 12320 心理援助热线和“健康 320”APP 平台，联动中南大学湘雅二医院、公共卫生学院、湖南省脑科医院和各市州医疗卫生机构的心理医学专家，为广大人民群众和工作在抗疫一线的工作人员与医务人员提供 24 小时不间断的心理援助、心理咨询和危机干

预。疫情期间，12320 呼叫中心共受理心理援助和心理咨询热线电话 5000 余次，其中心理干预案例 3000 余例。同时，邀请省部属医院的心理医学专家录制播放 18 台心理援助视频课程，线上观看视频课程者达 100 余万人次。

为更好地满足人民群众心理健康需求，充分发挥 12320 卫生热线平台的作用，湖南省 12320 呼叫中心经过将近 1 年的筹备和建设，将于今年 5 月 20 日开放 12320 心理咨询中心门诊，创建线上线下融合对接，为人民群众提供心理测评、心理咨询、团体辅导、药物治疗、心理康复、跟踪回访、危机干预一

系列的心理健康服务，提升心理健康服务体系建设的针对性、系统性和实效性。在湖南省 12320 呼叫中心心理咨询门诊正式开放的前 100 天，特邀中南大学湘雅二医院、公共卫生学院、湖南省脑科医院等一大批心理医学专家，在线上提供免费的心理咨询，线下提供免收挂号费的门诊咨询，真正为群众办实事。

头条新闻竞赛

第五届健康中国

湘潭市第一人民医院 协办

地址：湘潭市岳塘区书院路 100 号
急救热线：0731-58669120 58669110
湘潭医广[2020]第 0703-0011 号

湖湘名医

湖南省 12320 呼叫中心 主办
湖南日报报业集团大众卫生报 办

中医内科专家

丁桃英

株洲醴陵市中医院主任医师、教授，湖南省名中医，湖南省第四批老中医药专家学术经验继承指导老师。株洲市首批名中医，株洲市中医学会优秀中医药工作者。



》》详见今日本报 04 版《以治病救人为己任》

糖尿病“黎明现象”有新解

本报讯（健康报记者 孙国根 通讯员 泓煊）复旦大学附属妇产科医院/生殖与发育研究院丁国莲课题组与美国贝勒医学院孙正课题组及山东大学齐鲁医院陈丽课题组携手，揭示了糖尿病“黎明现象”机制（脑内基因控制胰岛素抑制肝脏糖异生的昼夜节律），有助于指导糖尿病患者血糖控制。

在正常生理状态下，肝脏生糖在觉醒前后达到高峰，为觉醒后的神经认知和运动活动

提供能量。与此同时，肝脏对胰岛素抑制糖异生的敏感性也在觉醒时达到高峰，以应对即将到来的进食行为，促进吸收膳食营养。临床上发现，在糖尿病患者中，也有一部分也会发生“黎明现象”。这部分患者在夜间或白天大部分时间内血糖控制尚可且平稳，但在黎明时分尤其是早餐后呈现高血糖，提示此类患者可能存在胰岛素敏感性的节律异常。

然而这种胰岛素敏感性昼

夜节律的生理调控机制是什么，一直未有明确答案。课题组研究发现，在下丘脑 SCN 区 GA-BA 神经元中，富集着一类核受体家族成员，它们是分子生物钟中的药物靶点。其中有的核受体家族成员表达会呈现显著的昼夜节律，并在觉醒前达到高峰。

研究表明，糖尿病患者在黎明时分尤其是早餐后呈现高血糖，与上述一类核受体家族成员的表达节律异常相关。

合理膳食 营养惠万家

湖南全民营养周暨“5.20”

中国学生营养日主题宣传启动

本报讯（记者 涂诗卉 通讯员 曹婕好）

5 月 19 日上午，湖南 2021 年全民营养周（以下简称“全民营养周”）暨“5.20”中国学生营养日主题宣传活动启动仪式在长沙学院举行。本次“全民营养周”的主题是“合理膳食 营养惠万家”。

今年 5 月 1 日，湖南 2021 年全民营养周暨“5.20”中国学生营养日主题宣传线下活动启动，通过“第二届湖南米粉大擂台”进入社区现场，用湖南米粉做示例，讲解了“食物多样、谷类为主”的饮食观念，还引导群众如何搭配营养全面的早餐，并解答来往市民的营养健康咨询。

与以往不同的是，本次全民营养周系列活动与湘菜产业链上下游进行了紧密结合。从人们的日常饮食根本着手，深入到农副产品生产加工、预制菜制作、湘菜餐厅、街道社区等等各方面，进行一系列主题活动与宣传，将“健康中国营养先行”的理念贯彻到“从田间到餐桌”的每一步，从而推动形成可持续、常态化的营养健康科普交流路径，进一步促进树立健康饮食新风，助力健康湖南建设。

启动仪式后，活动还走进知名配餐企业，组织学生观摩每日菜品如何从种养殖基地通过中央厨房加工、出品，讲解合理膳食、全面营养、健康运动的重要性；利用直播平台，主播和营养健康专家走进“营养健康”样板餐厅“大米先生”；邀请市民、营养专家和湘菜大师讲解营养膳食知识；进入学校宣讲，鼓励建设“营养与健康示范学校”，促进学生合理膳食、健康饮食等。

本次活动由湖南省食品安全委员会办公室、湖南省国民营养健康指导委员会等主办，湖南省疾病预防控制中心、湖南省营养学会、长沙学院和大湘菜报等单位联合承办。

学会看预警图标

科学应对气象灾害

详见 07 版

本报社址：长沙市芙蓉中路一段 442 号新湖南大厦 47 楼 总编辑：涂新山 湘广登第 0035 号

新闻热线：0731-84326206 订报热线：0731-84326226 广告热线：0731-84326448 本报每周二、周四出版 全年订价：168 元 零售价：2.00 元 印刷：湖南日报印务中心