

银川天气



5月26日(星期二)
14℃~25℃
阴
东北风2级
空气质量良



5月27日(星期三)
10℃~24℃
阴
西北风2级
空气质量轻度污染



5月28日(星期四)
12℃~26℃
晴
东南风2级
空气质量良

“排毒祛湿”因人而异

近日,国家卫生健康委举行新闻发布会,邀请专家围绕夏季常见健康问题,给出科学实用提示。

夏季气温高、湿气重,部分人群热衷于通过红豆薏米水、祛湿糕点、祛湿泡脚包等方式“排毒祛湿”。中国中医科学院西苑医院主任医师刘征堂提醒,祛湿产品要因人而异。生薏米偏凉,不建议胃肠虚弱、容易腹泻、经期女性和孕妇等人群长期大量食用。祛湿糕点往往糖分不低,血糖偏高的人要少吃。泡脚可以帮助人们放松,但皮肤破溃、足部感染、糖尿病足风险人群尽量避免泡脚,如果长期身体困重、食欲差、腹胀、大便黏腻,应到医疗机构请医生判断。

对于高温天气出汗增多,中国疾控中心研究员张岚表示,应做到少量多次、主动补水,不要等到明显口渴再喝水;首选白开水,避免长期大量饮用高糖饮料;水温以温凉接近室温为宜,过冰或过烫的水可能会刺激或损伤胃肠道;大量出汗、长时间户外作业或运动后,可适当补充电解质,但淡盐水并不适合长期或过量饮用,高血压、肾病等患者尤其应谨慎。 据新华社

手术机器人“上岗” 辅助完成膝关节置换术

将招募100名患者 首批手术已顺利完成

5月24日,在宁夏回族自治区人民医院西夏分院,64岁的王女士成功接受了机器人辅助下右侧膝关节双间室置换术,成为“鸿鹄”手术机器人落地宁夏后首批受益的患者。

作为自治区重点科技成果转化项目,宁夏回族自治区人民医院与上海交通大学医学院附属第九人民医院(以下简称“上海九院”)李慧武教授团队深度合作,引进国际先进的“鸿鹄”手术机器人系统,并计划招募100名膝关节疾病患者,手术中与机器人辅助相关的费用全免。这意味着,今后宁夏的重度膝关节疾病患者无需远赴北上广,在家门口就能接受上海顶尖专家的机器人辅助手术。

本次手术使用的“鸿鹄”机器人由上海九院戴克戎院士团队研发,2022年获得国家药品监督管理局注册证,2024年获得美国FDA认证,目前已进入全球26个国家和地区。据李慧武教授介绍,机器人辅助手术的核心优势在于精准:截骨误差仅0.1至0.5毫米,角度误差控制在零点几度,精度远高于传统徒手手术。同时,机器人可针对骨骼畸形、缺损等复杂病例提前完成手术规划,术中软组织松解范围小,患者创伤更小、恢复更快。

“这能极大降低手术对医生个人



机器人辅助手术。

经验的依赖,年轻医生也能借助机器人完成高质量手术。”宁夏回族自治区人民医院关节外科主任医师白志刚说。

本次公益项目不仅让患者受益,更是一次技术落地的深度合作。李慧武教授表示,与宁夏的合作除服务患者外,还将聚焦手术机器人未来发展方向,包括人工智能化、远程化及沉浸式体验提升。项目后续还将逐步落地远程手术模式:依托5G技术,上海专家端配备专用操控台,可通过鼠标、手柄操控本地手术机器人,操作界面配备立体视图、力反馈震动功

能,操作体验与现场手术一致。

按照计划,项目共招募100名患者,经费使用完毕即终止,目前仍处于招募阶段。患者分批次接收,每月开展一批,首批手术已顺利完成。招募对象为患有重度膝关节骨性关节炎、类风湿性关节炎等需进行膝关节置换手术的患者。有需求的患者可于每周一天到自治区人民医院西夏分院关节外科白志刚主任门诊,或每周三天到院本部关节外科白志刚主任门诊咨询预约,也可拨打咨询电话0951-2063133了解详情。

记者 沈亚婷 文/图

读好书 畅交流

这场读书沙龙 让社科普及“活”起来

5月24日下午,黄河书苑内书香氤氲。由宁夏社会科学界联合会主办,银川市社会科学界联合会、银川市图书馆承办的“赓续人文薪火 弘扬时代新风”读书沙龙温暖开启。作为2026年宁夏社科普及周的重点活动,本次沙龙聚焦第二十一届“天津图书奖”获奖作品,通过嘉宾深度对话与读者多元互动,深入解读优秀图书的时代价值与人文精神。

活动邀请了三位本土文化工作者:资深图书编辑陈浪、本地地域文化研究者李振文、作家翠脆生生。三位嘉宾围绕《给孩子的考古》《先秦人的日常生活》《出南京记》三本天津奖获奖图书,从创作、研究、出版等视角展开对话。本次活动打破传统讲座的单向模式,设计了多个互动环节。签到处设置“金句留言板”和“观点漂流卡”,读者写下感悟和提问,并投入漂流箱,活动尾声由嘉宾随机抽取回应,让每一位读者都能成为对话的主角。



活动现场。

在“本土叙事的力量”板块,李振文分享了一系列银川地名中的文化故事。他说:“地名是一棵大树的根,是一条回家的路。知道了根脉所在,就能找到连接‘精神故乡’的路。”

陈浪分享了《给孩子的考古》,书中将考古比喻为“翻译无字地书”和“破案”,引导青少年化身“时间侦探”。全书探讨“何为考古”“考古所见早期中国”等主题,培养尊重实证、敢于质疑的科学态度。陈浪鼓励

孩子们多学考古知识,了解人类发展历程。

翠脆生生解读《出南京记》时动情地说:“书中,孩子们跟着大人从南京一路和动物们迁徙到重庆,保护优良种禽,一路上忍饥挨饿、躲避轰炸,学会了相互理解与帮助。作者语句朴实柔美,从孩子的视角写宏大主题,风霜雨雪都经历了一遍,是一种别样的蜕变。”

整场活动持续了两小时,读者在漂流箱开箱、金句接力等环节积极互动,讨论热烈。本次读书沙龙是银川市图书馆探索社科普及与全民阅读深度融合的创新实践,通过聚焦天津图书奖,链接本土创作、出版与阅读推广,搭建了对话交流、思想碰撞的公共文化空间。未来,银川市图书馆将继续创新活动形式,让社科知识从“入耳”到“入心”,为建设书香银川贡献力量。

记者 王敏 文/图

