

# 【预告】枫山书院健康讲堂第53讲——《寒露中医养生》

台州市立医院 昨天

—— 点击蓝字，轻松关注   ——

为进一步提升健康宣教品质，我院与国家级社科普及基地椒江图书馆“枫山书院”合作，共同推出健康讲堂栏目，每月1期派出医疗专家开展健康宣讲，普及医疗卫生知识，关爱百姓健康。

时 间：10月9日（星期六）上午9：00

地 点：椒江区图书馆一楼报告厅

本期主题：寒露中医养生

寒露，是二十四节气中的第十七个节气。气候由热转寒，万物随寒气增长，逐渐萧落，这是热冷交替的季节。



秋意重，寒色浓，寒露节气后，昼渐短，夜渐长，日照减少，昼夜温差较大，饮食调理、作息调整、添衣防寒等方面，我们要注意哪些？一起来听听台州市立医院中医科池苗苗医生的健康讲堂吧。

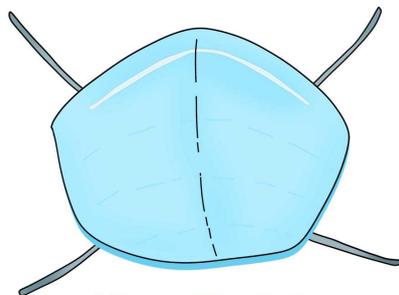
## 池苗苗

**专家简介：**台州市立医院中医科主治医师。中西医结合肿瘤方向硕士研究生，毕业于浙江中医药大学，师从浙江省中医院肿瘤科谢长生主任医师，参与省自然科学基金课题1项，省中管局课题1项，发表学术论文4篇。

**擅长：**胃炎、肠炎、反流性食管炎、消化不良、便秘等脾胃病，外感咳嗽等呼吸道疾病，体质调理以及肺癌、胃癌、大肠癌等肿瘤疾病的中医调理。

坐诊时间：周一、二、三、四、日全天

坐诊地点：国医馆中医门诊（七）



**戴口罩出门**

活动须知：

参加活动的读者，需出示绿色健康码+14天行程码，测量体温，确认无呼吸道异常症状，并正确佩戴口罩。





枫山书院健康讲堂第五十三讲

# 寒露 中医养生

主讲人：池苗苗

主治医师，中西医结合肿瘤方向硕士研究生，毕业于浙江中医药大学，师从浙江省中医院肿瘤科谢长生主任医师，参与省自然科学基金课题1项，省中管局课题1项，发表学术论文4篇。擅长治疗胃炎、肠炎、反流性食管炎、消化不良、便秘等脾胃病，外感咳嗽等呼吸道疾病，体质调理，肺癌、胃癌、大肠癌等肿瘤疾病。

门诊坐诊时间：周一、二、三、四、日全天

坐诊地点：国医馆中医门诊（七）

时间：2021年10月9日（星期六）上午9:00

地点：椒江区图书馆一楼报告厅

温馨提示：入馆需测量体温、出示“健康码+14天行程码”并佩戴口罩。

公益免费！诚邀各界热心听众参与！

主办：台州市社科联 中共台州市椒江区委宣传部 中共台州市椒江区委直属机关工作委员会

椒江“义家” 台州市椒江区社科联 台州市椒江区文广旅体局

承办：椒江区图书馆 台州市立医院

海报来源 | 椒江区图书馆

编辑排版 | 宣传统战部

审核 | 李皖生



## 台州市立医院微信公众平台



敬畏生命 追求卓越



## 台州市立医院眼科中心公众平台



敬畏生命 追求卓越