

# 江苏省中医院溧阳分院 溧阳市中医医院院报

健康手机 APP



医院微信公众号



2019年11月  
第5期 总第58期

主办单位:江苏省中医院溧阳分院  
http://www.jsszylyfy.com

内部发行  
仅供交流

## 省人大常委会副主任许仲梓一行 来院检查《中医药法》贯彻实施情况

10月16日下午,江苏省人大常委会副主任许仲梓带领省人大常委会委员、教科文卫委主任周琪,省卫生健康委副主任、省中医药管理局局长朱岷等11人,来我院对《中医药法》贯彻实施情况进行执法检查。常州市人大常委会副主任陈建国、人大常委会教科文卫工委主任陈建共、人大常委会教科文卫工委秘书长朱柏松、常州市卫健委主任朱柏松、卫健委中医处处长岳健、溧阳市人大常委会主任潘云芳、市人大常委会副主任石伟期、市政协副主席陈波涛、市卫健局局长陈志豪等领导陪同检查。

执法检查组一行先后来到眼耳鼻喉口腔中心、胸痛中心、中药房、名医堂等地进行实地考察,详细了解了我院贯彻落实《中医药法》工作情况,并听取了江苏省中医院溧阳分院院长李志伟的工作汇报。

李院长在汇报中表示,自《中医药法》2017年7月1日施行以来,医院紧紧围绕“以病人为中心”理念,在发挥中医药特色、人才引进与培养、医教研融合发展、联动医联体发展、信息化智慧医疗、中医药文化宣传、创建三级医院等方面深入贯彻落实《中医药法》,全力推动中医药事业高质量发展。李院长表示,目前虽然取得了一些成绩,但在中医专科建设、中医药服务领域拓展和健康服务能力提升等方面还有待加强。医院将以此次《中医药法》检查为契机,严格按照执法检查组的要求,进一步完善政策措施,加强人才建设,提升中医药服务能力,借力“院府合作”,不断提升溧阳群众对中医药服务的满意度。

执法检查组一行充分肯定了溧阳在中医药事业发展中取得的成绩,认为溧阳深入贯彻落实《中



医药法》,以满足人民群众中医药健康需求为出发点,不断完善中医医疗和预防保健服务体系,中医药服务能力进一步提升,中医药事业得到长足发展。针对下一步工作,执法检查组要求,要充分认识中医药事业的重要性,持续推动继承与创新;要加大中医药

法的宣传普及力度,扩大宣传范围,要夯实中医药发展的群众基础,着力提升服务群众的的能力和水平;要加强基层中医药人才队伍建设,推进高层次中医药人才培养;要激发中医药发展的潜力和活力,持续深入推进中医药事业繁荣发展。宣传科 谈琰

## 常州市总工会副主席张小军一行 来院调研潘荣华劳模创新工作室

5月15日上午,常州市总工会副主席张小军一行来院调研潘荣华劳模创新工作室,指导劳模党支部“双创双提升”工作。

全国五一劳动奖章获得者、江苏省劳模、院党委书记潘荣华首先对市总工会领导的到来表示欢迎和由衷地感谢。潘书记表示,劳模荣誉的获得,离不开领

导的关怀和同事们的热心支持,作为劳模的自己,要充分发挥好劳模的示范引领作用,带领团队立足本职,钻研技术,不断创新,引领工作室成员及医院职工提高专业素养、医疗技术和科研水平,使工作室真正成为培养优秀医疗人才的重要基地。

张小军对潘荣华爱岗敬业、

认真负责的工作态度给予了高度评价,并感谢他为医疗卫生事业发展所做出的贡献。他认为,工作室有特色、成效好,较好地发挥了劳模精神的示范引领作用。对于工作室下一步建设,他提出了两点要求:一是利用好劳模创新工作室这一载体,积极参与“三走进”、“宣讲团”等活动,让劳模

先进经验得以传承推广,使“一枝独秀”引领“百花齐放”;二是要进一步完善创建工作机制,推进劳模党支部或党小组“双创双提升”工作,进一步提高劳模创新工作室成员的政治素质和业务水平,使劳模创新工作室始终保持强劲的生命力,在促进医疗卫生事业发展中发挥积极作用。党办 王丽丽

## 溧阳市委常委、宣传部长张爱文一行 来院调研公立医院党建工作

为深入贯彻落实中央、省委和市委关于加强公立医院党建工作的文件精神,进一步学习领会中央、省委和市委关于加强公立医院党建工作的新部署、新要求,确保全市公立医院党的建设有序推进,10月23日下午,市委常委、宣传部长张爱文一行在市卫健局党委书记、局长陈志豪、副局长冯伟民、党委委员马建芬等陪同下,来我院调研公立医院党建工作。院党委书记潘荣华,党委副书记、院长李志伟,党委副书记徐春林等参加调研。

座谈会上,潘书记代表医院党委对张部长一行的到来表示热烈的欢迎,并从“加强班子建设,发挥核心作用”“加强思想建设,夯实党建基础”“深化作风建

设,增强党建活力”“增强责任意识,推进廉政建设”“表先进树榜样,发挥引领作用”“创新活动形式,增强党建活力”等方面作了详细汇报。

李院长表示,医院历来注重领导班子思想政治建设,特别是《江苏省加强公立医院党的建设实施办法》出台以来,医院严格按照“不忘初心、牢记使命”主题教育“守初心、担使命、找差距、抓落实”总要求,以只争朝夕、奋发有为的态势,旗帜鲜明地把党的政治建设摆在首位,认真落实党管干部和党管人才原则,切实加强思想政治工作和医德医风建设,扎实推进党风廉政建设,努力推动公立医院党的建设各项工作落地

落实。

听取汇报后,张部长对医院党建工作给予了充分肯定,认为我院将业务工作与党建工作深度融合,以高度的政治责任感顺应新形势,积极探索并完善现代医院管理制度,突出党委领导核心作用,积累了一些符合中央精神,适应现代医院管理要求的公立医院党建工作思路、方法、经验,为我市加强公立医院党建工作提供了很好的借鉴。同时,他对我院下一步工作提出了更高要求:一是要充分发挥公立医院党委的领导作用,做到思想上自觉认同、行动上自觉维护、工作上自觉提高;二是要加强干部人才队伍建设,真正把业绩突出、群众认可的优秀人才选拔到中

层岗位上;三是要夯实公立医院党建工作的基础,将党支部建设成为坚强战斗堡垒,并加大对优秀人才的培养和引进;四是要抓好思想政治工作和医德医风建设,弘扬敬畏生命、救死扶伤的崇高职业精神,塑造医术精湛、医德高尚、医风严谨的行业风范;五是要进一步抓实公立医院党建工作职责,健全党建工作领导体制,制定党建工作清单,不断完善党建工作长效机制,推动党建工作迈上新台阶。

随后,张部长一行还开展了问卷调查,并与院领导班子成员、中层干部、普通党员和非党职工代表进行了个别谈话。

宣传科 谈琰

图片新闻

朱向荣



▲9月4日,江苏省中医药管理局组织“全国基层中医药工作先进单位”复评专家组来院检查工作。



▲9月10日,常州市卫健委组织专家来院进行消防安全检查。



▲9月26日,医院开展“健康江苏服务百姓”义诊活动。



▲9月30日,医院开展节前安全大检查。



▲10月8日至16日,人事科组织2019年新进员工开展岗前培训。



▲10月27日,骨伤科成功举办江苏省继续医学教育项目《基层医院骨科微创技术》学习班。

主编:李志伟

副主编:徐春林

执行主编:钱建春

校对:谈琰、朱向荣

责任编辑:钱建春

## 资源下沉 技术扶持

省中医院助力溧阳分院新突破

### 江苏省中医院神经外科专家 定期来溧阳分院坐诊

江苏省中医院神经外科成立于2001年,经过二十年的发展,综合实力不断提升,在脑血管病、脑肿瘤、癫痫、脑积水、脑外伤的中西医结合综合治疗方面积累了丰富的经验,形成一套行之有效的诊疗方案和

体系,开创了神经外科疾病的中西医结合诊治的先河,填补了三级甲等综合性中医院专科建设的空白。

为了让溧阳市民群众在家门口就能享受到江苏省中医院优质的医疗服务,从2019年10

月10日起,江苏省中医院神经外科主任高觉民与科内其他专家将于每周四下午轮流来溧阳分院坐诊,查房,坐诊地点为溧阳分院门诊四楼名医室,咨询电话0519-87265900。

院办 汪雷

### 省中医院溧阳分院 第八届膏方节取得圆满成功

#### 好消息!江苏省中医院溧阳分院第八届膏方节11月2日盛大启动

专家坐诊时间:11月2日(周六)上午9:00-11:30 坐诊地点:门诊四楼



秋冬进补正当时。11月2日上午,江苏省中医院溧阳分院第八届膏方节在广大市民朋友的殷切期盼下盛大启动。本次膏方节上,医院有幸邀请到了全国名老中医、江苏省中医院原院长唐蜀华,全国名老中医、江苏省中医院原副院长许芝银等5位专家现场坐诊,为我市百姓把脉问诊,开出量身定制的滋补膏方,让溧阳群众在家门口就能享受到名医、名家的优质诊疗服务。

当天上午九时不到,门诊四楼名医室室外已是人头攒动,市民们纷纷慕名而来。义诊开始后,来自江苏省中医院心血管科、神经内科、呼吸科、肾内科的5位专家耐心细致

地为市民们把脉问诊、答疑解惑,并为他们开出量身定制的滋补膏方。

“每年的膏方节,我都会来中医院开膏方。”今年67岁的王阿姨说:“膏方对老年人秋冬季滋补很有必要。以前我开过刀,通过膏方调理后,恢复确实不错。省中医院的专家看病水平高,调配的膏方效果好,趁这次膏方节,我再开点膏方回去补补。”

活动当天,除了有全国名老中医坐诊开方,还有中药饮片识别有奖竞猜(赠送防流感香囊)、阿胶固元糕制作过程的现场演示、免费中医体质辨识、养生茶免费品尝、养生知识讲座等一系列活动,吸引了市民的广泛参与。

宣传科 谈璇

### 省中医院保卫处处长谢京生一行 来溧阳分院开展节前安全生产大检查

为切实做好国庆期间医院各项工作,坚决预防和遏制安全生产事故的发生,9月27日下午,江苏省中医院保卫处处长谢京生一行来溧阳分院开展节前安全生产大检查。溧阳市卫健局副局长李建强,溧阳分院党委副书记、院长李志伟,党委副书记徐春林及相关部门负责人陪同检查。

谢处长一行对我院安全生产工作组织情况、安全生产及消防安全规章制度建设情况及应急预案、安全生产投入、安全设施运行管理情况进行了详细询问,并实地查看了院消防

控制室、高压配电房、煎药室、食堂、急诊科、医患沟通办等安全生产重点部门和科室。在高压配电房,谢处长还详细了解了操作人员是否持证上岗、培训,配电室是否实行24小时值班制等具体情况。

在座谈会上,谢处长对我院安全生产管理工作给予了肯定,并对发现的一些需要补充完善的问题做了详细布置。

李院长对谢处长一行的到来表示热烈欢迎和衷心感谢。李院长表示,安全责任无小事,医院各相关科室、部门要明确职

责,认真做好安全防范工作,加强安全监管,严格落实人防、物防、技防等安全防范制度和措施,特别是此次检查发现的隐患和薄弱环节,要及时整改,消除隐患,严防事故发生,确保医院和患者的生命财产安全。李院长还强调,全院上下要发扬爱国爱院、攻坚克难的优良作风,以更加坚定的信心、更加饱满的热情、更加扎实的作风,全面做好国庆期间安全生产工作,坚决维护医院的平安稳定,以优异的成绩向新中国成立70周年献礼。

宣传科 谈璇

#### 新技术

### 甲乳外科率先开展院内首例 静脉输液港植入术

9月9日,我院甲乳外科医护团队率先开展了院内首例静脉输液港植入术。静脉输液港植入术的成功开展,标志着甲乳外科医护团队静脉输液治疗水平又上了一个新台阶,同时也为需要进行化疗的癌症病友们带来了福音。

此前,53岁的市民谢女士被确诊为乳腺癌,术后需要长期化疗治疗,化疗期间出现静脉导管滑脱、静脉炎后拔管,考虑患者仍需接受化疗及一年时间的分子靶向药物治疗,甲乳外科医护团队与患者及家属充分沟通,在完善了输液港的植入操作流程、常见并发症及处理等各方面准备后,为患者成功植入了静脉输液港,手术用时30分钟,置管过程顺利,患者无任何不适,并于置管后顺利完成了输液港植入术后的第一次化疗。

甲乳外科主任狄挺松介绍,化疗病人具有用药周期长的特点,经常需要用药数月甚至更长时间,而静脉输液是化疗的主要给药方式,但化疗药物大多对外周血管及软组织有较强的刺激,普通的静脉穿刺容易造成外周

静脉炎症、血栓、血管硬化及闭塞可能,PICC(经外周静脉置入中心静脉导管)又存在需每周进行维护、不方便洗澡等客观原因。静脉输液港植入技术的出现,为肿瘤病人及需要长期肠外营养的患者提供了更多的选择,降低了输液对患者日常生活的影响,减轻了患者的痛苦,提高了患者的生活质量。

静脉输液港是一种可植入皮下并可长期置留在体内的静脉输液装置,因为它的功能与运输港口相似,是静脉输液的港口,故称为“输液港”。通过输液港操作,不仅可以输注各种药物,还可以进行肠外营养支持治疗和血样的采集。该装置避免了患者反复穿刺带来的痛苦和刺激性药物对外周静脉的损伤,是一种长期、有效、微创的静脉通道技术。同时,该装置无体外裸露部分,降低了感染风险,日常生活不受影响,可洗澡,具有更高的生活便利性和更佳的生活质量,治疗期间只需每月维护一次,节省了患者的时间,方便了患者,给患者带来了福音。

甲乳外科 黄旭波



### 普外科在溧阳地区率先采用改良经济单孔腹腔镜微创技术,实现了患者术后无疤的梦想

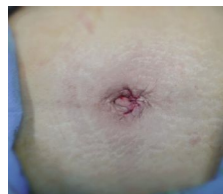
日前,我院普外科开展的腹腔镜胆囊切除术在溧阳地区率先采用改良经济单孔腹腔镜微创技术,为20多位胆囊切除患者实现了术后无疤的梦想,患者术后看着没有手术切口的上腹部无一不啧啧称赞!

省中医院溧阳分院普外科主任把永忠介绍,腹腔镜胆囊切除术是胆囊结石手术治疗的金标准。腹腔镜胆囊切除术的发展经历四孔法、三孔法、两孔法的演变过程,但依然难以达到腹腔镜微创的目的。

而改良经济单孔腹腔镜胆囊切除术,即是一种新的经济入路手术,即在脐部切开一个1.5cm小切口置入手术器械完成手术操作。因切口在肚脐上,手术切口可被脐皱掩盖,具有令人满意的美容效果。改良经济单

孔腹腔镜胆囊切除术在达到微创的同时,还大大降低了与切口相关的,如切口疝、切口感染等并发症的发生率;术后疼痛减轻,减少了术中、术后麻醉镇痛药物的用量;术后恢复快,住院时间短,一般患者术后2-3日即可出院,与多孔腹腔镜胆囊切除术相比,还没有增加住院费用;与常规单孔手术相比,因不需使用单孔三通道防漏气装置,还明显降低了费用。

把主任表示,经济单孔腹腔镜胆囊切除术比常规的三孔腹腔镜胆囊切除术操作难度大,因为在单孔的条件下,视野与操作器械处于同一方向并拥挤在一切口中,在一定角度下器械相互碰撞影响,自下而上的单一的腹腔镜视野角度导致观察胆囊三角前侧较困难等因素给术者带



来操作上的困难,这就要求术者具有丰富的腹腔镜手术经验和手术技巧。

目前,改良经济单孔腹腔镜微创技术在溧阳地区仅有省中医院溧阳分院普外科独家开展,目前为止已成功为20多位患者实施了该项手术,均取得了满意的效果,实现了微创与美容的完美结合。

普外科 钱川平

### 泌尿外科成功解决尿失禁四年患者的难言之隐

“这三四年时间里,因为经常尿裤子,吓得我都不敢出门,天天躲在家里,再这样下去我要发疯了。”9月中旬,市民宋女士因“尿液不自主从尿道口漏出四年”来到江苏省中医院溧阳分院泌尿外科寻求帮助。

泌尿外科医师检查发现,宋女士系腹压增加致尿液不自主从尿道口漏出,即为压力性尿失禁(SUI)。入院后,在完善相关检查,排除手术禁忌症后,泌尿外科团队为宋女士实施了经阴道闭孔无张力尿道中段悬吊术(TVT-

O),术程顺利。术后,宋女士尿失禁现象消失,4天后出院。

泌尿外科主任赵建新介绍,压力性尿失禁(SUI)是指当用力、打喷嚏、咳嗽等腹压增高时出现的无法控制的尿泄漏。SUI好发于中老年女性,对患者的心理、日常生活、工作、社交活动,甚至生活都有很大的影响。经阴道闭孔无张力尿道中段悬吊术(TVT-O)作为一种治疗女性压力性尿失禁的微创手术治疗方法,因疗效显著、创伤小、恢复快,近年来在国内外得到一致认

可和推广。该手术相对于传统手术具有TVT-O疗效显著、创伤小、恢复快;摆脱了术中腹腔镜设备的需求,减少了术中潜在的膀胱尿道损伤风险;扩展了手术的适应证,有益腔手术史者不再是手术禁忌等优势。

赵主任表示,文献报道TVT-O术后5年的有效治愈率为85%-90%,但是我院开展该技术2年来,已完成20余例,拔除尿管后均恢复正常排尿,有效率达100%。

泌尿外科 谢旭峰



## 院党委召开“不忘初心、牢记使命”主题教育动员会

9月19日上午,溧阳市中医院党委召开“不忘初心、牢记使命”主题教育动员会。溧阳市委第三巡回组组长宋春燕出席会议并讲话。院党委领导班子成员、全院党员、中层干部等100余人参加了会议。会议由院党委副书记、院长李志伟主持。

院党委书记潘荣华首先作动员报告。潘书记指出,开展好主题教育,是我院当前及今后一段时期的重要政治任务,要切实提高政治站位,从讲政治的高度和推动主题教育活动。潘书记要求,各支部、部门、科室要迅速传达,认真学习领会会议精神,强化政治自觉,切实把思想和行动统一到中央部署和省委要求上来,牢记使命、检视问题,聚

焦整改,进一步提高医疗质量和管理水平。并通过落实主题教育各项工作,以行动自觉深化思想自觉,确保主题教育取得明显成效。

宋春燕副组长对我院党委的精心部署表示充分肯定。就如何进一步推动落实主题教育工作,宋春燕强调五点意见:一要紧扣主题主线抓推进。深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想,并贯彻到主题教育全过程各方面;二要突出重点对象抓推进。院党委要参照市委、人大、政府、政协领导班子做法,把学习教育、调查研究、检视问题、整改落实贯穿主题教育全过程,确保取得实效;三要发挥党支部作用抓推进。支部是教育管理党员的基本单元,支部抓好了,主题教育也就

抓实了;四要突出分层分类抓推进。既要确保全覆盖,又要增强针对性和实效性,聚焦重点,着力解决影响和制约发展的突出问题、群众所急所盼的问题以及巡视巡察反馈的问题,让大家切实感受到主题教育带来的新变化新成效,为我市健康事业做出更大的贡献;五要力戒形式主义抓推进,以好的作风开展主题教育,力戒形式主义、官僚主义。

最后,就贯彻落实好本次动员会议精神,李院长提出三点要求:一是全院党支部、党员要深刻领会开展主题教育的重要意义,认真抓好贯彻落实主题教育活动;二要立足实际抓好主题教育推进,不搞形式主义,不为教育而教育,不为学习而学习;三要担当作为抓落实,把“不



“不忘初心、牢记使命”落在具体工作中,以过硬的成绩来回应主题教育。

党办 王丽丽

## 我院与江苏省溧阳监狱医院隆重举行医联体签约揭牌仪式

为进一步贯彻落实《省司法厅、省卫生和计划生育委员会关于加强监狱医疗卫生工作的意见》文件要求,规范监狱医疗卫生管理,提高监狱内医疗保障水平,江苏省溧阳监狱医院与我院围绕“双向转诊、技术帮扶、人才培养、资源共享”等方面展开合作,组建成立“医联体”,9月9日下午,医联体签约揭牌仪式隆重举行。江苏省溧阳监狱医院相关负责人、江苏省中医院溧阳分院全体院领导、各职能部门负责人参加了签约揭牌仪式。签约揭牌仪式上,江苏省溧阳监狱医院院长陈青松指出,随着社会的进步,监狱服刑人员的健康权益保障也越来越受到重视。但由于监狱环境相对封闭,医疗

力量相对薄弱,难以完全满足监狱服刑人员的医疗需求。江苏省中医院溧阳分院历史悠久、实力雄厚,此次医联体的建立,必将使江苏省溧阳监狱医院的医疗保障水平得到全面提升。陈院长表示,未来他们将发挥好医联体这一平台的作用,主动加强业务联系,虚心接受指导,充分利用江苏省中医院溧阳分院的医疗技术资源,结合监狱管理理念深度融合发展,为监狱医疗卫生事业的发展提供强有力的保障。

随后,江苏省中医院溧阳分院院长李志伟上台致辞。李院长对江苏省溧阳监狱医院陈院长一行的到来表示欢迎,并简要介绍了医院的运行情况。李院长表示,与江苏省溧阳监狱医院建立医联体,是根据国务院医改工作部署,优化区域医疗卫生



资源配置,推进区域医疗卫生改革的重大举措。江苏省中医院溧阳分院将以共建医联体为契机,进一步提高自身建设,充分发挥公立综合医院的资源、技术、学科、人才等优势,采取疑难病例会诊、查房教学、危重症病人转诊等方式与溧阳监狱医院开

展合作,为其提供优质、便捷、高效的医疗服务,形成优势互补、资源共享的运行机制,促进医疗技术的共同提高,开启精诚合作的新篇章。最后,李志伟院长与陈青松院长共同签署了医联体合作协议,并为医联体揭牌。 医务科 高秀秀

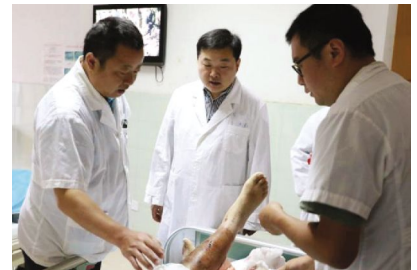
## 白河县中医院骨伤科主任勾波一行来院交流学习

10月26日、27日,陕西省安康市白河县中医院骨伤科主任勾波一行来我院骨伤科、手足外科交流学习。双方就专科建设、医疗技术、科室管理等方面进行深入交流,对典型案例进行了深入探讨,并提出进一步深化合作的期望。勾波主任一行还参加了我院骨伤科举办的《基层医院骨科微创技术》学习班。勾主任对我院骨伤科、手足外科的学科管理、技术发展、业务能力等方面给予

了高度评价。他表示,医疗卫生领域是白河县目前的弱势领域,希望能与我院在以后的工作中加强交流与合作,共同探讨在工作中遇到的实际问题,互相取长补短,共同发展。

在市委、市政府和市卫健局的号召下,我院积极加入溧阳、白河两地挂钩帮扶工作,截至目前,我院骨伤科已累计组织5名医生赴白河县中医院交流学习。

骨伤科 史卓君



## 我院再获2016-2018年度“常州市文明单位标兵”称号

近日,常州市精神文明建设指导委员会印发了《关于命名表彰2016—2018年度常州市文明单位(标兵)、文明村镇、文明行业、文明窗口的决定》(常文明委[2019]11号),常州市有157家单位被授予2016—2018年度“常州市文明单位标兵”称号,溧阳市中医院榜上有名。这是我院继荣获2013—2015年度“常州市文明单位标兵”之后,再次荣获2016—2018年度“常州市文明单位标兵”荣誉称号。

近年来,我院紧紧围绕“文明城市建设”这一主题,深入学习贯彻习近平新时代

中国特色社会主义思想和党的十九大精神,不忘初心,牢记使命,大力弘扬和践行社会主义核心价值观。医院发展以文明城市建设为抓手,改善医院就医环境,优化患者就医流程,注重人才队伍建设,强化医德医风建设,丰富职工业余文化,坚持争先创优,各项工作均取得了良好成效。

此次再度荣获“常州市文明单位标兵”称号,是常州市委、市政府及市文明委对医院多年来精神文明建设工作的肯定,也是医院在溧阳市委、市政府的正确领导下取得的喜人成绩。医院将围绕举旗帜、聚民心、育新

## 常州市精神文明建设指导委员会

常文明委〔2019〕11号

### 关于命名表彰2016~2018年度常州市文明单位(标兵)、文明村镇、文明行业、文明窗口的决定

人、兴文化、展形象的使命任务,锲而不舍抓好精神文明建设,更好地发挥示范带头作用,当好培育和践行社会主义核心价值观的排头兵,为常州“种好幸福树、建好明星城”作出新的更大贡献。 院办 汪蕾

## 医院从10月8日起开设男科及肾虚专病门诊

随着生活节奏的加快和竞争的日趋激烈,男性朋友现实生活中要面临来自各方面的压力,同时,不良的生活习惯也是越来越多,导致了男性疾病的发病率越来越

高,已严重威胁到男性同志的身心健康。

为了给广大男性患者提供更加专业、规范的诊疗服务,江苏省中医院溧阳分院(溧阳市中医院)在江苏省中

医院本部的技术支持下,从10月8日起,每周二、五、六上午开设男科及肾虚专病门诊,为患有前列腺疾病、性功能障碍疾病、男性不育疾病、外生殖器疾病、性传播疾病、

肾虚病、男性更年期综合征、优生优育孕前咨询及调理,以及各种男科杂病患者提供更加优质的诊疗服务。

医务科 刘波

## 我院荣获溧阳市卫生健康系统医院感染防控知识竞赛二等奖

为进一步加强全市医院感染预防和控制工作,强化医务人员医院感染防控意识,提升医院感染防控水平和内涵,10月15日下午,溧阳市卫生健康局举办了全市卫生健康系统医院感染防控知识竞赛,我院派出的参赛队伍经过层层选拔后进入最后角逐,并喜获团体二等奖。

本次比赛共有24支代表队参加,每支队伍由3名队员组成。我院派出的3名参赛队员分别是ICU医生陈萍、一病区护士长岳娟和三病区护士马建敏。在选拔赛环节,她们以优异的成绩从24支代表队中脱颖而出,成功进入决赛。决赛现场竞争激烈,答题过程扣人心弦,通过风采展示、必答题、抢答题、风险题4个环

节的激烈角逐,我院代表队沉着冷静,对答如流,展现出扎实的感染防控知识功底和团结协作的精神风貌,最终获得了团体二等奖的好成绩。

此次竞赛的成功获奖,进一步展示了我院院感防控的实战水平,展现了医护人员过硬本领和优良素质,强化了医务人员感染防控意识,掀起了他们主动学习院感知识、掌握和运用医院感染基本技能的浪潮。今后,我院将继续筑牢医院感染安全屏障,提升感染管理水平和医疗质量,将感染防控工作严格落实到每一个诊疗过程中,更好地为医疗安全和患者安全做好保障。

医院感染管理科 狄寒玲

## 9月20日“全国爱牙日”，如何保持口腔健康，请这样做…

今年9月20日是第31个“全国爱牙日”，今年的宣传主题是“口腔健康，全身健康”，副主题是“刷牙漱口用牙线，洁牙护龈促健康”。



要想保持口腔健康，拥有一副好牙，必须做好以下几点：

## 一、每天有效刷牙两次

龋病和牙周疾病是两种最常见的口腔疾病，主要是由附着在牙齿上的牙菌斑引起，因此清除牙菌斑是维护口腔健康的基础。刷牙能去除牙菌斑、软垢和食物残渣，保持口腔卫生，维护牙齿和牙周组织健康。刷牙清除牙菌斑数小时后，菌斑可以在清洁的牙面上重新附着，不断形成。特别是夜间入睡后，唾液分泌减少，口腔自洁作用差，细菌更容易生长。因此，每天至少要刷牙两次，晚上睡前刷牙更重要。坚持做到早晚刷牙，饭后漱口。

## (一)提倡用水平颤动拂刷法刷牙

1. 先将刷头放于后牙牙齿与牙龈交界处，上牙向上，下牙向下，与牙齿大约呈45°角，轻轻加压，前后颤动10次左右，然后将牙刷

向牙面转动，上下拂刷。

2. 按照上述方法，每次颤动约刷2~3颗牙，刷牙范围应有所重叠。

3. 刷上前牙舌面时，将刷头竖放在牙面上，使前部刷毛接触牙龈边缘，自上而下拂刷。刷下前牙舌面时，自下而上拂刷。

4. 刷牙齿的咬合面时，刷毛指向咬合面，稍用力作前后短距离来回刷。

(二)提倡使用保健牙刷，注意及时更换。

保健牙刷具有以下特点：

1. 刷头小，以便在口腔内转动自如。

2. 刷毛排列合理，一般为10~12束长，3~4束宽，各束之间有一定间距，既有利于有效清除细菌，又使牙刷本身容易清洗。

3. 刷毛软硬适度，刷毛长度适当，刷毛顶端磨圆钝，避免牙刷对牙齿和牙龈的损伤。

4. 牙刷柄长度、宽度适中，并具有防滑设计，使握持方便、感觉舒适。

刷牙后用清水冲洗牙刷，并将刷毛上的水分甩干，刷头向上放在口中置于通风处。

为防止牙刷藏匿细菌，一般应每三个月左右更换一把牙刷。若刷毛发生弯曲倒伏或沉积污垢，会对口腔组织造成损伤及污染，需立即更换。

(三)提倡使用牙线或牙间刷辅助清洁牙间隙。

牙齿与牙齿之间的间隙称为牙缝隙，牙缝隙最容易藏匿细菌和软垢，刷牙时牙刷刷毛不能完全伸及牙缝隙，如果在每天刷牙后，能够配合使用牙线或牙缝刷等帮助清洁牙缝隙，可以达到彻底清洁牙齿的目的。

二、提倡使用含氟牙膏  
使用含氟牙膏刷牙是安全、有效

的防龋措施，三岁以上的儿童每次用量为黄豆粒大小，成人每次刷牙只需约0.5~1克（长度约0.5~1厘米）的膏体即可。如果在牙膏膏体中加入其他有效成分，如氟化物、抗菌药物、抗敏感的化学物质，则分别具有预防龋齿、减少牙菌斑和缓解牙齿敏感的作用。

## 三、健康饮食保护牙齿

糖是人类的主要营养要素之一，是人体能量的主要来源，同时也是引起龋病发生的危险因素之一。如果经常摄入过多的含糖食品或食用过多的碳酸饮料，会导致牙齿脱矿，引发龋病或产生牙齿敏感。因此，提倡科学吃糖非常重要。吃糖次数越多，牙齿受损机会越大，应尽量减少每天吃糖的次数，少喝碳酸饮料，进食后用清水或茶水漱口，晚上睡前刷牙后不能再进食。

## 四、定期进行口腔检查

龋病和牙周病等口腔疾病是缓慢发生的。早期多无明显症状，一般不易察觉，等到出现疼痛等不适症状时可能已经到了疾病的中晚期，治疗起来很复杂，患者也会遭受更大的痛苦，花费更多，治疗效果还不一定十分满意。因此，每年至少一次的口腔健康检查，能及时发现口腔疾病，早期治疗。医生还会根据情况需要，采取适当的预防措施，预防口腔疾病的发生和控制口腔疾病的发展。

最好每年一次洁牙（洗牙），保持牙齿坚固和牙周健康。洁牙过程中可能会有牙龈出血，洁牙之后也可能出现短暂的牙齿敏感，但一般不会伤及牙龈和牙齿，更不会造成牙齿稀疏和牙齿松动。

## 五、不要带着口腔疾病怀孕

一旦妇女已经怀孕，那么在怀孕早期和晚期接受复杂口腔治疗，会因为紧张和疼痛等因素，增加胎

儿流产或早产的风险。因此，女性在计划怀孕前就应主动接受口腔健康检查，及时发现并处理口腔内的疾病或隐患，避免在怀孕期间可能因为发生口腔急症，而带来的治疗不便和风险。

## 六、孩子口腔健康是家长的责任

(一)从出生开始，家长应为婴幼儿清洁口腔。

婴儿出生之后，家长应每天用软纱布或软毛牙刷为孩子擦洗口腔。牙齿萌出后，可用纱布或软毛刷轻轻地为孩子擦洗口腔和牙齿。当多颗牙齿萌出后，家长可用指套刷或软毛刷为孩子每天刷牙2次，并确保清洁上下颌所有的牙面，特别是接近牙龈缘的部位。

(二)儿童学习刷牙，家长应帮助和监督。

0~3岁儿童的口腔护理由家长帮助完成，每日至少2次。

3~6岁开始，家长和幼儿园老师可开始教儿童自己用最简单的“转圈法”刷牙，其要领是将刷毛放置在牙面上，轻压使刷毛屈曲，在牙面上画圈，每部位反复画圈5次以上，前牙内侧需将牙刷竖放，牙齿的各个面均应刷到。此外，家长还应每日帮孩子刷牙1次。

6岁以后，儿童基本掌握了刷牙方法，但家长还要监督孩子，以保证刷牙的效果。

(三)帮助孩子尽早戒除口腔不良习惯。

儿童口腔不良习惯有：吮指、咬下唇、吐舌、口呼吸等，应尽早戒除，否则会造成上前牙突出、牙弓狭窄、牙列拥挤等口腔畸形。如果3岁以上的儿童仍存在上述不良习惯，且不能通过劝导而戒除，应及时到院诊治，通过适当的矫正方法，帮助其戒除不良习惯。

对有口呼吸习惯的孩子，应检

查其上呼吸道是否通畅，治疗呼吸道疾病，及时纠正口呼吸。

## (四)乳牙龋病应及时治疗。

龋病可以引起孩子牙痛、牙龈、面部肿胀，甚至高热等全身症状。龋病长期得不到治疗可造成儿童偏侧咀嚼，双侧面部发育不对称；还可影响恒牙的正常发育和萌出。

如果没有健康的牙齿，孩子就不愿吃含纤维多的蔬菜和肉食，造成偏食等不良饮食习惯，影响全身正常生长发育。因此，“乳牙总是要换的，坏了不用治”的看法是错误的。

## 七、为适龄儿童进行窝沟封闭

“六龄牙”是萌出时间最早的恒磨牙，其咀嚼功能最强大，也最容易发生龋病。窝沟封闭是预防恒磨牙窝沟龋的最有效方法。其原理是用高分子材料把牙齿的窝沟填平，使牙面变得光滑易清洁，细菌不易存留，达到预防窝沟龋的作用。

但并不是所有的孩子，所有的牙齿都需要做窝沟封闭，要由医生检查后，确认符合适应症的牙齿才需要做。同时，做完窝沟封闭的儿童仍然不能忽视每天认真刷牙。

## 八、牙齿缺失应及时修复

牙齿具有咀嚼食物、辅助发音和维持面容形态的功能。牙齿缺失易发生咀嚼困难、颌骨伸长、邻牙倾斜等。前牙缺失还会导致发音不准、面部形态发生变化、全口牙齿丧失后，咀嚼十分困难，面容明显苍老。

因此，不论失牙多少，都应及时进行义齿修复。修复一般在拔牙2~3个月后进行。修复前治疗留有牙的疾病，必要时对牙槽骨和软组织进行修整，以保证修复质量。

缺失牙的修复目前主要有活动修复（包括局部义齿和全口假牙）和固定修复（包括固定桥、种植义齿）。具体选择何种修复方法应依据患者的口腔条件和主观要求而定。

## 10月8日“全国高血压日”，心血管科专家带你一起了解高血压、认识高血压、防治高血压



10月8日是第22个“全国高血压日”，今年“全国高血压日”的宣传主题是：“18岁以上知晓血压”。

据了解，有些高血压患者即使知道自己有高血压，但没有治疗；服药治疗的患者，也有很多没有把血压降到适当的水平。殊不知，长期血压增高会损害心脑血管等重要脏器，可以引起急性心肌梗死、心力衰竭、中风偏瘫、肾功能衰竭、视网膜病变失明等严重后果。

下面，由江苏省中医院溧阳分院心血管科主任郑永安带你一起了解高血压、认识高血压、防治高血压。

## 一、高血压诊断标准

在未使用降压药物的情况下，非同日3次血压测量收缩压 $\geq 140$ mmHg和（或）舒张压 $\geq 90$ mmHg，可诊断为高血压。提倡使用上臂式全自动电子血压计进行有规律的家庭血压测量。家庭血压测量值诊断标准不同于诊室血压，家庭血压读数 $\geq 135/85$ mmHg被认定为高血压。

## 二、高血压的流行与危害

高血压是最常见的慢性病之一，目前我国现有高血压患者2.7亿。高血压是心脏病、脑卒中、肾

发病和死亡的最重要的危险因素，我国因心脑血管病导致的死亡占国民总死亡的40%以上，约70%的脑卒中死亡和约50%心肌梗死与高血压密切相关。

## 三、定期测量血压

1. 18岁及以上成人定期自我监测血压，至少每年测量1次血压，关注血压变化。

2. 超重或肥胖、高盐饮食、吸烟、长期饮酒、长期精神紧张、体力活动不足等高血压高危人群和血压为正常高值者（120~139/80~89mmHg），经常测量血压。

3. 医疗机构对35岁以上首诊患者测量血压。

4. 积极提倡高血压患者在家开展自测血压和自我管理，血压达标且稳定者，每周自测血压1次；血压未达标或不稳定者，应增加自测血压的次数。

5. 推荐使用经过国际标准认证的合格的上臂式全自动电子血压计。

## 四、高血压的预防

1. 坚持运动：经常性的身体活动可预防和降低高血压，如快走、游泳、太极拳、家务劳动等，活动量一般应达到中等程度。

2. 限制食盐摄入：高盐饮食显著增加高血压患病风险，成人每天食盐摄入量不超过5克。

3. 减少摄入富含油脂和高糖的食物，限量使用烹调油，多吃蔬

菜和水果。

4. 少盐快餐：尽量在家中就餐，可利于控制脂肪、盐和糖的摄入量。

5. 戒烟：吸烟有害健康，吸烟者应尽早戒烟。

## 五、高血压的治疗

1. 绝大多数患者需要长期和规律服用降压药，降压治疗要达标。

2. 降压治疗的血压目标：一般高血压患者，血压降至140/90mmHg以下，合并糖尿病或慢性肾脏疾病的患者应降至130/80mmHg以下；80岁以上患者降至150/90mmHg以下。冠心病患者的收缩压低至60mmHg时应谨慎降压。

3. 大部分高血压属于原发性高血压，一般不能根治，需要长期服药治疗。不盲目相信非法广告或伪科学宣传，不能用保健品、保健理疗或食疗替代降压药物治疗。

4. 大多数高血压是可以控制的，控制不佳者应及时就医。

## 六、高血压管理

每个人是自己健康的第一责任人。高血压是终身性疾病，需要长期规范治疗及随访管理。国家已将高血压患者健康管理纳入基本公共卫生服务项目，高血压患者要学会自我管理，认真遵医嘱服药，经常测量血压和复诊，降低心脑血管病事件发生风险。

## 10月20日“世界骨质疏松日”，专家提醒：骨质疏松症患者应做到早诊断、早预防、早治疗



10月20日是“世界骨质疏松日”。骨质疏松是中老年人尤其是女性最常见的骨骼疾病，是导致骨折的重要原因之一。随着人口老龄化日趋严重，骨质疏松症已经成为继高血压、糖尿病、冠心病之后的一个居民常见慢性病。骨质疏松症及骨折的医疗和护理，需要投入大量的人力、物力和财力，给患者、家庭和社会带来沉重的负担，已然成为我国面临的重要公共健康问题。

为进一步做好骨质疏松症的筛查及骨质疏松性骨折的防治，为广大的骨质疏松患者提供早期诊断、个性化的预防建议、专业化的治疗方案，江苏省中医院溧阳分院自2019年6月1日起开设了骨质疏松专科门诊。

骨质疏松专科门诊具有以下优势：

1. 引进了GELunarProdi-gy Primo 双能X线骨密度仪。

双能X线骨密度测量（DXA）是WHO公认的诊断骨质疏松的金标准，能对骨质疏松做出准确的诊断；

2. 针对不同的骨质疏松症患者给予个性化的治疗方案。不仅有西药治疗方案，还有中医、中药、中西医结合治疗方案；

3. 对于出现骨质疏松性骨折的患者，尤其是胸腰椎压缩性骨折、股骨颈、股骨粗隆间骨折等，可以提供专业的手术治疗，包括椎体成形、人工关节置换、PFNA等。

骨质疏松专科门诊时间安排：  
周二上午：潘科（副主任医师）  
周二下午：陈怀春（主任医师）  
周四上午：彭浩（主治医师）  
周四下午：杨光耀（主治医师）

骨质疏松症的高危人群：  
年龄；女性绝经；母系家族史（尤其髋部骨折家族史）；低体重；性激素低下；吸烟；过度饮酒或咖啡；体力活动少；饮食中钙和/或维生素D缺乏（光照少或摄入少）；有影响骨代谢的疾病，影响影响骨代谢的药物。

专家提醒：骨质疏松症高危人群应尽早到正规医院进行骨质疏松检测，做到早诊断、早预防、早治疗。