

# 江苏省中医院溧阳分院 溧阳市中医医院院报



微信服务号二维码



微信订阅号二维码

2020年11月  
第5期 总第64期

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

内部发行  
仅供交流

## 省中医院溧阳分院东院区正式揭牌

10月15日下午，江苏省中医院溧阳分院东院区举行揭牌仪式。江苏省中医院副院长吴文忠，溧阳市人民政府副市长陆慧琦，溧阳市卫生健康局党委书记、局长陈志豪，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揭牌仪式。仪式由院长助理沈建新主持。

院长史海波介绍了东院区的建设情况。东院区是原人民医院急诊大楼，总建筑面积9351.33平方米。东院区在溧阳市委市政府、市卫健局的关心和支持下，于2020年5月开工建设，经过4个月的精心改造、装修，于9月30号完成搬迁并试运行。东院区设计病房床位91张，血透机位50个，设置了肿瘤科、康复科、内分泌科、治未病科、血透室和体检中心6个科室。东院区的投入使用，极大地满足了城东地区百姓的就医需求。

副市长陆慧琦在致辞中感谢江苏省中医院对溧阳分院一直以来的支持和帮助。她希望溧阳分院的广大干部职工要在省中医院的鼎力支持和带动下，学习先进的医疗管理经验，努力提高医疗服务水平，为广大群众提供更加优质、高效的医疗服务。

江苏省中医院副院长吴文忠指出，自江



苏省中医院和溧阳市委、市政府开展院府合作以来，溧阳市委、市政府对溧阳中医药事业和溧阳分院的发展作出了很好的规划，给予了很大的支持。今后，溧阳分院要在加强硬件、软件建设的基础上，主动融入市委、市政府制定的大健康产业中去，深入思考、

积极探索、有所作为，为溧阳卫生健康事业发展作出更大贡献。

揭牌后，吴文忠、陆慧琦、市卫健局及溧阳分院相关领导共同在东院区合影留念。

(宣传科 钱建春)

### 图片新闻

朱向荣 / 摄



9月14日—18日，人事科组织2020年新录用及规培结业员工开展为期5天的岗前培训。



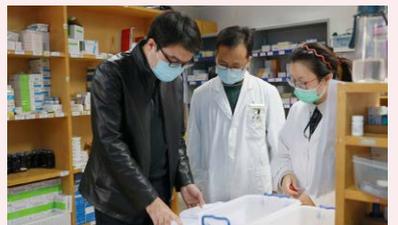
10月21日，医院召开社会行风监督员首次座谈会。



10月23日，质量管理科组织召开2020年度内审首次会议。



10月29日，溧阳市委巡察组来院对巡察整改工作完成情况进行专项检查。



10月30日，常州市药事管理质量控制中心组织专家来院进行药事管理工作专项检查。



10月31日，江苏省中医院溧阳分院第九届青年节盛大启动。

## 医院召开创建三级中医医院第一轮专家模拟评审会

10月15日，医院组织召开争创三级中医医院第一轮专家模拟评审会。此次评审会邀请了省中医院医务、护理、药学、党建等部门领导



及专家参加。省中医院溧阳分院全体院领导、职能部门负责人、临床及医技科室主任等陪同评审。评审会由院长史海波主持。

模拟评审会上，专家组分为医院管理、临床及重点专科、药事、护理、党建等九个小组，严格按照《三级中医医院基本标准》（2017版）、《三级中医医院评审标准实施细则》（2017版）、《三级中医（中西医结合）医院评审标准实施细则江苏省补充条款（2019年版）》等要求，对全院争创三级中医医院准备工作进行全面检查评估。

专家组成员深入医院各科室、各部门，通过听取汇报、查阅资料、现场查看、现场考核、人员访谈等方式，从中医药服务功能、

综合服务功能、党的建设等方面对医院的功能定位、医疗质量、服务能力和管理水平进行全方位、多角度的模拟评审，指出了存在的问题和不足，提出了许多宝贵的改进意见和建议。

院长史海波对专家组一天的模拟评审以及对医院争创三级中医医院的大力支持表示感谢。史海波表示，通过此次模拟评审，医院将认真梳理评审过程中存在的问题与不足，不断持续改进，通过以评促建、以评促改，加强医院内涵建设，发挥中医药特色优势，提升医院综合服务能力，不断满足人民群众的健康需求。

(宣传科 钱建春)

## 院党委召开第三季度党课暨廉政教育会议

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，使广大干部在常学常新中加强理论修养、在真学真信中坚定理想信念、在学思践悟中牢记初心使命、在细照笃行中不断修炼自我、在知行合一中主动担当作为，9月23日下午，院党委召开第三季度党课暨廉政教育会议，院党政领导及全体党员近120人参加了会议。会议由院党委副书记徐春林主持。

会上，首先由党委委员杨旭芒带领参会人员一起学习《广大干部特别是年轻干部要做到信念坚、政治强、本领高、作风硬——〈习近平谈治国理政〉（第三卷）节选》的论述。总书记强调，广大干部特别是年轻干部要保持对党的忠诚心、对人民的感恩心、对事业的进取心、对法纪的敬畏心，做到信念坚、政治强、本领高、作风硬。

院长史海波传达了《关于2020年中秋国庆期间重申作风建设相关纪律要求的通

知》（溧纪发〔2020〕27号）文件精神，重申了中秋、国庆期间作风建设突出问题专项整治工作的要求；并强调节日期间要严格要求自己，主动适应党风廉政建设新常态，管住自己的“手”、自己的“心”、自己的“腿”、自己的“嘴”，守住做人做事的警戒线，不可踩、更不可越，时刻牢记越过底线的严重后果，始终警醒自己坚守法律底线、纪律底线和道德底线，共同营造廉洁自律、文明祥和的节日氛围。

参会人员集中观看了市纪委拍摄制作的警示教育片《医不自治，苦果自食》。片中讲述了一位党员干部、医学专家从勤勉进取到腐化堕落，最后沦为阶下囚的全过程。该片具有深刻的警示教育意义，给与会党员干部、职工打了一支廉洁行医的“预防针”。

院党委书记潘荣华就贯彻落实本次会议文件精神提出三点要求：一是全体党员会后要进一步传达本次会议精神，认真学习习总书记



对广大干部特别是年轻干部提出的要求，严格执行“双节”作风廉政建设规定，大力营造廉洁过节的良好氛围；二是各党支部要把《习近平谈治国理政》（第三卷）作为主题党日的主要内容，开展学习和专题讨论；三是全体党员干部要时刻牢记法律意识，坚守底线，不触红线，不被小恩小惠所腐蚀而造成终身遗憾。

(党办 王丽丽)

## 院府合作

从2020年10月26日起  
省中医院心血管科专家团队  
“驻扎”溧阳分院

为进一步加强“院府合作”的深度，加大优质医疗资源下沉力度，让溧阳广大市民朋友足不出户就能在家门口享受到三甲医院优质的医疗服务，江苏省中医院从2020年10月26日（周一）起，派驻心血管科专家团队“驻扎”溧阳分院，全面提升溧阳分院技术水平的同时，也为溧阳及周边地区患者在家门口看专家提供了便捷。有需要的市民朋友可以前来咨询、就诊。

## 专家门诊时间：

周一至周五全天，周六上午

## 专家门诊地点：

江苏省中医院溧阳分院门诊一楼107诊室

## 专家名单：

刘春玲、王沛、林欣、王石、刘健、陈建东，6位专家轮流坐诊。

## 预约挂号方式：

1、江苏省中医院微信公众号预约。关注公众号“江苏省中医院”或“江苏省中医院订阅号”，点击菜单栏中的“就医服务/门诊服务”，选择“预约挂号”，注册、认证、登录后，即可预约。

2、下载“江苏省中医院”手机APP预约。注册、认证、登录后，选择“预约挂号”，即可预约。

3、江苏省中医院官网预约。选择“预约挂号”，注册、认证、登录后，即可预约。

4、江苏省中医院溧阳分院门诊一楼自助挂号机预约（该自助挂号机仅供预约江苏省中医院专家号，挂错号需前往省中医院本部退号，请在导医指导下使用。）

## 咨询电话：

0519-87265900

## 注意事项：

1、挂号时，只需挂江苏省中医院心血管科的普通号（15元），即可在溧阳分院看省中医院专家号。

2、就诊当日，请佩戴无呼吸阀的口罩，配合工作人员完成体温测量、苏康码核验、流行病学调查等。

（院办 汪蕾）

从2020年10月起  
省中医院普外科专家团队  
定期来溧阳分院坐诊

为进一步加强“院府合作”的深度，加大优质医疗资源下沉力度，让溧阳广大市民朋友足不出户就能在家门口享受到三甲医院优质的医疗服务，省中医院溧阳分院（溧阳市中医医院）从2020年10月起，邀请省中本部普外科专家定期来溧阳分院坐诊，有需要的市民朋友可以前来咨询、就诊。

## 坐诊时间：

每月第一周、第三周的周五上午（从10月16日开始，如10月16日、11月6日、11月20日、12月4日、12月18日……以此类推）

## 坐诊地点：

江苏省中医院溧阳分院门诊四楼名医诊室

## 坐诊专家：

朱永康主任中医师、魏友松主任中医师、高国宇主任中医师、孟达理主任中医师、曹仕兵主任中医师，5位专家轮流坐诊。

## 预约方式：

提前一周内在常州人社APP预约、溧阳市中医院微信公众号预约、现场预约（带好社会保障卡、身份证）。

## 咨询电话：

0519-87265900

（普外科 把永忠）

## 医疗技术

肺癌患者求医不用东奔西走！  
胸外科独立完成全胸腔镜下肺癌根治术

9月16日，江苏省中医院溧阳分院（溧阳市中医医院）胸外科为一名肺癌患者成功实施了院内首例全胸腔镜下肺癌根治术，这也是胸外科首次独立完成的手术。该手术的成功实施，标志着江苏省中医院溧阳分院胸外科医疗技术水平又上了一个新台阶。

患者周某某，女，61岁。2019年12月来院体检，行胸部CT，检查发现：右肺中叶1.0cm大小的结节病灶，医生建议其定期随访观察。2020年9月来院复诊，复查胸部CT，提示：右肺中叶直径约1.3cm结节，结节较前增大，病灶实性成分较前增多。经我院肺结节多学科联合门诊（MDT）会诊后，建议其手术治疗。

入院后，完善相关检查，排除手术禁忌症后，胸外科曹立团队为患者实施了“经胸腔镜下右肺中叶结节切除术”，术中切除的结节行快速病理，提示为中分化癌。遂改行“经胸腔镜右肺中叶切除术+纵膈淋巴结清扫术”，术程顺利，手术用时2小时。患者术后恢复良好，4天后出院。

省中医院溧阳分院胸外科副主任曹立介绍，全胸腔镜下肺癌根治术，目前为止在我市各医疗机构能独立完成的例数极少。以往我市患者如发现胸部CT存在肺结节，并考虑恶性肿瘤时，大都会选择到南京或上海等地的三甲医院求医，或邀请上级医院专家来溧阳会诊手术，导致医疗费用高，手术等待时间长。



现在，江苏省中医院溧阳分院胸外科能够独立开展此项手术，既方便了患者，又节省了患者开支，为溧阳及周边地区肺癌患者带来了福音。

（医务科 杨洁）

## 真棒！手足外科又独立开展我市首例手术

江苏省中医院溧阳分院（溧阳市中医医院）手足外科，近年来多次独立开展我市首例复杂性手术，得到了患者及家属的高度评价。如：为一名踝关节骨折患者成功实施我市首例踝关节镜下踝关节探查清理及骨折复位内固定术；为一名踝关节严重骨折伴骨质缺损患者，成功实施了运用 Expert HAN 专家级后足融合髓内钉系统行后足融合术（该手术方式在常州地区属于首例，在江苏省内为第4例）；为一名右中指末节完全离断的19岁男孩实施“断指再植”术，



让其手指失而复得；为一名创伤性右手尺掌侧及桡背侧两处皮肤缺损患者成功实施了溧阳首例游离股前外侧分叶皮瓣修复术；为一名复杂的肘管综合征患者实施了肘管综合征松解+尺神经前置术……

近日，手足外科又为一名糖尿病足重度感染患者应用抗生素骨水泥治疗糖尿病足感染获得成功。这是我院首次应用抗生素骨水泥治疗糖尿病足感染的患者，也是我市第一例。

该患者近日来我院手足外科门诊行术后复查，发现患者创面完全愈合，行走无明显影响。患者开心地说：“没想到这么快就好了，我的脚保住了，再也不用戴了！”

患者，女，65岁，有糖尿病史20余年，平日血糖控制较差，此次因“右足远端外侧坏死”入院。入院时查血糖达26.6mmol/L，白细胞 $21.4 \times 10^9/L$ ，中性粒细胞89.01%。入院后予常规控制血糖、抗炎等治疗，并先行“右足清创术”，术后一周创面仍然有较多坏死组织，界限不清，骨质、腱性组织外露。手足外科团队在科主任熊敏的带领下，组织科内多次讨论后，决定给患

者行“右足清创+抗生素骨水泥填充术”。手术顺利，术后半月拆除创面骨水泥，见创面肉芽生长良好，无坏死组织，无异常分泌物，表面诱导膜覆盖，血常规提示白细胞、中性粒细胞、C反应蛋白正常，后行创面植皮治疗，康复出院。

手足外科主任熊敏介绍，目前糖尿病足的治疗办法，除了截肢外，普遍做法就是选择换药、皮瓣修复等，但是治疗周期长、费用高、风险大，创面不容易控制。对于糖尿病患者，往往一个很小的窦道，里面基本上广泛性坏死，最后发展为菌血症、浓毒血症，然后选择局部清创，往往大家觉得已经彻底清创了，但是二期创面闭合又是一个难题。使用抗生素骨水泥填充创面后，能有效覆盖清创后创面，且抗生素释放周期长，跟静脉输注相比局部创面浓度能高1000倍以上，感染控制理想，创面能形成良好的诱导膜，肉芽生长良好，肉芽往往一期便能覆盖骨面或者腱性组织创面，最后创面能直接闭合，不能闭合的再选择植皮。应用抗生素骨水泥治疗，明显提高了保肢率，减轻了患者的痛苦。

（手足外科 杨蔡伟）

## 中西医结合，给膜性肾病患者带来康复希望

“谢谢中医院肾病科膜性肾病治疗团队，是你们帮助我摆脱了多年的疾病困扰。”

近日，江苏省中医院溧阳分院（溧阳市中医医院）肾病科收治的一位复发性膜性肾病患者好转出院。出院前夕，患者及家属脸上充满笑容，对我院肾病科膜性肾病治疗团队表达了由衷的感谢。

患者潘女士是一名老年女性，2019年1月14日出现全身浮肿，至南京某三甲医院就诊，查抗PLA2R抗体114RU/ml，24小时尿蛋白定量5.34g，被诊断为“膜性肾病”。由于呼吸困难加重，故未进行肾穿刺活检，经激素联合免疫抑制剂（强的松+他克莫司）治疗后，患者病情一度缓解。但2019年10月31日病情复发并逐渐加重，出现双下肢重度水肿，CT提示大量胸腔积液、腹腔积液，肌酐升高（370umol/L），

血液高凝，24小时尿蛋白定量4.79g。

辗转南京多家三甲医院治疗，始终未见明显好转。得知溧阳市中医医院肾病科成立了膜性肾病治疗团队，潘女士抱着试试看的想法前来就诊，遂被收治入院。膜性肾病治疗团队详细询问病史及完善相关检查后，为患者采取了中西医结合治疗方案，即：中医方面，根据患者病因病机、辨证分型后，给予针对性“四联疗法”；西医方面，给予环磷酰胺冲击治疗，累计剂量2.4g。经过近三个月的中西医结合治疗，患者浮肿明显减退，肌酐由最高的370.0umol/L降至91.5umol/L，24小时尿蛋白定量降至1.45g，凝血功能改善，病情好转，康复出院。

常州市名中医、溧阳市中医医院肾病科主任芮国华主任中医师介绍，膜性肾病属中医“水肿”范畴，病机以脾肾气（阳）虚为本，湿浊热毒为标，表

现各异。对于复发性膜性肾病重症病例，治疗棘手，整体治疗目标是改善肾功能、减少蛋白尿，提高生活质量，预防血栓栓塞、感染和死亡事件。膜性肾病治疗团队通过深入挖掘古代经典名方，如《伤寒论》少阴病篇真武汤等，并结合临床实践及现代药理学研究，采用中西医结合治疗，取得了满意的临床疗效。

在复发性膜性肾病重症病例的治疗上，除西医规范治疗外，膜性肾病治疗团队更是充分发挥中医药特色，创立了“四联疗法”：包括协定汤剂“抗蛋白尿方”、自制“肾康颗粒”、蛋白尿方敷方、中药离子导入法，进行多途径、综合性、整体化给药。既能为患者涵养肾元，又能排出其体内湿毒之毒，协同增效，给久治不愈的膜性肾病患者带来了康复的希望。

（肾病科 汤皓）

## 特色制剂

## 防流感香囊——流感季的“护身符”

感冒是一种常见病、多发病。但是，有的人患感冒后，总会采取一些不恰当的方法进行治疗，不仅使感冒病情加重、持续时间延长，而且易引起旧病复发或诱发新病。既然感冒这么多发，有没有好的办法使我们不感冒或者少感冒呢？江苏省中医院溧阳分院治未病科主治中医师周元介绍，远离感冒，除了要平常加强锻炼、提高身体素质外，还有一个办法可以减少感冒的发生几率，那就是：佩戴防流感香囊。

祖国医学一贯注重对疾病的预防，早在《内经》中就已明确提出“治未病”的学术思想，强调防患于未然。《素问·四气调神大论》中“圣人治未病先治其乱，不治已乱治未乱”是治未病最为经典的论述。我国自古以来就有佩带中药香囊预防疾病的做法，而我们的防流感香囊就是基于这一预防思想而设计的。

防流感香囊配方由江苏省中医院著名中医专家单兆伟教授亲自审定。其疗效确切，配制合理，具有芳香化浊、

补益正气、扶正祛邪、驱风散寒、温通经络、抗病毒、增强机体免疫之功效，通过外用达到内治的目的。特别适合免疫力低下易感冒者，能有效改善感冒相关症状，经常佩带可以提高肌体机能，预防流感。

防流感香囊的购买方式：挂治未病科号至治未病科（东区一区）开具处方购买。

咨询电话：0519-87265869。

（治未病科 周元）

## 院长史海波率溧阳医疗小分队到汉阴县中医医院开展对口交流活动

为贯彻落实国家东西部扶贫协作工作指示精神，全面推进苏陕扶贫协作，全力打赢脱贫攻坚战，9月18日，江苏省中医院溧阳分院院长史海波带领到汉阴县中医医院开展对口交流活动。江苏省人民医院溧阳分院院感科副科长孔晓明，江苏省中医院溧阳分院骨科副主任潘科、宣传科朱向荣一同前往。

汉阴县中医医院党委书记、院长柳传鸿对史海波一行的到来表示热烈欢迎，并介绍了医院的概况和近年来苏陕帮扶的成效。柳传鸿衷心感谢江苏省中医院溧阳分院对汉阴县中医医院的倾情帮扶，并对正在汉阴县中医医院开展帮扶工作的宋春新、沈立飞给予高度肯定和赞扬。柳传鸿说，江苏省中医院溧阳分院的两位医疗骨干到汉阴县中医医院以来，迅速开展了多项新技术、新项目业务，为汉阴县中医医院的发展注入了大量的新鲜血液。

听取介绍后，院长史海波深情地说，志同者，不以山海为远；同心者，不以日月为限。江苏省中医院溧阳分院与汉阴县中医医院在多个方面有很多共融、共通的地方。目前，江苏省中医院溧阳分院有1

个省重点专科、4个市级重点专科。今年，面对医院发展的实际情况，溧阳分院按规划实施了“东拓西延南新”工程。“东拓”，即指医院将肿瘤科、康复科、内分泌科、治未病科、血透室、体检中心搬迁至东院区（原溧阳市人民医院急诊大楼），搬迁后，医院的服务半径、服务能力将得到有效提高，东院区于9月20日正式运营；“西延”，即指医院将在溧阳城西打造一个三千平米的社区卫生服务中心；“南新”，即指医院根据溧阳市委、市政府的统一规划，整体搬迁至新院。9月底，新院将正式破土动工。新院占地约277亩，设计床位1000张。四年后，一座现代化医院将在溧阳南部片区的生命康源地拔地而起，为溧阳人民的健康保驾护航。

院长史海波介绍说，自溧阳市委、市政府实施院府合作以来，江苏省中医院溧阳分院在江苏省中医院的帮助支持下，医疗技术、学科建设等方面均有了大幅度的提升。但由于今年遭受疫情，医院的发展受到了一定的影响。如何突围解困成为摆在各大医疗机构面前的一道难题。史海波认为，医院的发展一定要有开放的理念和



思想，不能被固定区域所限制，要想尽办法走出去，开拓更大的业务市场。为患者解决问题、不出问题是医院永恒的追求，大家一定要时刻绷紧医疗质量和医疗安全这根弦。

史院长表示，“中医”恰恰是溧阳、汉阴两个兄弟中医院的优势和长处。他希望

双方能够继续加强交流与合作，让中医特色在两家医院生根发芽，为更多的百姓带去福音。

座谈会后，溧阳医疗小分队还分组开展了教学查房、院感交流等活动。

（宣传科 朱向荣）

## 医院开展新冠肺炎疫情常态化防控应急处置演练

为加强各部门之间协调配合，最大限度降低新冠病毒的传播风险，有效防范和积极应对可能出现的新冠肺炎疫情，保障医疗安全，进一步提高我院医务人员应对新冠肺炎疫情应急处置能力，做好新冠肺炎疫情防控应急处置工作，10月14日下午，我院在骨科病区开展新冠肺炎疫情常态化防控应急处置演练。

本次演练由分管副院长杨旭芒任总指挥，院感科牵头，医务科、护理部、设备科、药剂科、总务科、防保科、门诊部、应急办、保卫科等部门参加；各临床科室、医技、后勤等约50名医护人员现场观摩。演练场景设定为对骨科一名新冠病毒核酸检测结果为阳性的急诊住院患者的应急处置。演练包含了疑似病例报告、调查判断、启动预案、现场处置、患者转运、终



末消毒和密切接触人员医学隔离等多个环节。演练流程合理、环节紧凑，医务人员态度严谨、处置规范；各小组成员分工明确、配合默契，顺利完成了本次演练。

各职能部门负责人分别对本次演练提出改进建议及下一步需要落实的措施。院感科科长殷群芳指出，新冠肺炎疫情常态化防控规范处置至关重要，需要医务人员严格落实新冠疫情防控措施，熟练掌握应急处置流程，做到“早发现、早报告、早隔离、早治疗”，特别要加强人员防护，严防发生院内感染。

副院长杨旭芒对本次演练进行了点评。杨院长强调，新冠肺炎疫情常态化防控管理不能松懈。近日青岛市新增12例新冠病毒感染者导致青岛市胸科医院停诊一例，对我们敲响了警钟，应当引起高度重视。目前新冠疫情常态化防控面临的形势严峻，必须严格落实“防输入、防反弹、防突发、防松懈”等新冠肺炎疫情疫情防控工作措施，做到及时发现、快速处置、精准管控、有效救治。

此次演练检验了各职能部门应对突发事件相互协作的能力，提高了医务人员对新冠肺炎诊断、医院感染防控措施以及流行病学调查、核酸检测等流程的认识，提高了应急处置能力，达到了演练的预期目的。

（院感科 狄寒玲）

## 医院召开临床、医技科室部分科主任集体廉政约谈会

为进一步加强党风廉政建设和反腐败工作的力度，明确岗位职责，认清权力风险，加强廉政警示教育，从源头上预防和治理腐败，强化廉洁意识，9月14日下午，医院召开临床和医技科室部分科主任集体约谈会。院党委书记潘荣华、院长史海波、党委副书记徐春林、副院长陈欣杰、党委委员杨旭芒、党办主任黄六妹、行风办主任傅秀芳及部分临床和医技科室科主任参加了会议。会议由监察室主任陈仁昌主持。

会上，院长史海波强调了九部委对医药购销领域廉政建设的要求，强调要坚决不碰“红线”、守住“底线”；要把“九不准”熟记在心，《廉洁行医口袋书》要常读常对照，努力加强廉政观、行风观改造，防止职务犯罪。在创建三级医院的同时，反腐倡廉不松懈，在科室内部也要进行约谈，以营造风清气正的政治生态。史院长一再语重心长地提醒大家务必要认清形势、保持高度的政治敏锐性；务必要对家庭负责、对社会负责、对自身负责，千万不能走错路。

内科支部书记兼血透室主任柏小辉、

外科支部书记兼乳腺外科主任狄挺松和检验科主任杨旭东分别代表内科系统、外科系统和医技科室作了表态发言。他们表示一定会认真落实此次谈话的精神，将谈话的要求落实到位，认真履行“一岗双责”，加强科内人员的廉洁教育；回到科室后将与科内员工全面约谈，并向组织保证，一定坚守底线、不碰红线，拒收红包；一定提高思想认识，认真领会相关文件精神，相互之间多交流、多提醒，防微杜渐。

党委副书记徐春林用身边的人和事警示大家，要洁身自好，加强交流沟通；副院长陈欣杰要求大家加强学习、认清形势，带好团队；党委委员杨旭芒提醒大家在设备耗材采购上不要被经销商左右，做到廉洁自律。

最后，党委书记潘荣华对会议作了总结，并提出三点要求：1.认识要到位。要站在形势的高度，算好人身账、经济账；2.反思要常态。要不忘初心，清醒地认识到集体约谈的重要性；3.行动要见效。廉政谈话要制度化，警钟常鸣，引以为鉴。

（监察室 陈仁昌）

## 中医经典诵读班开班

### “中医经典诵读班”开班仪式



为弘扬优秀传统文化，传承中医经典，不断加强中医临床服务能力，提高中医人员的中医理论素养，9月21日下午，医院举行中医经典诵读班开班仪式。院长史海波参加了开班仪式。

在开班仪式上，史海波院长在致辞中勉励诵读班学员要汲取历代医家经验之精华，树立专业思维，坚定文化自信，勤于思考、勇于探索、敢于创新。史院长表示，中医经典是中医药文化的瑰宝，内涵丰富，博大精深，富含哲理，堪称“伟大的真理，科学的预言”。通过口诵心

铭，耳濡目染，使中医传统美德与大医精诚的理念深深根植于医护人员的心灵，从而更好地弘扬与传承中医精妙医理与医术，提高医务人员中医人文素养。

史院长希望通过举办中医经典诵读班，营造全院“爱中医，学中医，用中医”的浓厚氛围，引领医院职工在感悟大医臻化之境、传承国学修身治世之道、追寻医道真善美、提振中医精气神的过程中，坚定文化自信，传承精华，守正创新，助力医院高素质中医药人才的培养。

（科教科 吴玥露）

## 医院开展“知行合一‘手’护健康”为主题的手卫生宣传活动

2020年，全球洗手日的主题是“人人都要手卫生”。为进一步贯彻落实《医务人员手卫生规范》，倡导正确洗手，预防感染发生，保障人民健康，10月20日，医院开展了以“知行合一，‘手’护健康”为主题的手卫生宣传活动。

当天上午，在门诊一楼大厅，医院感染管理科工作人员指导患者及陪同人员七步洗手法和正确佩戴口罩等常识；电子屏滚动播放手卫生宣传语，使用易拉宝展架宣传正确的洗手方法和口罩佩戴方法，使患者及陪同人员认识到手卫生在日常生活中的重要意义，了解正确洗手和佩戴口罩是新冠肺炎疫情防控的重要措施。活动现场气氛热烈，短短1个多小时约200名患者及陪同人员参与。他们纷纷表示这样的活动受益颇多非常好。

下午，针对医院工作人员开展了内容丰富、形式多样的手卫生宣传活动，包括手卫生承诺签名、正确穿脱防护用品演示、院感防控知识有奖问答及丢沙包、套圈、投壶等有奖互动小游戏，进一步强化了医院感染防控理念和持续做好新冠肺炎疫情防控工作，提高医务人员手卫生的依从性，预防与控制医院感染的发生，保障医疗质量及安全。活动寓教于乐，寓学于趣，现场气氛轻松热闹。全院近100名医务人员及工勤人员参与了活动。

知行行之始，行者知之成。通过本次手卫生宣传活动的开展，在全院范围内营造了“倡导手部卫生，保障医患安全；传播感控文化，建设和谐医院”的良好氛围，使“人人都要手卫生”的理念深入人心。

（院感科 狄寒玲）

## 第23个全国高血压日——18岁以上知晓血压，你知道吗？

2020年10月8日是第23个全国高血压日，今年的宣传主题是“18岁以上知晓血压”。

为促进18岁及以上成人定期自我监测



血压，控制高血压危险因素，指导大家做好自我血压管理，切实提高高血压知晓率、治疗率和控制率，国家卫生健康委员会疾病预防控制局组织编制了“全国高血压日”宣传要点，供大家学习、参考。

### “全国高血压日”宣传要点

#### 一、高血压诊断标准

在未使用降压药物的情况下，非同日3次诊室血压测量收缩压 $\geq 140$ mmHg和(或)舒张压 $\geq 90$ mmHg，可诊断为高血压。家庭连续规范测量血压5-7天，平均血压 $\geq 135/85$ mmHg可考虑诊断为高血压，建议就诊。

#### 二、高血压的流行与危害

高血压是最常见的慢性病之一，是心脏病、脑卒中、肾病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居民总死亡的40%以上，约70%的脑卒中死亡和约50%的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)，应经常测量血压。

3. 医疗机构对35岁以上首诊居民测量血压，发现血压升高，应持续监测。

4. 积极提倡高血压患者在家庭自测血压和加强自我管理，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控制高血压，如健走、游泳、太极拳、家务劳动等，活动量一般应达到中等强度。

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. 少吃快餐：尽量在家中就餐，有利于控制脂肪、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：单纯高血压患者，血压降至140/90mmHg以下，可耐受者建议降至130/80mmHg以下；合并糖尿病、慢性肾脏疾病、冠心病或心力衰竭的患者应降至130/80mmHg以下；80岁以上患者降压目标在上述目标值基础上可适当放宽。

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。只要坚持规律服用降压药物，科学降压，心脑血管并发症风险就会下降。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

高血压是终身性疾病，需要长期监测和规范治疗。基层医疗卫生机构通过国家基本公共卫生服务项目为35岁以上高血压患者提供长期随访管理服务。高血压患者应加强自我健康管理，坚持健康的生活方式，遵医嘱按时服药，定期随访，以降低心脑血管病的发生风险。

## 第15个“世界卒中日” 医体融合，预防卒中

2020年10月29日，是第15个“世界卒中日”，今年的宣传主题是“医体融合，预防卒中”，口号是“科学运动，健康生活”。

2020年“世界卒中日”以脑卒中危险因素、脑卒中救治效果时间依赖性、脑卒中康复、规律有氧运动可预防脑卒中等内容为重点，开展脑卒中防治健康教育和科普宣传。为更好地开展主题宣传活动，国家卫生健康委组织编制了“世界卒中日”宣传要点，供大家学习。

### “世界卒中日”宣传要点

#### 一、脑卒中的危害和负担

脑卒中(俗称“中风”)是一种急性脑血管疾病，是由于脑部血管突然破裂或阻塞导致血液不能流入大脑而引起脑组织损伤的一组疾病，通常分为缺血性脑卒中(即脑梗死)和出血性脑卒中(即脑出血、蛛网膜下腔出血等)两大类。脑卒中是我国人民群众生命健康的“头号杀手”，可导致肢体瘫痪、言语障碍、吞咽困难、认知障碍、精神抑郁等症状，具有发病率高、复发率高、致残率高和死亡率高及经济负担重的特点。

#### 二、脑卒中的危险因素及防治

脑卒中是由生活方式、环境、遗传等多种因素共同导致的疾病。大量临床研究和实践证明，脑卒中可防可治。早期积极控制脑卒中危险因素及规范化开展脑卒中治疗，可有效降低脑卒中的发病率、复发率、致残率及死亡率，并改善脑卒中的预后。

##### (一) 脑卒中危险因素。

脑卒中的危险因素分为不可干预性和可干预性两类。不可干预性危险因素包括年龄、种族、遗传因素等，可干预性危险因素是脑卒中一级预防的主要内容，包括高血压、糖尿病、血脂异常、心脏病、吸烟、酒精摄入、饮食、超重或肥胖、运动缺乏、心理因素等。脑卒中可防可治，一级预防是降低脑卒中发病率的根本措施。

##### (二) 如何快速识别脑卒中。

“中风120”是一种适用于国内的快速识别脑卒中和即刻行动的策略：

“1”代表“看到1张不对称的脸”；  
“2”代表“查两只手臂是否有单侧无力”；

“0”代表“聆(零)听讲话是否清晰”。  
如果通过这三步观察怀疑患者是中风，可立刻拨打急救电话120。

##### (三) 脑卒中的救治效果具有极强的

#### 时间依赖性。

急性缺血性脑卒中约占脑卒中的70%，其治疗时间窗窄，越早治疗效果越好，在时间窗内开展静脉溶栓治疗及血管内治疗(取栓)等方案是目前最有效的救治措施。一旦发生脑卒中，需要尽快到最近的卒中中心和脑卒中筛查与防治基地医院等具备卒中救治能力的医疗机构接受规范救治。国家卫生健康委脑卒中防治工程委员会发布了“卒中急救地图”APP和微信公众号，民众通过APP或公众号，可详细了解卒中防治和急救知识，明确获知身边具备卒中救治能力的医疗机构具体位置、联系方式等信息。

#### (四) 脑卒中的康复。

脑卒中患者常遗留各种后遗症和功能障碍，长时间卧床也会出现肌肉萎缩、关节挛缩变形等问题，导致患者生活不能自理。脑卒中患者的康复治疗一定要尽早进行并贯穿疾病恢复的全过程。包括急性期在病房的早期康复治疗，在康复中心的康复治疗及出院后在社区或家中的继续康复治疗。需要康复医师团队、社区、患者自身和家庭共同配合完成，帮助脑卒中患者在身体和精神双重层面上回归生活，重返社会。

#### 三、规律的有氧运动可以预防脑卒中

缺乏体育运动是心脑血管病发病的独立危险因素，更是增加死亡风险的独立因子，规律的有氧运动可降低慢性病患者45.9%的全死因风险。

一般的轻体力活动、断断续续的体育锻炼不能达到预防脑卒中的作用。为达到有效水平，建议进行每次运动时间不少于30分钟、每周总时间不少于150分钟、运动程度中度及以上(运动时心率达到120次/分以上)，可选择如慢走、慢跑、游泳等项目，如果辅以肌肉强化(抗阻)训练，效果更佳。虽然预防效果与规律的有氧运动强度、持续时间正相关，但仍需强调个体化选择运动种类、强度、频率及持续时间，循序渐进并且暂停原有慢性药物，老年患者尚需注意运动安全。

已具有一项或多项心脑血管危险因素者需进行最大运动负荷检测，结合临床意见选择个体化运动处方，并在运动期间定期监测；而处于原有疾病药物控制不佳或出现不稳定情况则需暂停或减少运动程度；有急性或慢性脏器进行性衰竭、冠心病综合征、短暂性脑缺血发作等状态时应避免或立即停止运动，及时就医；已发生过脑卒中的患者也应注意调整自己的生活方式，逐渐加强恢复锻炼，预防脑卒中复发。

## 针灸养生康复疗法， 助您康复一臂之力！



针灸养生康复法是指用针刺、艾灸、拔罐等方法调护保养身体，提高机体的抗病能力，调节脏腑功能，保持身心健康，起到预防疾病、康复疾病和延年益寿的作用。

### 针灸养生康复疗法的机理

针灸的养生康复作用是通过经络系统和腧穴来实现的。经络系统具有沟通内外上下、联络脏腑肢节、运行气血、濡养周身的作用，同时还是人体的信息网络。《灵枢·经脉》说：“经脉者，所以能决死生，处百病，调虚实，不可不通也。”说明人的健康与经络有着十分密切的关系。腧穴是脏腑经络之气输注于体表的特殊部位，与经络和脏腑有着密切的关系。

### 针灸养生康复疗法的作用

#### 一、通畅经络功能

通过对经络腧穴的良性刺激，使运行气血的功能恢复正常，经气通畅，经筋、皮部及机体各部得以濡养，各组织器官的功能由此得到改善和恢复。如针灸对中风偏瘫、疼痛疾病的康复治疗，就是通过改善经络系统的功能，来达到肢体功能的康复。

#### 二、调节脏腑功能

各种疾病导致的脏腑功能障碍，影响患者身心健康。针灸可对脏腑之气进行调节，使其功能得到好转和恢复。如急性心肌梗死的恢复期，患者虽无明显心衰、心律失常、持续高血压和低血压等合并症，但仍有胸痛、胸闷、心悸、

气短和情志抑郁等表现，说明心主血脉和神志的功能尚未完全恢复，可通过针灸心经、心包经、肝经上的腧穴，使症状改善或消失，心脏功能得到改善和恢复。

#### 三、恢复肢体功能

诸多疾病均可能造成肢体功能的障碍，使患者丧失正常生活的能力。针灸可通过通经活络、舒筋活血、益肾强骨，使肢体的骨骼、经筋得养，功能得以改善和恢复。如坐骨神经痛患者，病变下肢不能正常活动，可通过针灸膀胱经和胆经的腧穴来减轻和消除疼痛，恢复患者的正常活动。

#### 四、调节神志功能

神志功能，包括人的精神、意识和思维活动，其正常与否，和心、脑功能密切相关。针灸在调节人的神志方面具有明显的优势，针灸相应的经络腧穴，特别是心经、心包经和头部腧穴，可以起到醒脑开窍、健脑益智和宁心安神作用，使患者的神志功能恢复正常。如失眠、健忘是神志功能异常，通过针灸心经和相关经络的腧穴进行调治，可使病人恢复正常的睡眠，改善和消除健忘症状。

### 针灸养生康复疗法的就诊科室

溧阳市中医院针灸推拿科

咨询电话：0519-87265968

溧阳市中医院东院区康复科

咨询电话：0519-87072051

(康复科 狄媛)