一站式服务 为健康护航

——宁津县人民医院健康体检中心

宁津县人民医院健康体检中心，是我县首家通过德州市卫计委审核批准的专业健康管理机构，是我县最具有实力的健康管理服务平台。体检中心医护人员均来自于临床一线，具有丰富的临床工作经验，是一支朝气蓬勃、充满活力、团结务实、敬业进取的团队。



体检中心拥有独立的体检区域，面积达700余平方米，是宁津县面积最大、环境一流、服务周到的健康体检机构，设有内科、外科、眼科、口腔科、耳鼻喉科等诊室。拥有美国GE、德国西门子大型超声多普勒超声仪、德国西门子128层螺旋CT、美国GE磁共振、罗氏Cobas8000全自动大型生化免疫分析仪、美国GE12导同步全自动心电图机、柯达数字平板拍片机(DR)、德国大型数字胃肠机、西门子全数字化钼钨双靶乳腺机，奥林巴斯CV-70胃肠镜、经颅超声多普勒血流分析仪、肺功能检测仪、幽门螺杆菌（HP）检测仪、美国诺兰德骨密度检测仪，欧姆龙电子血压计仪等检查设备。

健康体检中心以医院精湛的医疗技术、先进的医疗设备为依托，承载七十余年“以人为本”、“科技兴院”的办医理念，承担行政、企事业单位团体及个人的健康体检，同时还承担入学、入职、征兵、驾驶员、教师及医护注册等各类特殊体检工作，并为受检者提供健康管理、检后指导、便捷就医等检后服务，以个性化的体检方案、人性化的体检流程、专业化的健康指导、数字化的健康档案，严格的质量控制，从健康体检、健康促进、亚健康调整、疾病的早期发现、诊断、治疗到健康的全程管理，实现全方位、一体化健康管理服务模式，为全县人民群众的健康保驾护航。



为全面贯彻落实上级关于依托地方医院设立征兵体检站的要求，优化征兵体检组织形式，提高征集兵员质量，2017年6月，经县委、县政府批准，县人武部、县卫健局联合对我院进行了综合考察，院领导班子经过充分论证，决定在我院门诊楼北侧新建宁津县人民医院体检中心，按照军民融合发展理念，同步建设宁津县征兵体检站，投资400余万元进行土建装修，投资100余万元购置安装了医疗设备和办公设施。设计安装了《体检须知》、《体检青年守则》、体检流程图、征兵宣传海报等展板。新址的启用使体检科整体综合力量更上一个新台阶。



体检科新址正式投入使用后，我们更加注重服务创新和突破，实现一站式服务的全新布局,设置独立的候检区、体检区和接待室，室内环境整洁、明亮、安静、舒适。与门诊病人分开，有效避免与患者交叉感染，让您的体检不再为找科室而东奔西跑，享受轻松快捷的体检流程。

体检是受检者体检前注意事宜，检中服务，检后健康管理等全方位的服务。检前：为体现我们的优质服务，也为避免体检时“一单通”的套餐，在单位（个人）体检前我们上门为体检单位讲解如何选择体检套餐及体检项目，以及体检项目的注意事项及禁忌。为满足受检人群的不同需要，我们的体检套餐可量身定制,根据个人及单位需求提供同等价位的多种套餐，受检者可根据自己的需求选择同等价位不同项目的体检套餐。检中：温馨的导诊服务，确保体检流程快捷、舒适，对高龄及特殊人群提供一对一、一对二导检服务，省时省心。检后：在当日体检结束后为受检者提供营养早餐，体检结束后3--5天出具体检报告,每份独立私密封装，保护个人隐私。为节约受检者（团体受检者）时间，方便受检者及时了解自己的身体状况，我们专门成立全科专家小组前往体检单位一对一解读体检报告并给出详细的健康建议指导、对身体状况、营养状况、运动锻炼进行调整，调整身体已有的疾病或者亚健康状态。针对体检后有就医需求者，开通绿色就医通道，联系相关科室专家为您优先诊治、协助办理住院，免除后顾之忧。



专业的团队，确保适合您的体检和准确的筛选结果，创新的智能体检系统，带给您温馨舒适的健康体验。

健康体检须知及注意事项：

♥ 请按约定日期接受体检,个人体检星期一至星期六(上午8:00- 11:30、下午14:00-17:00),周日及国家法定假日休息。团体体检按单位规定时间体检。

♥ 体检前三天请您保持正常饮食，不要饮酒，避免剧烈运动、过度劳累，避免高糖、高脂肪饮食。

♥ 体检当日需空腹进行采血、肝胆B超、腹部CT/MR、碳14呼气试验、胃肠道检查、口腔科等项目检查，请待上述检查完毕后方可进食。

♥ 需作双肾、膀胱、前列腺、子宫、附件超声检查者，请当天晨起尽量不解小便，或空腹项目完成后进食早餐、饮白开水使膀胱充盈，或午餐后饮水憋尿再来院检查。

♥ 女性妇科内诊、TCT、HPV检查仅限于已婚女性并应避开月经期，妇科检查前24小时阴道不上药、不冲洗。

♥ 怀孕、可疑受孕者禁止做放射线检查（如:胸片、乳腺钼靶、CT、上消化道造影、骨密度检查等)及直肠指检、妇科内诊检查。

♥ 高血压、心脏病、哮喘等慢性疾病患者，请正常服用药物以免造成疾病加重。

♥ 体检当日着装宜简单、宽松、舒适不佩戴金属饰物及穿印花的衣物（包括连衣裙、连裤袜、高筒靴），勿携带贵重物品。

♥ 请您认真对待医生的建议，及时复查、随诊或进一步检查；体检过程中如有任何困难和疑问请与体检中心人员联系。

♥ 我们将于体检结束后5个工作日出具体检报告，周一至周六下午领取体检报告。团体体检有单位统一领取，个人体检在302房间领取体检报告。体检当日请您完成所有体检项目，缺项、落项无法出具体检报告。如果体检过程中发现异常，急需要进一步诊治者，即将结果反馈到您单位或个人。



宁津县人民医院体检中心全体医护人员点点滴滴的付出，换来体检者的健康，用他们"一切为了人们的健康"这颗初心，始终奔跑在为人们健康保驾护航的路上！

（健康体检中心 孟广芹）

三破三立转作风激情创业争一流

医院微信公众平台

急救电话 120 5232120

宁津县人民医院报
NING JIN XIAN REN MIN YI YUAN BAO
山东省优秀医院院报
宁津县人民医院宣传科 主办 2019年3月10日 星期日 第3期 （总第185期） （内部资料•免费交流）

省统计局社会经济调查中心主任袁晓勇来我院调研

本报讯 2月27日，省统计局社会经济调查中心主任袁晓勇一行来我院调研事业单位统计调查工作。市统计局党组副书记、调研员邢志红，县委常委、常务副县长井为民，县统计局副局长沈国砚，院党总支书记、理事长张士森陪同调研。



座谈会上，张士森首先向调研组简要介绍了我院的相关情况。随后，调研组详细询问了我院在这次事业单位统计调查工作中遇到的问题，填报难点并征求合理化建议。针对我院提出的问题，调研组进行了详细解答。调研组指出，从2019年1月1日起，政府会计准则制度在全国各级各类行政事业单位全面施行，希望我院能搞好新旧财务指标的衔接，确保此次工作顺利开展。

（陈伟伟）

临清市、诸城市同仁来我院参观交流

本报讯 2月25日，临清市卫健局副局长陈晓清带领临清市妇幼保健院一行7人，诸城市妇幼保健院党委书记、理事长李良带领诸城市妇幼保健院一行4人来我院，就我院与北京妇女儿童发展基金会共同开展的的孕育新希望公益行动进行参观交流。北京妇女儿童发展基金会项目负责人李世香，县卫健局副局长冯涛，院党总支书记、理事长张士森，副院长李志刚及相关科室负责人陪同。



冯涛主持座谈会，并对两地同仁的到来表示欢迎。

张士森简要介绍了宁津县经济社会发展概况和我院相关情况。

北京妇女儿童发展基金会“孕育新希望”公益项目负责人李世香、赵涛分别就项目相关情况和具体实施进程进行了讲解。

关爱未来—孕育新希望公益行动是我院携手北京妇女儿童发展基金会共同开展的，项目经过前期充分准备，1月10日正式展开。在项目第一阶段的调研工作中，我院通过官方微信平台和张贴海报等方式进行了广泛宣传，截至目前，共建立微信群18个，吸引了全县6000多名孕产妇参加活动。并通过微信公开课，由我院妇产科专家为微友们讲解孕产育相关知识，受到大家欢迎。目前，活动已进入第二阶段的公益资助，由我院医务科、妇委会、产科、儿科与基金会工作人员，共同到贫困户家中进行走访，最终通过审核的贫困户将获得全额资助，每月免费为其资助奶粉、尿不湿等用品。

（陈伟伟）

担当作为、狠抓落实！我院部署启动“工作落实年”

本报讯 2月11日上午，山东省召开了“担当作为、狠抓落实”工作动员大会。当日下午，我院召开院领导班子会议，传达全省会议精神，结合医院工作实际，就扎实开展“工作落实年”进行研究部署。

会上，党总支书记、理事长张士森领学了《刘家义书记在在全省“担当作为、狠抓落实”工作动员大会上的讲话》，并就如何担当作为、狠抓落实做了强调。要求班子成员一定要对照刘家义书记讲话内容，认真查找个人、分管部门和科室存在的问题不足，结合工作分工谋划好2019年的分管工作；要在转变作风、加强学习、创新方法、严明纪律等方面狠下功夫，强化责任担当，狠抓工作落实；要以党建为引领，做好业务工作，努力开创医院工作新局面。

2019年，我院将紧紧把握省“担当作为、狠抓落实”工作动员大会精神,突出一个“干”字,拿出钉钉子精神,把各项工作向深处、细处、实处扎实推进。在党建方面：把“两个坚决维护”作为根本政治要求贯穿工作始终，组织深入学习党的路线方针政策和习近平新时代中国特色社会主义思想，深入学习习近平总书记关于卫生与健康事业的新理念新思想，把党的建设与业务工作同部署、同落实、同检查、同考核，充分发挥把方向、管大局、做决策、促改革、保落实的作用；坚持以廉洁文化建设为载体，构建风清气正的执业环境。在业务方面：加强现代医院管理制度建设，引进和应用广东医院管理理念和经验；加强药品管理，药占比控制在20%以下，同时加强辅助用药和中药针剂、中成药管理；开展住院病人三级回访工作，架设医患沟通桥梁；加强学科建设，使全市医学重点学科数量达到8个；加强癌症中心创建工作，力争今年通过评审；加强疼痛科建设，努力打造无痛医院；成立静配中心、康复中心；加强外科肛肠中心、乳腺中心、腹腔镜中心建设；投资2500万元购置64排CT、高清腹腔镜等先进设备；加强人才培养，选派10名青年骨干医师到省级以上医院进修学习，引进博士2名、医学硕士研究生15名；加强医共体建设，与县域内乡镇卫生院建成紧密型医联体，推进以“统一人事管理、统一财务管理、统一资产管理、统一业务管理、统一药品耗材目录、统一药品耗材企业配送”为内容的“六统一”管理；投资120万元与5家乡镇卫生院、20家村卫生室分别再建立远程影像、心电会诊系统；在分级诊疗方面，通过向乡镇医院派遣我院主治以上职称医师坐诊、进行常见病多发病知识培训等方式提高基层医师的诊疗水平。

（耿金生）

“学习”正当时—我院掀起“学习强国”热潮

本报讯 “你的学习强国积分多少了？”“我这几天一直在学习，真长了不少知识！”“‘视频学习’这个版块特别好，你们快点开看看”……这几天的工作之余，学习强国APP成了我医院党员干部职工谈论最多的话题，在“比学赶超”的浓厚氛围下，掀起了“学习强国”的热潮。

自1月1日，中宣部“学习强国”学习平台正式上线以来，我院动员全体党员干部职工，要求下载安装、实名注册“学习强国”APP，确保全员覆盖。医院统一明确了“学习强国”责任人，安排专人负责每天统计工作，及时公示学习情况。在医院领导班子的带领下，每日平均积分都在35分以上，“学习强国”APP很快在所有医务人员中成为了爆款软件。

“学习强国”APP是一个在线学习习近平新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神等内容的学习平台。共有“学习新思想”“习近平文汇”“学习文化”“环球视野”“学习慕课”等17个板块180多个一级栏目。是广大党员干部和群众互联网在线学习的阵地。

截止2月24日，我医院“学习强国”排行榜第一名的重症医学二科的护士郭文琦说：“我现在的积分是1600分，每天一拿起手机，首先想到的就是打开学习强国APP浏览学习。‘学习强国’学习平台设计科学、内容全面、操作简单，平台抓住了现在学习时间碎片化的特点，让大家能随时随地的学习，让习近平新时代中国特色社会主义思想真正入脑入心。”

通过“学习强国”这一学习平台，医院的医务人员不仅随时随地就能知晓国家大事，了解时政要闻和新思想，学习各类知识实现自我充电，还能利用平台学习交流群分享好文章，交流读后感，从而实现互学互鉴，共同进步。

（杜秋乐）

春节假期，我院3408人次医护人员值班坚守，接诊患者5713人次

本报讯 2月4日—2月10日春节假期期间，按照县委、县政府的总体部署和要求，我院提前筹划，周密安排，强化组织领导，制定应急预案，全力做好节日期间医疗工作。全体医务人员舍小家顾大家，坚守工作岗位，24小时接诊病人，在全院干部职工的共同努力下，医院各项工作平稳有序，度过了一个平安的春节。

节日期间，医院共安排值班人员3611人次，其中医护人员3408人次，行政后勤人员203人次；门诊共接诊患者5713人次；全院共收入院病人770人次，出院病人559人次；手术75台次；“120”急救车出车88次，急诊诊疗589人次，其中，鞭炮伤救治4人，交通事故伤救治18人次，发热门诊接诊28人次；临床用血量悬红54.5U，血浆2350ml，血小板2U，全院无安全生产事故及不良事件发生。

“生命大于天”，医务工作者们用心、用实际行动诠释着。不论是在春节，还是在其他节日、假日，他们错过了很多次团聚，他们用忘我的付出为人民群众的生命健康保驾护航。这份坚守，值得我们道一声辛苦，说一声感谢！向辛苦耕耘、默默奉献的白衣天使致敬！

（杜秋乐）

平原县第一人民医院同仁来我院参观交流

本报讯 2月20日，平原县政府党组成员、平原县第一人民医院院长李恩，工会主席林海文来我院参观交流，院党总支书记、理事长张士森，副院长李志刚及总务科、体检中心相关负责人陪同。



座谈交流会上，张士森首先对李恩一行表示热烈欢迎，并向来宾介绍了我院近年来在基础设施建设、学科发展、经营管理等方面的相关情况。

李恩对我院领导给予的热情接待表示感谢，他表示，希望能借此机会，双方进行深入交流和探讨，学习我院多年来在医院发展方面总结出的先进经验，双方共同提高，促进工作不断完善进步。

随后，李恩一行还先后到我院体检中心、介入导管室、口腔科等，对医院科室布局、环境及设施设备等情况进行实地了解和交流。

又讯 2月12日，平原县第一人民医院副院长赵丽、雷强，工会主席林海文带领该院中层干部一行30余人来我院参观。就我院舒适化诊疗科、疼痛科、中医科、健康体检中心、住院医保结算处、信息科、医务科、办公室、设备科、宣传科、总务科等科室进行管理和业务上的实地参观交流。

2月28日，平原县第一人民医院副院长赵丽带领该院中层干部一行81人来我院观摩交流医院管理及学科建设经验。平原县第一人民医院一行81人涉及内科、外科、妇产科、儿科、重症医学科、急诊科、门诊、药剂科、介入室、检验科、放射科、彩超室、五官科、高压氧、消毒供应室、病案室、输血科等56个科室部门，我院组织相关科室人员进行了一对一的对接，并陪同到相关科室进行实地观摩交流。

（陈伟伟）

我院为患者免费提供温开水

本报讯 “真没想到，在我院做彩超检查还能喝到免费的温开水，心里暖暖的。这么细致的服务，只有你们医院有！”前来做彩超检查的刘女士坐在三楼候诊区，喝着免费温开水高兴的对送水阿姨说。



为了进一步改善居民就医感受，增加患者就医舒适度和满意度，我院 “免费温开水”于1月24日正式开始供应，提供“免费温开水”的便民服务流动车每天上午8:00——11:00，往返穿梭于医院门诊超声科、医学影像科、心电图、舒适化诊疗中心等医技科室候诊区之间，为就诊患者免费提供温水。

为使患者安心检查治疗，我院从服务细节入手，全面提升服务水平，尽最大努力让居民便捷就医、有效就医、舒适就医，赢得了广大群众的纷纷赞誉。

（杜秋乐）

党建专栏

我院开展2月份党员活动日活动

本报讯 2月22日下午，我院党总支开展以“不忘初心•继续前进”为主题的党员活动日活动。



会上，全体党员奏唱国歌，重温入党誓词，集中学习了《中国共产党支部工作条例（试行）》三、四章，十九大报告精神《牢牢把握新时代中国共产党的历史使命》《新时代是奋斗者的时代》，山东省十三届人大二次会议政府工作报告、刘家义书记在全省“担当作为、狠抓落实”工作动员大会上的讲话，德州市“担当作为、狠抓落实”工作动员大会精神，以及《宁津县关于推进“担当作为、狠抓落实”工作的实施意见》。

通过此次活动，全体党员的思想和灵魂得到了一次深刻洗礼，大家纷纷表示在今后的工作中不忘初心，继续前进，以实际行动履行对党的庄严承诺，为党旗增辉添彩！

（杜秋乐）

情系贫困产妇 助力母婴健康

本报讯 “做好事、做实事，使更多的宁津县贫困妇女儿童得实惠、普受惠、长受惠。” 近日，我们院与北京妇女儿童发展基金会联合开展 “关爱未来—孕育新希望”公益活动。

“谢谢你们！给俺孩子送奶粉，给俺送米、面。”贫困产妇彭女士感动地说。2月23日、26日，我院与北京妇女儿童发展基金会联合开展的“关爱未来—孕育新希望”公益活动组人员到刘营伍乡、柴胡店镇、相衙镇等乡镇9户贫困产妇家庭走访慰问。该公益活动组一行为贫困产妇送去奶粉、儿童益生菌、乳钙、鱼肝油及米、面、油等生活必需品。每到一户，慰问人员都与贫困产妇及家属面对面、心贴心地进行了交流，对贫困产妇的生活、健康，儿童的成长状况等情况进行了详细的询问并建档立卡。通过两次走访慰问及建档立卡筛查，共确定9家贫困户和10名儿童符合全额资助审核条件，每月免费资助奶粉、尿不湿及其他用品。

1月16日、1月29日、2月26日晚7:30，我院携手北京妇女儿童发展基金会共同举办了三期“母婴专家微课堂”，通过微信语音的方式为微友们讲解了孕期保健、儿童护理等相关内容，让大家在轻松的氛围中学到了很多实用知识。今后，“母婴专家微课堂”还将继续为大家带来更多关心的，急需的知识。

“母婴用品补贴活动”申请于2月26日21:00开始，至3月8日21：00结束。截止2月28日15:32，定额资助审核通过989人，公益补贴64786.7元。学习卡资助74人，公益补助74000元，该“母婴用品补贴活动”仍在继续进行。

助力母婴健康，情系贫困产妇儿童，我院一直在行动！

（杜秋乐）

年初一，宁津县首个“佩奇宝宝”诞生

本报讯 “哇！哇！”随着响亮的婴儿啼哭声，大年初一凌晨4时5分，我院迎来了农历新年的第一个“猪宝宝”，是一个体重3400克的可爱男婴。这一刻，母子平安，产房内洋溢着新生命诞生和新年到来的双重喜悦。



对比宁津其他医院首个“佩奇宝宝”的出生时间，我院的首个“佩奇宝宝”也是宁津县的首个“佩奇宝宝”。首个“金猪宝宝”的诞生也为猪年开了好头，“猪宝宝”们扎堆到来了…… 截至大年初五，我院产科共平安出生14位佩奇宝宝。

据产科医生表示，今年春节产科比往年更忙一些，甚至有时连吃顿饭的时间都没有，马上又投入到紧张的工作中去。一是二胎多了，二是民间有种说法是“猪宝宝”有福气，所以一些家庭也趁着猪年生子。不过，医生针对生育高峰做了应对措施，整个春节接诊情况井然有序。虽然产科的医护人员不能跟家人一起享受春节假期，但医护人员认为宝宝响亮的啼哭声、母子平安，就是最好的新春礼物。

（耿金生）

保护口腔健康，从婴幼儿开始

保护口腔健康,应该从婴幼儿期就开始，口腔科医生建议：

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，可有效预防口腔白色念珠菌感染（俗称“鹅口疮”）。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。



两岁大的孩子会想自己刷牙，但父母应明白这个年龄孩子手的精细运动能力尚未形成，不能真正刷干净牙齿。因此，家长应帮孩子刷牙，每日至少2次。

不当的喂养会危害婴幼儿口腔健康

母乳是婴幼儿最好的天然食品，相对于人工喂养，母乳喂养时乳牙患龋病的危险性低。喂奶姿势会影响婴幼儿颌面部的生长发育，最好抱着喂。奶瓶是人工喂养的器具，奶瓶放置过高或过低都可能会造成牙颌畸形。奶瓶喂养时应选用合适的奶嘴，避免孔洞太大，奶液不需吸吮就流出，使婴幼儿咀嚼肌得不到应有的锻炼，不利于口腔颌面部的正常发育。

乳牙萌出之后，不要让幼儿长时间含着装有甜奶或甜饮料的奶瓶，尤其不能含奶瓶睡觉，否则会造成婴幼儿龋。1岁后应尽量减少使用奶瓶，且奶瓶内只能装白水和无糖奶，用杯子或勺喂含糖液体（如甜奶、果汁、蜂蜜水等）。1岁半到2岁应停止使用奶瓶，避免夜间哺乳。因为长期用奶瓶喂养，除了容易发生龋病外，还可妨碍孩子咀嚼功能的发育。

莫把病菌口口相传给孩子

唾液是细菌传播的载体。喂养人可以通过把食物嚼碎喂孩子，以及把奶嘴或勺子放到自己口中试温度等方式将口腔中的致病菌传播给孩子。致龋细菌越早传给孩子，孩子越易患龋病。所以看护人应注意喂养卫生，纠正不良的喂养方式，同时关注自身的口腔卫生，避免把致病菌传播给婴幼儿。（口腔科 张伟宏）

高血压患者要避免的一些日常运动

很多时候，人们会碰到一些高血压患者突然感到不适，除了有些是因为病情发展导致，有很多都是由于一些不引人注意的动作造成的。这些对于健康人士都能轻易完成的动作，但到了高血压患者身上就变成“危险动作”。

提重物过于用力

高血压病人不可突然用力，不可超负荷用力，只宜做一些轻微的和用力不大的工作及运动，这样才能确保健康和安全。

下蹲后突然站起

除高强度的剧烈运动外，高血压病人还不宜做下蹲起立运动、快速摇头或跳跃等动作，这类运动有引起脑血管意外的危险。高血压病人的运动，以散步、体操、太极拳等低强度运动为宜，且运动的时间不宜过长，以在运动中和运动后无明显疲劳不适感为宜。

衣领扣的很紧

高血压病人要尽量少穿高领衣衫和紧扣领扣，否则可能因长时间压迫颈部血管，造成脑血管供血不足，使脑细胞缺血缺氧，容易引起脑动脉硬化病人发生意外，还可压迫颈动脉窦造成意外。因此，高血压病人保持颈部宽松，才有利于大脑的血液循环。

长期伏案工作

有人喜欢趴在床上看书，看电视，这对于没有得高血压病的人问题不大，但对患有高血压病的人，则会带来危害，由于经常长期趴伏，压迫腹部的肌肉活动，人体不能够深呼吸，而引起血中氧分不足，肌肉收缩，致使血压升高，血管压力增高，容易造成脑血管破裂。因此，对于年龄比较大的高血压病人应该禁止趴着看书、看电视的习惯。

起床立即运动

早晨起床后，很多人喜欢在阳台上或空地上反复向前弯曲身体，下蹲等，以作为一种早晨锻炼方式，对于患有高血压病的人，如果醒后马上运动，一部分脏器特别是脑和心脏供血不足，容易出现心肌缺血等意外情况。所以患高血压的人起床后只能做一些轻微的运动如散步、甩手等，慢慢加大活动量。（内一科 李宏杰）

正确认识“肝硬化” 打好肝脏保卫战！

肝硬化是临床常见的慢性进行性肝病，由一种或多种病因长期或反复作用形成的弥漫性肝损害。今天和你聊一聊肝硬化的知识。

肝硬化的病因有哪些？

1.病毒性肝炎，在我国以乙型病毒性肝炎所致的肝郁化最为常见。

2.慢性酒精中毒，以酒精及其中间代谢产物的毒性作用有关。

3.寄生虫感染，主要见于血吸虫和华支睾吸虫感染。

4.肝脏淤血，常见于慢性心衰，慢性缩窄性心包炎，肝静脉阻塞综合征等引起。



5.药物或毒物，长期服用某些药物比如双醋酚丁，甲基多巴，四环素等或者接触工业毒物，比如四氯化碳，可引起药物或中毒性肝炎，最终演变为肝硬化。

6.遗传和代谢性疾病，比如血色病，甘豆状核变性等。

7.自身免疫疾病，包括自身免疫性肝炎，原发性胆汁性肝硬化等疾病。

肝硬化该如何防治？

1保持良好的心态

得了肝硬化，许多患者容易出现焦虑、恐惧甚至绝望的心理，消极治疗；或是为了追求疗效，相信各种偏方，反而耽误了治疗的时机。所以，建议肝硬化患者要积极面对疾病，尽可能保持好心态，到正规医院就诊，积极配合治疗，这才是控制疾病进展的最好方法。

2重视检查

许多患者对检查十分排斥，或是认为只要服药就可以了，殊不知定期规律的检查对于肝硬化治疗也是十分重要的，更有助于评估疗效和判断疾病进展情况。常规检查包括：血常规、肝肾功能、肝纤维化指标、甲胎蛋白、腹部B超和肝硬度等，其他如病毒载量、胃肠镜、上腹部CT或MRI等可以根据具体病情进行复查。

3接受正规治疗

针对不同病因，肝硬化患者需要治疗，如抗病毒、戒酒等。患者应及时到专科医院就诊，在医师的指导下进行正规治疗。（感染科 姜国生）

如何识别中风先兆

在我们身边或家庭中，常常有偏瘫或者坐在轮椅上的病人，他们的生活质量非常低，看病带来的经济负担极为沉重，他们的家庭成员为此亦深深地痛苦……，然而，目前对于中风的治疗手段有限，多数患者均有不同程度的后遗症状。故要降低该病的发病率，最有效的手段就是预防。

中风的先兆症状包括：

1.眩晕：久患眩晕，是中风先兆症状之一。通常临床上讲导致眩晕的疾病有高血压、颈椎病、椎基底动脉供血不足、美尼尔氏综合症、颅内肿瘤、脑干脑炎等等；以上几类疾病在频繁发作、控制不佳、或在有劳累、情绪激动、天气寒冷等诱因下或可发展为中风。故症见眩晕当及早就医，进行有效治疗。

2.头胀面赤：常与眩晕同见。可见高血压病人，血压急剧升高时发生。高血压本身就是中风的危险因素，高血压日久，控制不佳，或血压时高时低均可导致小动脉和微小动脉变性，管腔闭塞，出现缺血性中风；或血管破裂，出现出血性中风。

3.耳聋目胀：是高血压常见症状之一，某些患者耳聋目胀长期发生，当及时就医，或者监测血压以了解血压控制情况。

4.健忘：在中老年人中常见。有些人以为是老龄化的表现，不在意，常常将其忽略。随着年龄的增长记忆力在某种程度上有所减退是正常的，但出现了明显减退，即我们常说的健忘，当及时就医，因为此为脑部供血、供氧不足的表现之一。

5.手足麻木，肌肉蠕动：如觉大拇指及次指麻木不仁，或手足不用，或肌肉蠕动者，三年内必有大风之至。事实上，临床上常见短暂性脑缺血发作的病人可见该症状。所以此症不可忽略，当及时就医。

6.头重脚轻，欲跌倒或有过跌倒：有患者在发现中风前，常觉头重脚轻，欲跌倒或有过跌倒，均为中风先兆症状。此外有一过性言语謇涩、眼睛黑蒙等情况均应警惕中风的发生。

以上症状可单独出现，多数表现为几个症状同时出现。如出现中风先兆症状，应及早就医，及早治疗。

（内三科 王福强）

房颤不重视 后果很严重

心房颤动（房颤）不仅影响心脏健康，还是脑卒中的重要诱因。了解房颤，能帮助大家及早发现和治疗。

正常情况下，心脏跳动节律为60~100次/分，房颤时会达到300~600次/分。房颤患者的心房像患了“抖抖病”，极不协调的“乱颤”超过了正常心跳的上限，使心脏失去了规律的收缩舒张，以及正常的排血功能。原先由心房心室共同完成的任务，在房颤发生时只能由心室单独完成。

房颤最终造成两个结果：一是心脏不能很好地舒张，从外面抽回血的时间短了，泵出的血自然也少，多数血液积累在心脏里，容易引起心衰。二是心房不收缩了，血流处于淤滞状态，红细胞、血小板容易沉淀下来，变成定时炸弹——血栓。血栓可能突然掉落，如果随血液进入脑部血管，很容易阻断脑部供血，导致脑卒中；如果堵在肾脏里，就叫肾栓塞；如果堵在肠系膜血管，会造成肠系膜血管栓塞。



由于有一定的隐匿性，房颤早期不易被发现，建议65岁以上人群定期摸自己的脉搏，发现脉搏强弱不等、节律紊乱，并且脉搏次数少于心跳时，就要怀疑是否患有房颤，并及时到医院通过心电图等检查确诊。房颤患者可遵医嘱服抗凝药，或采用射频消融根治房颤。

（内一科 张涛）

光荣榜



2月3日下午，常女士夫妇满怀感激地为儿二科杨瑞新主任送上“德医双馨 情系患者”锦旗，感谢杨主任及全科医护人员在孩子住院期间的关心照顾。

2月10日，骨二科32床67岁的患者张先生的家属送来“德艺双馨 医术精湛”的锦旗，感谢骨二科医护人员精心治疗和护理。

2月14日，柴胡店店李道口村的李先生给内一科、急诊科送来两面“妙手扶桑梓 仁心救众生”“生命卫士 急救先锋”，感谢内一科和急诊科医护人员对家人的救死扶伤。

2月19日下午，张大娘的两个儿子拿着一面“视病人如亲人 良好医风医德”的锦旗来到内三科护士站，感谢住院期间内三科全体医护人员对张大娘的关心与照顾。

2月20日，在产二科住院的赵女士的丈夫给郭秀花送来一面“医者父母心 医患心连心”的锦旗，特别感谢郭秀花及产二科全体医护人员。

激光脱毛，远离毛骨悚然

808nm激光飞点脱毛全身都可以脱！通过808nm波长激光便能穿过皮肤表层到达毛发的根部毛囊。激光能以黑色素为靶目标，黑色素在吸收了激光的能量后，温度急剧升高，从而导致周围毛囊组织的破坏，使毛发脱落失去再生长能力，达到永久脱毛的目的。



808nm激光飞点脱毛痛不痛?

带有接触式冷却头，可以使热量限于损伤毛囊，同时允许热量可以从表皮扩散，在这些情况下，皮肤不会达到损伤或限制，并且可以免受热损伤。

蓝宝石冷却窗口，操作中蓝宝石窗口紧贴皮肤，使局部表皮冷却至0-4度，避免了红肿、灼伤现象的发生。操作时全程冷却，使脱毛变的舒适。可连续工作超过24小时全程无痛治疗。

808nm激光飞点脱毛需要几次呢?

看需要脱毛的部位而定，一般来说，腋毛3-5次，四肢4-5次，两次操作间隔时间根据部位而定，同一部位的话，通常间隔1个月。

808nm激光飞点脱毛会影响排汗吗?

当然不会啦！人体排汗主要靠小汗腺，而冰点脱毛是扫除毛囊，毛囊和汗腺是分别独立的两个组织。二者并不是一回事。所以，并不会伤害汗腺不影响排汗哟！看图，汗腺和毛囊相隔远着呢！

我院医疗美容拥有808nm半导体激光脱毛仪，采用冰点激光脱毛，是目前最先进的一种永久性激光脱毛方法。

（医疗美容科 郝敏）

您能读懂眼科体检报告吗?

我们每年都会进行常规的体检，除了内外科的检查，一般还会有一项眼科检查，有些朋友并不太关注这项内容，而另一些朋友一旦看到眼科报告中有些异常就特别紧张，那么我们究竟如何来解读眼科体检报告中的结果呢?

首先，我们要了解眼科体检包含些什么？常规的眼科体检主要包括视力和眼底检查，眼底检查中又包括玻璃体、视网膜血管、视神经、黄斑的检查。一般在年轻人中最多见的问题是屈光不正(双眼视力在未经矫正的情况下或矫正不正确时，视力不正常)，在中老年人中，最常见的是白内障及视网膜动脉硬化。下面我们分别来了解一下眼科体检报告中会出现的异常。

视力

正常的矫正视力应该在1.0以上，所谓矫正视力即为戴镜后视力，如果视力低于1.0，有可能是眼镜矫正不足，需要重新验光配镜，但也有可能存在一些眼科疾病影响视力，需要到医院眼科做专业的检查。

眼底检查

1.视网膜动脉硬化：最多见，可反映体内动脉硬化的程度，多发生在50～60岁或以上，并常与高血压病、糖尿病并存。据统计，高血压病患者70%可发生视网膜动脉改变，因此这也是判断高血压病程度的一个标准；严重的糖尿病患者也会有视网膜动脉硬化。所以一旦出现视网膜动脉硬化应该多关注自己的血压、血脂和血糖的情况。轻度的视网膜动脉硬化不会引起视力改变。

2.玻璃体混浊：一般多见于合并近视的患者，特别是高度近视，50岁以上的人群也较多见，俗称飞蚊症，患者自觉眼前有黑影飘动，这一人群可在眼科做一次扩瞳后详查玻璃体和视网膜的情况，排除视网膜裂孔、视网膜脱离及眼底出血。单纯的玻璃体混浊只需随访观察，不必过度紧张。

3.视神经杯盘比扩大：经常有患者来眼科说体检医生说我眼底什么东西扩大了，那么什么是杯盘比呢？这里的盘指的是视神经乳头，正常情况下，它有一个生理性凹陷，也就是视杯，杯盘比即视杯和视盘的比例，大部分人杯盘比在0.3左右。如果出现杯盘比扩大，特别是大于0.6以上，那就要引起重视，需要到眼科做一套青光眼的筛查，包括眼压、视野、视神经纤维层的厚度，如果诊断为青光眼需要及时治疗。

4.黄斑色素紊乱：这也是体检报告上经常出现的内容，患者往往会紧张地询问：“医生，体检医生说我眼底有黄斑！”其实，黄斑是我们眼底视网膜上的正常结构，每个人都有，是视力最敏锐的地方，一旦黄斑出现病变，视力会明显下降或者出现视物变形，所以体检如果发现黄斑区异常应该及时到眼科详查，行光学相干断层扫描（OCT），明确黄斑部的病变情况，及时治疗。

5.视网膜出血或微血管瘤：多见于糖尿病病人，如果在体检中发现视网膜出血或微血管瘤，不可因为视力没有下降而掉以轻心，一定要到眼科做散瞳眼底检查，没有糖尿病病史的病人还需要完善血糖的检查。

眼科检查可能只是常规体检的一小部分，但也是非常重要的，眼科体检可以及早地发现眼部的一些异常信号，及时地预防眼部病变进展，让我们重视视力健康，拥有一双明亮的眼睛，更清晰地观察这个美丽的世界。

（眼科 李玫玫）

专家支招：新生儿“乳腺炎”

近日，我们新生儿监护室收治了一例15天的乳腺炎患儿，表现为一侧乳腺红肿、由破溃口流出脓血性分泌物。宝宝一挥动小手就牵扯得更加疼痛，有时候小拳头还会碰到肿大、流脓的小乳房，加重感染，苦不堪言。所幸在我们及时规范的治疗护理下，日前已康复出院。



这么小的宝宝咋得乳腺炎了呢?

原来好多地方（特别是家有老人的）有给新生儿挤乳头的习惯。老人发现宝宝乳房肿大、有少许乳汁流出，就给宝宝挤乳头，认为如果不挤，日后男孩乳房会发育，女孩会乳头内陷、影响泌乳。老人在挤乳头过程中，手上的细菌通过乳腺导管进入乳腺组织，引起乳腺发炎。另外还有一种可能是宝宝衣服的布料太硬，经常摩擦导致皮肤破损，造成了发炎。

科普链接

由于来自母体的雌激素中断，男女新生儿生后4～7天均可有乳腺增大及泌乳现象，如蚕豆或核桃大小，这是生理现象，不用管它，2-3周后这种现象会自然消失。家长千万不要热敷、按摩、挤压乳头，否则很容易造成宝宝乳腺炎，加之新生儿免疫力差，还有可能出现败血症，危及生命。

新生儿乳腺炎的症状为乳房红肿、有热感、孩子感觉疼痛，局部逐渐化脓，宝宝还可出现发热、厌食、吐奶等症状。

一旦发现宝宝乳头红肿，早期可自己在家处理，用0.5%的碘伏小心涂抹乳头，每日两次，同时注意室内环境卫生和宝宝衣物的清洁柔软；如果出现乳头破溃、体温升高等情况，千万不要大意，必须及时到正规医院就诊。

（NICU 赵秋红 赵丽华）

医护人员精心护理 百岁老人康复出院

本报讯 2月12日，已100周岁的赵芳元因胸闷、咳嗽被孩子们送到我院急诊科，院党总支书记、理事长张士森也特意抽出时间前去探望。



经医生诊断为肺部感染，入院以后，急诊科对老人的病情和治疗都非常重视和精心，给予对症治疗。在医护人员的不懈努力下，经过将近一周的治疗，百岁老人赵芳元症状明显好转，决定出院，回家过元宵节。

老人能够康复出院是我们最开心的时刻，工作人员用手中的摄像机、相机将这一美好的瞬间留下了永久的回忆，相片中，医护人员的微笑中不仅充满了对老人深深的祝福，更饱含着汗水与艰辛之后成功的喜悦。我们的医护人员将继续努力，为每一位患者贴心服务。

（陈伟伟）

专家“上门瞧” 残疾人“不用跑”

本报讯“杨大娘，请您举起手，像我这样伸一伸，行吗？”2月25日-26日，在宁津县残联组织下，我院残疾鉴定专家为宁津县行动不方便或常年患病卧床的残疾人提供上门评残服务。



活动现场，我院骨一科副主任、副主任医师苑华成，骨二科主任、副主任医师闫华刚仔细检查，对残疾人肢体、智力、精神等进行等级鉴定，当场在《残疾评定表》“残疾等级”一栏上快速地写下了鉴定结论；县残联工作人员耐心细致地向残疾人及其家属讲解办证情况，给残疾人免费拍照、填写申请表，对符合评残办证标准的对象当场办理相关手续。

此次上门评残，不仅让残疾人少跑了路、节省了费用，而且解决了重度肢残者鉴定难的问题，为他们送去了“零距离”贴心服务，得到广大残疾人及其家属的好评。

（杜秋乐）

我院开展“学雷锋”义诊活动

本报讯“县医院的医生来家门口为俺们免费查体，不用花一分钱，也不用大老远往医院跑，俺这心里真暖和，你们真是新时代的‘活雷锋’啊！”柴胡店镇小孟村80多岁的王婆婆开心地说。



在3月5日“学雷锋日”即将到来之际，2月27日上午，我院组织内科、外科、耳鼻喉科、口腔科等科室5名医务青年志愿者到柴胡店镇小孟村开展义诊活动，以实际行动弘扬雷锋精神。

活动中，医务志愿者结合各自专业特长一边热情地为就诊群众进行疾病检查，一边耐心地解答各种问题，针对每人的检查情况，分别给予合理用药、合理饮食的建议，并交待其它应注意的事项。对于部分行动不便的老人，志愿者们还到家中为他们进行健康检查。在短短的2个多小时内，共接诊群众100多人，发放健康知识手册200余册。

学习雷锋贵在行动，近年来，我院积极开展以弘扬雷锋精神、发扬中华民族助人为乐的传统美德为主题的义诊、健康宣教等为民服务活动，并形成长期化、制度化，赢得了社会的广泛好评。

（耿金生）

病陪人座谈会：倾听病患心声 优质服务再升级

本报讯 为倾听患者心声，进一步做好住院患者及病陪人意见收集工作，改善住院服务水平，提高服务质量，构建和谐的医患关系，2月13日下午，我院召开2019年2月份病陪人座谈会，院党总支副书记刘立新主持会议，护理部、医务科、院感科、住院医保结算处、总务科相关负责人，陪护家属及患者代表近200人参加座谈会。

座谈会上，气氛活跃，患者及陪人踊跃发言，分享就医感受，对我院医疗技术，医德医风等方面给予了充分肯定，并就住院环境改善等方面提出合理化建议。

现场，针对大家提出的问题，各相关科室分别进行了详细解答。不能当场解决的，也为大家提出解决方案并在会后及时给予整改落实。

病陪人座谈会的举办，是医院畅通医患沟通渠道，寻找工作差距，切实改进医疗服务的实际需要，有利于了解我院医疗服务实际情况，及时了解患者及陪人需要、发现和解决管理中存在的问题，在今后工作中更好的为广大患者服务。

（陈伟伟）

“有奖征文”选登

编者按：讲述温暖医患故事，展现和谐医患关系！为从不同角度、不同侧面反映发生在医院各个角落的感人故事，我们面向社会和本院职工开展了“讲述你和他（她们）的故事”有奖征文活动，活动共收到稿件74篇，经过编辑初选、专家评审等环节，最终评选出32件获奖作品，分别评选社会组和职工组各一等奖1名，二等奖3名，三等奖5名，优秀奖7名。《宁津县人民医院报》开辟专版刊登部分获奖作品，供读者欣赏。

张涛：有仁术，更有仁心的好医生

由于周围很多亲友曾经是宁津县人民医院内一科张涛主任的病患，所以“张涛”这个名字对于我来说，并不陌生。可我从没想到，有一天自己也会成为他的病患之一。可也正是因为这次生病与张主任的相识，让我对他有了更全面、更深刻的认识。

9月30日，由于突发心脏病，我被120紧急送入县医院重症监护一科，在医护人员的精心救治和调养下，病情逐步趋于稳定。内一科主任张涛和重症监护一科主任吴艳巧认真研判了我的病情，认为进行造影检查和介入治疗的时机已经成熟。10月9日，张涛为我进行了第一次心脏造影。检查发现，我的心血管阻塞情况非常复杂。在困难和阻力面前，他毅然选择竭尽全力为我实行介入治疗手术。期间，他想尽各种办法，尝试各种途径，经过两个小时的努力，鉴于我病情的复杂和体质较弱的实际，为了最大程度保障我的身体免受意外伤害，张主任被迫终止了手术。手术台上，耳闻张主任为救治我的病症做出的努力，我深深体会到他为病患解除顽疾的医者仁心，让被病痛折磨的我内心充满了温暖。

转入内一科病房后，张主任总是利用每一次查房的机会和我聊天，耐心给我讲解相关医疗知识，帮我树立战胜病魔的勇气。他积极帮我与北京安贞、朝阳等大医院联络沟通，帮我寻求外出就医之道。针对我不断出现的急躁情绪，张主任更像一位贴心细致的家中小弟，经常走到我的病床前细心抚慰。现在回想起来，他的亲切和善给了当时绝望的我抗争病痛的信心和力量。

在张主任的努力下，我一边调整身体状态，一边等待消息准备外出就诊。就在一个晴朗的早上，几天没露面的张主任满面春风地走到我的病床前，“告诉你一个好消息！”看到张主任轻松愉悦的神态，我的精神也跟着振奋起来。原来，这两天张主任外出学习，利用学习间隙，他把我的病情与一同学习的济南千佛山医院心内科王主任进行了沟通和探讨，并从王主任那里得知，国内著名的心血管介入专家——西安西京医院李成祥教授近日将亲临千佛山医院讲学应诊。两人商议将我转诊济南千佛山医院，由李成祥教授亲自为我实施心血管介入手术。听着张主任的叙述，那一刻我的希望被点燃，对赴济就医充满了憧憬和期待。

在张主任的精心筹划和周密安排下，11月1日我住进了济南千佛山医院心内一科，11月4日准备进行手术。我将即将手术的消息告诉了张主任，没想到他不但给予我鼓励，还表示将向医院领导申请，争取利用星期天休息时间，到千佛山医院以李成祥教授助手的身份，亲自参与我周日的介入手术。听完，我感动地流下了眼泪。

11月4日，当清晨第一缕阳光照进病房的时候，张主任带着鼓励的微笑走进来，看到他，我一夜来的种种对即将手术的恐惧和不良描测烟消云散。被推进手术室，停置在手术台上，我看到了张主任熟悉的身影和冷静睿智、饱含鼓励的眼神，我心里顿时踏实了。近四个小时的技术攻关，专家们成功为我实施了介入手术。手术台上，张主任陪伴我一直完成了手术善后工作，直至反复审核无误后才将我推出手术室。

从张涛主任身上，我看到了一位医生严谨务实、不畏技术险阻、勇于探索和追求的专业素养，也体会到了他医者仁心、视病患为亲人的博大胸怀，他用自己的实际行动谱写了一曲曲动人心弦、感人至深的和谐医患之歌。

（王之德）

王之德，男，48岁，10余年前因病与宁津县人民医院结缘，心中长存感念，今年又因心脏病变入院治疗，深感宁津县人民医院医护人员医道高超，医德高尚，作为铁粉一枚，将就医过程中的点滴感受表达出来，代无数与我同感的病患朋友表达些许感谢之情。

经期延长，月经量多？可能是子宫肌瘤惹的祸！

很多女性朋友都有过月经量过多、经期延长的问题，但大多觉得这不是什么大事，从没去重视过。其实月经量过多、经期延长并非好事，它的背后很可能隐藏着子宫肌瘤这一疾病。

日前，董女士因为月经量多伴有经期延长，曾就诊于多家医院，考虑粘膜下肌瘤所致，但肌瘤较大，建议其转省市级医院诊治，董女士后经熟人介绍后找到我院妇科刘进主任，经刘主任的耐心讲解，她了解到我院妇科在宫腔镜、腹腔镜等方面积累了丰富的经验，完全可以治疗她的疾病，她感觉这群诚恳的“娘子军”非常值得信赖。经过精心严密的术前准备，并联系了超声科医师，刘进主任为其实施了宫腔镜检查，术中发现其宫腔肿物约7×6×5cm大小，考虑为黏膜下子宫肌瘤，遂在超声引导下行宫腔镜下粘膜下子宫肌瘤电切术，仅经过短短不到1个小时就顺利切除肌瘤，术后3天患者康复出院，董女士满怀喜悦地说“没想到不出家门就把病治好了！”

宫腔镜技术是应有先进的设备对子宫腔内疾病进行诊断和治疗的一种微创技术，不仅能直接看到子宫内生理、病理病变，还能切除导致出血的子宫内膜，粘膜下肌瘤，内膜息肉，子宫纵隔，宫腔粘连和取出异物等，它能清晰地直接监视子宫腔内病变，进行定位采集病变组织送检，诊断准确、及时、全面、直视，可早期发现癌变等。疗效好，不开腹，创伤小，出血少，痛苦轻，康复快。**（妇科 田平平 傅雪姣）**

骨二科：护士小发明 件件皆关情

去年以来，我们骨二科护理团队先后有几个小发明，得到了住院患者和家属的一致点赞。下面就来看看我们这些满载爱心的智慧火花吧——

1、自制膝关节决明子固定带

全膝关节置换术后，要在膝部放置米袋，以保持膝关节功能位。以前都是患者遵医嘱自备，不仅固定难、容易滑脱，而且膝部的受力范围和力度都不理想。



我们自制这种决明子固定袋，代替以前的米袋，解决了固定和受力不合理的问题，同时利用决明子的抗菌消炎促进刀口愈合。

2、自制CT、放射片放置夹

以前，我们每天整理病房会发现患者的CT、放射片子随处搁放，我们就指导家属放到床垫下，后来发现片子在床垫下易折，也不利于医生及时查阅，患者出院时还容易遗忘。

于是，我们认真讨论，群策群力，精心设置了片子放置夹。

自从片子有了这样的“家”，就彻底杜绝了压折、丢失、遗忘、乱放的现象，也使病房物品进一步整齐有序，病房管理更加规范。

3、自制患者功能锻炼长度指示表

膝关节和髋关节置换术后，需要患者早期下床功能锻炼，锻炼的时间和距离都要循序渐进，为此我们在走廊地面上设置了长度指示表，使患者合理掌握锻炼强度，提高积极性，增加信心，利于早日康复。

4、手机充电放置盒

手机作为现代社会的必备用品，保证充电是首要问题。以前患者及家属给手机充电时，很多人习惯把手机放在医用气体设备带上，不仅有消防隐患，手机还容易滑落损坏。

针对这一问题，我们在插座旁设手机充电盒，使手机充电更加安全方便。

这些小发明，不但在多方面提高了住院患者及家属的舒适度、满意度，而且对巩固和谐医患关系、促进患者的早日康复也是功不可没哦！为患者服务，替患者着想，我们会更加努力！

（骨二科 李晶 付巧娜）

产二科邀请准爸爸体验分娩疼痛

本报讯 2月15日，产二科邀请准爸爸们参加主题为“分娩有多痛，你来试一试”的现场体验活动。

整场活动分为健康分娩知识宣教、分娩疼痛模拟体验、现场答疑等环节，我院产科、麻醉科专家通过详细地讲解，使现场的孕期家庭充分了解自然分娩过程、分娩疼痛和分娩镇痛的科学知识，并科普目前最常用的椎管内镇痛方法，用心指导准妈妈如何应对临产，以减少产前焦虑，增加分娩信心。



期间，医护人员把仪器的贴片贴在准爸爸腹部，体验由1级开始，逐步增加，可随时对疼痛“加级”或者“喊停”。分秒流逝，在1到10级的疼痛感受中，有几个准爸爸到5级疼痛就不能忍受，停止了体验；有的准爸爸强忍着疼痛坚持到最后，成为10级体验成功者。而据产科医生介绍，妈妈们分娩时的疼痛感，一般都要达到8到9级。

体验结束后，准爸爸们纷纷表示分娩疼痛仅短时间内带来的腹部撕扯感让他们终生难忘，很难想象真正临产将会有多痛。今后，将会更加关注产妇分娩中的感受，进一步理解和尊重对方。

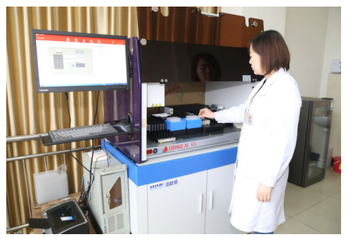
我院疼痛科专家介绍，产痛是仅次于烧灼痛和肝肾结石绞痛，排名第三的疼痛。无痛分娩在医学上称为分娩镇痛，它可以在宫口全开前减轻产妇八九成的疼痛，为产妇积攒足够的体力去完成最终的分娩。分娩时，有效的镇痛方式可以帮助产妇树立自然分娩的信心，提高自然分娩率。我院是我县最早开展无痛分娩，技术最为成熟的医院，开展十余年来，已为数千名妈妈免受了“分娩之痛”。

（杜秋乐）

皮肤科新开展定量过敏原检测项目

近日，我院皮肤科新开展定量过敏原检测项目，可检测屋尘螨、粉尘螨、屋尘、交链孢霉、狗毛、猫毛、艾蒿、柳树、鸡蛋、牛奶、花生、小麦、虾等二十项过敏源。

此项目用于人类血清中过敏原特异性E型免疫球蛋白的定量检测，患者只需要抽取血液即可快速、准确、无痛检测过敏原。适应人群包括：原因不明的结膜炎、肠胃炎、过敏性鼻炎、哮喘、湿疹、荨麻疹、银屑病等患者。建议反反复复过敏的患者，可通过过敏原定量检测，查清楚到底是何种物质过敏原引起的过敏反应，好对症治疗。



物价收费标准单项检测100元，我院特惠价，检测常见的十三项共400元，有特殊需要检测其中一项或几项的均可随意搭配检测！

皮肤科同时开展了真菌免疫荧光诊断技术，可检查皮屑、甲屑、毛发、皮肤脓肿等浅部真菌以确诊您是否得了体癣、足癣（脚气）、头癣、甲癣（灰指甲）等和痰液、胃液、尿液等深部真菌。有需要的快来检测吧！！

地址：门诊楼四楼皮肤科门诊

电话：5238711

检测套餐如下

过敏性鼻炎患者：屋尘螨、粉尘螨、狗毛、猫毛、鸡蛋、小麦、柳树、交链孢霉（280元）

过敏性皮炎、湿疹患者：屋尘螨、粉尘螨、普通豚草、小麦、虾、狗毛、猫毛、艾蒿（280元）

过敏性结膜炎：屋尘螨、粉尘满、狗毛、艾蒿、小麦（200元）

哮喘：屋尘螨、粉尘满、狗毛、猫毛、鸡蛋、牛奶、小麦、虾（280元）

过敏性肠炎、腹痛、腹泻：鸡蛋、牛奶、小麦、屋尘螨、粉尘螨、虾、螃蟹、牛肉、大豆、花生（320元）

13项检测：屋尘螨、粉尘螨、屋尘、交链孢霉、狗毛、猫毛、艾蒿、柳树、鸡蛋、牛奶、花生、小麦、虾（400元）

20项检测：屋尘螨、粉尘螨、屋尘、交链孢霉、狗毛、猫毛、艾蒿、柳树、鸡蛋、牛奶、花生、小麦、虾、牛肉、羊肉、鳕鱼、蟑螂、大豆、普通豚草、螃蟹（540元）

（皮肤科 李国英）

放射科床旁DR调试成功

近日，放射科床旁X光机升级DR调试成功，使床旁摄影的图像质量和检查效率得到了极大提升。

床旁X光摄影是为重症和不方便移动的患者提供的一项摄影检查，由放射科医师到病床旁进行拍片，患者不出病房便可完成检查，极大方便了患者。改造前采用的是CR摄影，存在图像分辨率低，检查复杂，效率低等方面的不足，因此为避免以上缺点，我院对重症医学科的两台床旁X光机进行了升级改造，升级后的图像质量有了显著提高，可对图像实时观察和调节，及时传送到医院系统内，方便医师会诊；还能够进行多部位和多个患者连续检查，提高了检查效率，为临床医师抢救患者赢得了宝贵时间。



此次床旁X光机DR摄影的投入使用，是我院数字化建设的一部分，也是我院方便患者的利民措施之一，今后的工作中必将为广大群众的健康做出更大的贡献。

（放射科 杨世强 刘越）

经皮肝胆管穿刺引流，小细管解决大问题

日前，我院超声科成功为一位胰头癌患者施行经皮肝胆管穿刺引流术(PTCD)。

患者因胰腺癌造成胆管阻塞，肝功能受损，胆红素升高。胆管发生梗阻后，梗阻上部的胆管内则有大量胆汁淤积，造成梗阻性黄疸，就是老百姓嘴里常说的“小金人”，若不及时处理，可引起一系列严重并发症和损害，危及生命。



超声科已开展经皮肝胆管穿刺引流术数年，以往是在省立医院专家带领下进行，经过不断的深入学习，技术水平已完全能胜任该手术。

2月17日上午，在超声引导下，孟春英主治医师成功为该患者置入猪尾巴引流管，手术顺利，第二天患者黄疸便得到明显缓解。这里的猪尾巴引流管又称双J管，形似猪尾巴而得名，既不易脱管，又可保护胆管壁。

数字减影血管造影或X线透视下的经皮肝穿刺胆道引流术都具有辐射损害，且需要盲目试穿，肝脏作为“富血”器官，盲目试穿容易损伤出血，且操作不慎还易刺入血管。超声引导下PTCD完美弥补了X线的不足，是安全、实用的胆道减压方法，它的主要优势有：1.穿刺准确性高、并发症少；2.超声清晰动态显示肝内胆管扩张程度及走形，为穿刺部位和路径的选择提供了可靠的技术保证；3.彩色多普勒超声能区分扩张的胆管及周围的重要血管，提高了穿刺的安全性。

PTCD适应症：1.晚期肿瘤引起的恶性胆道梗阻，行姑息性胆道引流；2.深度黄疸病人的术前准备（包括良性和恶性病变）；3.急性胆道感染，如梗阻性化脓性胆管炎，行急症胆道减压引流，使急症手术转为择期手术；4.良性胆道狭窄，经多次胆道修补，胆道重建及胆肠吻合口狭窄；5.通过引流管行化疗、放疗、溶石、细胞学检查及经皮纤维胆道镜取石等。

（特检科 夏晓梦）

元宵节里特殊的礼物

“阿姨，爷爷现在是流质饮食，不能吃栗子和山楂呀。”

“护士，不是给我爸爸吃的，昨天探视的时候我爸爸特意嘱咐我，让我带过来送给你们吃的。”

——ICU1的病房里正在探视，一位79岁脑出血患者的家属正拎着一兜栗子和山楂递给护士。

2019年2月16日的中午，这位李爷爷突发脑出血，女儿立即呼叫了120，急来我院，入住了外二科，外二科丁韶山主任和李学超大夫为患者及时进行了手术治疗，手术结束已经是深夜十点多，患者术后带着呼吸机，头部带着引流管，近八十岁高龄的老人，这样的病人只能送监护室治疗。



在这个病人高峰期，监护室的床位都很紧张，ICU2科病人已经满了，无法再加床，丁主任联系了ICU1科吴艳巧主任，吴主任果断接收了患者，其实当时ICU1病房里病人早就满了，已经是加了两张床，再加就是第三张了，并且病人还要上呼吸机。但吴主任没有犹豫，这样的病人我们要保证他的安全。吴主任立即电话指挥值班医师张晓鹏，连接好呼吸机，借心电监护仪，借床，准备接收病人。

患者入住ICU1科，值班医护人员紧张但有序的检查、固定各个管路，查看患者的神志、瞳孔、肢体功能，直到心电监护上各个数字稳定的跳动着。监护室里病人虽然很多，医护人员虽然工作很忙，但他们驻足于老人面前时，说话还是那么温柔，“爷爷，能听见我说话吗？可以握握我的手吗？好，很好，您很棒！”患者第二天便恢复了意识，随着拔出了气管插管。“爷爷，给您喝点水好吗？对，往下咽，好，您真棒！”病人可以吃饭了，护士耐心给患者一口一口的喂饭。“爷爷，来我给您洗洗脸，洗洗脚。”“爷爷，我们给您翻翻身好不好？咱们来活动活动胳膊，活动活动腿。”

第四天，患者复查颅脑CT显示颅内积血基本清除，明天就可以转到普通病房了，患者正夸赞着我们的护士呢，探视就开始了，于是发生了开篇的对话。爷爷说：“我是农村人，没文化，不会说话，这里的医生是真医生，这里的护士服务真到位，我好的这么快也是你们感动的我。”我对爷爷说：“爷爷，您也让我们感动着，您的话激励着我们，让我们更有劲得干下去，这栗子和山楂呀我们收着，肯定很香。”

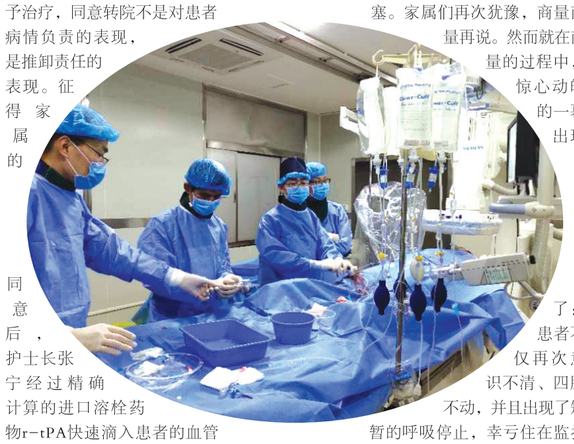
整个春节期间，监护室里病人一直很多，医护人员没有一天休息，他们想得就是保证每个家庭的团圆，幸福。这个元宵节里他们收获了患者的肯定，收获了特殊的礼物。 **（ICU1 张枭敏）**

一天两场生死劫，一人牵动数人心

----我院抢救一青年急性脑干梗死患者纪实

正月初四,正是一家人高高兴兴过年的时候，然而对37岁的孙某来说，在这一天却经历了两场的生死劫。

孙某是在正月初四的早晨由家人拨打120接入院的。据家人讲，早起后他说四肢没劲，以为是感冒了，吃了片布洛芬就躺下了。谁知一会儿家人再叫他却叫不醒了，没有任何反应了。接诊的医生一看其实是昏迷了，脑血管病诊断无疑。到达医院以后没有收费、挂号等常规环节，经绿色通道直奔CT室，检查结果证实没有脑出血，紧急送往了监护室。我院脑卒中溶栓小组组长、内四科主任杨春杰已经到位了，与大家共同协商，考虑为急性脑干梗死，建议立即溶栓治疗。家属们犹豫不决，想要转院。37岁的壮汉对一个家庭来说意味着什么可想而知，家属的要求似乎合乎情理。然而脑血管病是我区的常见病，我院已经具备了溶栓、取栓治疗的条件。要知道。晚溶栓一分钟，要死掉190万个脑细胞，直接影响病人的治疗效果和预后。转院其实会耽误很多的时间。转院真的是对病人负责吗？从我们这里到德州就需要一个小时，更别说到济南等其他的上级医院了。况且目前正是年假期间。诊治过太多的病人转危为安的杨春杰主任也摸透了许许多多家属的心思，看清了他们的顾虑，他直接告诉家属：目前患者随时可能存在着呼吸停止、心跳停止、死亡，转院途中会增加死亡的风险，我们愿意冒着风险积极给予治疗，同意转院不是对患者病情负责的表现，是推卸责任的表现。征得家属的同意后，护士长张宁经过精确计算的进口溶栓药物r-tPA快速滴入患者的血管内。杨春杰主任、重症医学二科张金英主任一直盯守在患者的床边，观察用药后的反应。用药半小时后患者神志转清、四肢能动了，一家人皆大欢喜，庆幸患者度过了这场生死劫。



然而，我们的医护人员没有被暂时的胜利冲昏头脑，杨春杰主任向家属提出了出乎他们意料的建议：立即做脑血管造影检查查找病因，以防出现二次堵塞。家属们再次犹豫，商量商量再说。然而就在商量的过程中，惊心动魄的一幕出现了：患者不仅再次意识不清、四肢不动，并且出现了短暂的呼吸停止，幸亏住在监护室，医护人员及时发现，医师郭杰林，陈晓雪紧急给予了气管插管，死亡再次向这位壮年发出了威胁。没有任何犹豫的余地了，各相关科室人员立刻行动起来，麻醉疼痛科主任肖建民、李广艳医师负责全麻，介入医师汪汉、刘晓冬、郑学忠集体参加。脑血管造影术中发现血管严重狭窄、血栓已形成，院长助理郭佃光及杨春杰主任全程指挥，进行了取栓及支架植入术治疗。晚上六点多钟麻醉药效过去，患者再次清醒过来，又迈过了一场生死劫。当家人们再次庆幸不已时，没有人知道，介入室的护理人员刘永红、崔娟娟、王宁宁，由于心血管、脑血管的手术连台，他们连午饭还没有吃。

过年了，大多数人在欢歌笑语、推杯换盏。然而，有一些人却在死亡的边缘挣扎，那是不幸的患者；也有一些人，一如既往依然在工作岗位上奔波，那其中，包括了我们救死扶伤的医务工作者。良好的治疗效果，取决于患者的身体基础条件，取决于医生的技术水平、取决于整体医疗协作水平，取决于医院管理素质。一个患者的安危，牵动了急诊科、神经内科、重症医学科、麻醉科、介入科五个科室，牵动了医护人员20余人，团体的力量可见一斑。48万同胞们，你若性命相托，我必全力以赴，这是我们宁津县人民医院对你们的郑重承诺！ **（内四科 冯之英）**