什么是心电图运动平板试验

随着人们生活水平的不断提高，冠心病的发病率也逐年升高，平板运动试验是目前诊断冠心病最常用的一种辅助手段。

运动平板试验是指在运动状态下监测患者心电图变化的一种诊断方法。检



查时受试者在平板上做步行运动，运动量由改变平板的转速及坡度而变化，以使心脏作功负荷增加。正常人由于心脏贮备功能很大，心电图也不会有很大改变。而冠心病患者在运动负荷状态下，心肌耗氧量增加，会促发病变冠状动脉供血不足，诱发心肌缺血后表现出缺血性ST段改变。通过运动中监测和记录心电图及血压，以及心电图前后对比可反映出心脏供血情况，帮助医师发现常规心电图不能显示的异常变化及异常心电图患者诱发的进一步变化，借此可提高冠心病、心肌缺血诊断阳性率。该方法属无创检查，患者无痛苦，查前无须特殊准备收费低廉。

运动平板试验主要用于查体目的和诊断目的。一、用于查体目的：凡怀疑有冠状循环功能不全、有不典型或无临床症状冠心病、静态心电图无ST-T改变、常规心电图正常者均可以考虑做平板运动检查。二、用于诊断目的：1、帮助诊断胸痛原因；2、早期检出冠心病中的高危人群；3、检出早期高血压；4、了解运动引起的心律失常；5、了解各种和运动有关症状（如胸闷、心悸）的原因；6、鉴别多支冠脉病变中的罪犯血管；7、鉴别心梗后有无存活心肌。

我院心电图室引进美国昆顿牌平板运动机，欢迎广大患者前来咨询与检查。

联系电话：5238013

儿童经常“尿床”怎么办

儿童夜遗尿，是指3周岁以上的孩子夜间不能从睡眠中醒来而发生无意识的排尿。本症虽无严重后果，但长期遗尿，可影响儿童身心健康。

尿床的原因

目前认为遗尿主要和睡眠觉醒障碍、夜间“加压素”分泌不足（夜间多尿）、膀胱功能性容量小、腰骶椎隐裂、微量元素缺乏（锌）、血铅高、便秘等有关。部分孩子除了夜间尿床还有白天尿频、尿急、尿裤等排尿异常，尿床还和遗传及家长培养方式不当有关。另外遗尿可能是一些器质性疾病的表现之一，故应及早筛查。



尿床的危害

孩子心理压力大，自尊心受损，不愿意在外过夜、参加集体活动等，还有可能导致人格障碍；影响孩子睡眠，容易导致学习时注意力不集中；家长需要承担过多家务劳动，如洗衣服、更换被褥等，并且过分担心孩子的健康和未来成长。

给家长的建议

家长既不能责备打骂，也不能不闻不问，要及时给孩子治疗；帮助和鼓励患儿树立克服尿床的信心。

尿床孩子的注意事项

1、生活管理：生活规律，定时睡眠，不要玩电脑游戏和手机游戏，不看过于刺激的电视节目，睡前不要过度玩耍，养成睡前排尿的习惯。

2、饮食禁忌：不喝饮料，不吃辛辣膨化小食品，不吃甜点；晚上不吃水果、不喝小米粥、玉米粥等利尿饮品，睡前2小时开始不再喝水、稀饭。

我院中医科王雅君主治医师曾在齐鲁儿童医院进修学习小儿遗尿专业，运用埋针、理疗、贴敷、穴位注射、药物等综合疗法，治疗小儿遗尿，效果显著。

咨询电话：13869240592

别让“小眼镜”模糊了孩子的“大世界”

随着社会的发展，智能产品频频问世，近视低龄化、重度化的趋势越来越明显，成为了困扰儿童青少年、家庭、学校、社会的重大公共卫生问题。“小眼镜”们越来越多，镜片越来越厚，保护青少年视力刻不容缓。

王女士的儿子小泽上小学三年级时出现视物模糊，到我院就诊后被确诊为近视眼。“我平时提醒他少看电子产品，看书时要坐姿正确，没想到还是变成了近视眼”，王女士说。原来小泽常常使用电子产品，平时也不注意护眼，这才导致了近视。

国家卫健委最新发布的调查结果显示，我国儿童青少年总体近视率高达53.6%，超过一半的儿童青少年存在近视。

眼科专家提示，近距离用眼会引起眼球的调节反应，而看手机和平板电脑都需要近距离用眼。如果长时间近距离用眼，眼球调节过度，造成睫状肌紧张痉挛，容易引起假性近视，长期发展会诱发真性近视。所以减少近距离用眼时间，尤其是电子产品的使用是最有效的预防近视方法。

小贴士：

◆眼睛需要休息时间。用眼40分钟左右休息10分钟。可通过远眺、闭眼等动作来放松眼睛，也可看绿色植物或做眼保健操。

◆减少儿童使用电子产品的频率和时长。在时间上，建议儿童使用电子产品时间每次不宜超过20分钟，每天累计时间建议不超过1小时。

◆保证良好的用眼环境。不要在走



路、吃饭、卧床、坐车、光线昏暗、阳光直射等情况下看书或者使用电子产品。易引起眨眼、揉眼等视觉疲劳症状，严重的视觉疲劳还会导致眼痛、头痛等。

◆户外运动对预防近视很重要。儿童每天户外活动2小时以上，在阳光下充分地放松眼睛和心情，可以更有效地预防和控制近视。

◆保证睡眠时间。确保小学生睡眠10小时，初中生9小时，高中生8小时。

◆饮食均衡营养。避免儿童挑食、偏食，多吃蔬果。 **（眼科 张慧艳）**

“如鲠在喉”的慢性咽炎

每天早上起床喉咙里总是感觉有痰液萦绕，多说几句话喉咙就发痒，继而声音嘶哑……这些症状让不少慢性咽炎患者深感苦恼，且慢性咽炎顽固、难治。如何解决慢性咽炎的“慢性折磨”？我院耳鼻喉科专家告诉您——

很多人都或多或少有过咽炎的症状。因为人体的咽部富含淋巴组织，是阻挡细菌和病毒入侵的主要门户，当人体抵抗力下降时，细菌病毒就会趁虚而入，导致咽部发炎。

人抵抗力下降时，会出现咽喉干痒、有异物感的并发症，这是急性咽炎。急性咽炎往往三周内可以缓解，但恢复不够彻底就容易再次复发。咽炎反复发作，急性咽炎就变成了慢性咽炎，慢性咽炎病程较长，严重的可能病症长达十几年甚至更久，发作时会觉得嗓子干痒、有异物、刷牙干呕等等。

慢性咽炎的主要病因包括：冷热、烟酒、辛辣刺激等和细菌、病毒等。除此之外，某些疾病也会诱发慢性咽炎，如鼻腔鼻窦病变、鼻涕倒流，慢性扁桃体炎、牙龈炎等。

很多人认为，慢性咽炎既然是“炎”就得用抗生素治疗。这种认识是错误的。慢性咽炎并非细菌感染，一般不需要使用抗生素治疗。临床上，通常采用病因治疗、对症治疗。比如，积极治疗原发病，戒烟戒酒、改善工作和生活环境、雾化吸入等。

值得注意的是，患有鼾症、胃食道反流、鼻窦炎、过敏性鼻炎、慢性扁桃体炎等疾病的人，慢性咽炎也会反复发作。这类人群要尽快治疗上述疾病，给咽喉“减负”。虽然慢性咽炎一般不会癌变，但长期出现咽部不适症状且有长期烟酒病史、声音嘶哑保守治疗无效、吞咽困难、咳血或痰中带血等要及时就医。

小贴士：在日常生活中，建议慢性咽炎患者注意以下细节：保持居室内空气湿润清洁，不在室内吸烟，不把有刺激气味的物品放在室内；少食煎炒和有刺激性的食物；戒烟；避免过多用声、讲话；不要长期吃一种咽喉片，不要经常服用有抗炎杀菌作用的咽喉片，以免造成口腔菌群紊乱。

（耳鼻喉科 张志勇）

不做“糖人”，我们要注意这些……

糖尿病是一种以高血糖为特征的代谢性疾病。高血糖则是由于胰岛素分泌缺陷或其生物作用受损，或两者兼有引起。糖尿病时长期存在的高血糖，会导致各种组织，特别是眼、肾、心脏、血管、神经的慢性损害、功能障碍。

糖尿病并发症高达100多种，是目前已知并发症最多的一种疾病。糖尿病死亡者有一半以上是心脑血管所致，10%是肾病变所致。因糖尿病截肢的患者是非糖尿病的10～20倍。临床数据显示，糖尿病发病后10年左右，将有30%～40%的患者至少会发生一种并发症，且并发症一旦产生，药物治疗很难逆转，因此强调尽早预防糖尿病并发症。

糖尿病的典型症状：1. 多饮、多尿、多食和消瘦。严重高血糖时出现典型的“三多一少”症状，多见于1型糖尿病，发生酮症或酮症酸中毒时“三多一少”症状更为明显。2. 疲乏无力，肥胖。多见于2型糖尿病，2型糖尿病发病前常有肥胖，若得不到及时诊断，体重会逐渐下降。

怎么预防糖尿病： 1、减轻5%的体重。哪怕你非常肥胖，而且不锻炼，但只要体重减轻5%，患糖尿病的危险就会降低70%。2、多食用高纤维蔬菜。有高纤维标志的食物，能确保其中至少含有5克粗纤维，可降低乳腺癌、糖尿病、高血压及中风危险。3、45岁后多关注血糖。血糖指数为100—125毫克/分升的人，10年内最易发生糖尿病。因此45岁后、肥胖者、有糖尿病家族史以及高胆固醇和高血压的人，应多关注血糖。4、适量运动。每天走路35分钟，可让体内胰岛素得到最大效果利用。每周走路4小时，每天35分钟，可使糖尿病危险降低80%。

（内七科 刘建国）

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9月10日 星期二 第9期 （总第191期） （内部资料•免费交流）

全县城镇职工长期护理保险推进会在我院召开

本报讯 8月23日下午，全县城镇职工长期护理保险推进会在我院召开，拟在全县建立城镇职工长期护理保险制度。副县长王新志，



县医保局，县卫健局及我院、县中医院、县人保财险公司、县太平洋保险公司负责人出席会议。

王新志在会上讲话指出，长期护理保险制度是一项利民惠民工程，各相关部门要从思想上高度重视，各司其职，相互配合，围绕长期护理保险工作要求有序开展工作，把党和国家的惠民政策落实到每一个需要帮助的人。在项目推进过程中，各部门要结合实际不断加强调研，尤其是要注意工作细化，做好大数据信息平台的共享和衔接工作，简化办理流程，让信息多跑路、群众少跑路，把实事办到老百姓的心坎上；要进一步加强宣传，让群众全面认识、了解政策，真正把长期护理保险制度这一惠民政策用实、用好。

会上，县医疗保险服务中心负责人分别与我院和县中医院负责人签订了《职工长期护理保险定点医护机构医疗服务协议》。

全县启动实施城镇职工长期护理保险项目后，可以将符合条件的参保职工纳入长期护理保险范围，对享受待遇人员发生的符合基本医疗保险药品目录、诊疗项目目录和医疗服务设施范围的医疗护理费用给予一定补偿。

会前，县医保局工作人员在我院门诊大厅进行了长期护理保险宣传活动，向现场群众和医院职工普及长护险政策，解读了长护险的背景意义、参与条件、申请途径、办理流程、服务形式等关键内容，逐一认真耐心地解答他们提出的问题。 **（陈伟伟）**

讲述“锦旗背后的故事” 为“生命的守护者”喝彩

本报讯 2019年8月19日，第二个“中国医师节”。为在全院大力弘扬全心全意为人民群众健康服务的精神，践行“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的职业追求，提升医师队伍活力，传递正能量，下午3点，在我院综合楼报告厅，一场以“不忘初心 牢记使命—讲述锦旗背后的故事”为主题的庆祝中国医师节演讲比赛正式拉开帷幕。

院党总支书记、院长张士森致辞，代表医院领导班子和全体员工向辛勤工作在医疗战线的全体医师致以诚挚的问候！张士森指出，今天，我们选择以听医生们讲述锦旗背后的故事这种特殊的形式庆祝医师节，是因为医生需要讲好故事，医生身上有好故事，医生要学会讲好故事。目前，我院共有医师457人，医院年门诊量达30多万人次，年住院病人3万人次，住院日24万人次，这些数字本身就是我们的成绩。一年365个日日夜夜中，我们与患者、患者家属朝夕相处，共同与病魔作斗



争，肯定有无数不为人知的温暖医患故事发生。今天，在庆祝医师节这个光荣的日子里，我们来讲述这些故事，展示医师们精湛高超的技术、细致耐心的服务、奉献爱心的天使情怀和认真严谨的工作作风，通过这些故事塑造医生个人品牌、科室品牌和医院品牌，让这些充满正能量的、温暖感人的医患故事永远流传下去。

比赛中，来自全院临床及医技科室的12名医师，在演讲台上或慷慨激昂、或娓娓道来，向大家讲述着一面面锦旗背后的温暖医患故事。他们中间，有的是科室业务骨干，有的是刚踏上岗位的青年医师，但无论是哪个岗位哪个科室，都深刻结合各自工作，多角度、多层面地讲述着一个个不为人知的感人医患故事与心路历程。



“出院前老人的儿子给我送来了这面锦旗，看到锦旗我既感到荣誉，又感到沉甸甸的责任.....”

“在每一面锦旗的背后，饱含着患者真挚的情感，用真情勾勒出的黄色字体比黄金还要贵重，那是患者对我们的信任和对我们工作的肯定，更是对我们的鼓励.....”

“作为一名医务工作者，一名急诊人我们需要一种勇气，一种和死神掰手腕的勇气！一种责任，一种救死扶伤的责任！一种精神，一种永不言弃的精神！”

一件件鲜活的事例，一个个可敬的形象，选手们声情并茂、直抒胸臆，一个多小时的演讲比赛，让在场观众受到了心灵的震撼，引发了全体医生的共鸣。经过激烈角逐，最终由来自急诊科的邵岩夺得大赛桂冠；内七科王宁、麻醉疼痛科崔晓敏、康复科李昌鹏获得二等奖；内一科赵洪光、外一科黄乐乐、感染科杨红岭、外二科燕鲁滨获得三等奖；特检科孟春英、儿一科郭圆圆、产一科郭丽、内二科王清智获得优秀奖。 **（陈伟伟）**

山东省改善医疗服务监管平台填报培训会（宁津站）在我院召开

本报讯 8月13日下午，山东省改善医疗服务监管平台填报培训会（宁津站）在我院召开，宁津县卫健局相关科室负责人，我院及县中医院、县妇幼保健院主要责任人、分管负责人及相关科室人员参加。

今年4月,山东省卫健委印发了《进一步改善医疗服务60条措施(2019年)》。为确保60条措施落实落地,山东省卫健委依托省远程医学中心建立山东省改善医疗服务监管平台，要求各医疗机构不但要按照规定时间逐条向平台上报60条措施佐证材料，而且要将进一步改善服务行动落实到实际工作中，让人民群众切实感受到医改成效，提升就医获得感和满意度。

培训由山东省远程医学中心通过视频会议的形式进行。培训内容包括山东省改善医疗服务监管平台账号分配、改善医疗服务60条措施医院自查上报说明、患者体验二维码下载及张贴说明和社会监督员医疗服务治疗评价操作说明等。

此次山东省改善医疗服务监管平台填报培训（宁津站）在我院召开，是德州市卫健委及县卫健局对我院信息化工作的充分肯定与认可，作为与山东省远程医学中心联网的医院，我院将进一步加强信息化建设，发挥信息管理手段在改善医疗服务中的重要作用，同时，我院将继续以改善医疗服务60条措施为抓手，努力为人民群众提供诊疗更加安全、就诊更加便利、沟通更加有效、体验更加舒适的医疗服务。

（杜秋乐）

县卫健局来院督导检查新生儿科院感防控工作

8月22日，县计生协会副会长赵清云一行4人来我院专项督查新生儿科院感防控工作，我院院感科负责人陪同。

督查组到新生儿监护室对科室布局、消毒隔离管理、传染病患儿管理、配奶间管理等进行了实地查看，要求牢固树立“红线不可碰，底线不可溃”的观念，切实按照《传染病防治法》、《消毒隔离制度》等进一步加强医院感染管理制度及流程的精细化管理，积极开展目标监测，做到早发现，早干预。

我院将以此次检查为契机，结合医院感控工作实际，进一步提高政治站位、强化思想认识，认真落实有关法律法规和制度规范，切实加强我院感控管理能力，推进持续改进，防范医源性感染的发生。

（院感管理科 周华芬）

党建专栏

8月份主题党日活动，我们这样过！

本报讯 8月30日下午，我院党总支组织党员开展以“直面问题 专项整治（二）”为主题的8月份主题党日活动。



活动中，与会党员全体起立，高唱国歌；面对党旗重温入党誓词，追忆入党初心；深入学习了《习近平新时代中国特色社会主义思想学习纲要》第一篇，习近平总书记在中央和国家机关党的建设工作会议上的重要讲话精神，中共山东省委“不忘初心、牢记使命”主题教育领导小组《关于在全省“不忘初心、牢记使命”主题教育中开展专项整治工作方案的通知》、转发《印发〈关于在“不忘初心、牢记使命”主题教育中对照党章党规找差距的工作方案〉的通知》、转发《关于在“不忘初心、牢记使命”主题教育中认真学习党史、新中国史的通知》，中共山东省委组织部《关于深化机关企事业单位党组织、在职党员到社区报到工作的通知》；缴纳8月份党费。

我院党总支高度重视主题党日开展，每月提前着手，结合县委组织部要求以及我院工作实际，扎实安排开展主题活动。党员活动日的开展，让全体党员的理想境界和精神追求有了全面提升，进一步坚定了信念，鼓舞了精气神，从心灵深处受到党性教育，同时也进一步夯实了医院党组织建设，凝聚起医院改革发展强大动力。

（陈伟伟）

我院召开中层干部会总结部署工作

本报讯 8月2日，我院召开中层干部会议，院领导班子全体成员、全体中层干部参加，党总支书记、院长张士森主持会议。



会上，各分管院长结合分管工作，分别就党建、医疗设备管理、消防、宣传、护理管理、院感管理、医保管理、征兵体检、医疗质量管理、医疗安全、门诊服务、学科建设、科研等工作进行总结部署。

张士森对各分管院长的工作予以充分肯定。他通报了2019年以来各项工作数据并对工作中存在的不足进行深入分析，同时，他从三方面对下一步工作进行部署：一是继续狠抓党建工作，落实“不忘初心，牢记使命”主题教育内容，以人民健康为中心，全面从严治党，全面从严治院，提高人民群众的安全感、幸福感、获得感，让人民群众感受到主题教育带来的新变化、新成效；二是全面准备二甲复审工作，以PDCA思想贯彻全院管理各环节，以问题为导向，安全第一，以安全促质量；三是加强对学科建设和科研项目的绩效管理。

下一步的各项任务已经明确，关键在抓好落实。全体中层干部一致表示，要把思想集中到干事业上，把精力凝聚到做实事上，把功夫施展到抓落实上，尽责履职，众志成城，开拓创新，砥砺奋进，努力推进医院各项工作再上新台阶，再创新成绩。

（耿金生）

我院召开抗菌药物科学化管理培训会

本报讯 抗菌药物管理是目前国际上公认的管理抗菌药物合理使用的有力办法，近年来越来越受医疗管理部门和临床医生的重视，为进一步加强医院抗菌药物临床应用管理，优化抗菌药物临床应用，提高临床医生合理应用水平，有效遏制细菌耐药，建立完善抗菌药物临床应用管理的长效工作机制，8月30日下午，我院召开抗菌药物科学化管理培训会，会议特邀山东省立医院感染办副主任李卫光、微生物检验科副主任王月玲和山东省胸科医院呼吸与危重症医学科主任孙文青，为全体与会人员进行了抗菌药物管理重点内容解读。



会上，三位专家分别围绕《抗菌药物管理院内体系搭建》、《如何从微生物角度看临床用药重要性》和《从临床看抗生素的合理应用》三个方面做了精彩纷呈的学术报告，让与会人员对微生物、临床药学等知识有了新的认识和启发，对进一步加强抗菌药物临床应用管理，优化临床抗菌药物使用，帮助临床医师梳理用药思路，解决实际问题，认识到抗感染的重要性起到了积极的推进作用。

郭佃光在最后的总结中指出，希望大家通过培训充分认识到抗菌药物临床应用管理的重要性，下一步，医院也会针对抗菌药物临床应用建立科学化、精细化的长效管理机制，对抗菌药物临床应用的知识常抓不懈，提高全院抗菌药物临床合理应用水平，保障患者合法权益和用药安全。

（陈伟伟）

我院特邀全国著名医院管理专家谭家驹教授来院讲座

本报讯 “医疗纠纷的诱因大多数不是医疗技术、质量层面的问题，而是服务不到位，沟通方式不当引起的……”8月24日下午，我院特邀全国著名医院管理专家、佛山市第一人民医院原院长谭家驹教授在综合楼学术报告厅为全院干部职工作《你懂得服务吗》专题讲座。



在两个多小时的专题讲座中，谭教授根据丰富的医院管理经验，结合真实的案例，从医院战略规划、医院服务特点、外部市场竞争等方面，分析了当前医疗环境下医务人员在医疗服务过程中遇到的问题以及影响医患关系和谐的因素，介绍了医疗服务的三大要素（服务硬件、服务软件、服务人员）、医院价值观、优质服务的程序特征和个人特征，阐述了改善就医体验、提高医疗服务的重点和技巧，提出了“做好服务是永远的宗旨”的理念。

细节造就差异，差异形成品牌。谭家驹教授认为，医院要加强精细化管理，强化服务内涵，简化医疗过程中的非医疗环节，将优化服务流程与技术创新结合起来，注重服务细节，拓展服务能力，不断提高服务质量，提升群众满意度；医务人员在诊疗过程中，要依法行医，有效告知，改善服务态度，规范医疗行为，多去了解患者的需求、困难和认知，多给予关心和帮助，并将医患沟通贯穿于患者就诊全过程，更多关注患者权益。

院党总支书记、院长张士森主持培训会，他指出，优质服务是我们医院永恒的追求，在座每位职工一定要注重非医疗因素和细节服务，因为细节产生差异，差异铸就品牌，品牌赢得信任。他要求大家认真领悟谭教授授课内容，在今后的工作中能够学以改用，在服务态度、服务理念、服务手段、服务技巧方面有所改变，用更优质的服务进一步提高患者满意度，让更多的病人信任宁津县人民医院，选择宁津县人民医院。

通过本次讲座，与会职工纷纷表示受益匪浅，一致认为谭教授生动形象的讲授使他们学习了医患服务沟通技巧，提升了服务理念，在今后的工作中将对其学以致用，更好地服务广大患者，从患者最需要的地方做起，从患者最不满意的地方改起，促进医院医疗服务水平更上新台阶。

（杜秋乐）

我院“五到位”全力应对“利奇马”

本报讯 今年第9号台风“利奇马”，风雨大，持续时间长。我院按照县委县政府和县卫健局的部署要求，采取扎实有效措施，积极做好防范应对工作，全力备战台风“利奇马”。

一是部署到位。我院领导高度重视，立即研究制定防台风应急预案，成立防台风领导小组，医院领导以巡查、安全、值守、应急抢险等内容进行了分工，明确领导责任和具体职责，形成了分工明确、责任到人、齐抓共管的工作格局，进一步完善应急预案，夯实了防汛工作基础。

二是人员到位。成立医疗急救队，急救人员涉及医疗、护理、药剂、后勤等，24小时待命，确保突发急救伤病员和危重病人救治工作平稳有序进行，为群众健康保驾护航。

三是巡检到位。医院总务科在降雨之前对分布在院区的全部防汛基础设施、设备进行深入排查，及时排除安全隐患，保证了降雨期间设施到位、设备运行安全。同时对应急电源及物资进行全方位检查，做好停水停电停气的应急工作。

四是物资到位。各科室按照分工，全面无死角排查，清点备战物资，做到需时能有，有且能用。全院所有急救、物品药品等医疗救治物资及各类防汛抢险物资全部到位且准备充足，为这次防汛抢险工作提供强有力支撑。

五是值班到位。严格执行24小时“领导带班、专人值守”制度，强化通讯畅通、信息报送，确保遇有紧急情况能够及时有效联系，快速有效指挥处置。

（杜秋乐）

我院麻醉疼痛科在全国大赛中叫响“宁津”品牌

本报讯 8月9日—11日，2019年中国医疗保健国际交流促进会区域麻醉与疼痛医学分会学术年会暨首届华夏区域麻醉与疼痛医学论坛暨首届“华夏杯”中青年区域麻醉与疼痛超声技能大赛总决赛在杭州举行，江伟教授、杜冬萍教授、王云教授、武百山教授、赵达强教授等来自全国区域麻醉与疼痛领域的大咖们齐聚一堂，共同交流学术，推动全国区域麻醉与疼痛技术的发展。



除了精彩的辩论论坛、演讲比赛、学术讲座和超声神经解剖现场示范讲解，这次大会的重头戏就要属首届“华夏杯”中青年区域麻醉与疼痛超声技能大赛的总决赛了，我院麻醉疼痛科副主任张志刚、主治医师李鹏，与来自全国各省市、各大医院区域麻醉与疼痛学科的同仁共115人，分别参加了麻醉组和疼痛组的总决赛。

赛前每位选手抽签决定参赛出场顺序，现场要求选手在规定时间内使用超声扫查出相应神经结构，并对神经及组织解剖结构等给予详实说明。竞赛中，张志刚和李鹏沉着应对，用精炼的语言给予准确说明。最终，凭借扎实的基础知识、过硬的专业素养和灵活的临场发挥，张志刚荣获首届“华夏杯”中青年区域麻醉与疼痛超声技能大赛总决赛疼痛组第九名；李鹏荣获首届“华夏杯”中青年区域麻醉与疼痛超声技能大赛总决赛麻醉组并列第四名，三等奖！中国工程院院士韩德民教授现场向宁津县人民医院麻醉疼痛科参赛选手李鹏来合照，不但轰动了整个大赛现场，更充分肯定了我院麻醉与疼痛水平在全国的地位，叫响了宁津品牌！

本次大赛值得一提的是，我院麻醉疼痛科主任肖建民受邀担任麻醉组主考官，并在随后举行的学术讲座中带来了一场以“超声可视化技术在肩部疼痛治疗中的应用”为题的精彩讲座，引发了现场专家教授与同仁的好评与共鸣。

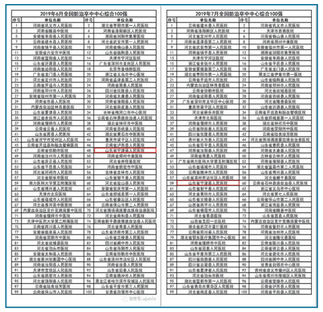
我院麻醉疼痛科是德州市医学重点专科，在主任肖建民的率领下，2013年在全省率先开展了超声引导下区域麻醉技术，大大提高了麻醉各项操作的精准度和安全性，真正实现了“精准麻醉”，避免了传统操作反复盲探的痛苦，对血管、脏器造成的损害降到最低，减少并发症，患者恢复快，让很多不能手术的高龄患者成为可能，大大提高了围手术期的医疗质量。近年来，在疼痛治疗领域，肖建民主任带领其团队，应用超声可视化技术，独创了序贯六法治疗肩周炎，骨性膝关节炎等四肢骨关节疼痛、各种颈肩腰腿痛、偏头痛、三叉神经疼、带状疱疹后遗神经疼、癌症疼痛等各种急慢性疼痛，为来自全国各地的疼痛患者解除了病痛。肖建民等多次在全国、全省麻醉疼痛专业学术会议做专题报告，推广介绍新技术，多次举办省市级超声技术与区域麻醉疼痛培训班，吸引了全国各地麻醉疼痛专业技术人员前来学习交流。

（陈伟伟）

我院荣登“全国防治卒中中心百强医院”名单

在2019年6月、7月发布的全国防治卒中中心百强医院名单中，我院排名全国第48位和第59位。

防治卒中中心是急性卒中患者最可及、最高效的卒中救治服务组织。为让更多卒中患者能在发病4.5小时的时间窗内及时得到溶栓等有效救治，国家卫生健康委脑防委办公室每月对在国家卒中中心建设管理平台上注册并直报数据的全国防治卒中中心进行综合排名和静脉溶栓技术排名。



我院领导班子高度重视高级卒中中心建设，将其作为提升医院品牌影响力，提高医疗服务能力，造福广大百姓的重点战略工作来抓。2015年6月，我院加入中国卒中中心联盟，成为全市首家加入此联盟的医院。自此以来，我院一直严格按照联盟制定的《中国卒中中心建设指南》中要求卒中规范化诊疗的标准操作流程，对脑卒中病人开展临床规范和健康教育培训，致力于争分夺秒的抢救脑卒中患者，最大限度的减少致死、致残率。2018年7月，我院申报中国卒中防治中心，同年8月被德州市卫健委评为德州市卒中防治中心并加入卒中溶栓地图医院。

连续两个月，我院被纳入全国防治卒中中心百强医院名单，是对我院卒中中心建设工作的肯定，同时又对我院加快急性卒中静脉溶栓绿色通道的建设和提高脑卒中救治水平提出了更高的要求，我们将继续撸起袖子加油干，力争使我院在打造卒中绿色通道和黄金救治圈等方面再迈新台阶。

（内四科 冯之英）

我院8名优秀医师受到市、县表彰

本报讯 8月16日、19日，市、县分别举行第二届“中国医师节”庆祝大会暨优秀医师表彰活动，我院8名优秀医师受到表彰。

8月16日，德州市第二届“中国医师节”庆祝大会在太阳能德州小镇学术报告厅举行。在本次庆祝表彰大会中，我院感染性疾病科主任姜国生荣获2019年度德州市“十佳医师”荣誉称号。



为庆祝第二个中国医师节，增强广大医师的荣誉感和使命感，8月19日上午，县卫健局组织召开了以“健康宁津 大爱医者”为主题的“宁津好医师”庆祝大会，对2019来全县在坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想，自觉践行健康中国战略，全心全意为人民健康服务中做出突出贡现的20名“宁津好医师”予以表彰，其中我院8名优秀医师获得表彰，分别是感染性疾病科主任姜国生、儿二科主任杨瑞新、内七科主任刘建国、外科腹腔镜中心主任路宁生、内六科副主任张华芳、麻醉疼痛科副主任张志刚、外二科主治医师刘立迅、外四科主治医师舒新军。刘建国、张志刚还作为“宁津好医师”代表上台发言，分享了自己的从医感受，用质朴的语言诠释了医者仁心的博爱情怀。

姜国生等8名受到表彰的优秀医师只是我院457人的医师群体中的普通一员，许许多多的医师们和他们一起坚守初心，始终默默坚守在各自岗位，以实际行动践行着“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的精神！

（耿金生）

李晶晶获全省护理演讲竞赛三等奖

8月26日，在山东省护理学会举办的“外周静脉输液治疗护理演讲——静彩非凡 等您开讲”竞赛中，我院内六科护士长李晶晶作为唯一一名县级医院选手代表德州市参加比赛，喜获三等奖。



李晶晶在7月份德州市护理学会举办的“外周静脉输液治疗护理”演讲竞赛活动中荣获一等奖，因此由德州市护理学会静脉治疗专业委员会推荐代表德州市参加山东省“外周静脉输液治疗护理”演讲竞赛。参加竞赛的其他选手，都是来自省立医院、齐鲁医院、烟台毓璜顶、青医附院等三级甲等医院中静脉治疗的优秀人才。面对赛场上各有千秋的选手们，李晶晶凭借着扎实的理论基础，自信的台风，运用PDCA的模式分别从外周静脉治疗护理过程中堵管及血栓问题的防控、输液治疗的护理规范化以及如何提高外周静脉输液治疗护理质量管理水平等方面，向大赛各位专家评委以及同仁展示了我院静脉治疗护理方面的专科优势和创新点。

李晶晶自从接到参加全省决赛的通知后，还有不到一个月时间，作为临床一线的护士长，科室工作非常繁忙，她白天根本没有时间去完成PPT的制作，只能利用晚上加班加点根据大赛要求反复修改最终定稿，利用业余时间进行演讲技巧的演练，尽量达到完美。付出总有回报，花开终落我家！

李晶晶此次获得全省比赛三等奖是对我院护理工作的肯定。在今后的工作中，我们也将再接再励，开拓创新，争创佳绩。

（护理部 王娜）

八月份锦旗选登



一切为了患者！我院召开病陪人座谈会

本报讯 8月1日下午，我院召开病陪人座谈会，认真听取患者家属对医院的感受和看法，广泛征求他们的意见和建议。院机关党委副书记刘立新，医务科、护理部、医保结算处、感染管理科、总务科负责人与住院病人陪人100多人参加。



刘立新首先代表医院向各位病陪人对医院工作的信任和支持表示感谢。随后，他简单介绍了召开病陪人座谈会的目的，并希望大家能畅所欲言，说出真实的心声，多提宝贵意见和建议，为帮助医院更好地向群众提供优质服务建言献策。

座谈会气氛活跃，患者及陪人畅所欲言，就住院环境、服务态度、技术水平、保洁管理等涉及住院期间的各类问题积极发言，从卫生状况、医院用水、病人辅助检查、病室病人休息时间等方面提出了多项合理化的建议。

针对大家提出的问题，现场各相关科室负责人分别做出了详细解答。不能当场解决的，也及时提出解决方案并在会后第一时间给予整改落实。并且，对现场予以采纳的合理化建议，医院还将奖励病陪人一套1000元体检卡套餐，受到大家一致称赞！

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，在今后的工作中更好的为广大患者服务。

（杜秋乐）

入户打扫卫生 助力精准扶贫

本报讯 为深入推进脱贫攻坚工作，着力改善贫困户的生活环境，8月27日，我院党员干部及志愿者一行60人，来到杜集镇张学武等村庄，为帮扶的30户建档立卡贫困户进行卫生大扫除。



我院党员干部及志愿者分为9个小组，手持扫把、铁锹、抹布等工具，发扬不怕苦、不怕脏、不怕累的精神，帮助贫困户清扫庭院、清运垃圾、擦桌子、玻璃等，清理了室内和室外的生活垃圾，并对贫困户家中生活物品摆放进行整理，引导贫困户养成文明健康生活习惯，鼓励他们坚定改变贫困落后面貌的决心。

经过清扫整理，贫困人口家中焕然一新。看着干净整洁的环境，贫困户连声表示感谢。

（杜秋乐）

我院开展2019年职工系列控烟培训

本报讯 8月1日下午，我院开展2019年职工系列控烟培训活动。副院长郭佃光主持会议并讲话，内二科副主任管成艳、总务科副主任宋书凯主讲，全院各临床科室医生、控烟监督员、巡查员共200余人参加了培训。



郭佃光在会上就控烟工作进行了强调，要求各科室严格落实无烟医院创建规章制度，全体医务人员要充分认识控烟工作中的重要性和必要性。他指出：医院作为一个特殊的公共场所，不仅是治病救人的地方，更是控烟禁烟的前沿阵地，一个烟头看似小事情，其中隐含大问题。同时他结合自己戒烟的经验，重点向大家分享了吸烟和烟草的危害、戒烟的方法和技巧等相关知识。

管成艳以《控烟培训》为题，紧扣控烟工作主题，重点围绕吸烟的危害、二手烟的危害、戒烟的好处、戒烟的方法以及吸烟劝阻技巧等内容，举实例谈技巧。

宋书凯介绍了控烟监督员、巡查员的职责，劝阻戒烟的方法和技巧等。

通过一系列培训，让我院医务人员能更加全面地了解吸烟的危害，从而增强控烟劝导意识、提高劝烟效果，有效帮助吸烟者戒烟。

此外，我院通过多形式发放无烟宣教材料，加强院内禁烟标识、宣传栏、院内吸烟区指引等方式，营造共同控烟的浓厚氛围。

（杜秋乐）

世界母乳喂养周，医院宣传活动形式多样——

每年8月1日—7日为“世界母乳喂养周”，今年世界母乳喂养周主题是“助力父母，成功母乳喂养”，连日来，我院围绕主题开展了形式多样、内容丰富的宣传活动。



在医院门诊大厅电子显示屏上滚动播放“2019年世界母乳喂养周——助力父母，成功母乳喂养”等内容，同时医务人员在大厅向过往群众发放宣传折页；在产科门诊及胎心监护室向孕妇及家属发放母乳喂养健康教育处方；在孕妇学校通过多媒体播放视频、现场讲解等方式对孕妇及家属进行母乳喂养知识培训；在产科病房对孕产妇及其家属进行母乳喂养宣教，内容包括母乳喂养的时间、母乳喂养的好处、宝宝第一口奶的重要性、正确的喂奶方法等；对新入职医护人员进行18学时的母乳喂养知识岗前培训，使他们掌握有关母乳喂养的知识，树立爱婴意识，努力成为爱婴医院的支持者、宣传者、执行者。

此次宣传活动范围广、形式多样、内容丰富，不仅群众受到了教育，医护人员自身也得到了一次学习机会，使我院爱婴行动成果得到了巩固，为今后的母婴健康保健工作营造了良好的氛围。

（医务科 杨艳玲）

感染性疾病科开展下基层义诊宣教活动

8月27日上午，我院感染性疾病科姜国生主任、杨淑芳护士长带领由感染科4名医护人员组成的义诊团队，到刘营伍乡卫生院开展健康讲座及义诊活动。

活动中，医护人员热情耐心地接待每一位就诊和咨询的村民，对肝炎、结核病、手足口病等常见传染病、多发病的科学用药、规范治疗、预防保健及注意事项等方面进行了详细的讲解和指导，并细致地解答大家提出的健康问题。

通过这次活动，消除了大家对传染病的恐惧心理，把健康知识送到群众家门口,得到了群众的广泛认可和赞誉。

（感染科 梁治荣）

省级专家来到家门口 百姓看病更方便

本报讯 8月24日—25日，山东大学口腔医院副院长张春河带领由牙体牙髓科、黏膜科、修复科、正畸科、种植科、儿童口腔科和颌面外科的7名专家组成的专家团队，来我院开展为期两天的义诊活动。

上午9点半，专家们刚一来到口腔科，就立刻投入工作状态，为提前预约的患者进行紧张有序的诊疗。接下来的时间里，专家们结合各自专业特长为就诊群众进行口腔检查、诊治，针对不同情况和年龄段的患者，提出具体的治疗建议，并详细指导口腔保健、牙齿保护方面的常识。

山东大学口腔医院与宁津县人民医院是医联体共建单位，每年都会定期派精干的专家团队来我院开展义诊、坐诊、疑难重症会诊等多种形式的对口支援活动，不但可以让咱宁津百姓在家门口就能享受到省级专家的医疗服务，还促进了我院口腔医疗服务能力的提升。

（陈伟伟）

暖心！内三护士掏钱为病人买饭

“闺女，这饭钱你拿着，大晚上为俺跑出去买饭，俺谢谢你嘞。”内三科93床患者李奶奶在家属的搀扶下，特意到护士站感谢高琪。高琪微笑着说：“就一顿饭的事儿，您就别客气了，您只要好好养病早日康复，比什么都好。”近日，这暖心一幕发生在我院内三科。

原来，8月9日晚上，高琪跟往日一样巡视病房。正值吃饭时间，高琪发现了住院的李奶奶一个人在病房没有吃饭，一问才知道，老人的孩子有急事回家了，就剩下她一个人。七点下班后，高琪衣服都没来得及换，一路小跑着将热腾腾的晚饭送到了李奶奶的床前，饭是热的，老奶奶吃下饭，心也是热的。对于为无陪护病人买顿饭，在我们看来是举手之劳，可在患者眼中却是一种温暖。

也许，在大家看来，这只是一顿普普通通的晚饭。但谁又能知道高琪的婆婆膝关节刚刚做完手术，还不能下床，年幼的孩子还在家等她回家做饭。当我问高琪姐当时不着急回家吗？她却说：“护士长说过，给予患者生活帮助也是我们份内的事情，我只是希望我护理的病人都可以健健康康、开开心心的走出医院。”这让我感受到医者的温度！

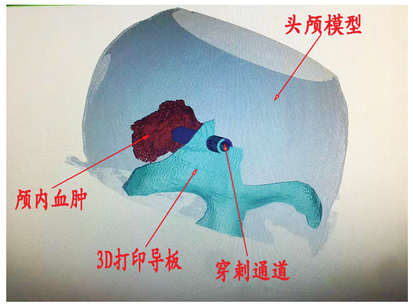
我做为一名2019年新入职的护士，在这里，不仅学到了许多理论知识和操作技能，更为护士和病人之间这种温馨和谐的关系所震撼。有些患者来到这个科室，不仅是为了找主任，找大夫，她们也会来找我们的护士长王春霞和她们曾经的责任护士某某某。今后的工作中，我会向护士姐姐们学习，也像她们这样，把真诚和爱心无私奉献给每一位病人。

（内三科 于红莉）

外二科：3D打印技术精准治疗脑出血

8月8日，我院外二科在CT室3D打印导板辅助下成功完成一例颅内血肿穿刺引流术，在精准穿刺引流血肿的同时避免了对重要脑组织及血管的损伤。经检索文献发现，我院开展的这项技术德州市其他县级医院未曾有过相关报道。

患者崔某，因“突发左侧肢体活动不灵半小时”来我院就诊，经检查为脑出血，住入重症医学一科，外二科会诊后建议行微创手术治疗，患者家属最初担心手术风险大，要求保守治疗。后来随着病人意识障碍加重，出现昏睡状况，复查颅脑CT示脑出血较前增多，占位效应明显，外二科再次会诊后认为急需手术干预，并耐心向患者家属告知3D打印技术使微创手术更精准、创伤更小、风险更低，患者家属商议后最终同意手术。



8月8日中午12点30分，由丁韶山主任、姜永锋主治医师、燕鲁宾医师为患者实施手术。术前他们通过对患者头颅内外结构进行三维重建，设计穿刺点、穿刺方向、穿刺针道和穿刺深度，并进行模拟微创手术直达脑出血点，然后采用3D打印技术根据模拟手术打印出与患者前额鼻部完全符合的面具及穿刺导向杆，术中在局部麻醉下成功实施定向微创穿刺治疗高血压脑出血术。手术进行顺利，时间约15分钟，术后患者神志清，精神可，目前正在进一步恢复中。

3D打印技术微创穿刺治疗高血压脑出血术具有定位准确，手术创伤小，且引流系统密闭、引流速度可控等优点，并且最适合按需个性化治疗，可为患者“量身定制”高精度的手术方案，提高复杂手术成功率，使手术更精准、安全。目前3D打印技术已经应用于颅内血肿穿刺引流术、脊柱椎弓根钉植入术、穿刺引导、人工膝关节置换以及各种截骨、复位导板、口腔种植、整形外科等领域。从某种程度来说，它与术中导航、手术机器人相比，更容易在临床中推广应用。为掌握这项技术，我院派外二科主任丁韶山、主治医师姜永锋及CT室副主任程洪岗专程前往滨州医学院附属医院3D打印医学研究所学习，他们均经考核合格后获颁结业证书。今后，我院会将这项技术的应用范围拓展，造福更多患者。

（姜永峰 丁韶山 程洪岗）

耳鼻喉科：成功开展支撑喉镜下低温等离子刀声门癌切除手术

近日，耳鼻喉科成功完成了一例支撑喉镜下低温等离子刀声门癌切除手术，标志着我院在微创技术治疗早期喉部恶性肿瘤方面上了一个新台阶。

该患者为老年男性，三个月前声音嘶哑、咳嗽，当时他并未在意，进行药物治疗后，效果不明显，并且症状越来越重。于是患者来到我院耳鼻喉科门诊就诊，给予电子喉镜检查结果示：右侧声带肿物。入住耳鼻喉科后，为进一步明确诊断，耳鼻喉科主任孙延良、主治医师孙学康又为他做了喉肿物活检，随后，病理示为右侧声带鳞状细胞癌。



以往我院对此类病人，传统的手术方式需先行气管切开、喉切开切除肿瘤等，术后还需换药，引流，观察刀口，给予鼻饲等，术后发生并发症风险较高，病人痛苦较大，医护人员及家属对病人术后护理工作繁重。低温等离子是近年来发展起来的新型微创技术,与传统的开放性手术相比，其优势在于：1.缩短了手术时间；2.出血少；3.避免了气管切开和喉裂开，创伤小，痛苦小；4.术后患者反应轻，恢复快；5.可尽早经口进食，缩短了住院时间和费用；6.术后并发症少，不会发生颈部伤口感染、咽瘘、瘢痕等并发症。

耳鼻喉科主任孙延良、主治医师孙学康结合患者病情，经过讨论，为患者行支撑喉镜下低温等离子刀声门癌切除手术，术中完整切除病变组织，手术顺利，术后无明显并发症，无明显刀口疼痛等情况，饮食、睡眠等情况较好，病人恢复很快，对手术效果非常满意，现已康复出院。

耳鼻喉科支撑喉镜下低温等离子刀声门癌切除手术的成功开展，在我市同级医院尚属首例。

（耳鼻喉科 孙学康）

外科腹腔镜中心引进两套德国超高清腹腔镜

本报讯 近日，我院外科腹腔镜中心引进两套德国STORZ超高清腹腔镜系统，现已正式投入使用。

德国STORZ超高清腹腔镜系统是一种集国外先进的内窥镜技术和图像显示技术于一身的先进医疗设备，具有视场角大、分辨率高、光亮度强、成像清晰等特点，电视摄像系统具有高分辨率、高灵敏度等特点，它真实地再现了内窥镜所采集的图像，广泛应用于外科临床诊断和各种微创手术。



德国STORZ超高清腹腔镜集检查、治疗、手术、图像显示为一体，通过在腹壁上开几个约5-10毫米的微创切口，将腹腔镜镜头插入腹腔内，运用数字摄像技术使腹腔镜镜头拍摄到的图像通过光导纤维传导至后级信号处理系统，并且实时显示在专用监视器上，帮助医生更准确、迅速地发现病灶，从而提高腹腔镜诊断的准确率，保证了手术的高效和质量，使手术风险降到了最低限度，从而最大限度地保证患者的安全。

腹腔镜技术是将传统的精细外科手术操作与现代高科技成果完美融合所形成的新的诊断和治疗手段，其创伤小、疼痛轻、恢复快等优点日益受到外科医生和患者的青睐。

为了提高腹腔镜操作水平，我院已连续6年举办腹腔镜模拟训练箱操作技能比赛，通过比赛为手术医生搭建了一个学习、交流微创技术的平台，对提高医院整体微创技术水平起了重要的意义。目前，我院外科腹腔镜中心能够熟练开展腹腔镜胆囊切除、阑尾切除、疝修补术，腹腔镜胃癌、结肠癌、直肠癌根治术，腹腔镜肝脏巨大血管瘤切除术，腹腔镜、胆道镜联合治疗胆总管结石等。下一步，外科腹腔镜中心将以引进德国STORZ超高清腹腔镜系统为契机，积极提高技术水平，奋力谱写微创技术新篇章，更好的造福宁津人民。

（杜秋乐）

美白嫩肤从黑脸娃娃开始

黑脸娃娃在医疗美容业经久不衰，是一直备受青睐的项目之一，另外也是文艺界女星极力推荐的美容项目，在台湾又叫“黑炭娃娃”、“镭射净肤”，以其安全、无痛苦、无副作用、效果好深受爱美人士的喜爱。

“黑脸娃娃”是利用细小的碳粉颗粒的吸附作用原理，在温热的皮肤上（一般使用长脉宽激光加热皮肤），使其顺着粗大的毛孔渗透到真皮层，再进行碳粉颗粒爆破，最后被吞噬细胞吞噬或直接随汗腺排出体外，能有效控制皮脂腺分泌，消炎杀菌，刺激毛孔收缩，实现皮肤美白目的。



黑脸娃娃项目的功效

◆深层清洁。碳粉强力吸附油污，通过激光爆破，使被堵塞的毛孔瞬间通畅，提高肌肤对护肤精华的吸收，充分滋润肌肤，平衡肌肤水油，改善毛孔粗大。

◆疏通毛孔。毛孔中的毛囊残留物、化妆品残留、粉尘等，被清理出去，清理黑头粉刺，肌肤得以更加畅快的自由呼吸，清爽通透，肌肤更加细腻。

◆优化肤质。柔肤辐射对肌肤进行轻量刺激，肌肤受刺激后加快循环，提升活力，优化肤质，淡化色斑痘印，变得更加细腻有质感。

◆延缓衰老。激光的刺激下，有少量的抗衰老效果，紧致、增生胶原，看起来更加年轻。

◆皮肤深层清洁：尽管我们不会用这种方法进行皮肤的清洁，但它是一个客观的效果，可以让我们皮肤真正实现“毛”塞顿开，同时促进精华液、保养品被更好地吸收。

效果能维持多久呢？

黑脸娃娃的效果可以维持1年以上，黑脸娃娃的能量会刺激皮下胶原增生，胶原蛋白会持续增生大概1到3年，黑脸娃娃治疗后会出现短暂的红肿热等反应，要迅速降温、吸热、补水。

治疗后注意事项

当天或有轻微红肿，治疗后一周内不能使用果酸、去角质、酒精等刺激性成分的保养品，尤其注意防晒。治疗一周后治疗效果明显。专家表示，黑脸娃娃一般需要治疗3-6次，每次间隔3-4周。

医疗美容科开展黑脸娃娃激光美肤项目以来，卓越的美肤效果深受爱美人士的喜爱，美肤从黑脸娃娃开始，你也赶快来体验体验吧！

（医疗美容科 郝敏）

急诊科成为首批山东省急诊专科医联体单位

日前，山东省医师协会急救医师分会2019年会暨第九届中国急诊学术论坛在济南举办。会上，我院急诊科被纳入山东省急诊专科医联体单位，急诊科主任张健被聘为山东省急诊专科医联体理事，山东省医师协会急救医师分会基层协作组成员。



山东省急诊专科医联体是根据《“健康中国”2030规划纲要》要求，为逐步实现省域内人人享有均质化的急危重症、疑难病症诊疗和专科医疗服务而建立的，旨在推动创新医疗卫生服务供给模式，更好地发挥医联体“上下联动”的作用，实现医疗技术帮扶和教育互联网服务。

首批被纳入山东省急诊专科医联体单位，将对我院急诊科进一步提高信息化服务水平，完善管理标准化服务，优化急诊服务流程，规范急危重症救治起到不可忽视的作用。急诊科全体医务人员也将继续努力，优化胸痛、卒中、创伤等救治流程，为宁津百姓百姓提供更加便捷、优质的医疗服务。

（急诊科 张健）

我院引进国际最先进奥林巴斯CV-290内镜成像系统

为进一步满足广大人民群众的就医和体检需求，近日，我院引进国际最先进的奥林巴斯超清CV—290胃镜、肠镜及其相关诊疗设备各两套，这是在继2018年后再次引进，目前已在舒适化诊疗科正式投入使用。

我国是消化道肿瘤的高发国家，临床研究表明，现代人高脂肪、高蛋白、低纤维饮食、过度饮酒、不吃早餐等饮食习惯及精神压力过大，导致消化道疾病日益增多，消化道恶性肿瘤低龄化趋势。而发现消化道肿瘤最直接的检查就是胃肠镜检查，对于肿瘤患者，早发现、早诊断、早治疗，意味着生命的延续、生存质量的提高，可以说，发现一例早癌，挽救一条生命，幸福一个家庭。



我院引进的奥林巴斯超清CV—290胃肠镜，是目前在消化内窥镜诊疗领域最先进的设备系统，是目前国内国际公认的消化道早癌筛查设备。新一代290医疗内窥镜有“新一代NBI(窄带成像)、光学数字化、超高清内镜画质”等三大特点。该系统增加了智能弯曲、强力传导及可变硬度，采用了最新的光学数字技术，具有双焦距45倍光学放大功能，远近调节自如，加之新一代NBI技术，犹如把一台光学放大镜送到了胃肠道，能够更加清晰、仔细地观察消化道内壁的微小组织和隐藏病变，帮助医生准确、迅速地发现病灶，提高消化道早癌及癌前病变的诊断率，是目前消化内窥镜诊疗领域最先进的诊断设备，实现肠胃疾病的“早发现、早诊断、早治疗”，给更多患者带来福音。

（王玉兰 詹玉强）

新生儿监护室：14个日夜精心守护 早产双胞胎健康出院

7月31日5:54分，新生儿监护室来了两个特殊的小病号——一对胎年龄35周的早产双胞胎患儿。

这对双胞胎患儿出生体重分别为2.33kg、1.71kg，生后反应差，呼吸急促，时有呻吟，口吐泡沫，伴憋喘，哭声弱，随时可能出现呼吸暂停，呼吸衰竭的生命危险。因早产儿各脏器发育不完善，尤其是肺部发育不成熟，并患有双胎输血综合征，生命非常危险，医护人员立即给予护理常规、重症监护、心电监护、空氧混合氧气吸入等治疗。经新生儿监护室贺晓军主任查房，结合血气分析、化验结果确诊为新生儿双胎输血综合征，两个患儿分别患有红细胞增多症、贫血及低蛋白血症。经家属同意分别给予外周静脉换血及蓝光照射治疗、悬红输注并肌注重组人促红素纠正贫血治疗。



在贺晓军主任和赵丽华护士长的带领下，新生儿监护室的医护人员用爱心、耐心、细心和责任心守护着新生命。在医护人员的精心治疗和护理下，早产双胞胎患儿于8月13日康复出院，瞧，出院时的双宝多么可爱！

（NICU 孙海霞 赵丽华）

不负患者“性命相托” 多科携手完成疑难手术

7月28日，一个再普通不过的周日。在内三科住院的陈先生因左侧颈内动脉严重狭窄到介入科做脑血管支架植入手术。

颅内的血管病变不同于颅外，需要在全麻下进行手术操作。一大早，麻醉医师、护士早早的来到介入科做术前麻醉工作。插管成功后，麻醉机开始工作时发现患者气道不通，立即检查各呼吸管路示通畅，纤支镜显示气管插管确实在气管内，可气道压一直高达40厘米水柱（正常气道压维持在20厘米水柱左右），通气受阻。什么原因？麻醉科主任肖建民、副主任张志刚闻讯迅速赶到现场，给予解除气管痉挛、激素类药物应用，停用麻醉药物，拔除气管插管，患者慢慢恢复了意识和自主呼吸。为确保医疗安全，手术医师决定暂停手术，送陈先生去ICU病房观察。



发生这次意外事件之后，肖建民立即召集全科麻醉医师讨论分析问题发生的原因，并组织神经内科、呼吸内科、消化内科等多学科专家会诊，大家一致考虑原因是患者对所用麻醉药物不耐受。

两天后，陈先生的儿子找到内三科王福强主任要求再次安排手术。考虑到上次手术的惊险，王主任说：“你全家人再商量商量，如果有转院的想法我可以给你联系上级医院。”“这两天我们商量过了，这十多年我们家没少和你们医院打交道，我们相信你们麻醉科，相信你们的介入医生，手术在哪个医院做都有风险，我们就在这做了。”面对赶也不走的病人，王福强感动之余更深知责任重大。“你就应了这台手术吧，我有把握保证这次麻醉顺利成功。”肖建民给王福强吃了定心丸。

8月2日，陈先生的手术再次实施并顺利完成。

8月5日，介入科人员去回访陈先生，他满脸笑容：“你说现在的人真能哈，脑袋里面也能放支架”。他的老伴笑着说：“我们要是去济南或者北京给老头子看病那得多麻烦，在家门口解决了问题，我们省心、省力、又省钱，县医院真给力！”

（介入科 刘永红）

产后康复到底要怎么做

母亲是世界上最美丽的词语，成为一个母亲是每个女人的美好愿望，陪伴孩子成长是最幸福的事，但是，成为母亲往往伴随着一些难言的痛苦，有时甚至伴随终生，因为无论何种分娩方式，都可能产生尿失禁、排尿困难、慢性盆腔痛、关节痛、阴道子宫脱垂、身体水肿发胖和身材变形等诸多产后的困扰。临床实践证明，产后康复治疗是帮助每位勇敢的宝妈顺利度过这一关键时期的最有效方法。

产后康复是指在科学的健康理念指导下，针对女性产后心理和生理变化进行主动的、系统的康复指导和训练，包括产后子宫复旧、盆底功能康复、形体恢复、乳腺的泌乳与形态的恢复、心理以及营养等方面的检查与指导，促进产妇在分娩后一年内快速、全面恢复身心健康。

盆底功能仿生物电康复技术是利用生物工程技术、生物信息原理、凭借高科技的康复治疗设备，制定个性化的治疗方案，针对不同人采用不同频率、不同脉宽、不同强度的电刺激、不同效果的生物反馈模式，结合独有的A3反射、场景反射训练，修复被损伤的盆底肌肉，增加盆底肌肉肌力和弹性，增强阴道紧缩度，使盆底功能恢复正常，有效预防、治疗女性压力性尿失禁、子宫脱垂等盆底障碍性疾病和提高女性性生活质量。

产后康复适应症：产后42天妇女可作为常规盆底肌肉锻炼、计划第二次妊娠的经产妇、各种尿失禁、轻中度子宫脱垂、阴道松弛、阴道痉挛、性生活不满意者、耻骨联合分离、腹直肌分离、子宫内膜增厚、会阴、盆腔手术辅助治疗（术后3个月）、产后便秘、尿潴留、腰背痛、盆底痛、人流后子宫恢复、人流后月经少。

产后恢复最佳时间

1.黄金期：产后42天—6个月内，属于产后恢复的黄金期。此时，产后的身体最为脆弱，各项身体指标均处于严重失衡状态，如果在这段时间内，气血得不到恢复，残留毒素就无法有效清除，很容易拖延恶化发展为各种疾病。

2.理想期：产后6个月至一年半以内，属于产后女性的理想恢复期。经过黄金期的恢复，毒素已经基本清除，本身的气、血恢复也已基本完成，处于恢复肌体损伤的最佳时机。

3.有效期：产后一年半至三年内，属于产后女性的恢复末期。在这个阶段，应进行综合调理，使身体机能达成最佳平衡，平稳过渡到正常生活阶段。

盆底健康，时不我待。你可能刚刚生完宝宝；你可能生完宝宝五年甚至十年；你可能已经N年患有漏尿、子宫脱垂；你可能已经步入中老年女性的行列，从现在开始，为自己制定一套盆底康复规划，还不晚！

（肛肠诊疗中心 张玲玲）

我院隆重表彰18名高考中榜职工子女

本报讯 8月21日，我院召开2019职工子女高考中榜表彰大会，院党总支书记、院长张士森，副院长郭佃光，院机关党委副书记刘立新，院机关党委委员肖建民出席会议。张士森讲话，郭佃光宣读《关于表彰2019年高考成绩优异职工子女的决定》，刘立新主持会议，院领导为2019年考入专科以上院校的18名职工子女颁奖，刘荣敏之女许雯琦代表今年高考中榜的职工子女发言介绍学习经验、张书伟之子张嘉骏代表明年参加高考的职工子女作表态发言。医院全体中层正职干部、正在初一至高三就读的职工子女及家长参加会议。



张士森讲话，代表医院领导班子向今年高考中榜的职工子女表示祝贺。他希望即将踏入更高学府深造的同学们志存高远，努力攀登，以更加优异的成绩来回报祖国、回报社会；希望即将进入高三就读的同学们永怀一颗感恩的心、进取的心、乐观的心，以学哥学姐为榜样，努力学习，顽强拼搏，力争在明年的高考中取得优异成绩；希望步入中学的孩子们以今天受到表彰和奖励的这些优秀大哥哥大姐姐们为榜样，从现在开始，努力学习，顽强拼搏，取得好成绩；希望全体干部职工牢记使命，加强学习，不断提升自身技术水平和服务水平，为孩子做好榜样，为医院发展贡献更大力量！

今年高考中我院有8名职工子女考入山东师范大学、山东工商学院等院校，还有10名职工子女在大学或工作期间考取意大利帕多瓦大学、南开大学等知名院校博士生、硕士生。为了激励大家更加勤奋学习、成长成才，医院决定分别给予考取博士生、硕士研究生、本专科院校的职工子女每人2000元、1000元和500元的奖励。

长期以来，我院一直注重“以人为本”的管理理念，极力给予单位员工人文关怀。从2007年开始，我院每年都从工会会费中拿出部分资金，奖励高考成绩优异的职工子女。而越来越多的员工在医院实实在在的关爱中，加强对子女的督促与关爱，营造了“言传身教、注重教育、争先赶优”的良好氛围。职工子女纷纷表示一定不辜负医院领导和家长的期望，发愤图强，努力学习，争取早日成为栋梁之才，以真才实学报效祖国，奉献社会。

（杜秋乐）

“相约宁医 缘来是你”2019青年联谊会温暖落幕

本报讯 “金色的秋天，浪漫的情怀。今天，让我们尽情展现个人风采，结交优秀朋友，更添工作热情……”8月27日下午，“相约宁医 缘来是你”宁津县人民医院2019青年联谊会在一片欢声笑语中拉开序幕，全院60多名单身青年男女欢聚一堂，开启了一场浪漫的约会。

活动现场，精心布置了各式各样的气球造型，准备了可口的水果和零食，让活动现场的每一个角落都充满着温馨。



联谊会首先在四位主持人开心快乐的舞蹈中开场，一波简洁风趣的自我介绍，让大家彼此有了初步认识。

活动共分为自我介绍、燃爆游戏和真情互动三大环节，其中最受大家欢迎的要数燃爆游戏环节了。《数7》、《你来比划我来猜》、《击鼓传花》、《密不可分》等一个个有趣的互动游戏，不但让大家迅速消除了陌生感，更拉近了彼此的距离。

《你来比划我来猜》环节中，您会看到各种清奇的画风……一个个夸张的动作，放飞了自我，逗得大家捧腹大笑。

随后的《击鼓传花》环节更是迎来了这次活动的高潮，男女青年们面对面坐着，鼓声响起，大家将花球一个一个的传起来，鼓声停，拿到花球的青年接受小小的“惩罚”。这不，你看这两位帅哥一首深情的《成都》可是着实收获了一波小迷妹的芳心啊。

伴随着欢快浪漫的音乐，参加活动的单身青年男女们相互配合、展现自我、传递情感，完成了一个个小游戏，不仅结交了新朋友，更培养了彼此之间的默契。联谊会活动不仅丰富了全院青年员工的精神文化生活，拓宽了青年员工之间沟通的渠道，也为单身青年们搭建了相识、相知、相交的平台，帮助他们解决平时因为工作忙碌、生活节奏快、社交圈受限等原因导致的交流少的问题，让单身青年们在轻松、浪漫、温馨的氛围中展示自我，营造了文明、和谐、友爱的社会氛围。

建设有温度的医院不仅仅是给予患者以温暖，更是给予员工以关爱，幸福的员工才能造就完美的服务品质。宁津县人民医院历来重视青年工作，今后将继续为广大职工提供面对面、心贴心、实打实的服务，营造医院人文关怀氛围，增强职工对医院的向心力和凝聚力，让他们感受到医院这个大家庭的温暖。

（陈伟伟）

医者文苑

学而时习之，不亦说乎”——我和“学习强国”

“学而时习之，不亦说乎”是每次打开“学习强国”APP客户端首先映入眼帘的一句话。这句话引自《论语 学而》，也是我们语文课文里熟记于心的一句话，提醒我们学到有用的知识，能得到发自内心的喜悦。

每天早晨和睡前，我都要将“学习强国”打开，在视频学习里的“新闻联播”收听新闻时政，了解国内外大事。我还喜欢做题，每日答题、专项答题、每周答题我每题必做，通常我都是先把题从头到尾全做完，遇到不会的就对照答案解析，分析对错，找出要点，填写正确答案，最后提交。我还喜欢挑战答题，挑战答题里面涵盖的知识点非常广泛，通关唯一的方法只有苦练。通过一天天的不间断学习，我深刻认识到“学习强国”是习近平新时代中国特色社会主义思想最权威、最全面的信息平台，在这里，有要闻、新思想、时政综合、传统文化、名家讲座、名曲欣赏、古诗欣赏等等，可以说，这里处处都是正能量，处处都有新风尚。同时，通过学习我深刻了解了祖国日新月异的变化，深为自己是一名中国人而自豪，为我们祖国的伟大感到骄傲！

时光荏苒，这是我来到宁津县人民医院的第五个年头，在从事重症护理工作的这五年中，我视“为病人服好务”为自己的初心使命。作为一名普通护士，我虽然没有太大的能力给医院带来发展与贡献，但是我却可以更好的为病人服务，多一点微笑，多一点温馨提示，更热情的接待病人、主动服务病人；对昏迷病人定时观察，并多一点翻身按摩；对手术病人多一点安慰解除病人紧张心理，对插管病人多一点心理护理，让他们感受我们对他们的关心。总而言之，多一点人性化服务，爱心，关心，耐心，责任心，微笑……我始终牢记当初头戴燕尾帽身穿白衣服站在南丁格尔面前所许下的誓言，燃烧自己，照亮别人，救死扶伤，不求回报。

学习无止境，“学习强国”正当时。在以后的工作中，我将一方面不断加强护理业务理论学习，另一方面通过“学习强国”平台坚持思想政治学习，保持好的工作作风，争取将工作做得更细致，随着护理学发展的潮流，不断提高自己的服务能力。

（重症医学一科 杨云）

我是一块“砖”

曾经的学生时代，爱互相取绰号，因为姓氏的原因，被起绰号“小砖”，因为这个绰号，我报复性的给其他同学也取了很多难听的绰号。现在想来，砖有什么不好，虽朴实无华，却是万千建筑之根基，于板、硬中孕育刚直。

我是一块砖
源于泥土
经历火煅烧
弃土之糟粕
得火之精华

我是一块砖
没有金之奢华
没有玉之剔透
淳朴而厚重
历沧桑而不摧

我是一块砖
为墙之内涵
为厦之根基
隐于内而不显
亦心甘而无悔

我愿做一块砖
一块名“医生”的砖
牢记医学生誓言
健康有所系
不负性命相托

我愿做一块砖
化为番天印
砸碎疾之妖胆
修成擎天剑
斩断病之魔魂

我愿做一块砖
铭刻“幸福”的砖
奋力拍一拍
撵走疾病之痛苦
护航人民之安康

（内六科 詹玉强）

凝心聚力“羽”你同行

本报讯 在“中国医师节”即将来临之际，8月18日，我院举办庆祝第二个“中国医师节”羽毛球比赛。

比赛中，脱去了白大褂的医生们，接球、跃起、扣杀、防守、进攻……赛出了风格，赛出了友谊，观众们拍手呐喊、加油助威，展现出了我院医务人员的良好精神风貌。经过淘汰赛、循环赛，最终决出了男单、女单、男女双打三个竞赛组的冠亚季军。



作为我院医师节系列活动之一，本次赛事以羽毛球比赛为桥梁，在感受医院温暖的同时，展示了宁医人积极向上的精神面貌，更增强了医院职工的凝聚力和向心力。

（杜秋乐）