

刘姥姥的长寿之道

在《红楼梦》这本文学巨著里 700 多个有姓名有称谓的人物中,你知道谁的岁数最大吗?是一位不太惹人注目的农村妇女——刘姥姥。刘姥姥究竟活了多少岁,曹雪芹没有交代,但在第三十九回贾母问刘姥姥多大岁数了,刘姥姥忙起身答道:“我今年七十五了”。贾母向众人道:“这么大年纪了,还这么硬朗。比我大好几岁呢!”贾母享年 83 岁,当贾母辞世时,刘姥姥仍健在,甚至还四进、五进荣国府,可以推断,她至少活了 85 岁以上。

八九十岁的耄耋之年,不仅在红楼人物中是罕见的,就在该书时代背景的清朝康乾年间,也是罕见的。据人口学资料,十八世纪的人口平均寿命是 36 岁,那个时代的刘姥姥堪称长寿了。贾府的豪门巨贾

们物质生活条件优越,却大都成了短命鬼,而粗茶淡饭、整日劳作的村妇刘姥姥却夺了长寿桂冠,分析起来,可以找出几个重要的原因。

首先是刘姥姥生活在乡野,环境幽静,林木覆盖率高,大气中受雾霾的影响小,负氧离子含量高,空气清新,生态环境好,少有污染。当代的老寿星在乡间者明显比城市多,世界上几个著名的长寿地区都在农村和偏僻的山区,证实生活环境与健康长寿密切相关。

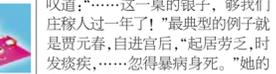
其次,刘姥姥是个勤奋的劳动者,作为一贫如洗的农家妇女,她从青年时代起就躬居,独自担当起了持家育女的重任,直到 8 旬高龄仍然帮助女儿女婿干活,过着“日出而作,日落而息”的生活。“生命在于运动”,各式各样的体力劳动都是肌肉运动,经常的体力劳动加运动是达到健康长寿的手段。劳动本身对身体是神效的锻炼,可以增强心、肺、肾、肌肉、大脑等多种器官的功能,使体质健壮,增加免疫功能,提高抗病能力。现代研究发现,人体内有一种高密度脂蛋白,担负着打扫清理血管的任务,把沉积在血管壁上的脂肪和胆固醇去掉。缺乏运动者其体内的高密度脂蛋白较少,不能与脂肪和胆固醇相匹敌,因而,天长日久,这些沉积物就可能将血管堵塞造成心肌梗塞或脑出血。如果经常劳动,会使高密度脂蛋白含量增高,不断地清除沉积物,使血管畅通无阻。刘姥姥的长寿很多得益于她的经常劳动和运动。

三是生活在乡下的刘姥姥平素饮食清淡,所吃食品以五谷杂粮为主,保留了应有



的营养成分,如维生素、矿物质、微量元素等,脂肪成分相对少,减少了高血压、冠心病、糖尿病、高血脂、脑中风等“富贵病”的发生机会。相反,贾府中的贵人们整天茶寿处优,花天酒地,食不厌精,一道菜有时要花几十道工序,使食物中的营养流失殆尽,尽管想尽办法吃补品,尝遍这丸那丹,最终也难逃脱短寿的命运。难怪在刘姥姥二进荣国府时,面对贾家丰盛的筵席感叹道:“……这一桌的银子,够我们庄稼人过一年了!”最典型的例子就是贾元春,自进宫后,“起居劳乏,时发痰疾,……忽得暴病身死。”她的身体发福肥胖,是缺乏运动,估计是再加饮食肥胖甘厚腻,患了动脉硬化、高血压、高血脂、冠心病的结果。

还有非常重要的一点,就是刘姥姥心胸宽阔,精神乐观,性格开朗,她诙谐、活泼,有时天真得像个顽童:“老刘,老刘,食量大如牛,吃个老母猪,不抬头。”大智若愚般的自嘲,常逗得众人捧腹大笑。她有良好的心理素质,在“愚”的外表上表现了“智”的一面。她是贾府的一个偏远的乡下穷亲戚,但她并不自卑,我行我素。她饱经沧桑,阅历丰富,世事洞明,人情练达,是个心地善良,对事物很有见地的老妇人。她这种乐观的个性,帮助她走过了艰难、坎坷的漫长人生路,日子虽苦犹甜。(杜长明)



科普园地

我们有个梦想 医院不是战场,病人和家庭没有那么疯狂,医生不再流血,护士不再受伤!梦想着有那么一天,医生和护士迈着轻盈的步伐,在洁净的病房里穿梭和奔忙。

我们有个梦想 医院是个圣洁的殿堂,医生护士和蔼,病人和陪护善良,没有猜忌和犹豫,没有猜忌和犹豫,没有猜忌和犹豫,只有真诚和期盼的目光。

我们有个梦想 医院是个治病救人的地方,不再是盈利的大商场,医院收入的指标不再年年增长,医保的透支不再由医生工资来扛。医生能专心看病,不再考虑经济指标的升降。

我们有个梦想 医生的经济收入连续下降,那意味着医生救死扶伤的同时,更应该重视疾病的预防。

我们有个梦想 重新让病人对医生充满信任和期望,再现白衣天使医者仁心的光芒。医生和患者本来是同盟,是谁让医患交流变得如此小心翼翼?是谁让患者的眼里充满了疑惑迷茫?媒体更要传播正能量!医患齐心协力,才能战胜病魔与死亡!

我们有个梦想 医院的经济收入连续下降,那意味着医生救死扶伤的同时,更应该重视疾病的预防。

我们有个梦想 重新让病人对医生充满信任和期望,再现白衣天使医者仁心的光芒。医生和患者本来是同盟,是谁让医患交流变得如此小心翼翼?是谁让患者的眼里充满了疑惑迷茫?媒体更要传播正能量!医患齐心协力,才能战胜病魔与死亡!

我们有个梦想 医院的经济收入连续下降,那意味着医生救死扶伤的同时,更应该重视疾病的预防。

我们有个梦想 重新让病人对医生充满信任和期望,再现白衣天使医者仁心的光芒。医生和患者本来是同盟,是谁让医患交流变得如此小心翼翼?是谁让患者的眼里充满了疑惑迷茫?媒体更要传播正能量!医患齐心协力,才能战胜病魔与死亡!

我们有个梦想 医院的经济收入连续下降,那意味着医生救死扶伤的同时,更应该重视疾病的预防。

我们有个梦想 重新让病人对医生充满信任和期望,再现白衣天使医者仁心的光芒。医生和患者本来是同盟,是谁让医患交流变得如此小心翼翼?是谁让患者的眼里充满了疑惑迷茫?媒体更要传播正能量!医患齐心协力,才能战胜病魔与死亡!

我们有个梦想 医院的经济收入连续下降,那意味着医生救死扶伤的同时,更应该重视疾病的预防。

我们有个梦想 重新让病人对医生充满信任和期望,再现白衣天使医者仁心的光芒。医生和患者本来是同盟,是谁让医患交流变得如此小心翼翼?是谁让患者的眼里充满了疑惑迷茫?媒体更要传播正能量!医患齐心协力,才能战胜病魔与死亡!

我们有个梦想

我们有个梦想 医院不是战场,病人和家庭没有那么疯狂,医生不再流血,护士不再受伤!梦想着有那么一天,医生和护士迈着轻盈的步伐,在洁净的病房里穿梭和奔忙。

我们有个梦想 医院是个圣洁的殿堂,医生护士和蔼,病人和陪护善良,没有猜忌和犹豫,没有猜忌和犹豫,没有猜忌和犹豫,只有真诚和期盼的目光。

我们有个梦想 医院是个治病救人的地方,不再是盈利的大商场,医院收入的指标不再年年增长,医保的透支不再由医生工资来扛。医生能专心看病,不再考虑经济指标的升降。

我们有个梦想 医生的经济收入连续下降,那意味着医生救死扶伤的同时,更应该重视疾病的预防。

我们有个梦想 重新让病人对医生充满信任和期望,再现白衣天使医者仁心的光芒。医生和患者本来是同盟,是谁让医患交流变得如此小心翼翼?是谁让患者的眼里充满了疑惑迷茫?媒体更要传播正能量!医患齐心协力,才能战胜病魔与死亡!

我们有个梦想 医院的经济收入连续下降,那意味着医生救死扶伤的同时,更应该重视疾病的预防。

省人民医院专家、教授来沐阳县人民医院时间

11月23-24日上午
耳鼻喉 林子萍
肾内科 孙彬
眼科 刘肖艺
普外科 浦立勇
心内科 吴翔
肿瘤科 刘连科
骨科 高峰
风湿科 王艳艳

11月30-12月1日上午
感染科 刑益平
脑外科 曹胜武
神经内科 唐金荣
血液科 张晓艳
放射科 徐怡
内分泌科 范红旗
12月7-8日上午
耳鼻喉 董伟达
ICU 阙军

12月14-15日上午
肾内科 王宁宇
神经内科 印卫兵
普外科 马昊
心内科 张敏敏
肿瘤科 卢凯华
风湿科 谈文峰

12月21-22日上午
感染科 陈念
脑外科 顾培元
眼科 袁松涛
耳鼻喉 赵晓坤
血液科 缪扣荣
放射科 徐青
内分泌科 王知笑

12月28-29日上午
肾内科 王宁宇
神经内科 印卫兵
普外科 马昊
心内科 张敏敏
肿瘤科 卢凯华
风湿科 谈文峰

沐阳县人民医院专家门诊时间

心内科
星期一 葛恒松
星期二 高新春
星期三 吴开霞
星期四 薛应富
星期五 葛恒松
星期六 李勇

肾内科
星期一 刘金凤
星期二 韩洪波
星期三 刘金凤
星期四 刘金凤
星期五 韩洪波
星期六 刘金凤

呼吸科
星期一 卢立国
星期二 闫卫彬
星期三 闫卫彬
星期四 闫卫彬
星期五 卢立国
星期六 闫卫彬
星期日 叶隆昌

血液科
星期一 章海燕
星期二 章海燕
星期三 章海燕
星期四 章海燕
星期五 章海燕
星期六 章海燕
星期日 章海燕

肿瘤内科
星期一 蒋伯刚
星期二 蒋伯刚
星期三 蒋伯刚
星期四 蒋伯刚
星期五 蒋伯刚
星期六 蒋伯刚
星期日 蒋伯刚

神经内科
星期一 童道明
星期二 王光胜
星期三 王光胜
星期四 王光胜
星期五 王光胜
星期六 王光胜
星期日 王光胜

百年沐医

BAI NIAN SHU YI

沐阳县人民医院 主办 (内部资料 免费赠阅)

SHUYANG PEOPLE'S HOSPITAL 沐阳县人民医院 2013年11月 第11期 总第123期

总编辑:周业庭

我院承办全省民营医院学术年会



10月19至20日,江苏省民营医院分会2013年学术年会在沐阳汇峰大饭店成功举办,本次会议由江苏省医院协会主办,宿迁市医院协会和沐阳县人民医院承办。来自全省民营医院的近500名代表参加了会议。会议由江苏省医院协会民营医院分会副主任委员、沐阳县人民医院院长周业庭主持。宿迁市卫生局局长刘刚、省医院协会民营医院分会主任委员、南京同仁医院院长于振坤,沐阳县人民政府副县长徐勤生分别在会上致辞。中国医院协会副会长、江苏省医院协会会长唐维新出席了本届年会并做重要讲话,他对民营医院在改革与发展过程中如何

把握社会效益与经济效益的关系,如何让群众认可,如何引进人才、用好人才、留住人才,如何做好医院质量管理,保证医疗质量等进行了阐述。他说,民营医院要建立好合理、规范的规章制度,要有人性化化管理,要搞好绩效考核。要求大家利用这次学术年会,探讨民营医院的发展问题,相互交流经验,取长补短,着眼于长远发展。会上,北京三博脑科医院院长张阳、宿迁市卫生局局长刘刚、南京同仁医院院长于振坤、沐阳县人民政府副县长徐勤生、苏州九龙医院院长刘峰、南京明基医院行政副院长陈道德分别作了有关民营医院的发展与管理、机遇与把控、人才战略及医院信息化建设等方面的精彩演讲。我院周业庭院长《宿迁民营医院发展之我见》,从一个践行者的视角,论述了宿迁医疗民营化的成就,也列举了目前发展的困扰,提出了健康长远发展的战略思路,引起了与会者的共鸣。会议期间,与会代表到我院进行了参观,朱宝林副院长引导大家参观了院的部分科室和医院建设。本届年会共征集到学术论文155篇,其中我院撰写论文40篇。论文集由我院科教处负责收集、遴选、修正、审核、分类、编撰。会议对评选出的15篇优秀论文进行了表彰。闭幕会上,分会主委于振坤院长对会议进行了总结。(长明 书凡/文 汪思/图)

眼见不一定为实

《吕氏春秋》里有这样一段,讲孔子周游列国,曾因荒野马乱,旅途困顿,三餐以野菜果腹,大家已七日没吃下一粒米。

一天,颜回好不容易要到了,煮了一些白米煮饭,饭快煮熟时,孔子看到颜回掀起锅盖,抓些米饭往嘴里塞,孔子当时装作没看见,也不去责问。

饭煮好后,颜回请孔子进食,孔子假装若有所思地说:“我刚才梦到祖先来找我,我想把干净还没人吃过的米饭,先拿来祭祖先吧!”

颜回顿时慌慌张张起来说:“不可以的,这锅饭我已先吃了一口了,不可以祭祖先了。”

孔子问:“为什么?”颜回涨红了脸,赧赧地说:“刚才煮饭时,我不小心掉了些灰尘在锅里,沾灰的米饭丢了太可惜,只好抓起来先吃了,我不是故意把饭吃了。”

孔子听了,恍然大悟,对自己的观察错误,反而愧疚,抱歉地说:“我平常对颜回已是最信任的了,但仍然还会怀疑他,可见我们内心是最不稳定的,内心的自我判断,有时还会错误,弟子们都要记下这件事,要了解一个人,还真是不容易啊!”

当你亲眼所见都不一定是事实,那些你听到的或猜测的,就一定是真相吗?(一鸣)



一男子去相亲,女方称他的第一个男友是卖混沌的,分手后就再也不想吃混沌了;第二个男友是开网吧的,分手后就再也不想上网了。男子说:“那你以后不会离开我了。”女方忙问为什么。男子不慌不忙地说:“因为我是卖衣服的啊。”(一鸣)

开心一刻

1.亚;2.乘;3.二三四五;六七八九;4.武大郎设宴;5.兔子请老虎;6.乖;7.初一;8.9寸+1寸=1尺。(以上各打一四字成语) (牧徒)

上期谜底:1.全;2.衰;3.晶;4.者;5.王;6.妙;7.贱;8.雷。

每期射虎

病患至尊 / 医德至上 / 医技至精 / 服务至馨 / 协作至诚

手机扫一扫 进入微信 微信账号 shuyanghospital 关注新浪微博:沐阳县人民医院

医院地址:沐阳县迎宾大道9号 电话:0527-83552038 83559493 网址:http://www.shyyy.com/

“健康江苏服务百姓”义诊活动周在我院开展



在启动仪式及义诊现场,县电视台、宿迁日报、宿迁晚报等媒体记者到现场采访报道,大力宣传;并在电视台、医院LED屏、免费大巴车上进行滚动字幕滚动宣传,群众踊跃前来义诊。江苏省人民医院、苏州大学附属儿童医院认真对待这次义诊活动,分别由省医院副院长、主任医师顾民、医政处处长、副主任医师王晓东及苏大附院副院长、感染疾病科主

任、主任医师田健美、医务处处长、副主任医师李建琴带队,组织了妇科主任医师杨乃明,普外科副主任医师王科,眼科主任医师董平,骨科副主任医师余利鹏,心脏科副主任医师张海峰,消化科副主任医师朱宏,整复科副主任医师陈光华,肾科副主任医师孙彬,内分泌科主任医师蔡金梅,呼吸科主任医师吕培中,副主任医师李捷,主任医师严文化、主任医师郝创利,主任医师孙庆林,主任医师李岩等专家来院参加义诊。

由于提前告知,广泛宣传,前来义诊的群众前呼后拥,络绎不绝。(凡/文 汪思/图)

手机扫一扫 进入微信 微信账号 shuyanghospital 关注新浪微博:沐阳县人民医院

医院地址:沐阳县迎宾大道9号 电话:0527-83552038 83559493 网址:http://www.shyyy.com/

媒体报道,当地时间10月3日下午2时在首都华盛顿的黑人女子凯里在12分钟,被黑人男子凯里的母亲透露,凯里去年8月生了女儿,之后患上了产后抑郁症,认为奥巴马一直在跟踪她,因此还住院治疗。抑郁症,这个耳熟能详的疾病再次引起人们的热议,为了解惑释疑,笔者找到神经内科副主任医师、副主任医师陈孝东,和他聊聊抑郁症这个话题。

抑郁症,一个被忽视的疾病

笔者:陈主任,你能先解释一下抑郁症及它的发病情况吗?

陈孝东:好的。抑郁症是精神疾病的一种,是一个严重危害人们身心健康的疾病。当前世界严重影响人类健康的10大疾病中,抑郁症排在第4位,患病率已超过了人们认为很常见的咽喉炎和冠心病,预计到2020年 will 跃升到第2位。有13%—20%的人一生中有过一次抑郁的体验。

笔者:抑郁症的发病率那么高,可在我的印象中,到医院诊治却没有那么多,是不是很多的抑郁症患者被忽视了?

陈孝东:是的。公众和医务人员对抑郁症的认识普遍不足。据世界卫生组织的调查发现,到综合医院内科就诊的抑郁症患者,平均被识别率仅为一半,而得了抑郁症主动就医者更少,国内大约三分之二的患者从来没有得到过诊断和治疗。抑郁症患者就医率低的主要原因,是社会上广泛存在的对精神疾病的歧视,患者的自卑感,认知的不足,片面地认为抑郁症是单纯的“思想病”,无需药物治疗等等。

笔者:抑郁症的危害一定很大吧?

陈孝东:是的。抑郁症的危害很大,轻者影响工作和生活,重者会导致自杀。

你能量说出来我们医院行政楼常年提前上班最早的是谁吗?院长们?不是,他们有时提前,但不是常年。保洁员?也不是,她们虽然来的早,但是是工作时间规定的,不叫提前。谁来的早,一楼的保安知道,五楼的监控知道。

医院的行政科8点上班,你要在上班后到医院感染管理科去找人,十有八九会扑空,因为在这之前,她们在荣嵘科长的带领下已经下到科室去做感染监测了。你要见荣嵘科长,告诉你一个秘诀:7点。提前一个小时到科室,一准能“逮”到她。

荣嵘科长家住城区,每天早上都要赶乘6点10分的第一趟班车,7点前到科室,做一天的工作前准备;打扫卫生,看报表,做计划,写总结,因为一天的工作太忙了,必须在上岗前把这些前期工作做好。

院感科的工作非常繁琐,医院几十个科室的感染管理、重点科室的每日院感督导、每个月临床各科室院感相关知识和制度的培训、每季度全院的集中培训、每年的集中考核,还有新入职员工和实习生的感染知识岗前培训、感染病例的监测、多重耐药菌感染的管理、抗菌药物的临床监管等等。要想把这些工作落到实处,“坐”办公室是坐不出来的。

毛泽东主席说过一句名言:“世界上怕就怕认真二字,共产党最讲认真。”荣嵘就是“认真”二字的践行者。在很多人看来,医院的职能科室中,院感科是个“不显山不露水”的科室,也没有直接的效益,在外行人眼里,更不知道有什么了不起的地方。而荣嵘却明白自己岗位的重要,这里关乎到医疗质

走出抑郁是春天

■杜长明 /文
王静 /图

陈孝东:抑郁症造成的经济损失相当巨大,给家庭也造成沉重的经济和精神心理负担。重度抑郁症可高度致残,即便是单纯的抑郁症状导致的残废也比高血压、糖尿病等疾病严重。抑郁症患者中有一半有过自杀的念头,一个人处于绝望、痛不欲生的心境中,生活质量受到的损害和家人所承受的负担之重,怎么估计都不算过分。

抑郁症离我们并不遥远

笔者:你认为抑郁症防治上的主要障碍是什么?

陈孝东:是认识上的误区。抑郁症的误诊和漏诊主要发生在非精神科,我国综合医院非精神科门诊的

铁面女包公

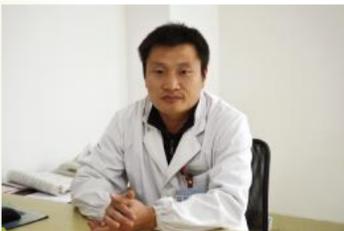
■杜长明 /文 汪思 /图



量、病人安全、医院声誉、医务人员的健康等方面方面,是个关键的部门,一旦疏忽,就会酿成无法估量的后果。在这个岗位,就要尽到这份责任。这就要求她们的工作一丝不苟,铁面无私。

作为监管部门,院感科是个得罪人的科室,有的科室工作不到位,她们去督导,科室就会认为是故意给她们过不去,在“找茬”,引起反感。检验科就曾经是个“老大难”的科室,工作人员操作时很少有规范的,口罩、帽子不戴,操作前不后不注意手卫生,医疗废弃物不能规范分类处理等等,荣嵘科长就带领两名手下坐阵检验科,真有“不获全胜,决不收兵”的架势。先拿医院科室负责人“开刀”,给他们讲清楚院感管理的重要性、岗位职责,对科室全员培训,个别沟通,就连工友也不放过,不留死角。有一次荣嵘科长发现工友老王对医疗废弃物的处置不规范,就严厉地指

百年沐医



陈孝东 神经内科副主任,神经内科二病区主任,副主任医师,医学硕士。宿迁市医学会精神医学与医学心理学学会副主任委员,内科学会副主任委员。从事神经内科临床工作16年,除对脑血管疾病的诊治有丰富的临床经验外,对精神疾病如抑郁症、焦虑症、精神分裂症、睡眠障碍等疾病的诊治颇有研究。主持完成3项科研课题达到国内先进水平,获宿迁市科技进步奖3项,在国家级医学期刊发表论文20余篇,参编著作1部。

专家名片

的概率高,之所以有这个概念,是因为名人得病更容易受到关注罢了。这也从一个侧面反映出抑郁症的发病非常普遍,且具有不可预测性。可以想象,患者的周围可能就有抑郁症患者存在,只是症状隐匿,尚没有被发现罢了。

抑郁症的感受你可知

笔者:请你谈谈如何识别抑郁症呢。

陈孝东:抑郁症的主要症状有情绪低落、兴趣丧失和愉悦感。患者会描述:心情不好,高兴不起来;对什么事都没有兴趣;脑子不使唤,无法胜任工作;烦躁、多疑、胡思乱想等等。可以概括为“三无症状”和“三自症状”,“三无症状”是无望、无助和无价值感;“三自症状”是自责、自责和自杀。另外,在情绪抑郁的背景下,还可以出现许多伴随症状,如思维迟缓、焦虑情绪,睡眠障碍,以及食欲改变、消化系统和功能性疼痛等躯体症状。

如狼似虎的产后抑郁症

笔者:我们再到今天话题的缘由,据说开车冲击美国白宫的凯里是患了产后忧郁症,产后忧郁症有哪些特殊之处呢?

陈孝东:抑郁症在女性中的患病率是男性的2倍,青春期、绝经期、产后都是妇女患抑郁症的高危时期。产后忧郁症的发病率在10%以上,多在产后两周发病。你上面提到的英国已故王妃戴安娜、香港艳

星陈宝莲都患过产后忧郁症,所幸的是,戴安娜的私人医生及时发现她的病状,给予积极治疗,没有造成后果。而陈宝莲病情严重,多次自杀未遂,最后还是在上海跳楼自杀了。对于产后忧郁症多发的原因,考虑是由于分娩时的特殊生理变化所致,如产后失血较多、内分泌失调、身体虚弱等不良刺激,加上睡眠不足、照料婴儿过于疲劳,个体的心理承受能力比较低弱,导致心境恶化,引发产后忧郁症。

啊,处罚啊……,没完没了。她们对任何人都不留情面,甚至有时让人下不了台,得罪了不少的人,真可谓“铁面女包公”。按说,很多人可能对她们感到反感,可在今年年初的职能部门中层干部述职中,出现了奇迹:荣嵘科长的成绩得到了大家的首肯,她获得了总分第一名!看来,群众心中的这样秤还是公平的。强将手下无弱兵,在荣嵘科长的言传身教下,她的两个“兵”刘平和张莹,也处处以荣科长为榜样,早出晚归,工作团结协作,任劳任怨,把院感科的工作做的井井有条,在行政科室的考评中,双双获得优秀。

院感科的“铁面女包公”们有她们严厉的一面,更有她们仁慈的内涵,对职工有着人性化的关怀。医疗行业是一个职业感染的高危行业,工作中稍有不慎就有可能发生职业暴露,每年都会会有医务人员发生锐器伤。她们重点做好职业暴露的预防和控制工作,在做好培训工作的同时,到科室检查,现场提问医务人员,保证人人掌握相关知识,减少职业暴露。当医务人员发生针刺伤后,她们总是第一时间为受伤者提供必要的帮助,联系感染科医生,确定治疗方案,及时接种疫苗或特异性抗体预防,尽最大努力降低感染传播病的风险。

荣嵘科长已经在人民医院工作了30多年,做院感工作也有20年了,对院感的感情可想而知,可以说她把自己的一生献给了医院。她是宿迁市医院感染控制中心副主任,院感专家组成员,发表院感论文10余篇,对院感管理工作有着丰富的经验,有她带领两个女弟子在自己医院的医院感染保驾护航,我们感到安心。

错误的习惯一旦养成,就不容易改过来,手卫生就是感染管理的

(上接1-4版中缝)
星期三 陈孝东
星期四 王光胜
星期五 童道明
星期六 杨同慧

消化内科
星期一 吴群
星期二 徐正元
星期三 徐正元
星期四 徐正元
星期五 吴群
星期六 徐正元

感染科
星期一 章士清
星期二 宋吉奎
星期三 邵雅平
星期四 叶德明
星期五 宋吉奎
星期六 邵雅平
星期日 叶德明

内分泌科
星期一 陈慧萍
星期二 陈慧萍

儿科
星期二 薛洁
星期三 周胡岩
星期四 黄翰翔
星期五 刘海林
星期六 韦国玉
星期日 吴培培

普外科
星期一 张立飞
星期二 徐本文
星期三 叶林
星期四 吴柏华
星期五 杨晨曦
星期六 吴培华

泌尿科
星期一 郁全胜
星期二 郁全胜

胸外科
星期一 刘连松
星期二 周大志
星期三 吕茂洲
星期四 杜春雷

乳腺科
星期一 葛荣忠
星期二 葛荣忠

骨外科
星期一 朱宝林
(下午)

星期二 赵洪波
星期三 赵洪波
星期四 赵洪波
星期五 谭诗平

普外科
星期一 刘加元

关节外科
星期一 燕好军

胸外科
星期三 孙亚春

烧伤科
星期一 张守俊
星期二 王庆明
星期三 王庆明
星期四 张守俊

妇产科
星期一 周东霞
星期二 胡芬芳
星期三 陈晓超
星期四 陈汝英
星期五 董莹
星期六 董莹
星期日 肖良花

耳鼻喉科
星期一 张一航
星期二 乔丽平
星期三 张一航
星期四 乔丽平

眼科
星期一 仲晓飞
星期二 秦兵
星期三 秦兵
星期四 秦兵
星期五 秦兵
星期六 秦兵
星期日 秦兵

口腔科
星期一 葛志红
星期二 周友利
星期三 凌国香
星期四 葛志红
星期五 凌国香
星期六 周友利

放疗科
星期一 姚剑锋
星期二 姚剑锋
星期三 姚剑锋
星期四 姚剑锋
星期五 姚剑锋
星期六 姚剑锋

肛肠科
星期一 邓斌
星期二 邓斌
星期三 邓斌
星期四 邓斌
星期五 邓斌

我院开展的“健康沐阳 服务百姓”义诊活动周精彩纷呈



按照国家卫计委精神,我院深入开展“服务百姓健康行动”义诊活动周。活动周形式多样,生活活泼,精彩纷呈。

此次义诊活动周,从10月13日开始,采取院内外结合,义诊与讲座结合,基层

医院与社区结合,形式多样,活动广泛,深入开展。10月13日上午,首场义诊活动在乐天玛特广场举行,呼吸科、骨科、消化内科3名专家为群众义诊,共诊疗群众百余人次,发放科普材料近千份;10月14日上午,普

医者仁术 惠及患难家庭

前不久,网络及媒体广泛报道了本县一位孕妇因车祸造成重度颅脑损伤,经我院骨科、脑外科等科室奋力抢救,保住了生命,成为植物人,后产下一男婴。在儿子声声呼唤中,奇迹般会说话的事迹,引起社会及媒体广泛关注,成为一大新闻。

天有不测风云。前不久,患者的婆婆单某某因椎体骨质疏松性骨折,基本失去自理能力住我院骨科。经骨科主任刘加元及医护人员采用先进的技术,进行手术治疗,效果很理想,让这个贫困的家庭燃起了新的希望。

在治疗过程中,患者一家面对不小的治疗费用十分犯愁。面对如此困难的家庭,刘加元主任及科室的同志,十分同情,大家既治病又扶贫,很快为患者捐款一万元。医院领导得知情况后,又在自付费用中给予了一定的优惠,又在因病致贫的家庭重新直起了腰。

面对仁医仁术,单某某一家十分感动,她说,自己一家几经磨难,都是人民医院伸出援手,为自己度过了难关,这种恩惠永世不忘。为了表达感激之情,特制三面锦旗以表感谢!(一凡)

沐阳县人民医院为了方便患者,保证患者营养需求,促进患者早日康复,达到预防疾病和辅助治疗的效果,在全院先试点后推广,为患者定制营养餐。该营养餐究竟如何呢?我于10月24日,因左手面部手术进行了烧伤整形科,真真切切体验了一下“定制营养餐”的好处。

10月24日晚上,值班护士就到每个病房,征询每个患者意见,问需要订什么样的套餐。我作为一个普通患者,就订了一个三餐18元的套餐。

10月25日早上7时左右,专制的不锈钢餐车就推进了病区,餐车保温性能很好,稀饭、馒头、肉包、豆腐卷、花卷、芝麻饼等各式早餐,按照科室人预先订好的品种,分发到各位患者手中,若临时需要增加的稀饭、馒头之类,还可以随时从餐车上增添,刷卡机随时可刷卡(饭卡),非常方便,患者及陪护的家人完全不必来回跑食堂买饭。我的早餐是两个人(肉、菜)加一个鸡蛋,一份稀饭(杂粮、米粥)外带一份菜餐,吃饱吃好,心里很舒服。

中午11时许,送餐的服务员又准时将午餐送至病区各个病房,还是按照科室人预先订制的品种分发到各人手中。我的午餐是一份大米饭,二菜(一荤一素)一汤。由于是第一次订餐,心里没谱,午餐还剩下部分没吃完。用餐后心里同样觉得吃得很舒服。

我院静脉输液配置中心通过省卫生厅首批验收

10月15日,我院静脉药物配置中心正式启用,改变了病人静脉药物由护士在病房配置的现状。

长期以来,医院给住院病人用药的方式一直是医生先开好处方,然后由护士配制好,再直接用在病人身上。由于缺乏药师的审方,用药剂量过大或不、疗程过长或过短的现象较为普遍,病人用药的合理性与科学性就打了折扣,加之护士配制时既没人监管,又不是在无菌室里操作,还容易发生交叉感染。

我院静脉输液配制中心完全改变了传统的用药方式,医生开好处方后由电脑输入到配制中心,先由药师核对检查,然后再严格按照无菌配置技术配置药物,提供给病人正确的输液,正确的浓度、正确的给药持续时间。

体验“定制营养餐”



晚上5时30分,晚餐同样准时送达。我的晚餐是两个馒头,一份稀饭和两个热菜(一荤一素)。同样剩下一个馒头和一些热菜没吃完。

一天三餐吃过后,感觉很好,价格也不贵,很实惠。有了第一天的经验,第二天的中午与晚上,一份订餐基本上够我与家属两人食用。我的家属说,我们每天都这样订餐,省得来回上下楼跑食堂排队,这样送到床前多好!

因是做手术,女儿来看我,说要买黑鱼熬汤给我喝。我试想,可不可以向食堂订呢?10月26日送早餐时,我试探着问服务员,中午能不能给我熬一个黑鱼汤?服务员很干脆地说,黑鱼汤、刀鱼汤、青鱼汤

百年沐医

新闻集锦

中欧卫生政策与管理中心调研团队来我院调研

10月28日上午,中欧卫生政策与管理研究中心蔡江南教授团队在市卫生局副局长程崇高、医政处处长周东浩和县卫生局副局长董晓雪的陪同下,来我院参观调研。周业庭院长接待了调研组,向调研组一行介绍了医院基本情况并带领参观了门诊大厅、ICU、静脉配置中心和临床检验中心等处。(汪 思)

徐州医学院2013级研究生课程进修班(沐阳班)开班

11月8日下午,徐州医学院2013级研究生课程进修班(沐阳班)开班,徐医研究生院党委书记周士东、研究生院综合办公室主任葛宝君、沐阳县人民医院副院长朱宝林、办公室主任潘苏君等领导 and 2013级研究生课程班(沐阳班)60余名学员出席了开班典礼。(朱婷婷)

我院举行第二期管理知识培训班

11月3日,我院邀请江苏省人民医院副院长顾民、护理部主任顾则刚、科技处处长梁宁夏、医务处处长黄普文来院举办第二期管理知识培训班,旨在通过高质量的专业培训,进一步拓展全院医院管理者的视野,不断提高医院的管理水平。院领导班子全体成员、中层干部、主治组长、科秘书、科研秘书;临床、医技、护理、药剂、职能科室骨干等200余人参加培训。(梁志新)

我院扎实推进腰椎间盘突出症患者诊疗活动

县委、县政府联合我院自今年5月份起开展了腰椎间盘突出症患者诊疗活动。为推动此项惠民工程的扎实开展,11月2日上午,在副院院长姜亚兵的精心组织下,我院脊柱外科主任刘加元来到李恒镇,为全镇乡村医生举办了腰椎间盘突出症患者诊疗宣讲活动。外联部、宣传科的人员作了政策解读。县卫生局副局长董晓雪出席会议,强调了此次惠民活动的重要意义和作用,并提出了工作要求。(王静)

普外二病区举办乳腺癌患者联谊会

10月5日上午9时,普外二病区在病区活动室举办乳腺癌患者联谊会,40余名患者和家属参加了联谊会。徐文主任、蒋明丽护士长、乳腺外科葛荣忠副主任医师参加联谊会并与患者和家属进行了交流,进行了系列科普讲座。联谊会为病人与医护人员之间、病人与病人之间、亲属与亲属之间提供了相互交流的平台。(薛宇坤)

肿瘤内科学组护理人员“大练兵”

为了提高肿瘤内科学组护理人员的专业理论知识和操作技能,9月17日下午,肿瘤内科学组组织了一场专科理论知识考试,之后又组织了病例讨论,将所有涉及肿瘤内科的专科操作进行一次模拟训练。(韩凯)

外科举行护理理论考试

10月24日下午,大外科在行政八楼组织了外科系统护理人员理论考试,共有50余名护理人员参加了此次考试。本次考试内容具有针对性,内容涉及专科护理、应急预案、院感相关知识。(殷秀玲)

井冈山市党政代表团来我院参观

10月11日上午,江西省井冈山市党政代表团一行在县委书记蒋建明等县领导的陪同下来我院参观。周业庭院长向参观团一行介绍了医院基本情况并带领参观了门诊大厅、核磁共振室和介入中心等处。(汪思) 脊柱科使用椎间孔镜技术再次救治一例患者
10月28日下午,我院脊柱外科刘加元主任、张成亮副主任医师使用椎间孔镜技术,成功地为一名83岁的老年腰椎间盘突出症患者施行了腰4—5髓核摘除术。(薛宇坤)