

花开别样美 浪漫满沐医

——沐阳医院春光掠影

作为县域龙头医院,我院按照三级甲等医院、医科大学附属医院标准设计,以创建无烟医院、园林式医院和健康促进医院为抓手,打造县域医疗的精美名片。医院先后荣获“江苏省文明单位”和“最美县医院”等称号。

医院历来重视院区的绿化和美化,引入“现代化绿色医院”的设计理念,根据地形特点规划建设了4个花园,遵循植物配置多样性原则,打造“树木如林、鲜花如锦”的优美环境。如今,医院绿地面积达5.3万平方米,绿地率达40%。

为进一步改善患者就医环境,践行热爱自然、保护环境理念,每年植树节,沐医人都会一同在春天种下希望,静待花开。清晨时分,徜徉在医院的林荫小道上,笔直的林荫小道通向花园和健身广场,花园被红枫、海棠、桂花王、黄杨、木绣球、枣树、山楂树等花木错落有致的环绕,闻着沁人心脾的花香,听着悦耳动听的鸟鸣声,仿佛置身于城市公园。

绿色象征健康,细节可见真心。我院始终坚持节约实用的原则,持续用贴心备至的人文关怀及温馨服务,进一步加强绿化、美化建设,厚植沐医“家”文化,践行绿色发展理念,为患者、员工提供如沐春风的就医环境和工作平台。

(文/司 艳 图/徐婷婷 张 强)



致敬逆行沐医人

我请战
我支援过南京核酸采样
我请战
我支援过扬州核酸采样

面对新一轮的新冠疫情
沐医人以对党的忠诚
以人民健康为己任
不羡繁花不恋春光
再次集结
驰援湖滨新区

面对疫情
沐医人“疫”无反顾
逆行而上

彰显医者仁心大爱无疆

可在他们的背后
上高二的孩子需要加油
小升初的孩子需要陪护
两岁的宝宝需要搀扶
他们需要妈妈
他们需要爸爸
但白衣天使肩上有担当
胸中有使命
转身成为战士
白衣执甲
坚守“疫”线
一支采样队
一个党支部

一面红旗

就是一座钢铁堡垒

22万次的采样数
那是22万次的冲锋
22万次的阻击
22万次的守护

人民健康
英雄沐医人
责无旁贷担当
大爱无疆
沐医人
书写新时代
医者仁心的大爱华章



宿迁市卫健委 仲启新

病患至尊 / 医德至上 / 医技至精 / 服务至馨 / 协作至诚

医保卡就诊,门(急)诊医保范围内药品、检查、治疗和诊察费可现场报销。凭

总编 周业庭
责编 汪思艳
张强
徐婷婷
版式 孙亚东

百年沐医

BAI NIAN SHU YI



2022年4月 第4期 总第221期 (内部资料 免费赠阅)

医院质量与安全管理委员会、风险与危机管理委员会 2022 年第二次工作会议召开

4月20日下午,我院召开医院质量与安全管理委员会、风险与危机管理委员会2022年第二次工作会议。委员会全体成员参加会议,会议由副主任委员乙军主持。

会上,张华委员首先作2022年第一季度“医院质量与安全管理委员会”及“医院风险与危机管理委员会”工作报告。

随后,姜亚兵委员就舆情管理提出相关要求,朱宝林委员对我院如何更好地落实常态化疫情防控工作提出具体要求。

周业庭主任委员总结发言时指出,医院质量安全和风险危机管理密不可分,质量安全是医院的根本、管理的核心,是医院赖以生存的基本保障。相关委员部门要



强化培训,提高医务人员的业务能力;加强过程控制管理,切实做好各个环节的衔接,从系统层面落实整改措施;各级委员会要充分履行治理职能,强化责任、勇于担当,不断推进医院质量与安全管理水平再上新台阶。(文/尹 坚 图/张强)

全市医保基金监管进医院宣讲会走进我院开展宣讲



4月26日上午,全市医保基金监管进医院宣讲会走进我院开展宣讲,市医保局党组成员、副局长庞志勤作专题宣讲。市医保局待遇保障处负责人王波出席会议。

宣讲中,庞志勤从习近平总书记对基金监管的指

示、要求明确,对沐阳县定点医院做好医保基金管理有着非常强的指导性和可操作性。

县医保局党组书记、局长吴锋在主持会议时强调,要常态化开展各类检查,进一步加大监管力度。要树立规范意识,加强医保医师管理,规范诊疗服务行为,杜绝违规行为。要加大政策宣传力度,积极引导广大群众珍惜医保权益,维护基金安全,自觉抵制并主动检举欺诈骗保行为,守护“救命钱”。

县医保局领导班子成员,各科室负责人,基金监督科全体人员;全县三级医院分管院长、医保办负责人、信息科负责人,二级医院分管院长、医保办负责人,一级医院院长参加宣讲会。

(文/宿迁日报 图/徐婷婷)

我院调整核酸采样点 满足愿检尽检市民需求

为进一步做好疫情防控工作,满足广大市民的核酸检测需求,同时避免社会面采样需求人员与医院就医人员交叉,我院对核酸采样点进行了调整,自4月5日起,“愿检尽检”市民从瑞声大道或汇峰路至

院北门专用通道直接出入“愿检尽检”采样区域,无须进入医院

区,就能完成核酸采样工作。

4月6日上午,笔者在该核酸采样点看到,前来做核酸检测的市民保持一米安全线距离有序排队,在工作人员的指导下扫描二维码挂号、缴费,并有秩序到采样区接受核酸采样。

据介绍,该核酸采样点面向自费核酸检测的“愿检尽检”人员(单采28元/人),要求本人健康码为绿码,不接待红码、黄码,14天内有中高风险地区

旅居史人员。如有新冠肺炎十大症状,如发热、干咳、乏力、鼻塞等,必须从医院的主入口(南门)进入,直接到发热门诊筛查并进行采样。

该核酸采样点24小时提供服务,可以为广大市民提供核酸检测一站式服务。为了提高采样检测的效率,推荐市民通过关注“沐阳医院”微信公众号或核

酸采样点的自助机进行挂号缴费。针对老年人等不熟悉智能手机使用的特殊群体,医院也设置了收费窗口,并有工作人员协助做好信息登记工作,确保各项工作措施到位。核酸检测报告可以通过“沐阳医院”微信公众号或支付宝APP进行查看,需纸质报告的人员可以持打印报告的条码至检测点自助机进行打印。

(文/司 艳 图/张 强)



“疫”无反顾 逆向而行 沐阳医院援宿“大白”完成核酸采样近 22 万人次



疫情就是命令,白衣就是战袍。4月上旬,在宿迁市湖滨新区开展的大规模核酸检测中,有一支来自沐阳医院的援宿采样队,他们挺身而出,舍小家为大家,奋战在抗疫第一线,为这场“战役”贡献沐医力量。

4月8日上午,在晓店街道三巨家园小区南门采样点,笔者看到,身着防护服的医护人员和志愿者们分工明确,在默契的配合中,有条不紊地进行信息登记、样本采集、封存装箱

等规范操作。现场有位医护人员身影尤为突出,面对孩子温柔耐心,每次洗手细致致麻利,她就是沐阳援宿采样队队长,沐阳医院援宿采样队临时党支部书记、队长谢青。由于防护服、口罩的严密包裹,她的防护面罩下已凝结起层层水汽。据谢青介绍,沐阳援宿采样队4月2号集结完毕。这几天,他们主要分布在晓店街道三巨家园、湖滨人家、新城家园等多个小区。与病

毒战斗,吃苦是必须的,这点他们早有思想准备,但每次疲惫后都能恢复到能量满满,还与这片土地的热情息息相关。他们的付出得到了辖区居民的肯定。晓店街道居民吴女士说:“我们广大群众有医护人员的守护很安心,他们每天与无形的病毒作斗争也很辛苦,冒着很大的危险,感谢医护人员。”对于一些行动不便的老人或残障人士,采样队会逐个上门进行采样,老人们无不积极配合并感谢。

其实,除去医务工作者身份,这群挺身而出的“大白”们也是社会生活中普通平凡的一位,为人子女、为人父母,他们身上也有家庭责任需要担负。面对疫情,他们做出取舍,冲锋疫线,只为保大家一个平安。沐阳援宿采样队副队长李丽的孩子处在学业最为繁忙的高中阶段;党员护士于丹丹的孩子即将面临小升初;97

年护士钟倩倩的孩子今年才2岁,正需要父母的每天陪伴……抗“疫”时刻,每个人都在以自己的方式,为打赢这场战役无私奉献着。

于丹丹说:“在疫情面前,我们现在想的就是大家能够万众一心,齐心协力,努力战斗在一线,为打赢这场疫情阻击战做出我们应有的贡献。”

据介绍,截止到4月13日,沐阳医院共派出40名医护人员支援宿迁,完成采样近22万人次。

惟其艰难,方显勇毅。此次出征,也是沐阳医院继支援南京、扬州等城市进行核酸采样工作后的再次出征。一轮核酸采集,一次次紧急集结,面对困

难,沐医人“疫”无反顾,逆向而行,充分展现了召之即来、来之能战、战之能胜的优良作风和敬业奉献的职业精神。

(文/司 艳 图/援宿核酸采样队)



本版编辑:汪 思

医院地址:沐阳县迎宾大道9号 电话:0527-80816801 80815529 网址:http://www.shyyy.com/

早发现早干预 远离糖尿病

为了更精准有效地为全县人民提供专业、科学的健康指导服务, 沐阳医院和沐阳融媒体中心在调频 98.5《开心有方向》开设全民健康养生类专题节目“健康指南”。本期邀请到沐阳医院内分泌科主任、副主任医师张前进, 和大家聊一聊糖尿病的相关知识。

一、很多人在确诊糖尿病后, 会问:“我为什么会得糖尿病?糖尿病到底是怎么回事呢?”



我们体内有一个胰腺, 胰腺中有 β 细胞, β 细胞可以分泌胰岛素, 胰岛素是唯一降血糖的激素。形象地说, 胰岛素就像“搬运工”, 它负责把血液中的葡萄糖“搬运”到细胞内进行氧化利用, 给人体提供能量, 这样就减少了血液中的葡萄糖, 血糖就会降低。

而当存在饮食不合理、运动量少、肥胖或者遗传等因素时, β 细胞受到损伤, 就不能分泌足够的胰岛素, 或者胰岛素的作用出现缺陷, 也就是说呢, 胰岛素这个“搬运工”数量减少了, 或者是“搬运”的能力下降了, 这时大量葡萄糖进不了细胞, 滞留在血液中, 导致血液中的葡萄糖超标, 超过一定数值就会导致糖尿病。

从 1999 年直到今天, 糖尿病的诊断标准未曾变过, 即空腹血糖 ≥ 7.0mmol/L, 或者餐后 2 小时血糖 ≥ 11.1mmol/L, 基本上可以诊断糖尿病了。

二、很多人都听说糖尿病很可怕, 它到底有哪些危害?

2019 年, 我国居民因慢病导致的死亡占总死亡的 88.5%, 其中四类重大慢病分别是心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病和糖尿病。作为四大慢病

人的专属, 年轻糖尿病也越来越多。

三、糖尿病一般会有哪些症状, 进而提示我们需要进行血糖检测?

糖尿病的典型症状是“三多一少”, 就是吃的多、喝水多、小便多和体重减少。需要注意的是, “三多一少”症状其实在糖尿病患者中只占少部分, 近 80% 的患者没有。有的人会出现非特异症状, 比如乏力, 皮肤瘙痒, 视物模糊, 伤口不易愈合, 牙龈发炎, 尿路感染, 妇科炎症等。如果经常出现以上症状, 提示需要检测血糖。

四、哪些人群属于糖尿病高危人群?

高危人群更容易患糖尿病, 指南中列出了 14 个, 包括: 有糖尿病前期史, 年龄 ≥ 40 岁, 超重或者肥胖, 父母或兄弟姐妹有糖尿病的, 缺乏体力活动者, 有巨大儿分娩史的, 多囊卵巢综合征, 高血压、血脂异常, 冠心病……具有一个或者多个特点的人群需要定期筛查血糖。

五、那我们应该怎么预防糖尿病呢?

生活方式干预是最强的预防糖尿病的方法, 不仅可显著减少糖尿病发生率, 还能显著降低各种并发症和死亡风险。说起来简单, 即推荐增加蔬菜摄入量、减少酒精和糖的摄入量, 鼓励超重或肥胖者减重, 每天进行至少 20min 中等强度活动。但是长期坚持比较难。所

以, 针对难以坚持的人, 可以使用药物来预防糖尿病, 比如二甲双胍、利拉鲁肽等。针对严重肥胖的人, 也可以做减重手术。

糖尿病前期是指正常人群和糖尿病之间的这段时期, 是预防糖尿病的关键时期, 一般持续 5-20 年, 一旦错过, 转变为糖尿病后就很难根除。

六、如果已经得了糖尿病, 该怎么办呢?

如果已经得了糖尿病, 大家也无需过于担心, 糖尿病通过有效的管理完全可以控制, 谈起糖尿病的管理, 必须说到糖尿病治疗的“五驾马车”。

第一驾马车: 糖尿病教育。通过糖尿病教育, 学习各种知识, 有助于控制病情, 增强信心。同时能规避误区, 比如得了糖尿病就活不长, 多吃点药或者打胰岛素就可以随便吃, “秘方”或疫苗能根治糖尿病, 打胰岛素会成瘾等, 这都是错误的。

第二驾马车: 饮食治疗。这是糖尿病治疗的基础, 原则是全面均衡适量。不能走极端, 有人不控制饮食, 打胰岛素也无法控制病情; 有人控制太严格, 长期营养不良, 血糖控制很好, 反而寿命缩短。

第三驾马车: 运动治疗。运动可以降低血糖, 减重。应该坚持每周 150min 中等强度运动, 比如快走、慢跑、打太极。

第四驾马车: 药物治疗。糖尿病不一定需要用药, 但是饮食、运动以后血糖不达标, 比如空腹超过 7, 或餐后超过 10, 需及时使用药物。很多人过分关注药的副作用, 忽略高血糖本身的危害。

第五驾马车: 病情监测。糖尿病患者要定期监测血糖、血压、血脂、糖化和并发症, 根据情况及时调整方案, 不能只靠感觉。

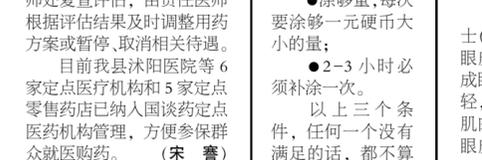


张前进
副主任医师
内分泌科主任

硕士研究生, 宿迁市临床重点专科带头人, 宿迁市医学会内分泌学分会副主任委员, 宿迁市医学会中西医结合分会副主任委员, 曾赴英国爱丁堡皇家医院学习苏格兰的糖尿病慢病管理。

擅长: 糖脂代谢、甲状腺疾病诊疗, 开展垂体疾病、肾上腺疾病、性腺疾病、骨质疏松症、电解质紊乱和内分泌疑难少见病的规范化诊疗。

电话: 15896310587



防晒要趁早 不然会变老

阳光日渐炽热, 紫外线不仅会晒黑你, 还可能晒伤或导致其它问题。为什么说防晒要趁早? 如何科学防晒呢?

过度日晒加速皮肤老化

皮肤老化是由自然因素或非自然因素造成的。人出生后皮肤组织日益退化, 功能逐渐活跃, 当到达某种年龄(25 岁)就会开始退化, 这种退化往往在人们不知不觉中慢慢进行。

皮肤老化又分外源性老化与内源性老化。

外源性老化: 紫外线、环境污染、创伤等;

内源性衰老: 年龄、遗传、营养、疾病、压力等。

事实上, 长时间在外又不注意防晒(包括冬天), 就有可能因过度日晒加速皮肤老化。

美国《内科学年鉴》杂志刊登一项研究发现, 即使是人到中年, 出门涂抹防晒霜(防晒指数至少为 30)对于延缓皮肤衰老也极其重要。

所以, 防晒, 不仅仅只是为了防止晒黑, 更是延缓皮肤老化的重要步骤!

如何有效防晒?

1. 避免某些时段的外出。尤其是上午 10 点到下午 2 点, 这个时间段的紫外线是最强的, 所以能不出门就不出门。

2. 做好物理防晒。就是把自己遮住, 穿戴好防晒衣、防晒帽、防晒伞、防晒口罩等。这里要提醒大家, 平时我们戴的大部分医用外科口罩其实是不具有防晒功能的, 因此, 用这种口罩来防晒等于没有防晒。

3. 正确涂抹防晒霜。有效的防晒霜涂法必须要同时满足三个条件:

● 提前 15-20 分钟涂抹;

● 涂够量, 每次要涂够一元硬币大小的量;

● 2-3 小时必须补涂一次。

结婚 8 年不孕 试管婴儿一次好孕却 28 周胎膜早破……



“凌晨两点剖腹产, 一男一女, 两个一样重 2.8 斤! 感谢葛主任这么长时间的关心……”言语间是初为人母掩饰不住的激动与喜悦。近日, 我院生殖医学中心副主任、副主任医师葛志娟收到张女士的喜悦后同样兴奋不已。说起张女士的求孕之路, 坎坷中充满着幸运……

气候: 反复努力 8 年 多次“造人”失败

32 岁的张女士在八年前结婚, 婚后“迟迟没有动静”, 被诊断为: 多囊卵巢综合征。为了要个孩子, 她和丈夫四处寻医, 多次促排卵及人工授精试孕, 但一直没有结果。这些年来, 他们为诊治不孕不育花费了不少的时间和精力。

转机: 慕名觅得良医 试管婴儿一次好孕

2021 年 6 月, 在焦急万分和失望之际, 听闻我院生殖医学中心已成功开展试管婴儿技术, 辅助生殖团队已经帮助不少夫妻成功妊娠, 张女士心里又燃起了希望, 她和丈夫决

时间就是生命! 男子消化道穿孔病情危急, 还好有他们——

幸运: 孕 28 周胎膜早破 多学科团队护航

然而, 开心过后, 葛志娟又开始担心张女士双胎容易导致早产、合并妊娠高血压、胎位不正等。尽管是慎之又慎的安胎, 大家担心的事情还是发生了!

怀孕 28 周左右, 张女士出现胎膜早破, 被立即收入我院产科治疗。在产科医护人员的精心指导和保险治疗下, 10 天后, 妇产科副主任、主任医师陈晓超为张女士行剖宫产, 两个宝宝平安诞生。由于早产, 两个宝宝都只有 2.8 斤, 且肺发育不成熟, 出生后, 立即被送入新生儿监护室。

气管插管、上无创呼吸机……在新生儿病区副主任、副主任医师蔡金娥等医护人员悉心照顾了 40 多天后, 两个宝宝由原来的 2.8 斤长到 5.6 斤, 各项生命体征平稳, 达到出院指标。

正是有了我院生殖医学中心、妇产科和新生儿科多学科团队的保驾护航、通力协作, 一步步、小心翼翼, 才获得了圆满的结局。看着来之不易的宝宝们, 张女士发自内心的说: “感谢你们的坚持和努力, 帮助我们圆了父母梦, 拥有了这么一对可爱的宝贝!”

主任寄语: 多胎妊娠会引起母亲妊娠期高血压、心脏病等并发症; 会引起胎儿异常情况多, 如: 早产、低体重儿、极低体重儿等风险; 既增加风险, 又增加经济负担。建议单胎移植, 既怀得上, 又保得住, 开心孕育聪明宝宝。

(生殖医学中心)

“医生! 医生!” 近日一天上午 10 点左右, 伴随着一阵急促的呼叫声, 一位腹痛难忍的年轻男子被送到我院急诊科——**抽丝剥茧 病情真相大白**

听到呼叫声的急诊分护士立即上前查看, 只见患者满头大汗、面容痛苦, 便迅速用担架车将其送至急诊抢救室。急诊外科医生查体后发现: 患者全腹胀痛, 上腹痛较剧, 肌紧张且反跳痛明显, 结合腹部 CT 提示腹腔游离气体, 急性上消化道穿孔诊断明确。

我院消化病中心二病区主任、主任医师徐本文接到电话后, 火速赶至急诊科。徐本文会诊后表示, 消化道穿孔如果治疗不及时, 会导致感染性休克甚至死亡, 需立即行急诊手术治疗。

紧急手术 患者转危为安

急诊科立即为患者开通急诊绿色通道, 启动紧急救治手术流程。很快, 患者被送入急诊手术室。

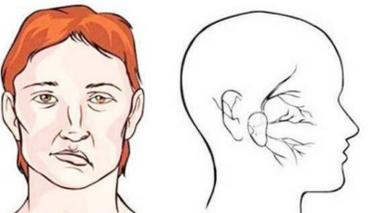
患者是不幸的, 疾病让他感受到生命的脆弱; 患者又是幸运的, 他以生命相托, 沐医人全力以赴, 各个环节无缝衔接, 多学科团队密切配合, 用高度的医者责任感、使命感和优秀的急诊急救能力, 书写了又一个生命奇迹。

(文/闫艳 陆慧 图/徐婷婷)



图示: 术中右侧颈部小切口, 仅刺破切口周围头发。

眼睛跳跳也会是病? 女子右眼连跳 1 年, 一查竟是……



市民: 医生, 医生! 快看看我右眼皮一直在跳, 都说“左眼跳财, 右眼跳灾”, 我是不是要遇到什么倒霉的事情了?

医生: 我看, 你这是面肌痉挛!

无法控制的 脸部抽搐让她备受困扰

家住李恒镇的 52 岁王女士(化名), 一年前发现自己右眼皮时不时跳两下, 之后加重成眼皮抽搐。起初眼皮抽搐较轻, 持续几秒钟, 后来右面部肌肉也开始偶尔抽搐, 慢慢的, 眼皮、面肌抽搐的次数越来越

多, 持续时间也越来越长。随着时间的推移, 王女士还出现了耳鸣症状, 嘴角也开始向右歪。为了治病, 她尝试了不少按摩和针灸, 同时一直在吃药控制, 可今年开始出现药物耐受性差, 控制效果越来越差。

近日, 备受煎熬的王女士听熟人介绍说沐阳医院神经内科在治疗该疾病方面有丰富的经验, 便慕名前来就诊。

微血管减压术 让她重拾自信笑颜

我院神经外科副主任、主任医师翟晓雷接诊了王女士,

2. 面肌痉挛有哪些特别表现?

① 间歇性发作: 面肌痉挛一般间歇性发作, 不发作时完全就是正常人, 也没有任何不舒服。一旦发作, 一般持续数秒到数分钟不等, 表现为眼角或整个面部抽动。

② 随着时间推移症状逐渐加重: 面肌痉挛是一种进展性疾病, 随着时间的推移逐渐加重。发病初期仅表现为轻微的眼皮跳, 一般只持续数秒钟, 感觉不明显。随着疾病进展, 抽动范围越来越大, 可扩到口角, 严重的甚至累及颈部; 抽动的幅度越来越大, 眼睛无法睁开, 口角歪斜; 抽动的频率越来越高, 不分白天黑夜。

③ 有明显的诱发因素: 面肌痉挛常在情绪激动、劳累、紧张或长时间

用眼等因素后诱发加重。

3. “面肌痉挛”人群注意事项

① 保持乐观的态度, 消除紧张不良情绪, 树立治病的信心, 积极配合治疗。

② 生活有规律, 劳逸结合, 避免过度劳累。注意面部保暖, 出门戴口罩, 避免冷风刺激, 诱发抽搐。

③ 饮食要清淡, 避免贪食, 少吃甜食、动物脂肪和精制食品, 多吃粗粮、鱼类、蔬菜、豆制品和水果。



图示: 术中右侧颈部小切口, 仅刺破切口周围头发。