



宿迁市人民医院

The people's hospital

以德从医 关爱生命



南京鼓楼医院集团宿迁市人民医院主办

2016年12月15日 星期四
农历丙申年十一月十七

2016年第12期总字第76期

苏新出准印 JS-N025号

题字:吴应宁

我院党委召开第三次党员大会

听取党委、纪委工作报告 选举产生第三届委员会、纪律检查委员会



党委书记凡金田正在投票



院长张荣林正在投票



参会领导与新一届党委委员合影



参会党员填写选票

11月15日下午,我院党委在门诊六楼会议室召开第三次党员大会,分别听取和审议上一届党委、纪委工作报告,并选举产生第三届委员会、纪律检查委员会。

市委组织部副部长、企业和社会组织工委书记龚和,南京鼓楼医院党委委员陈湘玉,金陵药业总裁李春敏到会指导,党委书记凡金田、院长张荣林等全院271名党员参会。

党委书记凡金田在报告中说:过去5年,我院在市委、企业和社会组织工委的正确领导下,在鼓楼医院、金陵药业党委的支持帮助下,在全院党员群众、干部职工的团结奋斗下,在离退休人员的殷切关心下,以习近平总书记系列重要讲话精神为指导,以创建三级甲等医院为总体目标,凝心聚力抓党建,创先争优促发展,建设学习型、

服务型、创新型党组织,充分发挥党组织的战斗堡垒作用和党员的先锋模范作用,在思想建设、组织建设、作风建设、制度建设和反腐倡廉等方面工作取得了新的成绩。党组织的凝聚力和战斗力进一步增强,广大党员干部的整体素质进一步提升,有力地保证和推动了医院的创新和发展。院党委副书记、纪委书记朱裕成在报告中说:我院纪委通过深入贯彻落实中央纠正“四风”举措,以构建惩防体系为主线,把加强党风廉政建设和反腐倡廉作为党的一项重大政治任务抓实抓牢,坚定不移地支持和推进医院改革发展稳定工作,从而促进医院党风、党纪建设和医德医风建设健康发展,为促进医院又好又快发展起到了保驾护航的作用。

大会通过新一届党委委员、纪委委员候选人建议名单,在听取候

选人简历后,选举正式开始。会议采取差额选举方法,最终,凡金田、张荣林、朱裕成、李运红、吴建强、牛磊、林爱华当选为新一届委员会委员,朱裕成、牛磊、叶钧、孙明、刘从兵当选为新一届纪律检查委员会委员。

龚和同志肯定了我院过去5年取得的成绩,对新一届党委、纪委提出几点希望:一是要充分发挥党的政治核心作用;二是要把联系服务群众作为工作重点;三是要切实增强社会责任的担当意识。他强调,新一届党委、纪委领导班子要以这次党员大会为新的起点,把医院的红色品格进一步发扬光大,为推进转型发展、绿色发展、创新发展,加快“强富美高”全面小康宿迁建设步伐作出新的更大的贡献。

党办 徐甜甜

我院40名专家入选宿迁市继续医学教育学科专家组名单

近日,宿迁市继续医学教育委员会下发了“关于成立宿迁市继续医学教育学科专家组的通告”。为适应新形势下继续医学教育工作的需要,加强继续医学教育科学管理和业务指导,提高全市继续医学教育的水平和质量,经研究决定,成立宿迁市继续医学教育学科专家组。经前期推荐、公示,综合各方意见,市继续医学教育学科专家组分为27个学科组,共249名专家。我院共计有40名专家入选进入各个学科组,院长张荣林教授、副院长李运红副教授等13位专家分别担任心血管病学、消化病学等相应

学科组组长,组长人数占到所有学科组的一半,在展现我院专家整体学术水平的同时,也体现出宿迁市继续医学教育委员会对我院继续医学教育工作的认可和肯定。

自接到宿迁市继续医学教育委员会关于推荐宿迁市继续医学教育学科专家组成员的通知起,科教处对照学科分类及名额分配表,认真组织临床医技科室专家开展推荐申报工作,遴选出具有副高及以上职称、学术水平较高,在本学科中有较高的影响力和知名度,尤其是学科带头人或担任省、市专业委员会主任委员或副主任委员者、

具有参加省卫生计生委组织的继续医学教育相关工作经历者作为重点推荐对象。医院共计推荐申报人员42人,最终40人通过评审,他们将在市继续医学教育委员会领导下开展工作,负责继续医学教育项目审定、基地评审、业务指导等工作,对全市继续医学教育规划、政策制定提出意见和建议。医院也将进一步规范和总结继续医学教育工作,提升医院继续医学教育项目举办质量,通过开展高水平、高质量的学术活动不断提高卫生专业技术人员的业务水平和整体素质。

科教处 周刚

组建医疗联合体 开创就医新模式

我院与10家协作医院“医疗联合体”签字仪式3日举行



组建医疗联合体 开创就医新模式

杨晴晴 摄

11月3日下午,“医疗联合体”签字仪式在我院急诊五楼会议室举行。该院院长张荣林分别代表与洋河人民医院、宿迁市第三医院、皂河镇医院、陈集医院等10家协作医院的负责人签署协议。大会由我院副院长李运红主持,院长张荣林致欢迎词,医务处处长李兵宣读合作协议书内容。

签字仪式前,张荣林对长期以来关心支持我院发展的各位领导和协作医院表示诚挚的谢意。他从医院的人才梯队建设、重点专科建设、医疗技术水平、医疗设备和医院发展整体水平等方面作了详细介绍。我院现有医护卫技人员1478人,其中,高级职称242人,中级职称347人,现有江苏省有突出贡献中青年专家3名;2016年8月,12名人员被评为江苏省第五期“333工程”培养对象;省、市级专业委员会主委、副主委共计35人;医院现有省级临床重点专科2个,市级临床重点专科19个,市级医学重点学科8个;除此之外,我院还是南京大学医学院和徐州医科大学研究生培养单位;徐州医科大学附属医院;医院2008年4月被江苏省卫计委认定为全科医师规范化培训基地,同年十二月被江苏省卫计委认定为住院医师规范化培训基地,2015年为国家级住院医师规范化培训协同医院。在医疗设备方面,医院拥有高精尖大型医疗设备30余台,256排螺旋CT、3.0核磁共振及心血管造影机器都是国际先进医疗设备,大大提高了危急重症和疑难病症的临床诊断正确率。新外科大楼投入使用,老外科大楼改造、使用,以及正在新建的门诊急症大楼和病房综合楼,使老百姓就医环境得到了明显的改善。同时,我院加快信息化建设的步伐,随着PASS、LIS系统的使用和对HIS系统的

更新,全院的工作效率得到了快速提升。我院先后获得全国“模范职工之家”、“全国百姓放心医院”、省“卫生系统先进集体”、“江苏省人社厅医保AAA级诚信医院”等称号;今年10月份,在全国774所医院中,我院又通过层层考核获得“全国百姓放心百佳示范医院”称号。

张荣林强调,作为“医疗联合体”的核心医院,要把社会效益放在第一位,通过技术帮扶、人才培养、双向转诊、分级诊疗等方式与兄弟医院开展合作,严格遵守协议章程,认真履行医院职责,充分发挥他们的专业优势,实行医院管理、学科建设、临床医疗和技术应用等资源共享,促进协作医院医疗技术的发展,推动“医疗联合体”的共同发展和繁荣,让宿迁的老百姓享受到更优质的医疗服务。

协作医院的代表们纷纷发言表示,加入“医疗联合体”后,相信在我院支持帮扶下,将会获得更长远的发展,更好地为百姓服务。洋河人民医院院长申萍表示:虽然与济南军区总医院结成技术帮扶医院,但是和市人民医院结成盟友更具地域优势,更有利于实施“基层首诊,双向转诊”分级诊疗制度;宿迁市第三医院院长许真祥表示,靠大靠强,依附着我院这艘医疗航母,巡洋舰一定走得更稳、更远,为宿迁人民的健康保驾护航。通过此次交流,大家坚信“医疗联合体”的建立,将充分发挥医疗资源效能,优化资源配置,形成上下联动、优势互补、资源共享的运行机制,充分发挥我院技术优势,共同提高宿迁地区的整体医疗技术水平和服务能力,努力让人民群众受到均等、优质的医疗服务。签字仪式后,“医疗联合体”与会代表进行了合影留念。

党办 周艳

医院
院训
厚德载物 济民康
上善若水 施仁术

核心价值观
博爱 济德 敬业
仁崇 德业

编委会:
主任: 凡金田
总编: 叶钧
编辑: 方树侠 臧德华 刘涛 李兵 周刚 陆启琳 袁静秋 张煦颖
摄影: 周艳
版面统筹: 周艳
责任校对: 徐甜甜
电话: 0527-84211313
E-mail: sqmmyyb@163.com

市医疗机构留置针输液操作大赛 我院两名选手包揽一、二等奖

简明新闻

糖尿病专科护理网络成员 进行胰岛素笔注射比赛

11月8日下午4点,糖尿病专科护理小组在急诊五楼会议室组织全院糖尿病护理网络成员进行诺和胰岛素笔的比赛活动,旨在规范护理网络成员正确注射胰岛素,更好地服务于病人。

护理部副主任唐红兰现场指导了本次活动。护理部主任助理兼大内科护士长蔡敏宣读比赛规则。护理部干事袁静秋、门诊护士长孙玉玲、ICU副护士长巩丹丹、血管介入科副护

士长耿立艳作为本次比赛评委。35名选手依次进行胰岛素笔的操作比赛,选手们仪表规范,精神抖擞,沉着冷静。

比赛结果是内分泌科陈环荣获一等奖,呼吸内内分泌科朱蓓蓓、老年科王晓菲荣获二等奖;消化科王宝芹、呼吸科徐静、ICU孙爱香荣获三等奖,糖尿病专科护理小组对获奖者进行奖励。

内分泌科 詹宪玲

烧伤整形科: 承办市级继续教育医学教育项目

11月11日下午2:30,我院烧伤整形科承办的市级继续教育医学教育项目《PICCO与CRRT技术在重度烧伤早期救治中的应用》学习班,在急诊五楼会议室开课,参加学习班的人数达155人。烧伤整形科王雪山主任阐述了《烧伤疤痕的防治》,主治医师徐业凯讲解了《重症烧

伤的救治》,主治医师王进讲解了《局部皮瓣在鼻唇部亚单位缺损修复中的应用》,汤彦丽护士长解读了《烧伤的康复指导》。

会上大家认真听讲,会场秩序井然,学习氛围浓厚,增加了大家对烧伤整形科常见疾病诊疗的认识与了解,达到了学习班预期目的。

烧伤整形科 王进

超声科引进新一代四维彩超诊断仪

我院超声科原有一台四维超声诊断仪,为了满足广大患者的需求,我科又引进了一台更为先进的四维彩超诊断仪。

相较二维彩超,四维彩超可准确提供有关胎儿的大小、羊水多少、脐带是否绕颈等信息,检测胎儿先天性缺陷的精确度更高,降低误诊漏诊现象,在产前排畸检查的超声图像诊断中无可取代。此外,除了能够显示出腹中胎儿的实时动态图像外,还能够多方位、多角度的观察宫内胎儿的生长发育情况,对胎儿的体表进行检查,如唇裂、脊柱裂、大脑、肾、骨发育不良等,为早期诊断胎儿先天性体表畸形提供准确科学依

据。高清四维能自动为胎儿进行宫内拍“写真”和动态录像,为准妈妈增添了不少情趣,她们不再是仅仅感觉宝宝运动,而且可以亲眼目睹肚子里宝宝的乖巧容貌和可爱动作。四维彩超的设计非常符合人体工程学,不存在射线、光波和电磁波等方面的辐射,对孕妈妈和宝宝的健康没有影响。

宿迁市伤口造口失禁护理全委会 培训班取得圆满成功

11月1-4日,由江苏省护理学会举办的国家级继续教育项目——江苏省伤口、造口专科护理知识培训班在美丽的骆马湖畔成功举办,与此同时,宿迁市首届伤口造口失禁专科护士培训班也由此拉开序幕。11月2日晚,我市伤口造口失禁护理专委会第二次会议在中德度假村顺利召开。会议由全委会主任委员王学红主持,来自三县两区的22家医院共29名全体委员参加了此次

会议。

会上,泗阳县人民医院护理部主任、伤口造口失禁专业组委员、国际造口师刘海燕对今年的工作进行了总结。

王学红对下一步的工作重点提出要求:充分发挥专科护士的作用,做好案例收集并积极发展科研;对我市伤口、造口、失禁专科护士的培训基地工作进行了合理安排,明确了各基地的主要职责。

泌尿外科 张莉

儿科2病区投入使用:缓解住院压力

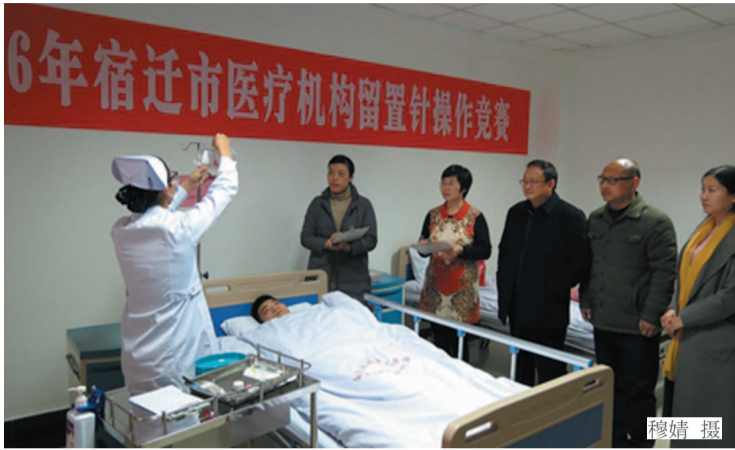
为了缓解我院儿科长期以来住院难的问题,在院领导及相关部门的大力支持和多方努力下,经过前期的积极筹备,新改、扩建的儿科2病区已于11月18日顺利收治病人,开放床位59张,使儿科总住院床位数达到150余张,这是我院儿科发展史上又一个新起点。

扩建、改造后的2病区焕然一新,宽敞明亮,病区走廊及房间内张贴了颜色鲜艳的卡通图案,使病房显得温馨活泼;即将开放的VIP病房内中央空调、数字电视、冰箱、微波炉、陪护床、独立卫生间等生活设施

一应俱全,给患儿提供良好住院治疗环境同时,让陪护家长也更加方便、舒适。

目前,新病区配备主任医师3人,副主任医师1名,主治医师3名,住院医师3人;主管护师4人,护师6人,护士6人,随着收治病人增多还将有数名医护人员陆续到岗。不久,光疗箱、经皮测胆仪、微量注射泵、便携式指脉氧监测仪、心电监护仪、小儿呼吸机等,小儿纤维支气管镜也即将投入使用。收治疾病范围包括儿童呼吸、消化、循环、神经、血液系统等,包括各种危重急症。

儿科 彭建红



穆婧 摄



袁静秋 摄

为提高我市护理人员留置针输液专业技术水平,11月29日,宿迁市护理学会组织全市医疗机构留置针输液操作大赛,竞赛地点在我院门诊六楼示教室。开幕式上,我院院长张荣林作为承办方发表热情洋溢的致词,宿迁市卫计委医政处处长周东浩致开幕词,宿迁市护理学会理事长任延霞宣读比赛规则:比赛分两组,由市卫计委领导和二、三级医院护理部主任8人分别担任A、B两组评委,9点比赛正式开始,16点结束。

本次参赛选手共34人,均为各家医院选拔出来的护理骨干,竞赛采用真人穿刺的“实战”技能赛,

各参赛选手自带的“病人”均是各单位的医生、护士。按抽签顺序,大家有序进入考场,按照二次抽签案例,选手们分别选择输入液体和药物进行比赛。

此次比赛,我院领导和护理部高度重视,11月16号我院组织选拔赛,耳鼻喉科闫雅丽、ICU高春子从38名选手中脱颖而出,经过一周脱产训练,两人操作水平几乎达到炉火纯青程度。竞赛时,动作娴熟、规范,穿刺一针见血,留置针U形固定规范、正压封管动作标准,体现了“以病人为中心”和人文关怀的护理理念,展现了护士良好的礼仪,最终两人分别获得A、B

两组第一名,为决出冠军,两人进行第二轮抽签比赛,最终,闫雅丽以97.25分斩获一等奖,高春子以96.63分获得二等奖,宿迁市第一人民医院沙盼盼等6人获得三等奖。

市护理学会理事长任延霞说:“留置针输液操作竞赛是护理岗位大练兵、大比武活动的延伸,竞赛是手段而不是目的,希望通过以赛促学、以赛促练,练就一支理论扎实、技术过硬、服务优良的护理队伍,为患者提供安全、优质、高效的护理服务”。

护理部 袁静秋

我院推进高校教师资格认定工作 已有33人通过徐医大初审

10月初,我院如期开展高等学校教师资格认定工作,按照要求,申报工作分为备案环节,网报环节,教育教学能力测试,体检、思想品德鉴定以及最后审核盖章签字五个阶段。针对附属医院申报人员,徐州医科大学除对思想品德、学历、体格、职称等提出要求外,还着重对医护人员的教育教学能力进行考察,不仅要参加省教育厅委托高校师培中心组织的岗前培训、获得合格证书,而且要具备二级乙等以上普通话水平标准,同时采取试讲、面试两种形式对申报人员进行现场教育教学能力测试,以此加强教师资格认定工作的规范化、制度化。最

终,我院共计33人顺利通过徐州医科大学初审,其中临床医技人员16人,护理人员17人。高等学校教师资格认定工作是江苏省教育厅认定审核的,只有通过审核获得教师资格证人员才真正意义上具备带教资质。

与此同时,10月中下旬,医院按照徐州医科大学部署,开展2016年中级专业技术职务(讲师)评聘工作。申报人员需具备中级及以上卫生专业技术职称、学历本科及以上,此外,还必须具有教师资格证书、职称外语合格证书、职称计算机合格证书,现职内至少发表本专业学术论文一篇、教学论文或教学总结文章一篇等

等,尤其对申报人员现职以来带教工作进行量化考核,包括开展理论课程学时数、教学对象、教学形式等,提供相关证明材料,从而保证获批讲师队伍人员是实实在在的从事临床带教,愿意带教,能够为医院教学工作付出一定贡献的医务人员。通过整理汇总,共计35名医护人员符合条件并顺利完成讲师申报工作。

截至目前,我院通过江苏省教育厅认定获得教师资格证的医护人员共计207人,通过徐州医科大学讲师审核获得讲师任职资格的医护人员78人,他们的加入大大提高了我院教师的素质,强化了医院的师资队伍。科教处 周刚

市骨科专业学术会议:展示学术成就 交流实践经验

10月29-30日,市医学会骨科专业委员会2016年学术会议在沭阳县中医院举办。市医学会秘书长徐彬,沭阳县卫计委副主任董晓雪,沭阳县中医院副院长乙军等出席开幕式并致辞。会议由市医学会骨科专业委员会主任委员、我院骨科主任杨大明主持,市医学会骨科专业委员会主要成员及全市各级医疗机构骨科专业同仁近200名代表参加了会议。

会议邀请江苏省医学会骨科分会主任委员、江苏省人民医院关节外科主任范卫民教授,江苏省创伤学会主任委员、江苏省人民医院创伤骨科李翔教授,江苏省运动医学学会主任委员、苏州大学附属第二医院董启榕教授,南京大学附属鼓楼医院脊柱外科朱泽章教授和苏州大学附属第二医院茅泳涛副教授等省内知名专家分别就关节、创伤、脊柱等方面作了专题

学术报告,并对多例疑难、典型病例的诊断和治疗进行了点评分析。

本次大会内容丰富,以专题发言、病例讨论等形式为全市骨科医师提供了一个分享前沿知识、展示学术成就和交流实践经验的平台。会议对进一步提高宿迁地区骨科医护人员的诊疗水平,推动全市骨科事业的发展具有积极的意义。

骨科 1 孔祥如

呼吸科开展世界慢阻肺日健康教育活动

世界卫生组织将每年11月第三周的周三定为世界慢阻肺日,即COPD日,其宗旨是帮助人们提高对慢阻肺的认识,改善慢阻肺诊断不足和治疗不力的现状。今年是第十五個COPD日,主题是:“关注慢阻肺永远不会晚”。

11月17日,我院组织的世界慢阻肺日健康教育活动在内科楼二楼会议室举行,此次活动得到我市广大COPD患者的积极响应,三十多位患者及家属参与。

呼吸科主任施斌针对COPD的预防、治疗、进展及预后做了详细的讲解;护士长曹力娟声情并茂地向病人宣教了COPD疾病家庭护理和保健的知识;护士向病人展示了腹式呼吸、缩唇式呼吸等功能锻炼以及药物吸入剂的正确使用方法。期间,我们还为前来参加活动的患者进行免费肺功能检测。

活动过程中,患者及家属积极参与,相互交流治疗及保健的经验,也提出了在家庭治疗过程中遇

到的一些难题,如制氧机的维护、激素的服用方法、家用呼吸机参数的调节等问题,与会专家一一做出详细讲解。

患者及家属表示在此次活动中,学到许多COPD疾病的相关知识,了解到医患合作的重要性,对呼吸科医护人员产生更多的信赖,面对疾病更有信心,并希望这样的活动应多多举办。

呼吸科 戈丹艳

南京鼓楼医院集团宿迁市人民医院耳鼻喉专家: 让患上喉癌赵老先生又开口说话啦!



12月21日,是民间的节日冬至。家住市区矿山社区的赵老先生,一大家子围在一起吃饭,他对孩子们说:我今天又能开口说话,全都是宿迁人民医院专家的功劳呀!赵老先生为何说这话?原来今年7月底,我院耳鼻喉科来了一位患者。赵某,男,61岁,矿山居委会人,声嘶半年余,门诊检查喉镜检查发现其喉部新生物范围较广,侵犯喉室、室带、声带全长及会厌根部,活检病理提示:鳞状细胞癌II级,按照范围患者达到全喉切除的手术指征。患者不会书写,要求术后能说话的意愿非常强烈,如果切除全部喉体,患者将永远失去说话

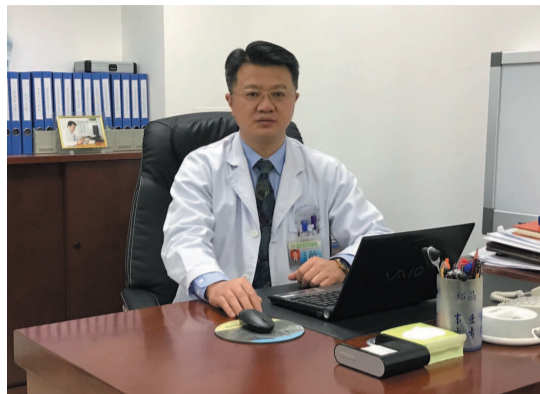
的功能。在耳鼻喉科倪泽主任的带领下,全科做了术前讨论后,再次带患者去喉镜室检查,发现其环杓关节活动尚可,声门下无肿瘤侵及,会厌根部有部分肿瘤侵及,考虑可以保留杓状软骨、环状软骨,术中再次检查送切缘,看是否能保留部分会厌。手术时间安排在8月2日。按照术前预期,在主任倪泽的指导下,副主任医师张剑伟主刀,主治医师徐金、住院医师张其昌作为助手,为患者完成了严格意义上的宿迁市首例环舌骨会厌固定术,即CHEP手术,并同时做了颈淋巴结清扫术。术中会厌根部送快速病理提示切缘已净,保留了患者部

分会厌的功能。通过功能锻炼,严防了术后患者饮食呛咳导致的误吸。

现手术后已近五月,患者能正常说话,吃饭吞咽无误差,每次复查喉镜均无复发迹象。患者能恢复得那么好与其本人和家属对医生的信任,与医院的精心治疗、护理是分不开的。刚入院时,患者得知自己是喉癌,情绪曾异常低沉。因患者不会写字,和他谈到以后有可能不能讲话时,患者沉默了很久后还是签了致残手术审批表。患者曾和主治医生张剑伟说:“张主任,我还是希望以后能讲话,但不管怎样,我还是把我交给你,一切由您决定。”术前,护士长张淑艳带领责任护士田园及尤甜对患者进行心理疏导,减轻了他术前的紧张焦虑情绪。经全科医护人员共同努力,手术取得圆满成功。术后三天,患者堵管可以说话;术后第十天,患者开始试进饮食,为了防止呛咳鼻饲一直没有拔除。鼻饲期间,责任护士田园以及夜班护士轮流亲自给患者喂饭,患者感动地说:“这些护士姑娘们真是比亲闺女还要贴心。”

出院后,患者去肿瘤科放疗期间,带着的鼻饲管需要更换,他每次都一定要找张剑伟亲自更换。用他的话说:“张剑伟主任手术做的好,插的鼻饲管也一点都不难受。”耳鼻喉科 张其昌

神经外科主任医师郑晶



鼓楼医院、上海华山医院神经外科中心进修学习。显微神经外科技术娴熟,擅长脑胶质瘤、脑膜瘤、垂体瘤、听神经瘤、颅内动脉瘤的显微外科手术。大型听神经瘤切除手术面神经保留率95%以上。对高血压性脑出血微创手术有较高造诣,高血压基底节区脑出血及脑干出血手术效果达到省内先进水平。在省内较早开展颅内压监测和人工亚低温冬眠技术,重型颅脑创伤抢救经验丰富。主持完成省级科研课题一项,获江苏省卫生厅新技术引进奖一项,市科技进步奖四项。在《中华神经外科杂志》等核心期刊发表学术论文10余篇。

郑晶 神经外科副主任、神经外科主任、主任医师。江苏省医学会创伤医学分会委员、江苏省医学会灾难医学分会委员、江苏省医学会神经外科分会委员、宿迁市医学会神经外科主任委员、江苏省抗癌协会神经肿瘤分会委员、宿迁市医学会医疗损伤鉴定专家库专家、江苏省“333”工程重点培养高层次人才,先后于1995年、2005年在南京

名
医
专
家

着眼糖尿病,维护身体健康

2016年11月14日是第十个“联合国糖尿病日”。

目前中国糖尿病人患病率达11.6%,糖尿病人1.14亿,占全球三分之一。任何慢性病造成的隐患都是无可估量的,作为最普遍的慢病之一,糖尿病对健康构成的危害触目惊心,特别是它的并发症,对患者来讲,喻为身边的定时炸弹也不为过。所以,作为糖尿病患者,要着眼糖尿病,保护自己健康。

那么如何学会自我管理呢?我们需要记住六个基本点:管住嘴、迈开腿、用对药、常体检、控体重、不劳累。

1、管住嘴:血糖和食物是孪生兄弟,吃的越多,流淌在血液里的血糖就越高,满足了口福,血糖里就有了甜蜜的负担。所以糖友要注意食物的选择和总量的控制。

2、迈开腿:血糖和运动是欢喜冤家,欢喜冤家相生相克,你弱我强,你强我弱,所以糖友需要迈开腿,多运动。但不同的病情需要选择不同的运动强度和运动时间,一般而言,选择轻至中等强度的有氧运动,比如步行、慢跑、自行车、游泳等,每周保证5~7次、每次30分钟的运动时间。

3、用对药:治疗糖尿病的药物包括口服降糖药和胰岛素的评估。

4、常体检:体检的项目包括:1、血糖:每周至少一套全天的七点血糖自我监测,并每1~2个月去医院检查静脉血糖;2、糖化血红蛋白(HbA1c)检测:每年2~4次;3、外周血管检查至少每年一次;4、眼科检查:每年1次;

5、足部检查:每天自我检查,每年到医院检查1~2次;6、糖尿病肾病初筛(尿微量白蛋白):每半年检查1次;7、血压:血压平稳时2周一次;血压波动时每天两次;8、血脂:每季度至少1次;9、牙科检查:每6个月一次。

5、控体重:1型糖尿病患者常常是消瘦的;而年轻的2型糖尿病患者往往是偏胖的,而且在服用口服降糖药或胰岛素的情况下,体重会增加,这不但影响健康,还影响颜值,这也成为年轻糖友的担忧。病友除了可以通过饮食和运动来控制体重,还可以口服降糖药,比如二甲双胍(DPP-4、GLP-1)也可以帮助我们控制体重。如果是属于重度肥胖且药物治疗不能达到满意效果的,还可以经过外科医生的评估后选择手术治疗。

6、不劳累:糖尿病友们要珍惜自己的身体,不熬夜,不加班,不劳累,在工作和学习之余,适当地放松神经,培养自己的兴趣,陶冶情操,心情平和时体内应急激素分泌少,有助于控制血糖。

糖尿病目前还是终身疾病,但随着科技的进步,相信终有一天人类会彻底战胜糖尿病。在这之前还需要广大糖友坚持不懈的管理自己,从而有健康的血糖标准,才能做健康的自己!

内分泌科 邹会玲



授课 + 演练 + 示范

护理部组织实习生参加骨关节科业务学习流程

11月11日下午,护理部组织68名实习生到骨关节科活动室参加业务学习,内容包括关节置换个案护理、护理程序在临床上的应用、全膝关节置换护理3项内容。学习采用回顾性教学查房,边讲解边演示术后患肢功能锻炼方法与步骤,分别由该科带教老师张苏玲、张敏、史婷婷、刘颖授课;护士长徐娟补充和拓展相关内容。护理部副主任唐红兰到场,并提出要求和希望,教学干事袁静秋全程参与并总结。

授课+演练+示范

首先,由年轻护士张敏作回顾性 关节置换个案护理查房,讲解 关节解剖、股骨颈骨折病因、 节置换术定义、查房目的等内容。她要求实习生掌握股骨颈骨折及人工 关节置换术的解剖及定义;手术治疗和非手术治疗适应症;掌握 关节置换术的围手术期护理;掌握疾病相关知识及护理新进展情况,术后护理诊断:疼痛、假体脱位等预防和护理措施。

随后,带教老师史婷婷作护理程序在临床应用业务讲座,简述护理程序的概念及目的、护理程序的五大步骤。重点讲解护理诊断与医疗诊断的区别:医疗诊断较少,只有1~2个,而护理诊断可有几个或多个:有现存的、潜在的、可能的等问题,完整的护理诊断陈述包括三部分(PES),即健康问题(P)、病因(E)、症状和体征(S),三部分陈述(P+S+E)多用于现存的护理诊断,即护理问题,症状或体征及相关因素三者齐全;二部分陈述(P+E)多用于潜

在的护理诊断;一部分陈述(P)常用于健康的护理诊断。制定护理计划应按其重要性和紧迫性排出主次,把威胁最大的问题放在首位,通常按以下顺序排列:首优问题:是指会威胁病人生命,需立即行动去解决的问题。如清理呼吸道无效、可有抽搐或惊厥发生等;中优问题:是指虽不会威胁病人生命,但能导致身体上的不健康或情绪上变化的问题。

演练:增强记忆

最后,主管护士刘颖作“全膝关节置换术围手术期护理”讲座。刘老师重点讲解膝关节手术适应症、禁忌症、围手术期护理要点及术后疼痛护理以及感染、深静脉血栓形成、假体松动、出血、血肿、假体松动等并发症预防和康复护理要点,边讲解、边由张敏老师配合ppt图片,演示 泵运动、伸膝运动、足 运动、助行器使用等以及使用低分子肝素期间,观察患者有无出血征象等。讲解过程中检验授课效果,让3名学生同时演练全关节置换术后功能锻炼方法:如 曲、背伸等。

互动环节:由护士长徐娟、总带教张苏玲、带教老师刘颖针对各位老师授课内容,对实习生提问,徐护士长首先提问“关节置换术后锻炼有哪些?全膝关节置换术后的体位护理?健康职业技术学院学霸伏慧珍一口气抢答了4个问题,获得多份小礼品的同时,



江苏建康职院伏慧珍抢答问题

袁静秋 摄

也得到带教老师和同学们的肯定。

示范:认真严谨

徐娟护士长在肯定大家的同时,又拓展许多新知识,如深静脉血栓形成的观察要点、宣教内容、预防措施及紧急处理新进展内容,如 关节置换术后保持外展中立位,要丁字鞋固定、双腿间夹T型枕,术后6个月避免剧烈活动、避免长距离行走及登高;日常生活中不坐矮凳子,不二郎腿。深刻解读使用护理程序过程中要和医生医嘱保持一致,避免引起法律纠纷等内容。授课结束,富于牺牲和奉献精神张敏老师躺在地上当病人,由护士长徐娟和张苏玲等3位老师示范轴线翻身,两腿之间夹丁字型枕,穿丁字鞋方法等。

护理部袁老师在总结中说:“3个多小时授课内容和演练贴近骨科专科临床实际,实用性强,信息量大,有助于同学们在短时间内准确而大量获取骨关节科专科知识和护理技能,徐护士长穿插的专科知识点评和指导更让大家受益匪浅,从同学们快速回答可以看出,大家都接受了新知识,达到了预期效果。她要求大家在今后工作中要不断学习新知识,新技能,为早日成为一名合格护士打下牢固基础。 护理部 袁静秋

医院
愿景
坚持公益、效率、
效益相统一
精神
精益求精
追求卓越
发展目标
树立行业领先品牌

我院胃肠外科第16期 造口人士阳光之家系列讲座记事

11月22日15时,胃肠外科迎来了第16期造口人士阳光之家系列讲座。

此次会议由胃肠外科护士长薛碧主持,首先由胃肠外科护士长井涛为大家讲解《造口术后家庭康复注意事项》《造口袋收纳装置的应用》,她告诉家属,在护理造口患者过程中千万不要嫌弃病人,多给家人温暖和心理上的支持。井涛还把她研究的创新项目与大家分享,她说能够让广大造口人士舒适、愉快的过好每一天是她一生追求的目标。

陈月娥老师给造口人士及家属讲解了造口用品使用,每一样造口用品她都非常详细地给予讲解和操作示

范,家属们不停地询问和参与到操作中,气氛热烈。

杨彦老师为广大造口人士及家属们讲解《造口人如何选择饮食》,给予了患者非常具体的饮食指导,大家收获满满,非常开心。

井涛最后告诉广大造口人士和家属们,出院以后医院会跟踪进行随访,有问题及有需要帮助的地方可以随时和我们联系,胃肠外科就是患者温暖的家。科室护理同仁已经多次到病人家中免费为广大造口人士做好延伸护理服务,不仅得到了医院护理部各位领导的认可,也得到了社会上广大老百姓的认可。

晋外3 井涛

倾听是如此奢侈

又过一个夜班,无暇对镜叹今早老于昨晚,久违的阳光慈爱地温暖着每位行人,明朗的情调渲染着我,让我的心迫不及待抓着阳光汲取更多温暖。回家的路上行人包裹着冬装,轻快的来往着,昨晚累积的阴郁就这样冲散了。

夜班之前听着久未联系的朋友抱怨着找工作的艰辛,工作后的挣扎,重复颠倒地叙述着。以前那么理智好强的一个人,三年的时间被侵蚀,重塑成一个飘零的怨人。我无措地安慰着,努力的找共鸣,去站在她的角度开

导,却是徒劳。渐渐的我只是倾听,偶尔附和表示我在认真听,无心的举动误打误撞上她的心门,她说好久没人认真听她说话了。或是自己迫不及待道出想法就转身来不及接收别人的反馈,或是听者心怀不耐烦或探究让自己不愿多吐露。

怎么结束对话的,我忘记了,只记得夜班睡得不踏实,心里郁郁不得发。小时候写的作文学会倾听,听风声、雨声、鸟叫声,倾听能让我们近距离感受世间美好。长大至今,这些都忘却

了。和朋友联系多维系在微信上的点赞,正常的说话都被自己的懒惰吞噬了。如果之前有人倾听朋友的烦恼,顺便开导,或许就不会积累这么多的郁结了吧。抱怨加深成误会,缘由没给机会去倾听解释,误会加重成错过,缘由没给时间去倾听告白,错过演变成遗憾,缘由没给机遇去倾听。什么时候倾听都变成奢侈了?

冬日的阳光温暖寂寞的灵魂,而又不露痕迹的,阳光都可以这么温柔的倾听人们关于寒冷的抱怨,我们有什么做不到的。感染科 陈阳春



陈恒凯 摄

文明是一种教养

随着社会越来越发达,交通越来越便利,私家车越来越常见。“文明行车,文明走路”是我们出行最基本的要求。文明出行不仅是对自己生命负责,同样也是对别人生命的尊重,但我们生活中司机的素质参差不齐。

今天早上上班,一辆车从前面冲过来,长按喇叭,所有人都向路边让开,车子在行人道上

路冲下去,等车子过去之后,所有人都惊魂未定,庆幸没有被车子撞伤。无独有偶,晚上又见一辆私家车主的蛮横:小车在行人道上开着,对面有一辆骑着三轮车的大妈,两辆车要相遇的时候,大妈就把三轮车靠边停下,等小车开过去,哪知道司机手艺欠佳,刮到了停下的三轮车,司机下车大声地朝大妈喊:“你怎

么停车的!害得我的车被刮了!”周围的人忍不住的指责司机。

生活中,私家车随意开车的比比皆是,导致车祸事故发生率增高,衷心的希望驾驶员能多一份文明,遵守交通规则,井然有序,让交通事故统统消失。

消化科 张凤 汤娜娜

熬出“辉煌”

1瓶梨膏,亲力亲为,才能真正体会到什么叫熬!从准备食材到第一杯梨汁下锅,食材在锅里煮开,小火煮熬40分钟再冷却,一点点用细布沥汁。沥的是配合,滴的是汗水,沥好后再入锅熬,那真是熬,大半锅熬到最后一小碗。

熬的是心境,熬的是耐心,熬的是坚持,耐得住生活的酸、甜、苦、辣的煎熬,才有收获的喜悦!得来全不费功夫的所得,没有过程的历练,又怎么会用心珍惜?感恩生命中经历的所有,让我们内心变得丰满,留下生活的印记,等坐着摇椅慢慢摇时,留有回味!

医生的职业生涯是熬出来的,医学院校本科5年,毕业后规培3年,专科培训3年,定科需要11年。临床一线医生除了看病、写病历、手术、三

班倒外,晋升职称还要发论文、做科研,申基金。从住院医师到主任医师如果一切顺利的话,需要16年。大学本科毕业后1年考取执业医师,5年后考主治,再过5年考副高,最后5年考正高,前提是一次通过考试,16年才能修成正果。

“熬的精髓在于执著。执着于梦想的人,都该具备熬的精神。在追逐梦想的途中,很多困难挫折让人难以接受,也许在空泛的道理面前,执着的普遍性让人惊讶,它也许不能包治百病,但确定在一定程度上它洗涤了我们的灵魂。”这一段细煎熬的精髓之理,大有“格物致知”的味道。“面对挫折,‘熬’出希望;面对成功,‘熬’出平淡;面对梦想,‘熬’出辉煌。”

风湿免疫科 李春香

夕阳的余晖也温暖

下午门诊来了位老大爷,两斑白,穿了件厚实的深褐色呢子外套,提了个布包,一进门就问我:请问这是营养门诊吗?得到我的肯定后他笑着说:“我看电视上专家们都说有饮食问题最好来医院的营养科咨询,听说我们医院现在开了营养门诊,就过来了。”他坐下后从包里拿出一摞纸,一支笔,向我述说来意:他老伴年初查出乳腺癌并做了手术,手术后,他就四处搜罗有关乳腺癌术后调养的注意事项以及饮食禁忌。万家灯火和养生堂节目更一期不落,期间也订了不少报纸和杂志,还辗转联系上了南京中医药大学的教授。老大爷每每看到有用的信息就把它抄下来,现在所积累的手抄本有厚厚一摞,说着用手比了个高度,目测有三四十厘米高。他向我展示了一叠纸,上面密密麻麻写着关于饮食养生的内容,这仅是他这个月的记录。

我让老爷子介绍他们家庭的饮食模式和习惯,以及他老伴的饮食偏好。他说:“她习惯吃面

食,我家一直是早上吃面条,中午吃米饭炒菜,晚上吃稀饭和大饼。她爱吃芹菜我就隔三差五炒给她吃,之前听说她这个病多吃菌菇好,我就换着花样弄给她吃。病友说公鸡、鲤鱼、糟头肉是发物不能吃,红肉最好也别吃,我就寻摸,肉不能吃就买些排骨炖冬瓜给她吃。”老大爷讲的都是生活中最平淡琐碎的细节,但其中透着浓浓的温情,我知道,是岁月的洗礼才能沉积下来的不可描述的爱的物语。

做完营养咨询后,老爷子指着我们新引进的INBODY770好奇询问,我告诉他这是人体成分分析仪,可以测量细胞内外水分、蛋白质、无机盐、身体水分含量、体脂肪、骨肌、BMI、体脂百分比、节段肌肉均衡、节段浮肿、浮肿指数、内脏脂肪等指标,还可以做营养评估、体重管理和肥胖分析,让使用者花一分钟就可以了解自己的身体状况。两天后,他带着老伴一起来了。他说上次听我讲这仪器有这么多功能,就想着要把老伴带来测测。

做完体测后我告诉两位老人报告上反映出来的问题以及如何针对性的调整和改善,两位老人还认真的拿笔记录。之后我们又聊了很久,老人家也分享了不少他们的故事。老太太留给我印象特别深的一句话:“我和老伴风风雨雨走过这么多年,没有惊天动地的故事,只是这辈子不管遇到什么事,他总是默默支持我。”说话时老太太眼中闪着光。

离开时我送两位老人到门外,看见老大爷牵着老太太的手问:明天想吃什么菜?温柔体贴的话语瞬间打动了我这个营养师。日本夏目漱石爱情名句:“今晚月色真美”含义是,因为有你,月亮才格外美丽。一句温软平淡的“想吃什么?”因为日复一日的说出而被岁月浸润的如此动人,该是对身边人表达怎样的深情啊。两位老人一起面对病痛折磨,克服50年的风雨跌宕和漫长一生中柴米油盐的琐碎,彼此搀扶,彼此相爱,这世上还有比这更真挚的感情么?

膳食营养科 李

心内科的温馨时光

云水初寒,秋去冬来,又一个年华的标签滑过岁月的枝头,转眼,步入心内科已经半年了。我愿意融入这样一个群体——心内科,一个集爱心、责任心、团结进取为一体的组织。我身为其中的一员更能感知其中的变化,更愿意去跟随、去改变。

近期心内新人一个老奶奶,住在2床,来时神清,平车推入病房,医嘱坐位,持续吸氧,绝对卧床,药物泵入。我执行医嘱时来到她的床边,发现她的生活用品寥寥无几,床头柜空空如也。或出于本能,或出于怜悯,我去给她借杯子,给她倒水,想着她的饮食,为她提供尽可能的便利,下意识的去询问她的需求……因为来得匆忙,没见她吃晚饭,临床的两个奶奶就与她分享食物,还为她拿便盆,瞬间觉得

世上还是好人多,心内最温馨的病房或许就该是这样,相互体谅,相互帮助,共同面对病魔。

心内病房处处是关爱,在吕护士长的指导下,我们拥有属于自己科室的提示卡和病人复诊卡,因为我们入住的多是年迈的老人,步入病房,你会清晰地看到每一个开关上、电视旁都有各种清晰的标识作为提示。如果你把科室当成自己的家,自然会观察到科室的细微变化,为了共创心内科温馨病房,我们还在改进,还在努力……

伴随光阴的流逝,那些和年华有关的记忆如沙漏匆匆从指间溜走,带走了季节的变迁,贮存了那些温馨的岁月,属于心内科的幸福时光。

心内一 彩驰

微笑向暖,安之若素

以前我从没仔仔细观察过别人的面部表情,也不知道自己的表情是什么样?直到有一天井涛护士长悄悄把我们每个人交班时的表情都拍下来让大家看,我才意识到我的表情是这个样子:站立时头微低,眼睛向下看,面面无表情,甚至嘴角下拉,这是我们科以前大多数人早晨集体交班时的表情和大多数平时表情,看见这些照片,真心觉得大家都好丑,不是因为长得丑,而是面部表情毁了大家。

我最近带教一名实习生,她

就像是我们以前的翻版,每天凝重的表情让我喘不过气来,看见她眉头紧锁、忧心忡忡的样子就在想:以前面无表情的我们给别人造成多大的心理压力呀!在接下来的带教中,我时刻提醒她、同时告诫自己面部表情的重要性:愉快而发自内心的微笑可以取得病人的信任,拉近护患之间距离,微笑更易取得病人的配合与理解,微笑还可以解决不必要的纠纷。愁苦的面容会加重病人及家属的心理负担和不必要的猜忌。

井护士长常说:“一个人无论高矮胖瘦,黑白、丑俊,都不重要,只要你面部常常带微笑,有表情,不冷漠,你就是最美的”。护士长还经常告诫我们“微笑向暖,安之若素,你若盛开,清风自来”,她说:“护士是给予别人以温暖、希望、帮助的职业,‘笑’是反映一个人内心世界的—种面部表情,生活并不亏欠你,千万别耷拉着脸”,通过护士长潜移默化的影响和反复教育,我们的表情都是嘴角微微上扬的……

普外3 张孝丽



高春子 摄

我愿化作雪一朵

小时候,每到快下雪的时候,爷爷就跟我讲“姑娘,雪偷偷的下,晚上才会下的大起来”,于是每次开始下雪珠子的时候,都期待着早晨起来趴在窗台上看到的白雪皑皑、银装素裹的景象,有时欣喜若狂,有时失望无趣……

说着说着,今年冬天的雪就下了,比往年来得更早些,白天下着,夜里就悄然停息!有人说雪是小精灵,有着自己的灵气,飞雪漫舞,舞出了一个素雅、洁净的银色天地,让人们一下抛却了人冬以来曾有过的沉闷和压抑。

洁白的羽毛,给冬的世界披上的雪袍,如我们医护工作者的服

装,都有着一样的颜色,洁白无瑕如我们帮病人除去病痛,都不允许出现瑕疵;雪过必天晴如病人药到病除,都是不经历风雨怎么见彩虹;厚厚的白雪滋润着农作物如我们无微不至照顾着病人,都是对事物的厚爱;雪花在寒冷的冬季中的坚守如我们对这份事业的热爱;雪花飘落空中时如我们穿梭于病人之间,都是白花在漫舞。正是我们的这份事业与雪紧紧关联在一起,我们对雪倍加尊重,倍加珍爱!

我愿作雪花中的一朵,坚守在寒风中、融化在大地里、汇聚在河流里,在自己岗位上奉献着自己。
重症医学科 高春子

为尚姨点赞

11月24日,我科保洁人员尚月黄打扫走廊时,一个钱包出现在她的眼前。她等了好长时间没有人来认领,她心里想,丢钱的

人一定很着急。她只好打开钱包发现里面有1000多元现金,还有身份证和各种银行卡,尚姨担心钱包主人着急,根据身份证提示,顺

利把钱包归还给了它的主人。患者满怀感激,不停的说着谢谢,面对金钱的诱惑,尚姨拾金不昧,为尚姨点赞!
内分泌科 耿斯