



“旗”心协力 再创辉煌

——我院“传承红旗渠精神,勇担新时代使命”培训纪实

为深入学习党的十九大精神和贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,学习和发扬红旗渠精神,进一步提高广大党员的党性修养,在金陵药业党委的大力支持下,7月30日,我院党委书记凡金田、院长张荣林带领医院一行49名党员,远赴林州、兰考进行为期5天的“传承红旗渠精神,勇担新时代使命”主题培训活动。

历史上的林州,地处酷旱山区、水贵如油,上世纪六十年代,为了从根本上解决严重缺水的问题,当时该县的领导人提出“劈开太行山,从山西引漳入林”的大胆想法,在县委、县政府的带领下,10万英雄儿女,在万仞壁立的太行山,耗时10年,建成全长1500公里的人工天河,更铸造了巨大的精神财富——“自力更生、艰苦创业、团结协作、无私奉献”的红旗渠精神。今天的红旗渠已经成为民族精神的一个象征。习近平总书记指出:“红旗渠精神是我们党的性质和宗旨的集中表现,历久弥新,永远不会过时。”

多年来,习近平总书记始终强调学习和弘扬焦裕禄精神。“百姓谁不爱好官?把泪焦桐成雨。生也沙丘,死也沙丘……”一首《念奴娇·追思焦裕禄》,表达了总书记对焦裕禄人民公仆精神的崇敬。在兰考,焦裕禄不畏艰险,强忍病痛,亲率调查队,迎沙尘、查风口、冒风雨、探水流、尝土壤、辨酸碱,深入调查研究,带领全县人民与风沙、盐碱、内涝“三害”顽强斗争,用自己的行动铸就了“亲民爱民、艰苦奋斗、科学求实、迎难而上、无私奉献”的焦裕禄精神。

7月31日,在林州市委党校会议室,培训班举行开班仪式,仪式上,凡金田作了动员报告并向班长代表授予班旗。他说,宿迁市人民医院成功创“三甲”,是医院发展的新机遇,将迈上发展的新征程,医务工作者不能有躺在“功劳簿”上过日子的想法,而是要夙夜在公,勤勉工作,保持永不懈怠的精神状态和一往无前的奋斗姿态,引领医院向更高的目标迈进。

5天的培训安排中,大家聆听了林州市委党校副校长马东兴的理论授课《红旗渠精神及其时代价值》,观看了《红旗渠》纪录片,深切感受到林县人民的豪情壮志;徒步3.5公里到达青年洞,实地体会1500公里惊天伟业的来之不易,并在青年洞前重温入党誓词;现场观摩了谷文昌纪念馆、扁担精神纪念馆、兰考县焦裕禄纪念馆,学习敢于担当、一心为公的谷文昌精神、石板岩镇供销社一根扁担创业家的“扁担精神”以及知难而进、迎难而上、勤政为民的焦裕禄精神。

培训中,大家都非常珍惜这次培训机会,在凡金田和张荣林的带领下,学员们始终做到思想上高度重视、行动上高度自觉,严格遵守培训纪律,时刻保持情绪饱满、热情高涨的精神状态,专心致志、心无旁骛地认真学习。在分组讨论中,大家更是结合自己的工作,积极思考、热烈交流,从而达到互相启迪、学学相长、凝聚共识的目的。



本次培训内容丰富多彩、形式多样,通过专题讲座、现场教学、体验教学、交流研讨把红旗渠精神、谷文昌精神、扁担精神以及焦裕禄精神全方位、多渠道、多层次的展示在大家面前。学员们一致感到深受教育,实现了党性政治修养、组织纪律观念和综合素质能力的全面提高。

8月3日,培训班举办结业仪式,五位组长代表学员作了发言,培训班班长代表全班进行学习小结汇报。随后,张荣林进行讲话,他表示通过这种震撼式的学习,心灵得到了巨大触动,接下来,希望大家能带领全院职工,坚定医院未来发展思路,不断革新自我、创新方法,用一种“我将无我,不负人民”的精神艰苦奋斗、勇于担当,再续医院发展新篇章。凡金田作总结发言,他对培训班的组织纪律、学习形式、主题活动、交流安排予以高度评价,他要求大家在医院发展的新阶段,继承和发扬好红旗渠精神,坚守为民初心、敢于担当尽责,做一名忠诚、干净、有担当的合格共产党员。同时,要充分发挥示范引领作用,率先垂范,带头强化党性教育,强化党员意识,强化纪律规矩意识,在政治意识、技术水平、廉洁意识方面作表率,团结带领周围的职工群众,艰苦奋斗,承压奋进,为推动医院持续稳定发展作出应有的贡献。

一条蓝带绕太行,一条清流灌农田。勤劳的林州人民在修建红旗渠后并没有停一停、歇一歇,而是一鼓作气,以战太行为基础,通过“战太行,出太行,富太行,美太行”战略步骤,持续发展。学员们通过学习,心潮澎湃,感慨万千,更加坚定了信念,大家决心把这次培训班的所学、所思、所感带回单位,用这次培训成果指导实践,用自身的行动来推动工作、推动医院的发展,再创医院新辉煌。

院办 张莉

我院再次向项里街道学生捐资助学

8月29日,我院在急诊四楼举办了2019年捐资助学仪式,对项里街道13名学生进行帮扶。院党委副书记、副院长朱裕成,项里街道党委副书记曹梓清、学生及家长出席了会议。

在捐资助学仪式上,朱裕成表示,医院作为宿迁市唯一一家三级甲等综合医院,理应承担起更多的社会责任。他提出,希望医院的绵薄之力能帮助解决同学们家庭困难,他期待同学们好好学习,用优异的成绩来回报善举。

曹梓清表示,捐资助学是对人道主义的薪火相传,希望同学们懂得感恩,做个自强不息的人,当做自己不断前进的动力,做一个励志向上的好少年。

学生家长和学生代表分别发言,他们对医院的善举表达了真挚的感谢之情,学生代表李明(化名)已经连续接受医院捐助5年了,2015年,刚接受医院资助的她还是一名初三的学生,通过努力,现在已经是一名南通大学大一的学生。她在助学仪式上表示,感谢医院给予的帮助,在今后的学习生活中,将把得到的温暖化作动力,争做一个有理想、有抱负、有志向的青年。学生家长感谢医院多年的慷慨相助,并代表受助家庭向医院致敬。

根据学生不同年级的学习需要,我院向7名大学生分别捐助了2000元,向6名中小學生分别捐助了1000元,累计20000元。

这是我院第五年持续帮扶街道的学生,累计捐款10万余元。

院办 徐甜甜

徐州医科大学临床理论班开班

39名学生将在院学习两年

8月29日,我院在急诊5楼会议室举行徐州医科大学临床理论班开班仪式,院长张荣林,院长助理吴光启、牛磊、林爱华、孙明,科教处处长邹会玲以及其他各专科教研室的主任及教学骨干参加了此次会议。

这是我院首次接受徐州医科大学临床理论班的教学工作,39名学生将在医院进行为期两年的见习和实习。

张荣林首先肯定了我院近年来教学工作所取得的进步,同时也对教师们提出了殷切的希望,希望他们能够教好书,育好人,培养出更多优秀的人才!最后对学生们提出了三点希望:希望他们做一个心中有大爱的人,一个有信仰的人,用格物致知的精神,探索医学的大千世界。

林爱华致辞,他对同学们的到来表示了热烈的欢迎与祝贺,并介绍了我院的基本概况、教学管理情况以及教学发展情况,同时也希望同学们能够继续保持求知若渴的热情,奋发努力,勇往直前!

教师代表朱爱民从她在徐州医科大学附属医院实习期间的感受谈起,她说,受徐医附院老师们的影响,她也不自觉地教好书、育好人的教学理念贯彻到自己20多年的临床工作中,在平时的带教中,会对学生进行引导与启发,教会他们对知识进行疏理整理,融会贯通。

随后学生代表张宇同学上台发言,他对我院领导及老师给予他们的关心与支持表示了感谢,并向我们介绍了班级的学习和生活情况,他表示,希望在院方和同学们的共同努力之下,将班级建设成为积极向上、共同进步先进集体!

活动最后,科教处处长、内分泌科主任医师邹会玲进行了开班授课,从她讲述的“内分泌总论”章节开始,我们的教学工作由此翻开崭新的一页!

我院2010年成为徐州医科大学附属医院,与徐州医科大学携手同行近十年,在此期间我院不断加强与学校的学术交流、师资培训与人才培养,在双方的共同努力之下,医院的教学工作取得了长足的发展与进步,教学质量得到了显著的提高。

科教处 蔡冰薇

把科学知识送到基层:

“母乳喂养周”活动深受好评

每年8月1日至8月7日是世界母乳喂养周,今年我院精心开展了“母乳喂养周”系列活动,包括“孕妈咪课堂”、“袋鼠妈妈抱抱我”、“母乳知识培训与考核”、“走进社区”四项活动。

7月27日上午,副主任护师闫敏开展题为《母乳喂养有多重要》的孕妈学校讲座,向各位孕妈深入浅出地讲解母乳喂养相关知识,赢得了孕妈和家属的阵阵掌声。

为了提高母乳喂养技巧,帮助年轻爸妈尽快适应角色,7月30日下午,产科实操指导课程《袋鼠妈妈抱抱我》,邀请10对新手爸妈参与,帮助宝妈或宝爸袋鼠式护理操作,让宝宝如袋鼠宝宝一样,赤裸裸贴在妈妈或爸爸的胸前,这种亲密的肌肤接触,让宝宝更有安全感。

“母乳喂养周”期间,我院医务处组织产科医护人员进行母乳知识培训并考核。产科董兴珍主任讲解了《爱婴医院政策与制度应知应会》;儿科叶莉主任讲解了《新生儿常见危险症状或体征的识别》;妇产科科护士长薛秀梅给大家解读了《2018版促进母乳喂养成功十条》;最后由儿科护士长彭建红讲解《婴幼儿喂养与营养指南》。

8月7日,在我院工会主席方树侠和医务处处长李兵的带领下,产儿科十余人走进宿迁市移动公司。薛秀梅详细讲解了母乳喂养相关知识,并对职场妈妈“背奶”攻略一一解密。在现场咨询时,产科专家咨询、母乳喂养咨询及听胎心等项目,深受女职工们的欢迎。此次活动吸引了移动公司职工和宿城区5个街道的孕产妇及家属80余人的参与,发放宣传资料150余份,前来咨询60多人次。

产科 李萍

本期导读



▶ 我院参加市中国医师节宣誓暨义诊活动

▶ 我院血管外科承办第三届宿迁地区血管论坛
2版

▶ 电锯咬人不留情 首台新型血管器前来“救驾”

▶ 为什么你吃得眼冒金星还是瘦不下来
3版

编委会:

主任: 凡金田
总编: 叶钧
摄影: 张照颖
版面统筹: 周艳
责任校对: 徐甜甜
电话: 0527-84211313
院报邮箱
E-mail: sqmmyb@163.com

编辑: 方树侠
戚德华
刘涛
李兵
周刚
陆启琳
袁静秋
张莉

我院参加市中国医师节宣誓暨义诊活动



为激励宿迁市广大医务工作者,大力弘扬“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的崇高精神,8月18日上午,宿迁市卫生健康委、宿迁市医师协会在宝龙商场一楼大厅隆重举行宿迁市2019年中国医师节宣誓暨义诊活动。我院35名医师代表参加此次活动。

宿迁市卫生健康委副主任张勇出席活动并致辞,他首先向全市医师送上真挚祝福,他提出,此次活动是为了弘扬以人为本、救死扶伤的精神,营造尊重医师、关爱医师、激励医师的良好氛围。

来自我院等9家医疗机构的150名医师代表参加此次庆祝活动。我院老年科主治医师姜玉婷带领全体医师宣读“宿迁市医护宣言”,进行庄严宣誓。

为普及广大市民保健知识,回馈社会,此次活动特组织20名专家开展大型义诊活动,我院8名临床专家参加义诊,为前来就诊的患者问诊、看体检报告、分析病因、开具健康处方,对于每一位患者的情况都给出了详细的建议。此次参与义诊患者100余名,发放健康传单200余份,获得了良好的社会效果。

医务处 赵礼国

骨科经皮椎间孔镜下椎间盘切除术造福患者

我院骨科于2018年引进新技术——经皮椎间孔镜下椎间盘切除术。与目前其它的脊柱微创髓核摘除技术相比,椎间孔镜技术适应症更广、更微创、损伤更小、效果更明显、恢复更快;手术时,病人完全清醒,医生和病人之间可以相互交流,可以根据情况采取侧卧位或俯卧位实施手术;手术过程简单,整个手术过程不到1小时,病人在手术后当天就可以出院。

该技术是通过特殊的外侧椎间孔入路途径,在内窥镜监视下摘除椎间盘突出组织。传统的椎板切除术为了接近目标,必然对脊柱稳定重要作用的结构造成广泛破坏,这通常要求立即进行脊柱融合;而椎间孔镜技术通过专利的扩孔器和相应的医疗仪器,逐渐扩大椎间孔,完全摘除任何突出或脱出的碎片以及变性的炎性髓核,并可对病变部位进行持续灌洗消炎,运用射频电凝修补纤维环,消融神经致敏组织,阻断环状神经分支,解除患者软组织的疼痛。

骨科副主任马军通过一年多的时间,成功完成经皮椎间孔镜下椎间盘切除术近百例,术后效果显著,受到患者广泛好评。经皮椎间孔下椎间盘切除术能处理几乎所有类型椎间盘突出患者,特别是巨大型、脱垂型、伴有椎间孔狭窄和合并有骨质增生、黄韧带肥厚、侧隐窝狭窄等椎管狭窄的患者。该项技术的开展,为广大腰椎间盘突出患者带来福音。

骨科2 王杨

市医院协会自律与维权专业委员会会议在我院召开

8月15日,宿迁市医院协会自律与维权专业委员会五届二次全委会在我院顺利召开,市医院协会副会长兼秘书长夏夺广出席会议,我院纪委书记吴建强主持会议。会议讨论了当前医改环境下医院自律与维权的现状,分享总结了处理问题的经验,并初步讨论通过2019年学术年会承办单位和举办时间。

吴建强代表自律与维权专业委员会主委、我院党委书记凡金田对与会人士表示热烈的欢迎和衷心的感谢。随后,他从制度建设、开展活动、医德医风考核、患者满意度等方面汇报了我院近年来自律与维权工作的开展情况。他表示,医院自律与维权是一个事物的两个方面,是辨证的统一体,自律是维权的基础,维权是为了更好地自律。

会上委员们结合各家医院的实际情况开展讨论,分享了自律与维权管理方面的经验,同时也表示对于目前大家所遇到的问题,希望通过协会这个平台与政府沟通协调。

夏夺广作总结发言,他表示,本次全委会举办得很成功,达到会议的预期效果,希望专委会能够进一步发挥作用,把自律与维权工作做实做好。

审计处 郭浩天



强化师资培训提升带教能力 ——我院开展临床师资系列培训

为了进一步落实2016级临床医学专业新设驻点班教学工作,提高临床医学专业人才培养质量,徐州医科大学结合我院的具体带教情况,选派徐州医科大学附属医院朱海涛教授与徐州医科大学梁寒冰教授分别前来我院进行临床师资系列培训。通过前期的精心准备,培训于7月11日、7月16日在我院急诊5楼会议室进行,院长助理林爱华,各教研室主任、秘书、临床带教老师参加本次活动。

林爱华介绍了我院的基本教学情况,他提出,我院始终保持与徐州医科大学同质化的教学标准和培养要求,希望以此次活动为契机,相互促进、协同发展,进一步提高我院的临床教学水平,培育更多、更好的医学人才。

朱海涛教授从教学查房方面深入浅出地讲解了《临床教学查房方法与流程》,针对《临床教学方法与技巧》,他从带教目标、带教老师自身要求、带教方法与技巧、实习生活几个方面进行了详细讲解,让大家学到了如何做一名优秀的带教老师。

梁寒冰教授通过什么是教案、为什么要书写教案等问题将大家带入了课堂,随后从如何书写教案、什么是好的教案等方面进行了讲解,她的授课让老师们学到了优秀教师应具备的特点。随后她通过案例分析与现场演示,详细生动地为大家阐述了《如何进行组织教学》,让老师们明白了要与学生进行积极互动,才能让课堂充满趣味性。

本次培训提升了参培人员临床带教技能、授课能力和技巧,提高了临床带教的教学水平和带教意识,为实现我院带教规范化和标准化打下坚实的基础!

科教处 蔡冰薇

耳鼻喉科张剑伟在 省级比赛中荣获二等奖

8月23-25日,为期三天的江苏省第十七次耳鼻咽喉-头颈外科学术会议在镇江召开,我院耳鼻喉科主任张剑伟作为青年医师参加了本次年会的视频比赛,荣获二等奖。

张剑伟参加的是耳科组的比赛,比赛要求所有参赛者匿名。比赛通过一边放手视频一边讲解的方式进行,张剑伟参赛的病例是《儿童中耳胆脂瘤伴感染的手术治疗》,手术方式是完整式乳突根治+鼓室成型+人工听骨植入,比赛以手术难度、手术技术创新、手术技巧突出、手术操作规范、病例选择及完整性、视频剪辑清晰简明扼要及视频讲解作为评价标准,总分100分,张剑伟以88分位居耳科组比赛第二名,比第一名差一分,荣获二等奖。

随后,张剑伟参加了耳科会场的论文交流,参与交流的文章题目是《73例前庭外周性眩晕患者半规管频率损伤特点的研究》,最终在29个参赛选手中脱颖而出,获得优秀论文奖。

耳鼻喉科 清咖

我院血管外科承办 第三届宿迁地区血管论坛

8月18日上午,由江苏省医学会血管外科分会主办、我院承办的“江苏省医学会血管外科分会巡讲:静脉血栓栓塞防治培训班暨第三届宿迁地区血管论坛”在宿迁双星酒店隆重召开。会议邀请到了中国医师协会血管外科医师分会副会长、江苏省医学会血管外科分会主任委员、南京鼓楼医院血管外科主任李晓强教授,江苏省医学会血管外科分会名誉主委、江苏省血管外科的开拓者刘长建教授等专家来到宿迁授课。宿迁市医学会秘书长徐彬、我院副院长吴际生等出席会议,本地区兄弟医院的各位血管外科同仁参加本次会议,会议注册150余人。

作为本次会议的执行主席,我院血管外科主任陈军主持了开幕式。吴际生致欢迎辞,他首先对各位远道而来的专家表示欢迎,随后回顾了院血管外科10余年来发展道路,强调此次会议的召开对宿迁地区血管外科事业发展的重大意义。李晓强教授和刘长建教授分别讲话,两人肯定了宿迁地区血管外科事业的发展,也指出了不足,并给出了中肯的建议。徐彬在发言中回顾了宿迁地区数次血管外科学术活动,高度评价了这些活动对本市血管外科事业的巨大推动作用,同时提出了学科快速发展的要求。

本次会议共有九位省内血管外科专家及五位本地医师发言,为我们带来了丰富的血管外科基础知识和治疗进展,此外还有一些精彩的病例分享。李晓强教授对《DVT诊断和治疗指南》作了具体的解读,作为制定指南的第一执笔人,李晓强教授对指南可谓了如指掌,他的讲课高屋建瓴,令人茅塞顿开。刘长建教授的《主动脉夹层的治疗进展》,深入浅出,通俗易懂,看得出这是刘教授为了基层医生精心准备的课件。

为期一天的学术会议在大家的共同努力下顺利闭幕了,会议的成功举办得到了血管外科各位专家的鼎力支持,此次会议让我们宿迁的血管外科同道相聚在一起,共同学习并推广新知识、新技术,探讨工作中的困惑,这不仅是学术交流的平台,更是一场思想与智慧的学术盛宴!

血管介入科 丁楠

检验科主任刘东声再度当选 宿迁市医学会检验分会主任委员

宿迁市医学会第五届医学检验学分会换届工作会议于8月15日在我院急诊5楼会议室召开,此次会议主要内容是选举新一届的宿迁市医学会医学检验学分会。会议由宿迁市医学会秘书长徐彬主持,全市各级医疗机构从事医学检验的医务人员代表参加。

我院检验科主任刘东声再次当选宿迁市医学会检验分会主任委员,副主任陈素梅,副主任赵建江当选常务委员。此次选举不仅充分体现了我院检验专业在学术行业的地位,同时也体现了医学同仁对我院检验科的认可。

新一届的医学检验专业委员会将继续建设好本市检验同仁的交流平台,提高我市医学检验技术水平,推动本市医学检验质量更上一层楼,促进我市检验专业的快速发展。

检验科 周薇

加强业务理论培训 提高护理操作技能

为了提高内科2片区护理人员的专科操作能力,提升N2护士教学授课能力,8月15日下午3:00,内科片区护士长詹宛玲组织50位护士在肿瘤科示教室开展专科理论及操作培训。肿瘤1护士长佟晶晶为大家授课《食道癌病人的护理》,详细讲解了食道癌的临床表现和治疗方法,以及化疗护理等;肾内科护士长刘雨晴授课《急性肾衰护理》,用简单而又生动的比喻为大家阐述了肾脏的结构和机理、以及它对周围组织的连带作用及关系,详细讲解急性期病人肾衰护理。几十分钟的授课让大家受益匪浅,理论联系实际,提高了专科护理水平。

随后,由N2级老师为大家进行胰岛素笔注射、导尿管、输液泵的使用以及灌肠法操作示范,针对亮点与不足,大家积极踊跃发言,并将自己平日在临床上所掌握的技巧与经验进行交流与互动,由护士长再次对操作进行点评,提高了培训效果。

内分泌科 刘美玲

心内科罗艳喜获全国首届 内科护理“微世界·触机必发” 微视频大赛三等奖



7月18日至21日,中华护理学会全国内科护理学术交流会议在贵州省贵阳市隆重召开,会议以“夯基础、聚众力、勇变革、共发展”为主题,进行前沿学术交流、典范宣讲以及对参赛作品评选颁奖等。

此次为全国内科护理学术交流会议,大会设一个主会场,十个分会场,其中青年论坛分会场举行的是全国首届内科护理“微世界·触机必发”微视频大赛。大会对全国三百余份视频参赛作品进行了初步评选,通过初选,58项微视频作品进入决赛,我院心内科护士长吕艳、护士罗艳的参赛作品《心脏埋藏式起搏器患者的健康教育》成功杀入决赛。

决赛中,罗艳声情并茂地讲解了埋藏式起搏器植入者的注意要点,专家现场给予点评及肯定,最终通过专家现场评审、线下网络评选等方式,我院心内科的微课作品荣获全国三等奖。

心内科 蔺彩驰

电锯“咬”人不留情 首台新型血管吻合器前来“救驾”



提到骨科医生,曾有病人评价说:“每一位骨科大夫上辈子都是折翼的装修工……”作为外科医生中的一员“武将”,骨科手术台上的外科医生,更要求十八般兵器样样精通,能抽丝剥茧,也能力破千钧。任何一台成功实施的骨科手术除了有赖于手术医生熟练的操作,还必须具备齐全的工具——骨科手术器械,有时手术器械甚至能决定手术的成败。

电锯“咬”人不留情——手术迫在眉睫

近日清晨,49岁的杨先生被紧急送至我院就诊,据杨先生自述,他是在家中不慎被木头砸中,在避让的过程中,左前臂被电锯割伤。来院时血流不止,被电锯割伤的左前臂还没有完全断裂,仅剩一点皮肉黏连着。经急诊拍摄X



片诊断为“左前臂开放性损伤”,立即收入了骨科完善相关检查并进行手术治疗。据骨科主任医师朱爱祥介绍,杨先生当时的情况非常紧急,手部苍白无血色,如果想保肢就必须马上进行手术。

首台微血管吻合器上线——新型科技来“救驾”

10点39分,杨先生在入院一个多小时后被送入手术室开始手术,在朱爱祥、刘旭、刘晓然等骨科医护人员的共同协作下,仅用4个小时就完成了左前臂再植+石膏外固定术。术中打破了传统的缝线吻合法,运用了我市首台新型的微血管吻合器来吻合,缩短了常规手术一半的时间,降低出血量,顺利修补破损血管,动脉搏动良好。术后,杨先生安返病房,现已顺利出院了。出院时,杨先生的手臂已经基本可以活动,他和他的家人都非常开心,他们非常感谢主任医师朱爱祥及骨科医生和护士们在其住院期间给予他的精心照顾。

2018年我院骨科引进了我市首台新型微血管吻合器,不仅在患肢再植上缩短了手术的时间,同时提高了术后患肢顺利成活率。它真正实现内膜对内膜的吻合,保证管腔内血流界面的自然光滑,并且不用缝线,避免缝线异物,降低血栓形成风险,具有手工缝合不具备的优势。

外科医生中的“武将”——守护百姓骨骼健康

我院骨科是宿迁市首批重点专科、重点学科,江苏省“五一劳动奖状”获得单位。经治病人的数量、难度、四级手术比例、临床疗效等处于宿迁市领先水平,在本市率先开展的颈椎经椎弓根固定、椎间孔镜、椎间盘镜、椎体后凸成形等脊柱手术均达到国内先进水平。每年都有众多类似杨先生这样的患者在这里获得满意的救治而重返家庭和工作岗位。

党办 周小煦

用“医美”开创人生的“流畅模式”

“上帝给了你一张脸,你却自己造就了另一张”。越来越多的年轻人希望借助医美,开启人生的“流畅模式”,特别在90后、00后心中,整容这一捷径,显然比买几身新衣服、学化妆减肥,更能带来“逆天翻盘”的效果。

手术刀犹如魔术一般,改变了她的人生轨迹。宿迁姑娘小芙就是一面镜子,映射出当下这股整容趋势,“你为什么整容?”“父母要求。”

小芙的答案,有些出乎意料。小芙的妈妈认为“女儿鼻子太塌”,颜值社会,长相完美是第一起跑线,流淌在“毕业即失业”的就业浪潮下,外表的含金量与能力同等重要。

3年前,微整形还没有像现在这么流行,刚刚拍完毕业照的小芙,被妈妈生拉硬拽到当地一家公立医院整形科,宿迁市人民医院整形美容科。美容主诊医生王雪山主任经验丰富,手法娴熟,小芙几个亲戚的孩子找他做过割双眼皮、隆鼻、抽脂。尽管身边个个是信得过的“活招牌”,小芙仍然很排斥,怕疼怕失败,更怕别人异样的眼光。“妈妈了解女儿的顾虑,但站在“为你好”的角度,不等小芙下定决心,很快付了8000元,躺在手术台上过程与她想象不太一样,“四十分钟都在假体雕刻,调整角度形状,只用了十几分钟开刀放置假体”。

幸运的是,手术很成功,三个月后,她经过多轮笔试试,获得进入电视台的入职资格,颜值当然不是决定因素,

但至少它是一个加分。

整容,并非万无一失,它还会出现另一种可能。那就是医美陷阱。

小楠今年6月1日刚满18岁,成年后的第10天,她便在姐姐的带领下,到上海一家整形医院整形。小楠姐姐在接受《新民周刊》记者采访时表示,妹妹还在读高中,暑假后即将升入高三,而身为艺术生主攻表演的她,下半年就要面对竞争残酷的艺考。为了能够在万千考生中脱颖而出,姐姐在朋友介绍下来这家医院整形。

但从小楠和姐姐怎么也想不到,自己花了重金,垫上自己下半年的学费用来整形,结果却越整越丑。小楠姐姐多次来到整形医院想要讨个说法,最终,在医院附近的派出所民警的调解下医院答应退还20000元,小楠姐姐最终决定带妹妹去修复。“我们现在很担心,不知道这个修复的效果怎么样。”谈到这次整形经历,小楠姐姐一脸愁容。

据《2017中国医美行业白皮书》统计显示,中国黑诊所数量已超60000家,黑诊所年手术量为正规诊所的2.5倍,超2500万例,每年黑诊所约发生4万起医疗事故,平均每天约110起。而“毕业生”“职场新人”往往是他们的主要围猎对象。因此,在这里也要提醒大家,如有整形需求,一定要选择正规场所。

整形美容科 柳叶刀

神经内科主任医师徐连宝



徐连宝,神经内科行政副主任,主任医师,博士学位,农工党党员,曾被江苏省卫生厅公派至德国海德堡大学访问学习,江苏省医学会神经内科分会青年委员,江苏省医师协会神经调控分会委员,宿迁市医学会神经内科分会副主任委员,擅长脑血管病,老年痴呆,帕金森病及颅内感染的规范化诊治。发表在国际国内医学刊物上发表论文多篇。

名
医
专
家

唐氏筛查的重要性

唐氏筛查,是年轻早孕妈妈们们的常规检查项目,指通过检测母体血清中甲型胎儿蛋白、绒毛促性腺激素和游离雌三醇浓度,结合孕妇的年龄、末次月经、体重、是否吸烟、是否患有疾病等临床信息,综合计算胎儿患先天缺陷风险。今天,就带大家了解一下唐氏筛查的重要性。

1. 孕11-13+6周进行早期唐筛。早期唐筛需要结合早孕期B超的颈项透明层厚度(NT)及血生化值,对21三体的唐氏儿概率进行计算。

2. 孕16-20+5周进行中期唐筛。中期唐筛可以计算宝宝患神经管缺陷、18三体及21三体的概率。由于没有NT值参与计算,其对21三体的评价效能低于早期唐筛,然而其筛查范围更加全面。

3. 唐筛是对18、21三体及神经管畸形胎儿进行筛查。其中,18三体的患儿往往难以存活,神经管缺陷的患儿则可以通过22-24周进行的系统超声进一步诊断。只有21三体患儿,一方面存活几率大,另一方面,存活的胎儿为先天愚型,出生后会对家庭及社会造成巨大负担,是唐氏筛查的主要目标。唐筛准确率在70%左右,即70%的21三体胎儿,唐筛结果为高危,而其余30%的患病胎儿,往往表现为唐筛临界风险(极小部分表现为低风险)。因此,唐筛高风险及临界风险者,均需进行下一步遗传筛查。

唐筛结果影响因素很多(如上所述,受孕妇的年龄、末次月经、体重、是否吸烟、是否患有疾病等的影响),其假阳性率高达90%以上。因此,如果唐筛高风险或临界风险,及时来医院就诊,按医生建议,进行下一步无创DNA或者羊水穿刺的检测以明确诊断(无创对21三体的诊断准确率在99%以上,羊水穿刺接近100%)。

超声科 马建

为什么你饿得眼冒金星还是瘦不下来?

最近,我看了一本《减肥不是挨饿,而是与食物合作》,作者是美国知名营养师伊芙琳·特里弗雷和埃利斯·莱斯。这两位大拿发现,很多人把自己的肥胖归咎于管不住嘴,认为只要节食就能减肥成功,但往往却适得其反。为此,他们写下本书来纠正大众的减肥误区。

下面,我和大家分享书中的两个精华内容。

一、节食≠减肥

减肥就要挨饿,在很多人看来是再正确不过的道理。但你有没有想过,节食的念头是如何影响你的饮食的?

我们先来了解一下人类的大脑。

假如你渴望更快地瘦下来,情绪脑在传递信息时,会把这种渴望掺杂进去,这会影响力性脑的判断,理性脑为了满足你瘦身的心愿,会否决爬行动物脑提出的进食要求:“还想要吃东西?捏捏身上的赘肉,管住嘴巴吧。”它会用意志力压制真实存在的食欲。

在婴幼儿时期,饮食是一种本能,但随着成长,情绪和想法逐渐成为进食的主导者,你会无视身体的饥饿感和饱足感,为了减肥用理性脑压制本能,甚至还想超越本能。

但事实上人很难和身体的本能对抗成功,饥饿时,你必须给它提供足够的营养,不然就会出问题。当被抑制的进食欲望爆发,你会陷入暴食的深渊,长此以往,饮食会失调,甚至不知不觉成了神经性厌食症或暴食症患者。

节食≠减肥,要想成功减肥,你应该正视身体和食物的

关系,不能把食物视为敌人,而要学会与它们合作。

二、与食物合作

学会与食物合作,会调动爬行动物脑、情绪脑和理性脑,实现三个脑的活跃、互动和平衡,从而让本能、情感和思想协调一致。只有三者和谐统一,你才能没有愧疚感地、愉快地吃饭,营养物质摄入均衡健康,减少饮食失调症状,降低体重。

那么,要如何与食物合作呢?

1. 不要一味限定什么该吃什么不该吃

如果你为了减肥不吃主食,身体会产生强烈的缺失感,更加无法控制吃米饭的欲望。而停止对抗,与食物和平相处,才能避免陷入暴食的漩涡。

你需要列张禁忌食物清单,并允许自己吃其中一种,感受这种食物的味道,如果真的很喜欢,就允许自己吃这种食物。这样可以使你与这种食物和平相处,从情感上认识到食物之间没有区别。

2. 学会倾听身体的饱腹信号

饱腹感一部分是神经对血糖水平的反应,一部分是胃部反馈,但这两种反馈都有延迟。你以为吃饱的时候,其实已经吃多了。

倾听身体的饱腹信号,准确判断是继续吃还是停筷子。如果很难精准判断,下面几个小策略会助你一臂之力:食欲受大脑摄食中枢调控,无论你是否饥饿,只要是美味的食物,都想尝上一口。遵从自己的饥饿感,避免在过于饥饿或根本不饿的状态下吃东西。

吃东西时不要分神,这是准确鉴别饱腹感的前提,间歇停下来问自己:“现在几分饱?饥饿感是不是消失了?”一旦发现自己饱了,立即停筷。

不要害怕浪费,吃下过量的食物会比扔掉食物更伤害身体和心理。

吃完饭把碗筷摆好往前推,用行动暗示自己:我吃饱了。

3. 不用食物应付情绪问题

我们都遇到过心情不好、身体并不饿但却暴饮暴食的情况;也曾经身体明明已经很饿,但由于忧伤的情绪,什么都不吃。这些都是情绪化进食的表现。

食物本身并不能解决情绪问题,我们只是通过品尝食物转移情绪,但造成你情绪失控的问题,并没有随着食物消失不见,而你除了要面对问题的困扰外,还要面对臃肿的身材,化悲愤为食量绝对是最愚蠢的做法。

如果你有情绪化进食的冲动,不妨问问自己:“我的胃已经在咕咕叫了吗?我真的饿了吗?”

如果答案肯定,那就立即去吃东西,饥饿感是要被尊重的。如果答案否定,那就停止用食物来排解情绪,运动、听歌、洗澡、睡觉、聊天等都是更好的选择。

总结一下,要想成功减肥,应该先学会正视身体与食物的关系,我们不能挨饿,而要与食物合作。当身体与食物的关系和谐美好,它也能找到属于自己的完美状态,不肥胖也不瘦弱,匀称美好,而且健康。

希望我的这次分享能给你带来启发。 膳食科 李茜

致敬最美的人

对于美的认识,尤其是美女的认识,历来是仁者见仁智者见智,或许是娇媚的、玲珑的,又或者是俏皮的、甜甜的,而我更欣赏坚韧的、负责的、勤奋的女人,我们肾内科血透室的护士长罗小燕就是这种浑身闪光的女人,和她接触时间越长越能体会她的魅力。

血透室两百多名透析患者,几乎每个人都经历过生死劫,有的还要忍受贫苦、家人的背叛等。对这些病患,护士长和我说过最多的就是要尽最大能力帮助他们。这句话听起来像空话,但可贵的是她真心这样做,而且做得很好。

记得一位病人因动静脉闭塞打电话找她,后来证实为新发血栓,最安全妥当的处置方式为手术,病人捧着她的手臂恳求说,暂时不想做手术,她不忍拒绝,请值班医生和她一起尝试溶栓处理。虽然已是下班时间,但她毫不犹豫留下来,亲自动手,注射药物,反复按摩,张弛有力,安静而有序,10分钟过去了,一点效果没有,20分钟过去了,一切如旧,半小时了,始终未见瘰杂音,她还是有有条不紊地按摩……就在要放弃时真被她融通了。我问她:不怕有血栓脱落吗?而且这情况早晚需要手术解决。她微笑着说能晚点就尽量晚点吧,顶着风险、没有功劳却可能让病人受益的事她愿意一试,这样的胆识与承担,不正是我们需要一直践行并发扬的精神吗?

有一个周六下午,本是血透室休息时间,但外院急诊转来一位尿毒症合并冠心病患者,因痰液阻塞4天一直未透析,既往2次右侧股静脉置管术,左右侧颈内静脉置管术各1次,血管条件极差。摆在面前的是,急需透析却没有通路,大家最终商定临时穿刺透析,罗护士长稍做犹豫,转身就去准备了。只见她在左、右侧股静脉处反复寻找,腰累弯了,站起来休息几秒再开始,丝毫没有意识到架在鼻梁上眼镜都快脱落了,经过反复努力,终于穿刺成功,患者得到了透析治疗。当摘下手套帽子,洗完手,梳理头发时,她应该是自信和放松的。

做事冷静有情商,待人真诚有礼,时而精明能干,时而温婉如玉。如果她都不算美,试问还有谁敢媲美?肾内科 米侠

冷静是面对困境的最高智能

生活远非一帆风顺,这也许就是她本来的面貌。但随着时间的堆叠,历经心灵的磨砺,我越来越能学会如何去面对生活、选择生活、让生活过得更有意义。

生活有起有落,有阳光大道,也有荆棘小路,有的人喜欢在矛盾中挣扎,在痛苦中抉择,慢慢就会被时间磨去棱角,不再憧憬,而选择了安逸。学着冷静面对,清晰自信的头脑也许让我更加谨慎,获得意想不到的收获,学会默默承受,也许能更接近自己想要的生活。

冷静面对生活是一种智慧,不是所有事情靠动手就能解决的,有时,需要冷静的思考才能最终解决存在问题。生活中,经常遇到一些急性子人,遇到事情就容易头脑发热,有些人甚至一言不合就面红耳赤、暴跳如雷、大喊大叫,这样既失风度,也会在别人的心中降低了分数,把事情做得背离初衷。

冷静的心态需要日积月累,既要擅长控制自己的不良情绪,又要经得起挫折的洗礼,才能面对内心的不安与恐惧。学会三思而行,“凡事预则立,不预则废”,做事情多思考一下,才能提高效率,不显得草率;拒绝急于求成,“企者不立,跨者不行”,想要前进得快,迈起大步反而不能远行,想要站得高,踮起脚跟反而不能永久的站立。让自己慢下来,不要急于求成,也许能够逆转很多事。学会冷静分析原因,注重分析和总结,从根本上解决问题;学会征求意见,“以人为镜,可以知得失”“三人行,必有我师焉”,有时候事情发生了,我们不要一下子作出决定,也不要独自专权,善于听取别人的意见,也许会有更好的解决方法。血液科 于欢欢

向日葵

六月初,女儿买来几颗向日葵种子,和我相约种在花盆里。

我们找来红、白两个花盆,按照女儿的要求,红盆归她,白盆给我,我们一起松土、浇水、埋种、覆盖、撒营养粉,再浇水浸透。就这样,播种的不仅是向日葵,还有我们的期待。

第一天,女儿一夜都没有睡好,不停地翻身问我,妈妈,明天我们的种子会发芽吗?我笑而不答,明天看看不就知道了吗?

第二天早晨,女儿刚起床,迫不及待地拉我走向阳台,还有些睡意朦胧的双眼却紧紧盯住花盆,花盆里的土平整如镜,丝毫没有女儿期待中的嫩芽,我们怅然若失。

第三天早晨,女儿依旧早早起来拉我直奔阳台,惊喜地发现红盆的那株已经冒出小小的嫩芽,好像在宣告世界:我来了!女儿欢喜雀跃,高兴地转圈:“发芽啦,发芽啦,我的种子发芽啦!”而我的那一颗,依旧不紧不慢,躲在泥土下沉睡。

第四天,女儿的那株已经长出两片叶子,而我的那一株,今天也探出头来,顶着嫩叶望着我们,带着慌张与喜悦。

后面的几天,我们依旧相继看花,向日葵每天都带给我们不同的惊喜。叶子由原来的一片、两片,长到三片、四片……日渐茂盛,向日葵的高度也由原来的1-2厘米,长到8-9厘米……只是我的向日葵,依旧落后于女儿的,不仅叶子少一

些,而且高度也矮一些。后来女儿外出几日,我工作忙碌,没有女儿的陪伴,也偷懒,竟一连三天没去看向日葵。

待女儿归来时,她鞋子未脱,便拉着我的手,飞奔阳台。迫不及待地寻找向日葵,依旧是那个角落,今日忽觉明亮,原来向日葵开花了!一株含苞待放,犹如害羞的少女;另一株正开得热烈,宛如明媚的阳光。女儿欣喜如狂,抱着我说:“妈妈,开花啦,开花啦!”

当惊喜与兴奋渐渐归于平静,我们在阳台慢慢地开始赏花,竟然发现,开得热烈的那一株,竟然是我的那株。而且高度比女儿那一株也稍稍高那么一点。

女儿不解的望着我,问:“妈妈,我的向日葵明明最先发芽的呀,为什么是你的那一株最先开放呢?”是呀,为什么呢,同样的土壤,同样的阳光,为什么开花时间不一样呢?

“或许每朵花的花期不同吧,或许,你走的这三天,我的这株在更加努力的生长呢?”我解释到,女儿似懂非懂的点点头。

其实每个孩子如同花朵一样,都有自己的花期吧,花有不同花期,人有不同特性,让我们静待花开吧。

产科1 李勤梅

最好的礼物

都说教师、军人、医疗工作者是世界上最为伟大的三个职业,深以为然。教师教书育人,被称为灵魂的工程师;军人保家卫国,为我们营造一个和平安全的生活环境;医生则是治病救人,守卫在人类健康的最后一道防线,是与死神作斗争的勇士。

8月19日是中国医师节,平常医生同事们总是会开玩笑说:“只有弱势群体才有节日”,然而任何一种节日,无关强势弱势,只是一种提醒。每当这些节日来临,我们都会送些鲜花或者礼物给周围的他们来表达我们的感激之情。

今年的医师节,我们科收到了一份最好的礼物。这礼物来自2013年被火焰烧伤、面积达80%、特重度烧伤的患者李先生,为感谢烧伤科王雪山主任及王进等医师当年的精心抢救,特地选择在医师节送来锦旗表达对他们的感激之情。如今的李先生已经回归社会,能够从事正常工作,可以担负起照顾自己及家人的责任。王雪山主任、朱加广、陈德广等医生亲切接待李先生,进行了愉快的交谈并且合影留念,看着医生们欣慰的笑容,我想患者的康复以及他们对医生工作的肯定是给他们最好的医师节礼物吧!

我院烧伤整形科成立20年来,成功救治各种烧烫伤爆炸伤患者几万人,每年完成游离植皮、皮瓣转移手术数量呈几何倍数增长。近两年发挥综合医院总体优势,配置高端悬浮床设备,采取多学科联合模式成功救治10余例特重度烧伤患者,科室综合救治能力获得同行及广大患者的认可。烧伤整形科 张凤

一位老医生 眼里医院的嬗变



徐甜甜 摄

上面的照片为我院感染科退休医生苏伯贤在病房楼前拍摄,此二层小楼就是他当时设计的。

1961年10月14日,苏伯贤到医院报到,那年,医院只有一个小洋楼,其他的都是平房,医院外则全都是农田。1984年,苏伯贤调到传染科,随后参与了传染病房的设计。现在,这幢楼作为感染科病区还在继续使用,在这里,一个又一个病人顺利康复出院,见证了医院的变迁。

党办 徐甜甜

军魂永不褪色

“我是一名光荣的志愿军战士,哪怕是冻死,我也要高傲地耸立在我的阵地……”。

这是一位牺牲于长津湖战役的士兵的绝笔信,发生于1950年11月的长津湖战役,是我军历史上一次万分悲壮且教训深刻的战争,也是朝鲜战争中最惨烈的一次战役。当时恰逢朝鲜半岛遭遇50年一见的严寒,志愿军穿着单薄的军装,吃着冻成冰疙瘩的土豆,在漫山遍野的雪地里,与身穿防寒服吃着火鸡的美军展开鏖战,整整13个残酷的昼夜!在零下40多度的冰天雪地,125名志愿军战士死守鹰岭,宁愿冻死也不撤退,牺牲时他们像冰雕一样俯卧



丁媛媛 摄

在战壕里,眼神坚韧,保持着战斗的姿态,在生命的最后一刻也履行军人的职责。顽强不拔的意志和英勇无畏的牺牲精神让敌方美军肃然起敬!

2017年的一天,陪爸爸看新闻联播,当时海峡两岸局势不明朗,到采访一名退伍老兵对一触即发战争的看法时,他表示:“只要祖国需要,我愿奔赴战场!”非常振奋人心。

这时身边的老爸,默默地举起左手握成拳头,铿锵有力的大吼:“若有战,召必回!”我瞬间泪流满面,心中的自豪感油然而生。老爸退伍已30余载,快60岁了,虽已退伍但军魂仍没褪色,像万千人民解放军一样,用生命书写忠诚。

没有人民军队便没有人民的一切,在近日港独分子的暴乱中,我们看到了民众的爱国之心,更看到人民子弟兵的身影,他们才是香港繁荣稳定的定海神针。当国家和人民需要时,第一个站出来的是他们,最后离开的也是他们。我们不是生在一个和平的年代,只是活在一个和平的国家!我们的岁月静好,不是敌人的恩赐,是军人的守护。我们的尊严与安全感来自于强大的祖国,来自于先辈用钢筋血肉铸就的万里长城,也来自于退伍不褪色仍有坚强意志的老兵,还来自于铁骨铮铮、脊梁不倒的现役中国军人。这盛世能如你所见,因为军魂永不褪色!

呼吸科 戈丹艳

细节决定温度

外出开会,与同行相约去大城市的三级医院看看,一行四人打车到达,看到医院的规模、细节,彰显实力!

门诊楼每个楼层都有体脂秤,微信简单扫一下,就能看到自己的健康状况。这个秤,链接院方的信息系统,给予详细指导。出入院结账处有一个病历打印邮寄窗口,只需扫二维码进行申请,就可以解决病历复印问题,避免患者来回路上颠簸,大大提高了效率。

每一栋楼都有医院愿景、核心价值观、服务理念,工作服口袋上绣有院名和职工名,肩膀上绣有医院的logo,感觉很有归属感,绣上名字后也不再担心丢工作服。门诊每个区域分区都有候诊椅、独立诊室,解决患者围观,避免烦躁不安。

虽然这次只是走马观花,但细节体现温度,体现一个单位工作细致程度,一个有温度的集体必将成就优秀的团队和个人!风湿免疫科 李春香

感染科教会我如何 开展健康教育宣教

最炎热的日子到了,我到医院实习已经4个多月了,轮转了4个科室。这一次,我轮到了感染科。“感染科?我会不会不小心被传染?”这是我来到这个科室之前的第一想法,有些肤浅,也有些不知所措。

周一早上,我带着稍稍紧张的心情来到感染科的病房——一栋两层的小楼房。见了带教老师,她首先介绍科室结构,病房布局,对清洁区,半污染区,污染区,讲解得很清楚。然后,让我戴好帽子、两层口罩,再戴上手套,告诉我:“不用太担心,只要按规范流程做事,操作时认真小心,保护好自己,就没什么问题。”严密的防护措施,老师的安慰,让我紧张的心情瞬间消失了,不再畏手畏脚。

来到科室两天,我熟悉了疾病和病人。其中,给我感触最深的是一个20多岁的肺结核病人,她不知道自己为什么会得这个病,她说的话,是我写这篇文章的直接原因,她说:“我这么爱干净,怎么会被传染的……”我听后很惊讶,这个病人不明白肺结核是通过什么途径传染的。我跟她解释,肺结核是由结核分枝杆菌引起的,和你爱不爱干净关系不大,这个病是通过呼吸道传播的,在拥挤的地方和别人距离太近时,就有可能被传染。

随着大健康时代的来临,人们对疾病知识有了一定了解,但深度不够,就传染病而言,大家平时都报以无关痛痒的态度,在感染后才痛哭后悔。希望大家了解更多的传染病知识,来保护自己,保护家人,也保护他人。

在这个科室的短短两周,我从开始的紧张与害怕,转变为一个用专业知识对病人健康宣教和指导的实习护士。我努力把传染病相关知识告诉病人和家属,希望给他们更多的帮助,也希望人们更多的重视传染病。

江苏卫生健康职业学院 钟朦