



海口市人民医院 院报

Haikou People's Hospital

中南大学湘雅医学院附属海口医院

Haikou Affiliated Hospital of Central South University Xiangya School of Medicine

2023年4月30日 第2期(总第107期) 琼内准印字第YB081002号 内部交流 免费赠阅

主办:海口市人民医院 中南大学湘雅医学院附属海口医院/http://www.haikoumh.com.cn/热线电话:66151001 66151002

院党委召开党支部换届选举专题会议

本报讯 3月28日,海口市人民医院党委召开党支部换届选举专题会议。党支部换届选举领导小组办公室主任、全体召集人参加。会议由党委书记王会庆主持。

王会庆首先带领与会人员认真学习中共海口市人民医院委员会关于《海口市人民医院党支部换届选举工作实施方案》的通知,解读了党支部的设置原则、候选人推选原则,党支部换届选举工作流程等。

王会庆指出,党支部换届选举工作是全院党员政治生活中的一件大事,各党支部要充分发扬党内民主,严肃党内政治生活,精心谋划部署,全力做好党支部换届选举工作;要严格程序、严守纪律、按章操作,确保换届选举程序合规,过程透明,结果有效。

王会庆强调,党支部换届选举工作要认真学习党的二十大精神,领悟“两个确立”的决定性意义,旗帜鲜明承担起“两个维护”的根本任务,党员干部要率先垂范,认真做好党支部的换届选举工作,选好支委,配强班子,为党建引领业务发展夯实组织保障,以优异成绩规划和落实医改工作,造福老百姓,为我市的医疗卫生健康事业和自贸港的建设做贡献。

党委办公室主任曾巍就中共海口市人民医院委员会关于《海口市人民医院党支部换届选举工作实施方案》通知的有关事项,进行了讲解和解答。(晓峰)

推进“清廉医院”建设 提升百姓就医幸福感

——海口市卫生健康委组织召开“清廉医院”建设动员大会



本报讯 3月16日下午,2023年全市卫生健康系统清廉医院建设动员大会在海口市人民医院召开。市纪委监委、市监委委员柯伟,市卫生健康委党组书记、主任潘文利出席并讲话。会议由市卫生健康委党组成员、副主任吴亮主持。

全面推进“清廉医院”建设,是深入学习宣传贯彻党的二十大精神,进一步落实省委推进清廉自贸港建设、市委推进清廉海口建设的重要组成部分。打造人民满意的清廉医院,对于加快健康海口建设步伐和助力海南自贸港建设有着极其重要的现实意义,也是新形势下医院高质量发展的内在需求。(下转第2版)

携手打造“医疗集团” 多措并举造福百姓

——海口市人民医院医疗集团召开工作部署推进会

本报讯 3月10日,海口市人民医院医疗集团党委召开工作部署推进会暨党委扩大会议。美兰区副区长甘平、海口市卫生健康委体改科科长陈贻阳、美兰区卫健委副主任林沐、海口市人民医院医疗集团第一届党政领导班子成员参加会议。会议由林沐副主任主持。首先,甘平副区长宣

读了中共海口市美兰区委关于医疗集团党委和行政的任职决定:王会庆同志任海口市人民医院医疗集团党委书记,杨毅军同志任医疗集团党委副书记、院长,张剑权同志任医疗集团党委委员、副院长,陆士娟、王加充同志分别任副院长,同时还有其他区属各公立医疗机构的负责人被任命为(下转第3版)



柔性引进唐伟教授为我院客座教授



本报讯 4月25日,张剑权副院长代表医院与日本东京大学唐伟教授签署合作协议,柔性引进唐伟教授作为我院脑血管病临床医学研究中心客座教授,助力我院科研平台建设的发展。

唐伟教授现任日本国立国际医疗研究中心高级研究员、国际诊疗部副部长,东京大学医学部附属医院肝胆胰外科研究员,国立看护大

学特聘教授;兼任山东大学、四川大学、吉林大学、西华大学、陆军军医大学、青海大学等多所高校、研究所兼职教授/客座教授、博士生导师;同时担任日本“国际生命/社会科学研究交流学会”理事长,“国际医药卫生研究交流中心”执行理事,国际英文学术期刊BioScience Trends、Drug Discoveries & Therapeutics、Intractable & Rare Diseases Research 总编/出版发行人,Global

Health & Medicine、GHM Open 运营执行理事/副主编等。主要从事外科肿瘤学基础与临床研究、干细胞、国际医药政策学、药物筛选与药效评估等。作为课题负责人主持科研项目40余项,其中国家级重大科研项目23项;多年来致力于推动国际学术交流与合作,承担多项中日合作课题项目,并积极促进科研成果转化,2004年荣获山东省政府颁发的“齐鲁友谊奖”,2008年荣获“中日医学交流奖”。

我院神经外科自2018年获批建设海南省脑血管病临床医学研究中心以来,积极开展国际科技合作,取得了丰硕成果,近年来,在夏鹰主任带领下,中心将嗅黏膜干细胞研究作为重点突破方向,目前已成功刚性引进湘雅医院博士、南方医科大学博士后陈梓桂副研究员负责中心的科研建设,柔性引进湖南省再生医学重点实验室主任卢明教授负责指导开展相关工作,经前期与海口市干细胞重点实验室合作,已成功分离培养出成人嗅黏膜间充质干细胞,未来可期。(彭俊)

本报讯 4月10日,我院启动院级师资培训规划,开展分层分类师资培训。此次“医学教育管理师资培训”讲座,开启了我院医学教育师资规范化、同质化培训的新时代。

本次培训由院长杨毅军主持,党委书记王会庆及其他院领导、医学教育管理委员会委员、各临床带教科室主任参加培训,分管教学工作的付斌副院长授课。

付斌副院长授课题目是《岗位胜任力和基本教学原理》,从“结果导向、调整心态、提升能力”三大方面,讲授“胜任力模型理论”、“马斯洛需求层次理论”、“技能分级模型理论”、“专家盲点理论和建构主义学习理论”、“技能入门到精通三阶段理论”、“双环学习理论”、“教学方法效能三角(Pyramid)模型”、“认知‘三圈’理论”在临床教学中的应用。

杨毅军院长在总结讲话中肯定付斌副院长的讲座精彩。他要求大家根据课件,结合参考文献,认真消化付斌副院长总结出来的教学理论,进一步提高临床教学活动质量,真正做到医教研协同发展。

本次培训是按“分层分类”原则,对包括医学教育管理委员会委员在内的全院管理师资进行教学目标和教学原理的内涵培训,之后将开启对带教老师进行的教师能力提升和教学活动规范方面的培训。(黄苑)

加强师资培训 提高师资能力

——我院启动医学教育管理师资培训

提升医院文化建设 推动医院高质量发展

——我院举办2023年学雷锋志愿服务优秀案例评选活动



本报讯 为深入学习贯彻习近平总书记关于志愿服务工作系列重要指示精神,贯彻落实党中央对志愿服务工作重要部署,大力弘扬雷锋精神 and “奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神,海口市人民医院团委以学雷锋志愿服务月为契机,举办了2023年学雷锋志愿服务优秀案例评选活动。这是海口市人民医院推动清廉医院文化建设,广泛发动党员干部和团员青年积极参与的活动之一。

通过前期广泛发动,各集体围绕

人民群众急切需求,紧密结合清廉医院建设、党建联建共建、大专科党建联盟、“2+3”健康服务包、学科建设等医院中心工作,充分发挥专业特色和岗位特长,开展了各类学雷锋志愿服务活动。

通过4月7日下午的初评,评选出进入决赛的6个案例和获得优秀奖的10个案例。

院党委委员、人力资源处主任陈伟,党委办公室主任曾巍,客户服务部兼医务社工部主任梁邦耀,党委办公

室副主任全锦子,院团委书记兼医务社工部副主任辜文君担任决赛评委。

参加决赛的党支部代表通过PPT、短视频的方式,对开展的爱心义诊、健康科普宣教、急救知识培训、医疗帮扶、爱心慰问等学雷锋志愿服务活动进行展示。

经过激烈而紧张的比拼,康复医学党支部荣获一等奖,机关第一党支部和急诊科党支部荣获二等奖,感染性疾病科党支部、外科第二党支部、海港分院和医技第四党支部荣获三等奖。

院党委委员、人力资源处主任陈伟对本次学雷锋志愿服务优秀案例比赛进行总结讲话。他指出,在党建引领医院高质量发展过程中,医院党委高度重视志愿服务工作。希望医院志愿服务要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,要认真贯彻落实习近平总书记关于学雷锋志愿服务的重要论述,深刻把握雷锋精神的时代内涵和实践要求,把弘扬雷锋精神与自贸港精神文明建设结合起来、与清廉医院建设结合起来、与医院各项工作结合起来,立足岗位特色,创新服务形式,丰富服务内容,从而进一步提升医院文化建设,改善医疗服务质量,推动医院高质量发展。(辜文君)

我院启动ISO15189医学实验室质量和能力认可

本报讯 3月1日下午,海口市人民医院正式启动ISO15189医学实验室认可。ISO15189实验室认可专家、辽宁中医药大学附属第二医院检验科主任管仲莹,海口市人民医院院长杨毅军以及相关职能部门负责人、检验科业务骨干共计60余人参加启动会。海口市人民医院副院长张剑权主持启动会。

管仲莹教授介绍了ISO15189认可的背景及意义。她指出,通过ISO15189认可能为医院的科研和药物临床实验基地提供更大平台,降低实验室运营成本,是实验室实力和品牌的象征。同时,也能够提高实验室和医疗机构知名度。

医学检验科主任魏小斌汇报了检验科进行ISO15189实验室认可的筹备情况。为提升医学实验室检验质量、服务能力及管理水平,助推医院高质量发展,海口市人民医院检验科通过几年的建设和改进,人员、设施设备、学科水平、信息系统等都已具备实施ISO15189医学实验室认可的基本条件,检验科将通过ISO15189认证,实现检验结果国际化互认,担负起我省医疗机构医学检验领域质量管理水平。

医学检验科副主任黄会汇报了质量管理体系建立的具体流程。检验科按准则条款和检验前、中、后三个流程搭建了科室质量管理体系,责任到人,采取“纵横交错,双线作战”的方式培养科室的专业团队,以保证实验室工作在ISO15189认可体系的运行过程中高质量可持续发展。

医学检验科副主任蒋翡翎代表检验科做出承诺,表示检验科全体人员将齐心协力,全力以赴,严格遵守ISO15189医学实验室认可体系要求,在工作中认真落实,力争早日通过ISO15189医学实验室认可。

杨毅军院长高度肯定了医学检验科进行ISO15189认可的必要性和紧迫性。他指出认可工作不仅是医院整体战略部署之一,也是海南自由贸易港和健康海南的战略需求。ISO15189质量体系项目建设,标志着我院检验科在管理、质量和能力上将向国际接轨。他希望检验科统一思想,全员参与,相关部门通力合作,进一步规范实验室质量管理,早日获得实验室检验质量的国际通行证,为医院高质量发展贡献力量。(医学检验科)

典亮生活 医路平安

——海口市人民医院开展医疗纠纷预防培训

本报讯 3月3日下午,陕西许小平律师事务所刘霄峰律师应邀到我院做“典亮生活、医路平安”为题的专题讲座。培训由副院长张剑权主持。

刘霄峰律师结合学习《民法典》和《医师法》的条款,通过现实中的具体案例,在执业生涯中遇到的一些医疗纠纷案例进行解析,让医护人员深刻了解依法行医的重要性,正确运用法律手段保护行医安全,提高防范医疗纠纷的能力,进一步保障患者的就医安全。

在提问环节,医务人员就行医过程中遇到的“难题”向刘霄峰律师请教,刘律师都一一做了解答,为医务人员“难题”提供了思路及方案,理清了法律界限。

通过此次培训,不但加深了我院医护人员对法律、法规的进一步认识,同时也为医护人员树立自我保护意识,防范医疗纠纷的发生提供了参考思路,保障患者就医安全,达到了预期培训目的。(投诉接待处)

(上接第1版)去年,在市纪委监委的具体指导下,市卫生健康委员会以市人民医院作为“清廉医院”建设试点单位,积极探索新形势下清廉医院建设的新思路、新举措,率先建成全省首家基于互联网平台的医院医用物资第三方供应链SPD服务平台,智慧领跑医用耗材监管。今年在总结、吸取上一年度清廉医院建设经验的基础上,进一步深化、拓展、夯实市卫健系统清廉医院建设。

今年,根据海口市公立医院高质量发展目标,市卫健系统要推动医院运营管理、智慧医院、中医药传承发展、人才队伍建设、一体化信息管理、医疗服务、医疗控费等一系列改革。市卫健委将依托清廉医院建设的契机,把医院高质量发展推上中心工作日程。根据《海口市卫健委开展清廉医院建设总体方案》,坚持通过党建筑廉、高位布廉、教育树廉、制度建廉、监督促廉、文化润廉等“六廉处方”,着力打造党风清明、行风清爽、院风清朗、医风清纯、作风清正、家风清廉的“六清”医院。各医院下一步成立领导小组,组建清廉医院建设工作专班,结合医疗卫生工作实际,聚焦行业突出问题,紧盯项目建设、药品购销、医疗服务等重点领域,围绕收“红包”“回扣”、过度检查、不合理收费及用药等突出问题,细化具体医院措施。围绕“理念创新、技术创新、服务创新、管理创新”理念,持续聚焦品牌化、数字化、标杆化的“三化引领”,形成医疗技术顶尖、医疗质量过硬、医疗服务高效、医院管理精细、医院满意度高的诊疗格局,持续提升百姓就医获得感幸福感。

市纪委监委驻市卫健委纪检监察组组长于朝蓬、副组长毛祖锦,市卫生健康委员会领导班子、相关科室负责人,市人民医院党政领导班子和中层干部,其他市属公立医院主要领导、分管领导、纪委书记和“清廉医院”建设专班成员参加会议。(张文婷)

脑卒中专家团巡讲 提升基层诊疗能力

本报讯 4月7日,海口市人民医院卒中中心团队前往海南西部中心医院开展卒中巡讲活动。本次活动由海南省脑血管病临床医学研究中心主任、海口市人民医院神经内科医学部主任夏鹰带队,名誉院长史克珊、海口市人民医院卒中中心团队、海南西部中心医院副院长赵展庆及该院卒中团队参与活动。

此次活动得到了海南省医学会神经外科学分会主任委员、海南医学院校长赵建农的大力支持。他指出,全省医疗资源分布不均匀,省内医院优势学科都有责任和义务走出去开展帮扶活动,促进全省医疗水平的共同提升,实现小病不出县,大病不出岛。海口市人民医院副院长王加充指出,积极开展基层巡讲,有助于提高区域协同的救治水平,降低脑血管疾病发病率、病死率和致残率,通过上下联动,努力完成卒中救治前移过程多环节协同高效,配套资源到位、体制机制科学、救治水平提升、信息化保障成效的基本目标,推动卒中中心防治体系高质量发展。

活动中,夏鹰教授与海南西部中心医院副院长赵展庆教授共同签订了战略合作协议,成立海南省脑血管病临床医学研究中心海南西部中心医院分中心,并进行揭

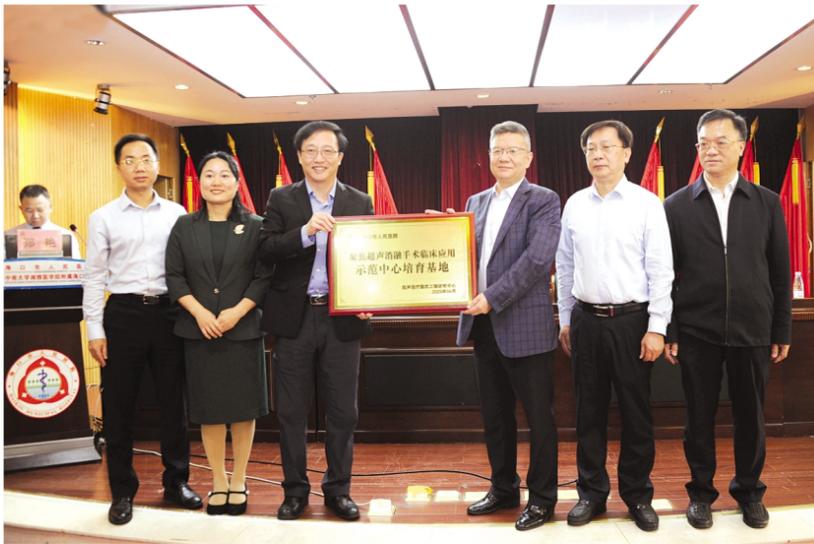
牌仪式。揭牌仪式后,双方医院卒中团队专家分别就卒中领域的热点及难点做了专题演讲,与与会医师进行互动、学术交流,并就具体疑难病例进行现场讨论、点评与专业指导,与会医师均表示此次巡讲活动拓展了思路,开拓了视野,获益匪浅。

据悉,海口市人民医院神经内科2018

年获批准建设海南省脑血管病临床医学研究中心,2022年获批准单独建设海南省脑血管病临床医学中心。卒中团队近年来陆续开展卒中巡讲活动,目前已先后前往乐东县第二人民医院、文昌市人民医院举办专题巡讲,后期将继续前往海南各市县开展相关活动,为海南卒中救治能力的提升贡献自己的力量。(彭俊)



“海扶刀”在我院开启肿瘤“微无创治疗”新时代



本报讯 4月8日上午,海口市人民医院联合超声医疗国家工程研究中心成功举办海扶微无创治疗中心启动仪式暨聚焦超声消融手术学术研讨会。海扶聚焦超声消融系统(简称“海扶刀”)正式落户海口市人民医院,开启肿瘤“微无创治疗”新时代。

海口市卫健委党组成员、副主任吴亮,海口市妇联党组书记、主席郑艳,海口市人民医院院长杨毅军及相关科室负责人出席启动仪式并致辞,海口市人民医院医务处主任黄远桃主持

启动仪式。

会议邀请中南大学湘雅三医院妇产科主任医师薛敏、重庆海扶医院院长张炼、绵阳市中心医院妇产科主任医师张勇等相关学科专家,带来微无创治疗精彩讲座和知识分享。

海口市人民医院经过坚持不懈的努力,不断转型升级医疗服务质量。现引进我国拥有完全自主知识产权的海扶刀聚焦超声肿瘤治疗系统,利用超声聚焦实现微无创治疗,减少了医源性损伤,提高疗效,改善预后,将进一步提升医院的医

疗服务质量,为本地及周边地区的百姓提供一种新的“无创伤”的治疗选择。

什么是“海扶刀”?“海扶刀”其实不是一把真刀,或者说它是一把无柄的“刀”,又称“超声聚焦刀”。它是将体外低强度超声聚焦于体内病灶,精准定位肿瘤,形成高能量的焦点。至于这个“聚焦”,我们也不陌生,就像用放大镜聚焦太阳光可以点燃一片树叶,超声波的聚焦也能在焦点上瞬间产生超过60°C的“高温”,使病灶组织凝固性坏死,而正常子宫组织及其他组织不受到明显损伤。

随着现代医疗科技进步,“无创”“微创”治疗成为大多数患者的首要选择。患者只需躺在治疗床上,医生在操作台前移动鼠标控制超声治疗头,发射超声波对治疗位置进行辐照。根据病灶部位的大小,短则几十分钟就可以完成手术。

据了解,海扶刀聚焦超声肿瘤治疗系统除妇科常见的子宫肌瘤、子宫腺肌病等,还可治疗肝癌、乳腺癌、骨肿瘤等多种恶性肿瘤。该治疗系统不开刀、不流血、无辐射、治疗路径无创,仅对病变组织进行“适形”消融,可保留组织器官结构和功能完整,大幅提高患者生存质量和寿命,具有并发症少,恢复快等优点。目前该治疗系统已经出口到英国、德国、西班牙、意大利、阿根廷、新加坡等29个国家和地区。(张文婷)

康复医学科获批「海南省康复领域数字疗法试验中心」

本报讯 3月2日,省卫健委召开省级数字疗法试验中心推进会,对获批海南省数字疗法试验中心的建设单位正式授牌,我院康复医学科获批“海南省康复领域数字疗法试验中心”。

数字疗法作为全新概念的医疗方法或数字健康解决方案,近年来发展迅速,它不仅符合国家提出的医疗重心前移,逐渐从“治病”转向“预防”的健康中国战略,且在临床应用上的价值也越来越被认可。

数字疗法能够提供通过循证验证的高质量软件程序驱动的干预方案,以预防、管理或治疗疾病。相比前往医院就诊需要经历路途和排队的不便,数字疗法可以让患者与医生进行远程互动,在家中获得咨询并接受治疗,更好地遵循医嘱管理。此外,数字疗法可以为患者提供更好的隐私保护,提升就医体验,并减少因病耻感导致美化病情对医生判断的误导。在现有传统药物治疗、非药物治疗(手术、放射和物理治疗)及心理行为治疗方法外,提供了一种全新治疗方法选择。

康复医学科充分利用数字疗法的便捷、智能等优势,积极开发并推广数字疗法新技术,引进包括脑机接口、运动处方、近红外脑功能链接、手功能三维动作捕捉分析系统等,极大地提高了患者的自主功能锻炼兴趣,进而提升康复疗效。

未来五年,康复医学科将更加深入探索数字疗法,通过数字化赋能医疗,打造“海南省康复医学数字疗法一体化管理平台”,建设从医院康复到社区康复再到居家康复的分级网络,通过物联网、临床路径和互联网APP等技术,实现患者从急性期到恢复期再到平稳期,同质化的康复医疗服务,为院内及居家患者提供基于数字疗法的专业康复治疗服务,最终实现数字康复的海南创新模式。(康复医学科)

心血管内科成功实施一例起搏电极穿孔重置术



近日,海口市人民医院心血管内科联合多学科为一例起搏器电极穿孔的患者成功实施重置术。

患者吴某,男,70岁,因三度房室传导阻滞在外院安装双腔起搏器,术后第二天发现起搏功能不良,行胸部CT后发现患者起搏器电极穿孔,心包少量积液,需要及时调整起搏器电极位置,遂到我院心血管内科就诊。

心血管内科主任医师陈漠水,副主任医师蒋宏亮在对患者病情进行

详细评估后,决定为其行起搏器电极穿孔重置术。但因电极穿孔,手术风险极高,拔出过程中有心包填塞的风险。为保证患者生命安全,术前与心脏外科及超声医学专家团队沟通,做好必要时及时开胸抢救安全保障。

历时1小时,患者血压、心率、血氧饱和度正常,查床边心包积液未见积液增加。术后2小时复查心包积液,未见积液明显增加,手术成功。

随着医疗新技术的推广和普及,起搏器植入数量增加,出现并发症的绝对数量也增加。心脏穿孔是起搏器植入最严重的并发症之一,可致心包填塞、猝死等。起搏器早期穿孔需在相关科室的协助下及时处理,拔出电极,严密观察并重新置入电极,必要时开胸修补。(蒋宏亮)

(上接第1版)党委委员、副院长。他希望能与海口市人民医院共建共管、创新推进,在集团党委的领导下,完善美兰区医疗卫生基础设施,为患者提供更高效、更优质的服务,改善人民群众就医条件,提升医疗集团的整体水平,推动美兰区医疗卫生事业的发展。

林沐副主任和海口市人民医院医改办负责人在会上分别汇报了医疗集团的前期筹备和建设情况。与会人员分别就如何推进医疗集团工作进行了交流发言。

杨毅军院长结合国家医改的大政方针,分析了医疗集团建设中存在的误

区和不足。他针对如何抓住医疗集团建设的重点和难点,把医疗集团建设工作落到实处,使医疗集团有动力、有活力,实实在在服务于美兰区老百姓,真正把优质医疗资源送到百姓家门口,提出了建议和思路。

王会庆书记表示,在新的使命下,海口市人民医院坚持党的领导,将与美兰区委通力合作,完善内设机构设立,建立三方权责清单,认真落实好各项工作。在推动优质医疗资源下沉的过程中,要通过激励机制改革,更好地调动基层医务人员的工作主动性和学习进取的积极性。乘势而上、蓄势而为,把医

新闻速递

◆3月7日,海南省妇女联合会在省政协常委会会议厅隆重召开“巾帼心向党 奋进新征程”——纪念“三八”国际妇女节113周年暨表彰活动。我院海甸门诊护士长林海燕荣获2021—2022年度海南省三八红旗手标兵。(胡馨玥)

◆3月10至12日,第一期“胃肠充盈超声造影系列培训班(海口站)”在我院超声医学学科顺利举办。此次培训班特邀中核五〇四医院功能科主任窦晓霞授课,来自全省各级医院相关科室业务骨干共30余人参加。由院超声医学科主任莫泽来主持培训。(马春燕)

◆3月29日,我院康复医学科主任宋振华、麻醉科主任田毅分别当选国家临床康复医学专业、麻醉专业医疗质量控制中心专家委员会委员。康复医学专业挂靠单位为北京大学第三医院,麻醉专业挂靠单位为中国医学科学院北京协和医院。(张文婷)

◆4月4日,离退休党支部在职党员和退休党员代表来到海口市人民公园“海南革命烈士纪念碑”前,开展2023年“清明祭英烈”主题党日活动,深切缅怀革命先烈,传承红色基因。通过敬献鲜花、向烈士三鞠躬、重温入党誓词等系列活动,向革命烈士们表达崇敬之心、感念之情、传承之志。(张文婷)

◆4月18日下午,院关工委召开专题研讨会,针对患有生理缺陷以及“五失”青少年,制定重点关爱帮扶措施并逐步推进,为“五失”青少年提供一些实际的帮助。(吴清秀)

◆4月22日,我院胸痛中心通过中国胸痛中心联盟总部的再认证,是全省首批通过再认证的两家医院之一。(胸痛中心)

◆4月23日,世界读书日当天,我院团委组织年轻干部、青年代表、院团委委员开展“同读好书 共筑清廉”青年读书会活动。活动围绕清廉医院建设,结合自身工作实际,畅谈学习心得体会。院党委委员陈伟同志、院纪委委员全锦子同志参加活动。(辜文君)

曾巍格律诗三首

参观南渡江铁桥

百年风雨剩残桥,荣辱参差一座标。
江水扬波应有恨,东洋作恶已成嘲。
春来四季琼崖丽,客醉八方天堑消。
青史常怀心更亮,复兴路上慎防妖。

海口迈雅湿地公园

江东美景又添奇,万亩虾塘变秀姬。
候鸟飞来芦正绿,清风吹过水堪迷。
斜阳芳草情相悦,栈道波光步自迟。
远望琼楼如海市,白云浮绕起遐思。

过海文大桥

七星岭下起蛟龙,跃过汪洋化彩虹。
千古蓝图双岸现,百乡天堑一朝通。
飞车且奔青云去,立志应迎旭日红。
多少先贤多少梦,欣观逐个竞东风。

疗集团建设成为政府放心、群众满意的现代化城乡区域医疗联合体。

最后,陈贻阳科长对海口市人民医院医疗集团积极、主动地推进医改工作表示肯定。他要求大家要认真学习上级医改文件,创新思路去解决医改中面临的困难,通过规划和落实医改工作,为老百姓造福,为我市的医疗卫生事业和维护人民生命健康作出新的贡献。

会议结束,王会庆书记接着组织召开医疗集团党委扩大会议,进行了党委工作分工,明确职责及议事规则。(朱刚直)

人人都有夕阳红 慢病防治不可松

随着人均预期寿命的提升,慢性病高发也成为老龄化社会的一大挑战。目前,我国老年人约1.9亿患有慢性病,患病率为全人群的4.2倍,其中患有多种慢性病的比例高达75%。以慢性病为主的健康问题,是影响老年人群生命质量的重要因素。

注意“老年综合征”。在走向衰老的过程中,人的机体功能逐步退化,加上多种慢性疾病共存,老年人会逐渐出现听力、视力下降、记忆力减退、营养不良、日常生活能力下降等症状,影响老年人的生活质量,医学上称此为“老年综合征”。

注意慢性病的发生。随着年龄增加,增龄性疾病发病率

会逐步升高。

慢性病的形成不是一蹴而就的,而是一个长期的过程。老年人随着年龄的增长和机体的自然衰退,更易受到疾病的侵袭。

而慢性病由于其本身病程长、治愈率低的特点,以及我国人群平均期望寿命的延长,导致了慢性病在老人人群中呈现高发状态。

心脑血管疾病。高血压、冠心病、脑中风、房颤、心功能不全等,通常会有头晕、心慌、胸痛、胸闷、气短、肢体活动不灵、口齿不清等症状。

代谢性疾病。糖尿病、高脂血症、肥胖等,表现为体重减轻、多尿、口渴、体重增加等。

呼吸系统疾病。如慢性阻塞性肺气肿、哮喘、慢性呼吸衰竭等,表现为咳嗽、咳痰、呼吸困难、胸闷、喘息等。

消化、泌尿系统功能减退。会出现顽固性便秘、消化不良、食欲减退、夜尿增多、尿频、尿急等症状。

骨骼和肌肉问题。骨质疏松症、椎间盘突出症、肌少症等,表现为肩背痛、腰腿痛、易跌倒、易骨折等。

精神和心理问题。焦虑症、抑郁症、睡眠障碍等,通常表现为情绪伏不定、易怒、多疑、焦虑、抑郁、失眠、认知功能下降、注意力不集中等。

老年阶段是人生的一个特殊阶段,其生理、心理的特点决

定了对其服务的特殊需求。做好老年人群的慢性病管理,有助于提高治疗有效率,改善生活质量。

老年病科主任周志宏建议:
1. 要做好慢性病的防治,“三个早”很关键:即早预防、早发现、早干预。慢性病病情平稳者,至少每年做一次全身体检。如果老年人出现记忆力减退、消瘦明显、压疮等问题,可到老年病科就诊,及早发现老年综合征,及早干预。

2. 定期监测血压、血糖、心率等变化,波动较大时及时就医,遵医嘱调整用药。

3. 合理膳食、适量运动、作息规律。多吃新鲜蔬菜水果,补充优质蛋白质。(老年科)

作为人类历史上威胁健康与生命时间最久的一种传染病,也是世界上最严重的寄生虫病之一,在科技发达的今天,仍然是人类可怕的敌人。

疟疾是由于雌性按蚊叮咬人体而感染了“疟原虫”所致的寄生虫病。

作为世界上最严重的传染病之一,早在2000年前,疟疾的阴影就在全世界飘散。20世纪初,拥有3万人口的云南思茅,在疟疾反复流行30年后仅剩900多人。

近200年来,随着流行病学的进步,大部分致命传染病已被消灭,

防蚊灭蚊 拒绝受“疟”

但疟疾仍是横亘在人类生命健康面前的一道可怕鸿沟——据世界卫生组织报告,全球大约40%的人口受疟疾威胁,每年有3.5亿至5亿人感染疟疾,超过100万人死亡。

疟疾通过按蚊叮咬人体,在人与人之间传播,少数病例可因输入带有疟原虫的血液或经母婴传播感染。

疟疾的典型症状为周期性发作寒战、高热,继而大汗淋漓而缓解。反复发作者伴有贫血、肝脾肿大等,严重者易出现脑型疟疾凶险发作合并发黑热尿、急性肾衰竭等。

防蚊灭蚊 最有效
防止蚊虫叮咬,如使用蚊帐、纱窗纱门、蚊香等。特别是在户外时,要穿长袖长裤,暴露皮肤时可涂抹驱蚊剂。

防蚊措施要到位
保持周围环境和室内卫生,清除垃圾、杂草,做好灭蚊工作。

出国防“疟”小贴士
要外出,先查询。出国前了解目的地疟疾流行情况,避免到疾病爆发地区旅行。如必须出行,了解注意事项后,加强个人防护。

回国后,要申报。由疟疾肆虐之地回国后出行发冷、发热等不适及时就医,就医途中做好个人防护,入境及就医时主动向海关人员及医护人员报告旅居史。(单永业)



嗓音受损没头绪? 很可能是……

嗓音是人类最原始、最基本、最便利、最重要的交流工具,它在我们的生活、工作、学习、人际交往、情感表达和艺术表现诸多方面起到了极其重要的作用。嗓音常被比作人的第二张面孔,在很多“声控”人士眼里,重视嗓音的程度甚至超过脸。

今年的4月16日,是第21个“世界嗓音日”。今年主题为“您的嗓音至关重要(YOUR VOICE MATTERS)!”

什么是正常嗓音?

嗓,即喉,是发声器官。嗓音,是人体发声器官发出的声音。嗓音具有特异性,不同的人

具有不同的嗓音特质。正常的嗓音,需要具备正常的发声器官,比如喉、肺、声带、舌、下颌、牙齿和鼻腔等,能如实地呈现说话者的状态,所以嗓音可以表达一个人的情感、情绪等。

什么是嗓音疾病?

当发音时出现音量、音调、音质、发声持续时间、发声的轻松程度以及共鸣等异常,影响正常生活和工作时,即称为嗓音病。

1. 声带小结和声带息肉。该疾病由于长期用嗓不当或过度引起,多见于职业用声的人群,如教师、销售人员、歌唱家等,一般息肉的嘶哑程度更严

重。声带小结高发于女性,而声带息肉男女都可能发生。若职业用声者出现声嘶超过1月无明显好转,则需及时到医院就诊,进行电子喉镜检查。若经过规范的嗓音康复治疗及内科治疗后,声嘶仍旧存在,则需要行手术治疗。

2. 反流性喉炎。反流性喉炎是慢性喉炎的一种,由于胃酸等反流到喉部,刺激声带造成的声音嘶哑,通常以改变不良生活习惯及内科治疗为主。需要严格的限制烟酒,规律饮食,进食不能过饱,严禁辛辣刺激食物,避免摄入咖啡、碳酸饮料、浓茶等。病情严重者需要使用药物抑制胃酸生成及促进胃肠蠕动(排气)。其治疗周期大约需6-8周,若不改变不良生活习惯,此病容易复发。

3. 喉癌。喉癌是耳鼻咽喉头颈外科最常见的肿瘤,发病率2/10万。由于发病部位特殊,随着肿瘤的进展,其对喉的发声、呼吸和吞咽等功能的影

响程度会逐渐加重。喉癌的发生是多种致癌因素协同作用的结果。流行病学资料证实喉癌与吸烟、饮酒、病毒感染、粉尘及刺激性气体接触、放射线、微量元素缺乏等因素有关。

若喉癌若能早期发现,则可在显微镜下行支撑喉镜下CO₂激光微创手术。该微创手术替代颈部切开喉部分切除术,发挥CO₂激光喉显微手术微创、损伤小、功能保全好、恢复快、手术时间短、住院时间短和费用低等优势,在切除病变同时保留喉功能及发音质量。

平时生活中如何护嗓?

1. 减少嗓音的滥用和误用,每天保证适量饮水;
2. 避免接触化学物质或其他刺激性物质,尤其是烟草;
3. 加强嗓音保健,正确运用发声技巧;
4. 培养健康的生活习惯和良好的用声习惯;
5. 避免环境及不良生活习惯的影响等。(阮宏莹)

胃是人体中的“高级餐厅”,它不仅是重要的消化器官,还是强大的营养物质“吸收器”,是抵御毒素及有害物质的重要防线……

古人云:胃不和则卧不安,被胃病偏爱的7大坏习惯,你都有吗?

暴饮暴食及过度节食减肥

正常情况下,进食后的胃可容纳1500ml-2000ml的食物,相当于4瓶矿泉水。暴饮暴食会导致胃超负荷工作,而过度节食导致胃里没有食物但胃酸却不断分泌导致胃黏膜水肿严重时可导致胃炎、胃溃疡等。

饮食不规律及常吃宵夜

一日三餐中早餐距离上次进食的时间最长,如

合理饮食 保护“胃”健康

果早餐不及时进食,胃酸分泌刺激胃黏膜及饥饿感,使胃肠蠕动加快可引起胃痛。现在上班族工作压力大,精神紧张,很多人便以各种借口不吃早餐,三餐不定时,晚上加班熬夜吃宵夜等不良生活习惯,都可以对胃黏膜造成损害,导致胃肠功能的紊乱等。

分心进食 重口味饮食习惯

现代生活节奏紧张,年轻人为了赶时间常边走边吃,边吃边说,这种习惯可导致消化不良、胃炎、胃下垂等情况,还会发生呛食、哽噎等意外。重辣、高

盐、生冷等食物会直接损伤食管胃黏膜,诱发、加重胃病。过甜食物会刺激胃酸分泌,易诱发食管反流,诱发、加重胃病。烧烤、腌制、油炸食物含有多种致癌物质,使食管胃肠肝胆胰消化系统癌症发病率增高。高盐食物也会加重高血压和心血管疾病的发病。

水果食用不得当

空腹食用柿子、山楂、枣等含有大量鞣质的水果,在胃内与胃酸、蛋白发生作用,可形成胶冻状物质,最后可形成胃石。抽烟喝酒、浓茶咖啡

及腌制类食物
众所周知,酒精可直接破坏胃黏膜屏障,引起胃黏膜充血、水肿、糜烂,甚至出血。但是,抽烟也会吗?答案是肯定的。因为烟雾中含有烟碱、尼古丁等有害物质,可以减少胃黏膜血流,影响前列腺素合成,导致黏膜缺血、缺氧、括约肌(LES)松弛等。腌制类食物中含有大量亚硝酸盐,长期食用是导致胃癌的病因之一。

滥用止痛药

因感冒、头痛、关节痛、肌肉痛,甚至腹痛,乱用止痛药的比较常见。止痛药大多是非甾体类抗炎

药,如布洛芬、双氯芬酸钠等,会直接损伤胃黏膜,引起胃黏膜充血、水肿、糜烂、浅溃疡,经常服用易发生消化性溃疡,易并发出血。

小病隐忍 不痛不就医

很多人对胃部隐痛、腹胀等状况很不重视,能忍就忍,能拖就拖,任何胃部不适都可能是身体在报警,一定要及时就诊,勿把小病拖成大病。

其实,胃病是可治可防的。在日常生活中做到以下几点,养成良好生活习惯,才能让胃更强健。
合理饮食 养成良好

的生活习惯

在饮食方面,要以清淡为主,多吃新鲜蔬菜、水果,少吃油腻、辛辣刺激、腌制类及生冷食物,不吃变质或霉变食物。细嚼慢咽、勿暴饮暴食,三餐规律、不和浓茶咖啡,不酗酒无度及吸烟。

调整情绪 适当运动

情绪与胃病的发生密切相关。情绪的变化会影响脾胃健康,生活中要保持心情愉悦。适当运动能促进食物消化,加快新陈代谢。但是要注意饭后运动要在用餐结束后1小时再进行,以免造成消化不良哦。

如长期有胃痛、胃胀、消化不良等消化道症状,传统药物治疗效果不理想,需尽早完善胃镜检查。(李赛莲)