



2021.7.26

举办七一表彰大会暨 2021 年住培带教能力大赛

本报讯 记者曹迎新报道 在庆祝中国共产党成立 100 周年之际,为表彰先进,树立典型,进一步激发基层党组织活力,增强广大党员的光荣感、使命感,提升市中心医院住培及临床教学工作内涵,强化全院师资的临床带教能力。6月28日下午,市中心医院隆重召开七一表彰大会暨 2021 年住培带教能力大赛。主会场设在连山院区七楼会议室,其他三个院区分会场同步收看。院领导班子、全院中层干部、各级党组织委员及部分党员参加了会议。市卫健委党组书记、主任刘志伟应邀出席。

表彰大会在雄壮激昂的国歌声中拉开帷幕。常务副院长申奥宣读了表彰决定。与会领导分别为医院 2020 年度优秀共产党员、优秀党务工作者、先进党支部颁发了荣誉证书和牌匾。

会上,由院党委主办的“仁术济世护苍生,我为党旗添光彩——庆祝中国共产党成立 100 周年”主题征文获奖者进行了热情洋溢的演讲。赞颂了中国共

产党走过的光辉历程和取得的伟大成绩,鼓舞着广大医务工作者勠力同心,奋力续写医院高质量发展新篇章。

表彰过程中,医务人员还献上了精彩的文艺表演。一曲《干杯中国》为党的百年华诞斟满了祝福、斟满了赞美;一首《新征程》唤起了在座党员的红色记忆,激励着广大党员不忘百年路,奋进新征程;舞蹈《我和我的祖国》展现了医院党员积极向上的精神风貌,热爱祖国、热爱党的思想情怀!在院党委副书记杨英华的领誓下,老党员重温入党誓词,再一次激励每位党员不忘初心,牢记使命,立足岗位,发挥先锋模范作用。

杨英华代表院党委对受表彰的个人及集体表示了热烈祝贺,并向医院全体党员致以节日的问候。他带领大家共同回顾了党的百年历程,总结了医院党的建设以及各项事业取得的瞩目成绩。就如何推动医院高质量发展提出五点意见:一是要坚持党的领导,坚定发展信心。要坚持和加强党对公立医院的全面领导,充分发挥党委把方向、管大局、

作决策、促改革、保落实的领导作用;二是要把握政策尺度,提高发展的“含金量”。要更加注重内涵发展、技术发展、能力水平发展、服务质量发展;三是要加强学习,努力提升医疗水平。广大党员要坚持学做结合、以学促做,要把学到的医学知识转化为推动医疗服务发展的动力;四是要转变作风,忠诚履职尽责。加强党员的作风建设,落实全面从严治党从从严治党的必然要求,院党委将以高度的责任感和使命感,营造风清气正的政治环境,发挥广大医务人员的积极性、主动性和创造性,提升职业荣誉感和自豪感,为医院高质量发展提供根本保证;五是要为群众办实事,作贡献促振兴。基层党组织要充分发挥推动发展、服务群众、凝聚人心、促进和谐的作用,持续开展“我为群众办实事、争作贡献促振兴”实践活动,发挥党建工作对业务工作的促进作用。

表彰大会结束后,作为向建党百年献礼又一活动,与会人员共同观看了由科教科举办的 2021 年住培带教能力大

赛。今年是中国共产党建党百年华诞,也是我国住培事业从制度建设迈向质量建设的奋进之年。在医院党委坚强领导下,医院住培工作经过七年的开拓发展,实现了从建起来到规范强起来的历史性跨越,助推了医院医教研工作快速发展。

本次比赛共有 12 个专业基地参加,经过预赛比拼,妇产科、内科、麻醉科三支队伍进入决赛。比赛现场,选手们精神饱满,自信从容,能够熟练运用所学知识分析问题、遵循技术规范,认真解决问题,一教一学,展示了老师和学员们良好的精神风貌和扎实的基本功。经过精彩纷呈的角逐,妇产科获一等奖,麻醉科和内科代表队分获二、三等奖。

此次比赛达到了“以赛促学、以赛促教、以赛促改”目的,各基地借助此次竞赛相互交流、分享经验、取长补短,促进医院临床教师队伍带教能力水平不断提高,为推动住院医师规范化培训工作持续发展起到促进作用。

召开 2021 年安全生产工作会议

本报讯 记者曹迎新报道 6月22日下午,市中心医院召开了 2021 年安全生产工作会议,医院全体中层及以上干部参会,会议由常务副院长申奥主持。

全体干部首先观看了《生命重于泰山——学习习近平总书记关于安全生产工作重要论述》电视专题片,再次提高全体干部对安全生产工作的认识。申奥传达了省、市卫健委系统安全生产工作会议精神,对医院安全生产大排查工作和兼职安全员履职情况进行了再强调、再部署,他强调,全院要按照院下发的 2021 年“安全生产月”和“安全生产滨城

行”活动方案要求,将安全生产排查与整改工作一以贯之,长期坚持下去。

院长张贺林就此项工作强调,全院医务人员要再次学习并真正领悟“首诊负责”的概念,要牢固树立“患者第一”的安全文化理念,在诊疗过程中尽职尽责,努力消除各种不安全因素,做好患者的“收”和“转”。在工作中各科室要结合本科室的特点执行好手术风险评估等制度,不仅要确保生产安全,更要确保患者安全。

申奥希望各科室要认真落实本次会议精神和,要确保建党百年大庆和医院安全生产形势稳定,以高度的责任感和担当精神,动真、动硬,狠抓落实,坚决扛起安全生产政治责任,履职尽责,担当作为,筑牢红线,守住底线,营造安全稳定的社会环境。

互联网医院为结核病患者免费配送药品到家

本报讯 记者曹迎新报道 考虑到偏远地区的肺结核患者家庭经济条件较差,往返医院取药不但要花费往返路费还会造成感染风险增大,为此,市中心医院决定自 5 月 25 日开始,由市中心医院互联网医院为结核病患者实行药品在线免费配送,每单快递费用共 12 元,顺丰公司减收 2 元,其余 10 元由市中心医院承担。此举的目的是借助公立医院“公益性”的功能定位,提升市中心医院为非盈利性公立医院的社会影响力,在保护患者隐私的同时,推动互联网医院药品在线配送功能开展。目前已为结核病患者免费药品配送 14 单,受到了患者的一致好评。

一致好评,截至目前,市中心医院互联网医院目前运行总体平稳,实现并进一

步优化了“在线住院办理”、“在线处置开具”、“结核患者药品免费配送”三项新功能,互联网医院线上处方自动审核功能将在线下处方自动审核功能完善后启用。6 月份,全院 469 名互联网注册医生,有 303 名互联网医生参与了互联网诊疗任务,其中病房互联网注册医生 413 名,229 名互联网医生达到了 3 例以上的互联网诊疗任务,完成有效互联网诊疗 2111 人次,平均每天 70 人次。219 人次互联网诊疗获得患者星级评价,其中五星级评价 217 人次,四星级评价 1 人次,三星级评价 1 人次。完成有效药品处方开具 96 单,完成有效检查检验申请单开具 762 单,16 名互联网医院药师参与了处方前置审核任务,完成处方前置审核 96 单,实现药品配送 22 单。

国家脑防委高级卒中中心专家组到市中心医院进行指导培训

本报讯 记者曹迎新报道 7月15日上午,由吉林大学第一医院杨戈教授、哈尔滨医科大学附属第二医院王丽华教授、北部战区陆军总医院陈会生教授、吉林大学第一医院徐保锋教授、洛阳市中心医院宋彬彬教授、吉林大学第一医院孙欣教授组成的国家脑防委高级卒中中心专家组莅临我院进行“国家高级卒中中心”建设工作进行现场指导培训。院领导班子及相关临床科室医护人员参加培训指导和检查反馈会。市卫健委医政医管科科长李冬梅陪同检查。

检查组,分别深入到医院急诊科、神经内科、神经外科、超声科、检验科、影像科、神经重症监护病区等科室,采取现场查看、调阅病历、查阅文件及随机提问的方式,对卒中急救绿色通道建设与运行、多学科协作诊疗、制度流程与健康教育、医技科室的设备投入及技术水平等进行了全面、细致的检查和指导。现场指导结束后,在连山院区 D 座 5 楼会议室召开了反馈会。

副院长于铁峰就医院概况、卒中中心建设开展情况,取得的成效以及存在不足与改进措施等方面详细向专家组进行了汇报。专家组组长杨戈以

《加强卒中防治工作,减少百万新发残疾工程综合方案》为题,解读了减少百万新发残疾工程综合方案,介绍了区域卒中分级诊疗以及加强卒中中心内涵建设等内容。随后,6 位专家分别结合现场检查情况,对医院在适宜技术开展、绿色通道、学科建设、科研课题、领导重视程度、高危人群的筛查、病历质控以及信息化建设等方面提出了针对性地意见和建议。

会上,李冬梅表示,市卫健委高度重视卒中中心建设,在积极推进分级诊疗体系建设的同时,充分发挥市中心医院为龙头作用,带动本市卒中地图

单位的卒中中心规范化建设;以加强医疗机构急诊急救能力建设为抓手,不断强化卒中绿色通道建设,促进卒中救治能力的进一步提升和优化。

院党委副书记杨英华作表态发言。他代表医院感谢专家组对医院卒中中心建设给予的指导培训和提出的意见和建议,并表示,医院要进一步加强对卒中建设工作的认识,紧紧围绕卒中中心建设标准和要求进行认真整改。同时要加多学科、多部门的协调工作,加快医院其他适宜技术的开展,不断提高医疗质量,推动医院卒中中心工作再上新台阶。

在大连医科大学“2021 年大学生临床能力全员竞赛暨临床教师教学能力竞赛”中载誉而归



2021 年“巨成杯”大学生临床实践能力竞赛暨临床教师教学能力竞赛

赛暨临床教师教学能力竞赛”。来自各教学基地的 64 名学生及 14 名参赛教师参加此次竞赛,市中心医院选派的教

师和学员表现优异,分别荣获教师赛、学生团体赛一等奖。

在临床教师教学能力竞赛中,连山院区介入血管外科刘晗医生以巧妙的启发式教学引导以及精准的讲解为大家呈现一堂精彩的“胸穿”课,他讲解思路清晰,课程情节环环相扣,给现场评委们留下了深刻印象,最终在 14 名参赛教师中脱颖而出,拔得头筹,荣获教师组一等奖。

临床教师教学能力竞赛旨在检验教师教学能力。一直以来,市中心医院高度重视临床教师教学能力的培养尤其是青年教师教学能力的培养,医院在不断完善师资队伍,加强师资队伍培养的同时,始终坚持和传承优良的教学传统,并结合时代发展不断创新,持续提升了医院整体临床教学水平。

学生赛中,市中心医院比赛队伍由 4 名学生组成,经过激烈比拼,她们荣获团体赛一等奖。竞赛试题分别由

有着多年教学经验的专家团队组织命题,内容涵盖内、外、妇、儿、急救、麻醉、感染、护理等多个学科,高度契合临床实景,旨在全面考核医学生临床基本知识、基本理论、基本技能、临床思维、团队协作、人文关怀等医学生必备的素质和能力。医院选派的 4 名学员沉着冷静,分工明确地开展问诊、查体等操作,默契的团队意识,临场的应变能力,以雷厉风行的操作速度贯穿整个赛道。

此次成绩的取得体现了市中心医院对教学工作的高度重视,副院长于铁峰曾多次督导培训情况,提出合理化的意见和建议。科教科精心组织,制定详细培训计划,邀请有丰富经验和有参赛经验的带教老师悉心指导,并全力做好师生的后勤保障工作。参赛师生训练刻苦,勇于拼搏、团结协作,发挥沉稳,在比赛中展示出了良好的精神风貌和扎实的基本功。

放疗科青年医生赵晶晶喜获全国靶区勾画大赛亚军

本报讯 记者曹迎新报道 日前,由中国抗癌协会放疗专业委员会举办的首届全国靶区勾画大赛总决赛在天津举办。市中心医院放疗科青年医生赵晶晶一路过关斩将,先后从辽宁赛区、东北及北京赛区、北方赛区脱颖而出,成功晋级总决赛。总决赛中,她与来自国内知名医院的 12 名优秀医生同台竞技,与全国的杏林高手“靶”向言欢,切磋交流,比赛中,她沉着稳定,应答自如,展现了一名青年医师扎实的总功底。

总决赛分为晋级赛及决赛,通过组间两两对抗的形式进行,参赛者依据大赛提供的病例进行治疗决策的制定。第一场比赛中,赵晶晶将一例“非小细胞肺癌术后复发”的病例靶区勾画娓娓道来,参照国内外指南、研究及临床经验,描述制定的治疗方案,并对评委提出的问题一一解答。有惊无险,以总分第一的成绩战胜对手,晋级总决赛。决赛中,针对“小细胞肺癌”的病例治疗阐述中,以微弱分差惜败,获得亚军。赵晶晶设计的靶区勾画获得了专

家的充分肯定。

治疗肿瘤的重要手段,是指用放射线来治疗疾病,也就是百姓口中说的“烤电”。约 50%—70% 的肿瘤患者在整个治疗过程中需要进行放射治疗,放疗可以单独实施达到根治目的,也可以用在缓解疼痛、减轻肿瘤压迫症状等姑息治疗。对于一些因肿瘤需要手术切除不能保留脏器功能的患者,经术前放射治疗缩小肿瘤,再手术即有机会保留脏器的功能,从而提高生存质量。同步放化疗更是被国内外指南推荐作为多种早中期肿瘤的首选治疗手段。

准放疗时代,靶区勾画及计划制定是放射治疗的核心,靶区勾画是指在特定的 CT 图像上需要照射及保护的器官及组织一一勾画,在精准照射肿瘤及相关高危区域的基础上最大限度地保护正常组织,误差不得超过 0.3—0.5cm。

市中心医院依托先进的放疗设备,开展多种肿瘤精准放疗,取得了优异的成效,为广大肿瘤患者提供了全面、规范的专业治疗。

龙湾院区内分泌科开展甲状腺结节穿刺活检术

本报讯 记者曹迎新报道 近年来,甲状腺结节的发病率逐年上升,呈“喷井式”增长趋势,发病率 19%—68%,其中 7%—15% 为恶性。沿海地区更是高发。随着生活节奏的加快,生活压力的加大,年轻人发病率更是呈逐年上升趋势,尤其女性更为多见。2014 年 WHO 公布的全球癌症报告中指出,甲状腺癌新发病例中超过一半为甲状腺微小乳头状癌。我国肿瘤登记中心资料显示,中国女性甲状腺癌的发病率高达 11.28/10 万,在新增甲状腺癌病例中以甲状腺微小乳头状癌为主且增速最快。可见,甲状腺疾病正成为现阶段严重威胁人类健康,特别是女性身心健康的高发疾病。

在临床上对于不同类型的甲状腺结节处理和预后均不同,因此,术前评估甲状腺结节的良恶性尤为重要。超声引导下细针穿刺抽吸细胞学检查以其能获得结节内的细胞甚至组织进行病理学诊断,具有较高的灵敏度及特异性。且操作简单、安全、经济、临床应用广泛,诸多权威指南推荐 FNA 推荐为鉴别甲状腺良恶性结节的首选方法。

近日,龙湾院区内分泌科开展甲状腺结节穿刺活检术,能够针对超声诊断不明确、增长迅速、高度可疑性质的结节给予初步的良恶性鉴别诊断,实现检查诊疗一体化,为甲状腺结节治疗方案的选择提供快速、简便、安全检查方法,进一步规范了甲状腺的诊断与治疗。得了甲状腺结节不要怕,一定要有足够信心和耐心坚持治疗,保持良好心态很重要。龙湾院区内分泌科将通过不断的创新及创新,以优质的诊疗服务,竭诚为您的甲状腺保驾护航。

下细针穿刺抽吸细胞学检查以其能获得结节内的细胞甚至组织进行病理学诊断,具有较高的灵敏度及特异性。且操作简单、安全、经济、临床应用广泛,诸多权威指南推荐 FNA 推荐为鉴别甲状腺良恶性结节的首选方法。

近日,龙湾院区内分泌科开展甲状腺结节穿刺活检术,能够针对超声诊断不明确、增长迅速、高度可疑性质的结节给予初步的良恶性鉴别诊断,实现检查诊疗一体化,为甲状腺结节治疗方案的选择提供快速、简便、安全检查方法,进一步规范了甲状腺的诊断与治疗。得了甲状腺结节不要怕,一定要有足够信心和耐心坚持治疗,保持良好心态很重要。龙湾院区内分泌科将通过不断的创新及创新,以优质的诊疗服务,竭诚为您的甲状腺保驾护航。

葫芦岛市医学会放射分会第十次学术会议召开

本报讯 记者曹迎新报道 6月26日,2021 中国医学装备协会磁共振成像装备与技术专业委员会腹部影像学学术研讨会暨葫芦岛市医学会放射分会第十次学术年会在龙湾院区六楼多功能厅召开。此次会议由中国医学装备协会磁共振装备与技术专业委员会、大连医科大学医学影像学院、葫芦岛市医学会放射分会主办,葫芦岛市中心医院、大连医科大学附属第一医院、磁共振设备与技术北京市重点实验室共同承办。本次会议主要以提升放射影像同道磁共振诊断水平为目标,同时以精彩的学术分享共同庆祝中国共产党建党 100 周年。全市放射影像相关专业共 200 余人参加会议。本次会议采取线上、线下同步进行

的交流形式,使更多的影像同仁受益。邀请了省外知名专家北京大学肿瘤医院孙应实教授、吉林大学第一医院张惠芬教授、山东大学齐鲁医院王青教授、内蒙古自治区人民医院张晓琴教授等进行线上及线下学术讲座。除此之外,省内知名专家大连医科大学附属第一医院刘爱莲教授、宋清伟教授、兴城市人民医院韩仁会教授以及市中心医院放射科董颖带来了精彩讲座。各位专家从不同角度、针对不同部位及技术阐述了磁共振成像应用的价值,分享了自家宝贵的磁共振临床经验。此次会议为我市广大医学影像同仁搭建了学习交流的平台,为我市磁共振影像诊断水平的提升和发展起到了积极的推进作用。

老年人如何做到合理膳食

7 月 12 日至 7 月 18 日是第三个老年健康宣传周

■ 本报记者 曹迎新

为全面推进健康中国建设,贯彻落实积极应对人口老龄化国家战略,宣传普及老年健康政策和科学知识,切实提高老年人健康素养和健康水平,国家卫生健康委从 2019 年起每年都组织开展老年健康宣传周活动。2021 年 7 月 12 日至 7 月 18 日是第三个老年健康宣传周。主题是“关注口腔健康,品味老年幸福”。生活中,老年人因为器官的衰退,常造成营养不良、贫血、肌肉衰减、骨质疏松等与营养缺乏和代谢相关的疾病,很多人多病共存,长期服用多种药物,容易造成食欲不振,影响营养吸收,加重营养失衡状况。因此,老年人合理营养和平衡膳食尤为重要,膳食营养是保证老年人健康的基石,与老年人生活质量、家庭、社会经济、医疗负担都有密切关系,对促进社会稳定、和谐发展也有重要影响。那么,老年人应如何做到合理膳食呢?对此,连山院区老年医学科主任苗瑞新给出了具体意见:

一是摄入充足的食物。老年人每天应至少摄入 12 种以上的食物。采用多种方法增加食欲和进食量,吃好三餐。早餐宜有 1—2 种以上主食,1 个鸡蛋,1 杯奶,另有蔬菜或水果。中餐和晚餐宜有 2

种以上主食,1—2 个荤菜,1—2 种蔬菜、1 个豆制品。饭菜应色香味美、温度适宜。对于高龄老人和身体虚弱以及体重出现明显下降的老年人,正餐摄入量可能有限,应特别注意增加餐次,常换花样,保证充足的食物摄入。进餐次数可以采用三餐两点制或三餐三点制。用餐时间应相对固定。睡前 1 小时内不建议用餐喝水,以免影响睡眠。

二是细软食物的制作方法。将食物切小切碎,延长烹调时间;肉类食物可切成肉丝或肉片后烹饪,也可剁碎成肉糜制作成肉丸食用;鱼虾类可做成鱼片、鱼丸、鱼羹、虾仁等;坚果、杂粮等硬食物可碾碎成粉末或细小颗粒食用,如芝麻粉、核桃粉、玉米粉等;质地较硬的水果或蔬菜可粉碎榨汁食用;多采用炖、煮、蒸、烩、焖、烧等烹调方式,少煎炸和熏烤等。

三是要细嚼慢咽。通过牙齿咀嚼,可以将食物嚼细磨碎,使食物有很大面积与唾液充分接触,促进食物更好消化,减轻肠胃负担,使营养物质吸收更好;充分咀嚼,可以促进唾液分泌,充分发挥唾液内溶菌酶的杀菌作用;防止因咀嚼吞咽过快,使食物误入气管,造成呛咳或者吸入性肺炎甚至窒息;老年人味觉敏感性下降,细嚼慢咽可以帮助老年人味觉器官充分发挥作用,提高味觉感受,更好地

品味食品;细嚼慢咽还可以使咀嚼肌得到很好的锻炼,并有助于刺激胃肠道消化液的分泌。

四是保证老年人获得足够的优质蛋白质。吃足量的肉:鱼、虾、禽肉、猪肉羊肉等动物性食物都含有消化吸收率高的优质蛋白质以及多种微量元素;天天喝奶:研究表明牛奶中的乳清蛋白对促进肌肉合成、预防肌肉衰减很有益处;同时牛奶中钙的吸收利用率也很高。建议老年人多喝低脂奶及其制品。乳糖不耐受的老年人可以考虑饮用低乳糖奶或酸奶;每天吃大豆及其制品:老年人每天应该进食一次大豆及豆制品,增加蛋白质摄入量。

五是合理选择高钙食物,预防骨质疏松。钙摄入不足与骨质疏松的发生和发展有着密切的关系。我国老年人钙的摄入量不到推荐量的一半,因此,更应特别注意摄入含钙高的食物。奶类不仅钙含量高,而且钙与磷比例比较合适,还含有维生素 D、乳糖、氨基酸等促进钙吸收的因子,吸收利用率高,是膳食优质钙的主要来源。

六是延缓老年肌肉衰减。常吃富含优质蛋白质的动物性食物,尤其是红肉、乳类及大豆制品;多吃富含 n-3 多不饱和脂肪酸的海产品,如海鱼和海藻等;增

加户外活动、多晒太阳并适当增加维生素 D 含量较高的食物;如条件许可,还可以进行抗阻力训练、举沙袋等抗阻运动 20—30 分钟,每周≥3 次。此外,可增加日常身体活动量,减少久坐或卧床。活动时应注意量力而行,动作舒缓,避免碰撞、跌倒等事件发生。

七是主动少量多次饮水。正确的饮水方法是主动少量多次饮水,每次 50—100ml,清晨一杯温开水,睡前 1—2 小时 1 杯水,不应在感到口渴时才饮水,养成定时和主动饮水的习惯。老年人每天的饮水量应不低于 1200ml,以 1500—1700ml 为宜。饮水首选温热的白开水;根据个人情况,也可选择饮用淡茶水。

八是改善老年人便秘的措施。增加富含膳食纤维的食物,多吃全谷物、蔬菜、菌藻类和水果等;增加饮水,养成定时饮水的良好习惯,尤其是每天清晨饮 1 杯温开水或蜂蜜水可刺激胃结肠反射,促进肠蠕动;多吃富含益生菌的发酵食物,如酸奶,维持健康的肠道菌群;油脂具有润肠通便的作用,可适当增加花生油、芝麻油或含油脂高的芝麻、葵花子、核桃的摄入;少食辛辣食物,尽可能做到定时排便;增加运动,如散步、打太极拳、体操、跑步、腹部按摩等,避免久坐。