

“阳康”后的心理调适

——酒泉市人民医院精神科帮助您

随着疫情的发展,相信不少人已经熬过高烧,忍住了刀片嗓,经历了剧烈的咳嗽,挺过了全身酸痛,从“阳过”转成了“阳康”。但是很多人明明身体已经“阳康”了,但情绪却还是低落、沮丧,感觉心急、紧张和失眠等。面对这些情况,如何做好心理调适,酒泉市人民医院精神科结合大量门诊和住院治疗患者的情况给出以下建议。



01 接纳自己

处于康复期,允许自己慢一些,觉得累了就休息一下,对自己暂时不要有比较高的要求。毕竟免疫系统经过“战争”需要休整,如果不是必须的事不妨缓一缓。

02 不过分关注自己的不适

无论是间断咳嗽还是疲乏出汗,这些只是康

复期的一个过程,注意力的过分聚焦会增加焦虑感,而正向的意念会使身体更快地康复。

03 加强沟通

密切的家庭联系和社会支持是“安全感”的重要来源,主动与信任和乐观的朋友或家人联系,诉说内心的感受,扩展讯息,获得应对经验。

04 学会放松身心的方法

处于紧张、焦虑,甚至是困惑无助的时候,可以尝试呼吸训练和蝴蝶拍的放松方法。

(1)呼吸训练:将注意力集中到呼吸上,先做几次深呼吸,然后开始深深地吸气,注意吸气的时候将腹部慢慢地鼓起来,感受吸进去的气在胸腔、腹部回荡,在这个过程中也可以将双手加叠放在腹部,感受腹部随着呼吸鼓起和缩回的感觉。直到情绪完全平静,时间一般是20分钟左右。

(2)蝴蝶拍:微闭双眼或者半合眼,双臂交叉放在胸前,双手交叉轻拍肩部,同时缓慢深呼吸,时间一般10分钟左右。

第五,适量运动。人只要“动”起来,焦虑值就会迅速下降,运动是“动”的一种绝佳方式,

但处于康复期不能做剧烈运动,可以做家务,散步晒太阳,练习“回春操”和“八段锦”等都是“动”的一部分。



如果您自行调适后效果不佳,症状加重,并存在较长时间的情绪焦虑,抑郁,烦躁,紧张以及睡眠障碍等情况,请到酒泉市人民医院精神科咨询就诊,我们将以专业、细致、耐心的服务为您的精神心理健康保驾护航。

地址:酒泉市人民医院急诊内科综合大楼(东楼)六楼精神科。
电话:0937-6989252
0937-6989253

“阳康”以后身体不得劲?酒泉市人民医院新城医院中医康复科给您带来新冠“阳康”后的中医药调养

随着新冠疫情影响的发展及防控政策的调整,大部分人都经历了高热、咳嗽、咽痛、全身疼痛、嗅觉味觉减退等症状的折磨,终于从“阳人”熬到了“阳康”。但还有很多人在“阳康”后仍有咳嗽、气短、胸闷、心悸、乏力、出汗、失眠等等的症状,纠结于吃不吃药、吃什么药,或者一直在吃药症状却不见好转,更有人索性“硬扛”了……

新冠疫情发生的三年里,中医药在防治过程中一直发挥着重要的作用,尤其在病后康复中更有其独特的优势。为了解决“阳康”后的不适症状,我院新城中医康复科在综合了大量门诊患者的病情资料后,辩证应用了中药汤剂口服及膏方调养,取得了良好的效果。



何为膏方

膏方,又称“煎膏”“膏滋”,是中医传统八种剂型膏、丹、丸、散、汤、酒、露、锭之一。在临床中,医生根据患者病情、体质,经中医辨证开出处方,然后采用道地药材精心熬制,再加胶类或蜂蜜提炼为便于服用的膏剂。膏方具有口感好、易吸收、服用方便、易储藏、易携带等优点,因此越来越多的人喜欢用膏方来调养。

“阳康”调养方的适宜人群

1.新冠“阳康”者、体虚易感者。

- 2.亚健康人群。
- 3.需要长期服药治疗的慢性病患者。
- 4.大病初愈,术后、创伤后康复期的人群。

膏方诊疗流程

1.门诊挂号——新城中医康复科门诊,前往新城医院门诊四楼中医康复科诊室。



- 2.医生根据个人体质及需求辨证开方,做到一人一方,精准调护。
- 3.门诊中药房拿取中药,准备辅料,交给医生。
- 4.提前处理阿胶——中药煎煮——辅料粉粹——药液收汁——上锅熬制——出锅装盒。



就诊地址:酒泉市人民医院新城医院门诊四楼中医康复科
联系电话:0937-6982577
0937-6982633

总 编:陈国喜
副 总 编:冯鲜妮
贾晓波
王青彪
杨晓成
编 辑:常志宏
刘秦勤
肖志明
责任编辑:杜瑞鹏



酒泉市人民医院服务号 酒泉市人民医院订阅号

酒泉市人民医院报

JIU QUAN SHI REN MIN YI YUAN BAO

酒泉市人民医院办(网址:www.jqsy.cn)

2023年第1期 总第338期

内部交流

国家区域医疗中心第五批项目专家实地考察汇报会在院召开

2月3日,国家区域医疗中心第五批项目实地考察组组长李天伟一行莅临我院,实地考察调研了项目建设现场,并召开国家区域医疗中心第五批项目专家实地考察汇报会,这标志着我院依托上海市第一人民医院共建国家区域医疗中心进入关键时期。

汇报会由酒泉市委书记王立奇主持。省卫生健康委一级巡视员陈明出席会议。酒泉市委副书记、市长唐培宏汇报了酒泉市创建国家区域医疗中心工作情况。上海市第一人民医院院长郑兴东汇报了开展合作情况。

李天伟说,“十四五”期间,国家发展改革委、卫生健康委和中医药局联合对卫生健康服务体系进行了重大设计,其中建设国家区域医疗中心是为了实现优质医疗资源扩容和区域均衡布局。经过几年持续推动,国家区域医疗中心顶层设计逐步完善,一批项目成功建成,发挥了很好的效果。本次来酒考察,将为酒泉国家区域医疗中心创建、医疗卫生服务体系提供建设提供帮助。希望酒泉市加快项目推进,理顺优化运行管理体制,确保项目顺利建成。

王立奇说,酒泉自古就是边塞前沿、战略要地,承担着国防御边、保障国家安全的重要使命,

一批“国之重器”在酒泉布局建设,众多高精尖专业人才胸怀“国之大事”,为保障“国之重器”坚守大漠、甘于奉献,形成了伟大的“两弹一星”精神、载人航天精神、“铁人”精神、莫高精神等。服务保障国家级高精尖国防力量及专家人才,为他们提供更加优质、更加便捷的医疗服务,是我们的光荣使命和历史担当。酒泉地处甘青内蒙四省区交汇处,周边生活着1100多万人民群众,境内有多个民族,把民族群众的医疗服务保障好,把多民族大家庭的医疗条件改善好,是我们责无旁贷、义不容辞的责任。酒泉是省委、省政府确定的区域中心城市,多年来我们持续在医疗卫生事业上加大投入,2022年国家基本公共卫生服务绩效评价位居全省第一。酒泉市人民医院是河西走廊有名的三甲医院,特别是高起点谋划建设的酒泉市人民医院新院区投用后能够为打造国家区域医疗中心提供一流的硬件设施和发展平台。总的来说,建设区域医疗中心既是服务保障国家大战略的现实需要,又是促进民族团结进步的务实举措,目前酒泉市有着坚实基础。希望考察组为酒泉市提出更多好的意见建议,给予我们更大的关心和支持。酒泉市委、市政府郑重承诺,将全力以赴强化保障,坚持把建设国家区域医疗中心作为全市民生保障的一号工程,统一协调、密切协作、专班推进,举全市之力建设酒泉国家区域医疗中心。

会上,考察组专家就创建国家区域医疗中心有关工作情况与参会人员进行交流。副市长、我

院党委书记陈国喜及院长冯鲜妮对考察组提出的问题进行了详实的解答。

酒泉市委常委、市政府党组成员、市委秘书长李生潜,酒泉市政府秘书长贾泰斌;上海市第一人民医院党委副书记沈静、副院长王悍等出席会议。63600部队、95861部队、96111部队、中石油玉门油田分公司、中核集团四〇四公司、中国北山地下实验室、敦煌研究院、酒泉钢铁公司等有关负责人出席会议。

国家区域医疗中心建成后将成为名副其实的高水平的现代化区域医疗中心,立足甘肃、服务西北、国内一流,可承担区域内疑难危重症的诊断治疗,护佑百姓健康,让人民群众就近享有更好的就医获得感、幸福感和满足感。

国家区域医疗中心建设是推进优质医疗资源下沉和区域均衡布局,是推动健康中国建设的重要战略部署,是助推酒泉市卫生健康事业发展的重要历史机遇。我院以争创为契机,依托上海市第一人民医院优势医疗资源,共同夯实国家区域医疗中心创建基础,发挥上海市第一人民医院的品牌、技术、人才优势,锚定“区域中心带动,辐射周边省份”的宏伟愿景,紧紧围绕区域内群众急需、医疗资源短缺和异地就医最突出的诊疗需求,打造区域内群众高发疾病诊疗高地,全力推动国家区域医疗中心落实落地,不断满足人民群众就近公平享有高水平医疗服务的需求,惠及酒泉、甘肃乃至周边地区。

(编辑部)

酒泉市人民医院2022年度领导班子和领导干部述职测评大会召开

按照市委安排部署,1月11日上午,酒泉市人民医院2022年度领导班子和领导干部述职测评大会召开,市委第五考核组组长、市政协党组成员、副主席张金荣,市委政法委副书记祁永峰及考核组成员出席会议。我院院长冯鲜妮主持会议。

张金荣代表市委、市委考核组对医院医务工作者在抗击新冠疫情中坚持不懈、舍小家顾大家的无私奉献给予充分肯定,并就做好考核工作强调,要深刻领会中央关于考核工作的新精神新要求,全面把握新发展阶段的新任务,突出高质量发展要求,在考核导向上,坚持把学习贯彻党的二十大精神、贯彻落实习近平总书记对甘肃重要讲话重要指示精神作为考核工作的统揽和主线,把贯彻党中央决策部署和省第十四次党代会、市第五次党代会精神,贯彻新发展理念、推动高质量发展的实际表现和工作实绩,作为评价领导班子和领导干部政绩的基本依据,作为衡量是否增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”



的重要标尺。在考核内容上,更加突出政治素质考察、高质量发展政绩考核、制度执行力和治理能力考核、作风建设考核、党建工作等方面的考核。在考核方式上,把群众关注的热点问题作为评价的重点,让群众来评判评价。在考核结果运用上,进一步加强考核结果与干部选拔任用、培养教育、管理监督、激励约束、问责追责等衔接,更加突出高质量发展要求。要认真负责、客观公正地评价领导班子和领导干部,正确行使好民主权利。

冯鲜妮代表医院领导班子作工作总结,并进行个人述职。她指出,2022年医院在市委市政府的正确领导和市卫健委的大力支持帮助下,认真贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想,坚持党建引领,为医院高质量发展提供坚强政治保障;推进区域医疗中心建设,构建高质量发展新格局;慎终如始抓好疫情防控,坚决守护群众的健康防线;统筹医院迁建,打造高质量发展的基础平台;推进等级医院评审、绩效考核、人才学科和信息化建设、健康扶贫等重点工作,提升医院综合服务能力;持续改进医疗质量安全,提升服务水平;加强安全生产及综合治理,夯实高质量发展的安全基础;在保障人民健康事业中努力实现追赶超越。全年完成门诊医疗服务67万余人次,出院病人5.5万余人次,荣获“全国三八

(编辑部)

酒泉市人民医院党委召开2022年度党员领导干部民主生活会

2月14日下午,医院党委召开了2022年度党员领导干部民主生活会。市直部门、单位2022年度民主生活会第五督导组到会指导。会议由医院党委副书记贾晓波主持,医院班子成员参加会议。

会上,贾晓波同志首先通报了本次民主生活会会前准备情况、2021年党史学习教育专题民主生活会整改落实落实情况,并代表领导班子作对照检查。随后,班子成员逐一进行个人对照检查,并开展了批评和自我批评。

(下转第2版)

以审计反馈问题整改助推医院党风廉政建设

针对医院审计组对药剂科、设备科、总务科、耗材管理科四大库房点情况专项审计反馈问题的整改落实，医院纪委于2月9日召开审计问题整改推进会，督促审计问题整改落实，切实将审计反馈问题整改作为助推医院党风廉政建设的有力抓手抓紧抓实。

会上，医院纪委书记杨晓成听取了各有关科室对审计反馈问题的整改工作情况，并提出整改要求，同时对有关科室下发了《工作提醒》。

会议指出，审计整改工作是审计工作的重要环节，也是审计工作的目的和价值所在。各有关科室一定要提高政治站位，充分认识审计整改对于推动医院反腐倡廉建设、促进医院高质量发展的重要性，抓好审计反馈问题整改落实，全力做好审计“后半篇文章”。

会议要求，一要在“履职尽责”上下功夫，落实各责任科室整改主体责任，科主任要亲自抓、负总责，切实抓好反馈问题整改落实，严格按照问题清单核实销号；二要在“细化措施”上下功夫，对反馈问题要细化整改措施，明确整改时限要求，按时整改销号；三要在“健全机制”上下功夫，针对审计整改工作存在的薄弱环节，不断总结经验、认真谋划策略、重点解决症结，不断建立健全审计整改的领导、监督和落实长效机制，加速构建机制健全、责任明确、协同联动、成果运用的审计整改链条，真正形成“审计—整改—规范—提升”的良性循环。

会议由医院纪委书记杨晓成主持，纪检专干及有关科室负责人、工作人员参加。(信息宣传科 窦晨星)

新起点 新篇章 国家区域医疗中心建设驶入快车道

——上海市第一人民医院酒泉医院项目工作推进会顺利召开

国家区域医疗中心建设，是党和国家“十四五”重要的卫生健康战略，是深化医疗供给侧改革的重要措施，也是着力解决当前医疗领域发展不充分不平衡的有力举措。

2月1日，上海市第一人民医院院长郑兴东一行莅临我院，并于2月2日上午在我院召开上海市第一人民医院酒泉医院项目工作推进会。市委副书记王雁出席会议，副市长、我院党委书记陈国喜主持会议，上海市第一人民医院40余名国内知名专家及我院院长冯鲜妮、全体院领导班子、各相关科室人员参加推进会。



王雁对上海市第一人民医院领导专家莅临我市考察指导工作表示欢迎，对各位领导专家长期以来对酒泉经济社会发展给予的关心支持表示感谢。她说，我们将以此合作共建为契机，全力保障国家区域医疗中心项目建设，不遗余力推动项目财政投入、人员编制、人才培养、薪酬待遇、医保支付、科研教学等6个方面31条支持保障政策落实落地，与上海市第一人民医院齐心协力同心共筑国家区域医疗中心创建基础。真心期盼各位领导专家，对我市医疗学科建设、业务创新发展等方面给予更大的指导帮助。

郑兴东对酒泉市努力营造创建综合性国家区域医疗中心的良好氛围与人文环境给予了高度评价，并对国家区域医疗中心评审工作提出五个要求，一是进一步提高思想认识，两院职工要进一步统一思想，树立信心，把区域医疗中心创建工作推向深入。二是进一步转变思想观念，要对标国家区域医疗中心建设要求，全力攻坚克难，推进创建工作尽快开展。三是进一步强化责任意识，两院职工对国家区域医疗中心创建工作要有“事事放心不下来”的责任感。四是进一步强化项目执行，各相关人员要把时间和精力全部投入到建设项目，扎实推进创建工作。五是进一步强化务实作风，大家要树立大局观，以昂扬的斗志、坚定的信心、奋斗的姿态投身到创建工作中去，不留遗憾，为创建工作做出应有贡献。



陈国喜代表酒泉卫健系统医务工作者、酒泉市人民医院全体职工，对郑兴东及上海医院的各位领导专家表示热烈的欢迎和衷心的感谢！同时表示，将倍加珍惜此次合作共建的机会，举全市之力抓好创建工作，推动国家区域医疗中心早日落地酒泉。冯鲜妮介绍了医院及项目建设的基本情况，并表示将以上海市第一人民医院领导及专家为榜样，以此次合作共建为契机，踔厉奋发、勇毅前行，以饱满的精神状态、扎实的工作作风赢得国家区域医疗中心评审专家的认可和肯定。推进会上，上海市第一人民医院院长助理高臻对评审工作进行工作安排；上海市第一人民医院党委副书记沈静介绍了来院40余名专家；与会人员观看了酒泉市人民医院纪录片。(信息宣传科 杜瑞鹏)

陈国喜代表酒泉卫健系统医务工作者、酒泉市人民医院全体职工，对郑兴东及上海医院的各位领导专家表示热烈的欢迎和衷心的感谢！同时表示，将倍加珍惜此次合作共建的机会，举全市之力抓好创建工作，推动国家区域医疗中心早日落地酒泉。冯鲜妮介绍了医院及项目建设的基本情况，并表示将以上海市第一人民医院领导及专家为榜样，以此次合作共建为契机，踔厉奋发、勇毅前行，以饱满的精神状态、扎实的工作作风赢得国家区域医疗中心评审专家的认可和肯定。推进会上，上海市第一人民医院院长助理高臻对评审工作进行工作安排；上海市第一人民医院党委副书记沈静介绍了来院40余名专家；与会人员观看了酒泉市人民医院纪录片。(信息宣传科 杜瑞鹏)

冯鲜妮介绍了医院及项目建设的基本情况，并表示将以上海市第一人民医院领导及专家为榜样，以此次合作共建为契机，踔厉奋发、勇毅前行，以饱满的精神状态、扎实的工作作风赢得国家区域医疗中心评审专家的认可和肯定。推进会上，上海市第一人民医院院长助理高臻对评审工作进行工作安排；上海市第一人民医院党委副书记沈静介绍了来院40余名专家；与会人员观看了酒泉市人民医院纪录片。(信息宣传科 杜瑞鹏)



冯鲜妮介绍了医院及项目建设的基本情况，并表示将以上海市第一人民医院领导及专家为榜样，以此次合作共建为契机，踔厉奋发、勇毅前行，以饱满的精神状态、扎实的工作作风赢得国家区域医疗中心评审专家的认可和肯定。推进会上，上海市第一人民医院院长助理高臻对评审工作进行工作安排；上海市第一人民医院党委副书记沈静介绍了来院40余名专家；与会人员观看了酒泉市人民医院纪录片。(信息宣传科 杜瑞鹏)

建设、凝心聚力推动事业发展四个方面的意见。贾晓波同志代表班子作表态发言，表示将以此次民主生活会为契机，把深入学习贯彻党的二十大精神作为首要政治任务，切实把思想和行动统一到习近平总书记重要讲话精神和党中央决策部署上来，深刻学习领会“两个确立”的决定性意义，切实做到旗帜鲜明讲政治，忠诚履职尽责担当，刀刃向内找不足，细化措施补短板，以只争朝夕的工作热情、争创一流的工作勇气和求真务实的工作作风，全力做好民主生活会整改“后半篇”文章，扎实推动医院高质量发展。(党群部 王睿皎)

上海市第一人民医院国家区域医疗中心论坛骨科建设提升计划学术活动顺利召开

为促进相关医院骨科事业的进步与发展，进一步加快国家区域医疗中心建设工作，推广骨科先进技术和前沿理念，2月2日下午，上海市第一人民医院、蚌埠医学院第二附属医院、宁德师范学院附属宁德市医院及我院联合举办的上海市第一人民医院国家区域医疗中心论坛骨科建设提升计划学术活动顺利召开。大会主席上海市第一人民医院院长郑兴东、大会副主席我院院长冯鲜妮在我院会场出席会议并致辞。



我院骨科在上海市第一人民医院骨科临床医学中心副主任、脊柱外科主任(南)宋寅文及骨科副主任医师唐国柯的带领下与参与学术活动的各位骨科大咖共同围绕骨科领域核心理论、关键技术进行了精彩的学术讲座。我院骨科主任张浩参与主持学术活动，并与骨科副主任申国庆一同献上了高水平的学术演讲，彰显了我院在骨科诊治和科研领域的强劲实力。此次会议搭建了4家医院专家学术交流的平台，依托国家区域医疗中心建设之间的学术纽带，推动解决了骨科临床诊疗难点。今后我院将加大几家医院之间的合作力度，拓展合作广度，挖掘合作深度，共商、共建、共享、共发展，全面提升酒泉的整体医疗水平和核心竞争力，为推动国家区域医疗中心建设贡献力量。(编辑部)



光荣榜

2022年度综合管理考核优秀科室名单

急救中心
精神科
肿瘤科
新城呼吸与危重症医学科
手术麻醉科(含东街手术麻醉科)
妇产科
重症医学科
新城妇产科
心血管内科
普通外科一病区

新城消化内分泌科
眼科
呼吸与危重症医学科
新城眼耳鼻喉科
检验科(含新城检验科)
新城中医康复科
消毒供应室(含新城消毒供应室)
放射科(含CT室)
新城放射科
医务科

院感公卫科
信息宣传科
护理部
院务部
门诊部
医保科
设备科
基建办

2022年度医院优秀管理者名单

高玉林 呼吸与危重症医学科主任
王敏 重症医学科主任
马永录 肿瘤科主任
冯世林 普通外科主任
张晓云 妇产科主任
张晓晨 急救中心主任
芮兴元 介入医学科主任
高峰 感染性疾病科主任
苏锐 新城医院消化内分泌科主任

冯惠玲 新城医院妇产科副主任
王敏 新城医院呼吸与危重症医学科副主任
王宏 慢性病医院内科主任
孙秀琴 东街内科主任
何毅 肛肠外科主任
柴凤霞 检验科主任
赵铁军 输血科主任
成玉静 新城医院超声医学科副主任
肖志明 院长助理、医务科科长

王新刚 护理部主任
殷志军 绩效考核科科长
马卫勇 信息科科长
刘秦勤 信息宣传科科长、院团委书记
张建亮 新城医院综合办公室副主任(正科级)
王伟 总务科副科长
裴雪 院感公卫科副科长

2022年度“优秀护士长”名单

郭淑红 神经内科护士长
张玲霞 新城医院心血管神经内护士长
李玉兰 慢性病医院二病区护士长
孙海霞 急救中心护士长

韩烈琴 新城医院呼吸与危重症医学科护士长
丁菊香 内分泌血液科护士长
陈丽梅 呼吸与危重症医学科护士长
宋红花 重症医学科护士长

景风玲 眼科护士长
田金花 介入医学科护士长

2022年度优秀带教老师名单

龚小红 手术麻醉科副主任医师
郭永录 呼吸与危重症医学科副主任医师
蔡瑞君 药剂科副主任药师
张晓喻 妇产科主治医师
张代文 放射科主治医师
程丽霞 检验科主管检验师
蔡莉 超声医学科主治医师

张辉 消化内科医师
于英 儿科普通儿病区医师
吴小龙 普通外科一病区医师
吕佳佳 心血管内科一病区护理师
倪艳琴 神经内科主管护师
李金霞 风湿免疫科主管护师
马淑梅 儿科新生儿病区护理师

严菠 心胸外科护理师
李莉 普通外科一病区主管护师
郭翠 妇产科科病区护理师
丁秀文 感染性疾病科副主任护师
张星 慢性病医院一病区护理师
桑艳 新城医院妇产科主管护师

2022年度优秀带教老师名单

王高 普通外科医师
马骏 骨科副主任医师
王杰 生殖医学科主治医师
单巍 妇产科副主任医师

马志珍 肾内科主治医师
刘越 肿瘤科主治医师
韦志强 眼科医师
王亚宏 急救中心副主任医师

刘燕霞 眼科副主任医师
胡建军 肛肠外科副主任医师

2022年度医德医风标兵名单

杨小平 感染性疾病科副主任医师
郭永录 呼吸与危重症医学科副主任医师
何锋 普通外科副主任医师
魏旭升 肿瘤科主治医师
李万国 慢性病医院副主任医师

满子鸿 东街妇产科主治医师
狄艳琴 病理科护师
赵茜 检验科主治医师
赵玉娟 急救中心护师
高小旭 神经内科护师

虎彩霞 肝胆外科主管护师
郭小欣 骨科主管护师
王金霞 胃肠专科医院主管护师
梁欣 新城医院呼吸与危重症医学科护师
金玲玲 新城医院消化内分泌科护师

酒泉市人民医院2022年度优秀宣传员

饶露 医务科副主任医师
任静 胃肠专科医院护师
王学芳 药剂科主管药师
马莉 消化内科护师

陈军龙 中医科主治医师
唐永霖 肿瘤科护师
马海军 普外科副主任医师
狄杰 新生儿病区护师

韩临光 介入医学科主治医师
刘杰 门诊部主管护师
唐嘉彤 医保科干事
丁佳琦 风湿免疫科护师

(上接第5版)上海市第一人民医院不断将新技术新方法引入到我院,让更多疑难危重症患者免去了到省级医院途中风险和长途跋涉的辛劳,减轻了痛苦与经济负担,也让酒泉群众在家门口就能享受一流的医疗服务。

(普通外科 何峰)

全市首例!我院在上海市第一人民医院专家指导下成功完成一例自制单孔腹腔镜下巨大子宫切除术

1月31日,我院妇产科在上海市第一人民医院妇科副主任医师李艳丽的指导下,成功开展酒泉市首例自制单孔腹腔镜下巨大子宫切除术。此类手术的成功开展填补了我市相关业务的空白,标志着我院妇产科微创手术开启了新的篇章。

1月28日,我院妇产科收治一位53岁的“子宫肌瘤”女性患者,因平日常经量多,患者希望进行子宫切除。恰逢上海市第一人民医院专家教授团队来我院开展业务指导工作,经李艳丽教授及科室评估后考虑患者子宫较大,但应用单孔腹腔镜手术治疗,患者创伤小,恢复快,受益大。便于今日经脐切口2cm在全身麻醉下行手术,术中见子宫接近孕4月大小,质硬,周围伴有黏连,术中切除全子宫及双侧输卵管,手术过程十分顺利,出血仅20ml。

在安全、等效的前提下,进一步减少手术创伤,提高切口的美容效果,一直是医生和患者共同的愿望和追求。随着人民生活水准的提高,人们在治疗疾病的同时更希望获得完美的隐藏手术切口。而该例手术的成功,不仅拓展了两院合作的广度深度,彰显了合作共建过程中上海市第一人民医院对我院的引领作用,也标志着我院妇产科微创手术技术水平再上新台阶,同时给更多周边地区妇科患者带去了福音。

(妇产科 单巍)

我院在上海市第一人民医院专家指导下成功完成全院首例喉癌喉内切除术

2月2日,在上海市第一人民医院耳鼻咽喉头颈外科主任医师董颖的指导下,我院成功完成首例支撑喉镜下低温等离子早期喉癌喉内切除术,此手术能够保留喉功能,术后患者发声、进食等不受影响,护理简单,恢复快,避免了以往开放手术的气管切开,以及术后发声障碍或不能发声、饮水呛咳、咽漏、颈部疤痕等一系列并发症的发生,标志着我院早期喉癌微创手术开启了新篇章。

此次支撑喉镜下低温等离子早期喉癌喉内切除术的成功开展,填补了我院早期喉癌微创手术的技术空白,是医院在喉癌治疗领域迈出的的一大步,彰显了合作共建过程中上海市第一人民医院对我院的引领作用,也标志着我院耳鼻咽喉头颈外科水平再上新台阶。

(耳鼻咽喉头颈外科 杜玉胜)

上海市第一人民医院国家区域医疗中心论坛神经外科专场成功举办

为推动国家区域医疗中心创建工作,推进合作深度广度,2月2日下午,上海市第一人民医院、蚌埠医学院第二附属医院联合我院举办了上海市第一人民医院国家区域医疗中心论坛神经外科专场学术活动。

我院神经外科在上海市第一人民医院神经外科主任楼美清教授的带领参与学术活动的神经外科同仁共同探讨了神经外科领域最新热点及进展,我院神经外科主任景兆德参与主持会议,副主任医师韩晓明进行了精彩的学术演讲,展示了我院神经外科的学术底蕴。

本次高水平的学术会议把酒泉作为主场,充分说明上海市第一人民医院与我院合作共建国家区域医疗中心,对我院整体医疗水平的发展起到了巨大的推动和引领作用。我院将以此会议为契机,深入对上海市第一人民医院的学习交流,开展多方面深度合作,实现优势互补,相互协作,相互发展,为国家区域医疗中心建设和酒泉百姓健康福祉作出更大的贡献。

(编辑部)



酒泉市首例!我院在上海市第一人民医院专家指导下成功完成首例单孔胸腔镜肺动脉阻断支气管成型+肺动脉成型+左肺上叶切除术

2月2日中午,我院心胸外科在上海市第一人民医院胸外科主任范江及陈寅主治医师的指导下,成功开展了酒泉市首例单孔胸腔镜肺动脉阻断支气管成型+肺动脉成型+左肺上叶切除术。此术的成功开展,填补了我院心胸外科在单孔胸腔镜肺癌治疗领域的空白,为推动我院心胸外科的建设与发展提供了重要的技术支持。

据悉,这是酒泉市首次使用此微创技术,这种方式能有效减轻患者术后疼痛,提高生活质量,以利于患者快速康复。今后,随着国家区域医疗中心建设项目的推进,上海市第一人民医院不断将新技术新方法引入到我院,让更多疑难危重症患者免去了到省级医院途中风险和长途跋涉的辛劳,减轻了痛苦与经济负担,也让酒泉群众在家门口就能享受一流的医疗服务。

(心胸外科 马存乾)



我院在上海市第一人民医院专家指导下成功完成全院首例房颤导管射频消融术

2月2日,在上海市第一人民医院内科副主任医师周根青的指导下,我院成功完成首例房颤导管射频消融手术,填补了我院在该项手术方面的空白,也标志着我院心血管内科介入水平再上新台阶。

此次房颤导管射频消融术的成功开展,填补了医院房颤导管射频消融的技术空白,是医院在房颤治疗领域迈出的的一大步,彰显了合作共建过程中上海市第一人民医院对我院的引领作用,也标志着医院心血管病治疗已与国内最先进技术接轨。

(编辑部)

我院介入医学科芮兴无团队作为特邀嘉宾参加国家级学术活动“第一血管”病例半月谈

“第一血管”病例半月谈项目旨在打造专业血管领域治疗交流平台,每期邀请两支国内领先血管外科团队。结合术前诊断,集中讨论术前手术方式的选择及评估,回顾术中治疗以及术后恢复,提高诊疗精确性,找出最优解决方案,更好的服务病患。

1月31日晚7时,上海市第一人民医院介入中心及血管外科冯睿教授团队打造的“第一血管”病例半月谈第四期正式开始。在病例半月谈中,大咖云集,精彩连连,我院介入医学科在上海市第一人民医院血管外科介入中心副主任甘树杰教授的推荐下,由甘树杰教授和我院介入医学科主任芮兴无带领的团队在交流中大放异彩,整个病例讨论期间,上海市第一人民医院酒泉医院介入医学科团队作为特邀嘉宾聚焦前沿,彰显了我院在介入血管方面诊治和科研领域的强劲实力。

今后,在甘树杰教授和芮兴无主任的带领下,介入医学科团队将继续努力、踏实稳进,对标国际一流、持续追踪学科前沿、关注热点难点问题,进行深入研究,持续推动诊疗技术的规范化、精准化和微创化进程,为推动国家区域医疗中心建设工作贡献力量。

(信息宣传科 杜瑞鹏)



食管置入支架,解决吞咽困难,七旬老人舒心过年!

大年初一的小雪和寒风也抵挡不住人们感受新春的喜悦,胃肠专科医院主任杨廷旭也正在准备大年初一的饺子,突然他的手机铃声响起,是一位患者家属的来电,双手沾着的面粉还没来得及擦净,便接起了电话。患者家属焦急的说道,自己的老母亲因食管癌术后2年,半年来自感吞咽哽噎,逐日加重,近2天进食即吐,滴水未进,需要杨廷旭予以治疗,让自己的老母亲能顺溜的吃点东西,安心

过个春节。杨廷旭听后连忙嘱咐患者及家属即刻来胃肠专科医院就诊,并通知相关工作人员赶往医院。杨廷旭为患者行胃镜检查,内镜下见食管胃吻合口狭窄明显,内镜无法通过,且狭窄位置很高,距门齿17.5cm。因患者进食困难已反复扩张3次,每次扩张治疗后仅能维持30天左右,且狭窄位置太高,每次扩张治疗时极度痛苦。杨廷旭带领团队成员进行反复讨论并与患者家属沟通后,决定扩张治

疗后行支架临时置入短期扩张治疗,经反复测量及计算支架置入在食管上段位置,在内镜直视下行支架缓慢释放并反复精细调整支架上段位置,支架释放后上口距门齿16.5cm,支架上口位置非常合适精准,支架置入后患者进食哽噎感明显缓解,无呕吐,稍感咽部疼痛,且无气短及呼吸困难,效果好,患者及家属非常满意。

(胃肠专科医院 任静)

不开颅“一针”解救天下第一痛

——酒泉市人民医院神经内科经皮三叉神经半月节囊压迫术治疗三叉神经痛

酒泉市人民医院神经内科于近日成功完成首例“经皮三叉神经半月神经节微球囊压迫术”治疗。整个手术过程历时1小时,出血量0ml,术后患者面部放射性疼痛症状明显缓解,未出现咬肌无力、面部麻木等手术并发症。

该新业务的开展为我市顽固性三叉神经痛患者提供了一种微创、快捷、有效的治疗方法。是三叉神经痛患者的福音,为长期因三叉神经痛而长期服药、惧怕开颅手术创伤的患者提供了一种新的选择。

术后患者疼痛明显缓解,又能重新正常进食、刷牙和露出久违的笑容。三叉神经痛也被称为天下第一痛,是一种发生在面部三叉神经分布区内反复发作的阵发性剧烈神经痛。该病的特点是:在头面部三叉神经分布区域内骤发、骤停,呈闪电样、刀割样、烧灼样的顽固性、难以忍受的剧烈性疼痛。

经皮三叉神经半月节囊压迫术

经皮三叉神经半月节囊压迫术是一种超微创手术治疗,它利用一个很小的球囊在三叉神经的半月神经节部位进行压迫,然后让神经达到破坏和毁损的目的。其优点它和三叉神经射频治疗一样是一种超微创手术治疗方式。三叉神经射频治疗安全、操作简便,但有的患者是以第一支为主的三叉神经痛,第一支的位置比较靠近颅底,三叉神经穿刺针的角度很难达到位置,利用微球囊压迫术就可以起到很好的效果。相对于传统药物治疗,PBC治疗时间短,患者恢复速度较快。比起显微血管减压术,病人无需开颅,操作技术更为简单,耐受性良好。在全麻下实施手术,切口仅在2毫米以内,整个过程没有疼痛和不适感,操作时间平均半小时左右,术后疼痛立即缓解率高达95%以上,患者当天就能下床活动。

哪些患者适合做经皮三叉神经半月节囊压迫术?

1. 原发性三叉神经痛单支或多支,尤其合并第一支痛的患者
2. 经严格、正规药物治疗效果不佳或不能耐受药物副作用的患者
3. 影像学资料提示行微血管减压术相对困难或风险较大以及不接受开颅手术的患者
4. 微血管减压术或其他经皮技术术后复发的患者
5. 原发病治疗后疼痛仍然存在或拒绝进行原发病治疗的继发性三叉神经痛患者。

(神经内科 张美荣)

说酒泉市人民医院胃肠专科医院好人好事

患者:陈吉章

酒泉市的东南院,胃肠专科来领先。
曾马王是重点人,胃镜肠镜很精通。
团结协作来治病,患者心中都承认。
工作再忙都干完,书写病历还加班。
护士总很负责任,管理护士很认真。
上班再忙不叫苦,救死扶伤早治愈。
疫情预防从不停,又做核酸查体温。
上级指示都执行,落实政策又保障。

杨主任是带头人,培养人才有多名。
痔疮息肉全做切,患者治愈都认可。
通知开会到全院,按时到会从不慢。
大夫不休双休日,为了患者早治愈。
东南院的锦旗多,科室挂满还有闻。
病房环境很卫生,患者住院很舒心。
医护携手来治病,抢救病人很齐心。
今天就说这么多,以后有了再叙说。

学术讲座促交流 沪酒连心共惠民

——上海市第一人民医院酒泉国家区域医疗中心论坛在我院顺利举办

为持续推动国家区域医疗中心项目建设工作，充分发挥沪酒协同发展优势，进一步推进双方深度融合，提高我院疾病的诊断水平、治疗策略和科研能力，1月17日下午，上海市第一人民医院与我院在门诊七楼会务中心举行上海市第一人民医院酒泉国家区域医疗中心论坛。本论坛线上线下同步进行，通过上海市第一人民医院微信公众号向双方医务人员直播。上海市第一人民医院院长郑兴东、酒泉市副市长、我院党委书记陈国喜担任大会主席，上海市第一人民医院院长助理高臻、上海市第一人民医院酒泉国家区域医疗中心项目负责人、胸外科主任医师林之枫，我院院长冯娟妮担任执行主席，会议开幕式由上海市第一人民医院合作处处长刘芳主持。



陈国喜在致辞中代表市委、市政府，酒泉卫生系统一万多名医务工作者，我院2100多名职工，对郑院长以及上海市第一人民医院各位领导、专家表示最崇高的敬意。同时介绍了酒泉市的基本情况，并表示，省委、省政府和市委、市政府对创建国家区域医疗中心非常重视，围绕国家区域医疗中心项目的要求，在资金保障、设备配套、待遇保障等方面出台了31条支持保障政策，举全市之力支持国家区域医疗中心建设。下一步我们将按照评审的要求和郑院长的指示，抓紧做实迎接评审的各项准备，全力以赴迎接评审。

高臻在致辞中谈到，今天的学术论坛是上海专家团队在自身专业领域给大家做一个经验分享，期盼能带给各位参会人员更多的知识和收获，希望大家能共同努力，做好评审准备，争取顺利通过国家专家组实地考察。

林之枫在致辞中表示，学术论坛的召开是为了

进一步推进上海市第一人民医院酒泉医院的项目建设，也是为了加深上海市第一人民医院和酒泉市人民医院的合作共建及提高酒泉地区人民的健康保障，为两院医务人员搭建一个学术交流的平台。

冯娟妮对两院的合作充满信心，她介绍了我院去年工作的基本情况，并表示，建设国家区域医疗中心，是调整优质医疗资源结构布局，减少患者跨区域就诊、减轻患者负担的重要民生举措。对上海市第一人民医院传家宝的专家教授团队表示感谢，相关专业科室要做到学有所获、学有所得，要以此次评审为契机，凝心聚力、真抓实干，对照国家区域医疗中心的评审要求，精准施策，高效实施，不辜负郑院长及各位领导专家的辛勤付出，让上海市第一人民医院酒泉医院项目开花结果。

学术讲座环节由我院党委副书记贾晓波、副院长郭百海主持。专家教授团队10名国内知名专家深入浅出的讲解了相关专业的新知识、新理念、新进展，严谨的教学态度感染着在场的每一位参会人员。

上海市第一人民医院的先进管理理念、顶尖医学技术的种子已散播到酒泉这片丰饶美丽的土壤，期待它在此生根发芽，并经过后续诸位上海第一人民医院知名专家们的精心浇灌，长成参天大树，为酒泉百姓送来健康的春风，抚慰疾病的创伤。

(编辑部)

上海市第一人民医院专家组助力我院行政管理工作建设

为进一步提高我院科室行政管理水平，扎实推进我院医疗卫生事业的发展。1月18日上午，上海市第一人民医院院长助理高臻，上海市第一人民医院酒泉国家区域医疗中心项目负责人、胸外科主任医师林之枫在我院在急诊内科综合楼9楼交班会议室召开行政职能科室工作研讨交流会，会议由我院副院长郭艳丽主持，相关职能科室负责人参加。

交流会上，专家听取了我院相关科室行政管理工作汇报，并向我院分享了上海市第一人民医院在科室行政管理工作方面的先进做法和经验，同时结合我院实际情况，提出指导性建议。

接下来，我院将继续抓紧抓实上海市第一人民医院酒泉国家区域医疗中心的机遇，不断提高我院科室行政管理水平，为医院高质量发展打下坚实基础。

(信息宣传科 冀晨星)

我院推出“上海市第一人民医院建设酒泉国家区域医疗中心健康访谈”直播活动

1月18日下午三时，酒泉市人民医院推出“上海市第一人民医院建设酒泉国家区域医疗中心健康访谈”直播活动，通过线上问答讲座的形式，为广大群众带来心血管内科、泌尿外科、普通外科、妇产科疾病健康科普讲座。

本次讲座上海市第一人民医院和我院各有4名专家参与，通过记者现场抽取观众提问以问答方式进行健康访谈，直播观看人数达到10万人次，反响热烈起到了良好的效果。

今后，我院将借助上海市第一人民医院顶尖医疗资源，充分利用新媒体传播途径，继续推广健康科普知识，推广医疗技术，用更为灵活、多样的方式为人民群众提供更为全面、优质的医疗服务。

(编辑部)



上海市第一人民医院 14 位国内知名专家走进酒泉市人民医院连续 4 小时直播送健康

为持续推进上海市第一人民医院酒泉国家区域医疗中心建设，充分发挥沪酒协同发展的优势，进一步促进双方深度融合，2月3日上午，我院与上海市第一人民医院联合举办了上海市第一人民医院建设酒泉国家区域医疗中心健康访谈直播活动。

从8:40至12:40，直播整整持续了4个小时，上海市第一人民医院14位国内知名专家针对泌尿、皮肤、肿瘤、耳鼻咽喉头颈、消化、呼吸、胰腺、甲状腺、乳腺、血管、心胸、眼科、妇科、心内等一些群众关心的疾病问题进行专业解答，为人民群众进行健康医学知识科普。

本次直播在上海市一医疗集团视频号、酒泉市融媒体中心云上酒泉、酒泉市人民医院视频号等多个新媒体平台同步进行，观看人数达到10万人次，专家们的精彩讲解受到我院医务人员及线上网友的一致好评。

本次直播，充分展示了上海市第一人民医院酒泉医院扎实的医疗技术实力和优秀医疗团队的良好精神风貌。今后，医院将充分利用新媒体传播途径，继续邀请各个领域的医疗专家推广健康科普知识，用更为灵活、多样的方式为人民群众提供更为全面、优质的医疗服务。

(编辑部)



“国家级”专家“家门口”坐诊，患者千里慕名而来

国家区域医疗中心建设，是党和国家“十四五”重要的卫生健康战略，是深化医疗供给侧改革的重要措施，也是着力解决当前医疗领域发展不平衡的有力举措。为持续推进上海市第一人民医院与我院共建国家区域医疗中心建设工作。1月30日，上海市第一人民医院又一批专家团队进驻我院，开展查房、座谈、门诊、手术、疑难病例讨论等业务指导工作。

1月31日上午，一位来自距酒泉1500多公里新疆阿勒泰地区清河县的特殊患者来到了我院门诊。16岁的哈萨克族小姑娘6岁时因练舞导致腰椎受损，十年来对身心和生活都造成了巨大的压力及影响。突然听闻上海市第一人民医院专家要来我院坐诊，了解到上海市第一人民医院脊柱二科副主任医师唐国柯医术精湛，小姑娘及家人便毫不犹豫地克服行程困难，跨越千里来到我院求医。

面对小姑娘紧张期盼的神情，唐教授详细询问了患者的具体情况，通过小关节牵引复位术的手法，“咔、咔”几下小姑娘十年的病痛得到了明显改善，平常不能做的动作都可以正常施展。“太神奇了！咋也没想到，困扰我女儿十年的病痛，几下就能感觉到明显缓解，太感谢唐教授了！”小姑娘的妈妈激动地表达着自己真挚的感激之情。



酒泉市人民医院借国家区域医疗中心建设契机，将在学科建设、疑难危重症诊断与治疗、高层次医学人才培养、高水平科研等方面向上海市第一人民医院认真学习及合作，逐步提升我院整体和区域医疗服务能力。上海市第一人民医院的先进管理理念、顶尖医学技术的种子已散播到酒泉这片丰饶美丽的土壤，期待它在此生根发芽，并经过后续诸位上海第一人民医院知名专家们的精心浇灌，长成参天大树，为酒泉百姓送来健康的春风，抚慰疾病的创伤。

(编辑部)

上海市第一人民医院与酒泉市人民医院开展多学科联合病历讨论(MDT)

2月2日，上海市第一人民医院携手酒泉市人民医院，举办了首场两院联合病历讨论(MDT)，为一名不明原因腹胀、大量腹水的老年患者找寻病因、梳理诊疗思路。

本次MDT涉及两院胰腺外科、普外科、血管外科、消化内科、妇产科、超声医学、重症医学科、内分泌血液科、神经内科、老年医学科、检验科、介入医学科等12个专业。与会人员就该疑难病例的诊治诊疗过程进行讨论，并就患者的下一步治疗阐述了各自团队的意见及支持依据。讨论学术氛围热烈，为我院医务人员提供了一个良好的学习机会。

随着上海市第一人民医院酒泉国家区域医疗中心项目的不断推进，我院与国内顶尖医疗团队学术交流也将持续深入，为各个学科搭建合作平台，在人才培养、学术交流、成果共享等方面开展进一步合作，不断提升我院影响力，为全市百姓的生命健康保驾护航。

(普通外科 马海军)



河西地区首例！我院在上海市第一人民医院专家指导下成功完成一例肺动脉机械取栓+肺动脉成形术

2月1日下午，我院介入医学科在上海市第一人民医院血管外科介入中心副主任甘树杰的指导及设备援助下，成功开展了河西首例肺动脉机械取栓+肺动脉成形术。此术的成功开展，填补了我院介入科在肺动脉栓塞取栓相关领域的空白，为推动我院介入科的建设与发展提供了重要的技术支持。

据悉，这是河西地区首次使用新型机械装置抽吸肺动脉血栓，这种方式能在微创下有效清除血栓，快速开通堵塞的肺动脉，改善患者呼吸困难，挽救患者生命，提高生活质量。同时，甘树杰教授带领我院介入医学科团队在同一天早上还完成河西地区首例下肢动脉交感神经射频阻断术。

今后，随着国家区域医疗中心建设项目的推进，上海市第一人民医院不断将新技术新方法引入到我院，让更多疑难危重症患者免去了到省级医院途中风险和长途跋涉的辛劳，减轻了痛苦与经济负担，也让酒泉群众在家门口就能享受一流的医疗服务。

(信息宣传科 杜瑞鹏)



河西地区首例！上海市第一人民医院专家在我院成功完成河西地区首例巨大早癌剥离术

2月1日下午，上海市第一人民医院消化内科主任(北)、主任医师周慧带领我院消化内科团队成功完成了河西地区首例巨大早癌剥离术。周慧为患者行内镜下精查及内镜下早癌剥离术，此术的成功开展，填补了我院消化内科在巨大早癌剥离相关领域的空白，为我院消化内科医师下一步开展内镜下精查及高难度内镜操作奠定了一定的基础，为推动我院消化内科的建设与发展提供了重要的技术支持。



今后，随着国家区域医疗中心建设项目的推进，上海市第一人民医院不断将新技术新方法引入到我院，让更多疑难危重症患者免去了外转就医的辛劳和风险，根据“重心下移，关口前移”的卫生发展战略，按照“人群筛查→内镜精查→早期诊治”的整体思路，酒泉市人民医院消化内科以消化道肿瘤的早期诊断为研究重点，提高我国消化道肿瘤的早期诊断率，降低病死率，从而提高人民群众整体健康水平，减轻医疗负担。也让酒泉群众在家门口就能享受一流的医疗服务。

(消化内科 张辉)

我院在上海市第一人民医院专家指导下开展酒嘉地区首例腹腔镜结直肠癌 NOSES 手术

2月2日，我院普通外科在上海市第一人民医院普通外科副主任医师高玮的指导下及帮助下，成功开展酒嘉地区首例腹腔镜下结直肠癌NOSES(经自然腔道取标本手术)手术。此类手术的成功开展填补了本地区相关业务的空白，并将我院结直肠癌微创治疗推向了更高、更精的(微创PLUS)时代，标志着我院微创手术开启了新的篇章。

随着微创理念的深入人心以及微创技术的迅猛发展，外科手术正在发生一场重要的革命，微创手术也已毫无争议地成为了当下外科舞台的主要角色。腹腔镜手术已成为当今的微创治疗的主流术式，也有越来越多的循证医学证据表明，腹腔镜手术治疗结直肠疾病的近期疗效优于开腹手术，而远期疗效与开腹手术也并无差异。创伤、疼痛、疤痕以及不良心理暗示一直被认为是外科手术术的必然产物。经自然腔道取标本手术(naturalorificespecimenextractionsurgery, NOSES)的出现打破了目前腹腔镜技术有待提升的僵局，也为微创治疗寻找到了新的方向。

大量研究文献和临床实践也充分证实，肛门是结直肠标本取出的最实用、最理想的自然腔道，更符合微创手术的基本要求。

今后，随着国家区域医疗中心建设项目的推进，(下转第6版)

