

医院文化

以人为本 诚实守信 团结协作 精益求精

Hospital Culture

2

2026年
总第89期

全国优秀医院报刊



常熟市第二人民医院
CHANGSHU NO.2 PEOPLE'S HOSPITAL
南通大学附属常熟医院
AFFILIATED CHANGSHU HOSPITAL OF NANTONG UNIVERSITY

突破！市二院跻身国家三级公立医院 绩效监测A等级

文/质管处

2026年4月9日，国家卫生健康委公立医院绩效监测平台正式公布2024年度全国三级公立医院绩效监测结果，常熟市第二人民医院荣获A等级，在全国1658家三级综合医院中跻身前20%行列。

国家三级公立医院绩效监测覆盖医疗质量、运营效率、

持续发展、满意度评价四大维度、共26项核心指标，是衡量公立医院综合实力的“金标准”。

夯实医疗质量，注重学科发展

近年来，常熟市第二人民医院始终坚持以医疗质量为核心，严格落实各项医疗核心制度，以国家十大医疗质量安全改进目标为导向，构建起全方位、全流程、全覆盖的质量管理体系。高度重视学科发展，积极推动科技创新与人才引进，倡导“诊疗精准化、手术微创化”的发展理念，持续提升疑难重症救治水平。目前拥有江苏省级临床重点专科6个、苏州市级临床重点专科14个、苏州市医学重点学科4个，让群众在家门口即可享受到高水平的诊疗服务。

医院坚持以技术和服务的协同发展为导向，持续提升医疗服务能力。不断强化日间手术管理，推广加速康复诊疗，推行全院血糖管理，加快慢病管理中心与肿瘤防治中心建设。同时，深化紧密型县域医共体合作，构建“基层首诊、



双向转诊、急慢分治、上下联动”的分级诊疗模式。通过技术下沉、资源共享、信息互通，推动优质医疗资源有效下沉，县域内就诊率稳步提升。坚持以精细化管理赋能医院发展，通过优化收支结构、加强药品与耗材管控，不断提高科学管理水平。

加快智慧医院建设，完善互联网医院服务功能，积极推进检验检查结果互认、“一号管三天”、高龄患者“零等待”等便民举措，切实提升患者就医感受与满意度。

加大科研支撑，追求可持续发展

医院高度重视科研能力建设，持续加大科研投入，推动科研成果与临床诊疗深度融合。近年来，累计获得国家自然科学基金项目4项，苏州市厅级及以上科研项目62项。医院积极推进智慧后勤系统建设，引入人工智能算法，构建AI驱动的能耗预测与设备群控优化系统，为医院绿色、高效、可持续发展提供有力支撑。

此次获评A等级，既是一份荣誉，更是一份责任。站在新的起点上，常熟市第二人民医院将继续践行“以人民健康为中心”的理念，补短板、强弱项、提质量、优服务，为全面提升医疗服务水平、全力推动医院高质量发展、全意守护人民健康福祉作出新的贡献！

凝心聚力 砥砺前行

——市二院召开医院干部会议

文/党委办公室

为全面总结年度工作成效，凝聚全院职工奋进力量，谋划未来发展蓝图，常熟市第二人民医院于5月9日召开2026年度医院干部会议。全体领导班子成员、中层干部及各党支部书记参加会议。

院领导与各干部代表 签订相关责任书



2025年度市级以上重要荣誉表彰

晋升江苏省临床重点专科名单	
专科：急诊医学科	学科带头人：龚菊
专科：医学影像科	学科带头人：丁庆国
专科：康复医学科（建设单位）	
晋升苏州市临床重点专科名单	
专科：药学	学科带头人：周晨霞
专科：重症医学科	学科带头人：冯玉峰
专科：皮肤科	学科带头人：赵一栋
专科：呼吸内科（建设单位）	学科带头人：由振华

先进集体

表彰内容	获奖集体	授奖单位
常熟市2025年度高质量发展先进集体	常熟市第二人民医院	中共常熟市委员会、常熟市人民政府
医疗卫生服务能力提升建设先进集体	常熟市第二人民医院	中共常熟市委员会、常熟市人民政府
第九批苏州市“水效领跑者”	常熟市第二人民医院	苏州市水务局
2025年度常熟市水上搜救先进集体	常熟市第二人民医院	常熟市水上搜救中心办公室

先进个人

表彰内容	获奖个人	授奖单位
常熟市2025年度高质量发展先进个人	黄开、曾树宏	中共常熟市委员会、常熟市人民政府
2025年度市级机关优秀共产党员	吉芸英	中共常熟市委组织部、中共常熟市委市级机关工作委员会
2025年度全市征兵工作先进个人	倪伟	常熟市人民政府、常熟市人民武装部
2024年度征兵工作先进个人	赵超	常熟市人民政府、常熟市人民武装部
摄影创作比赛三等奖	王建芳	中国农工民主党江苏省委员会

最后，党委副书记、院长陈志军进行医院重点工作布置和等级医院迎评动员。

提高思想站位，深刻认清等级医院复审重大意义

等级医院复审迎评工作是2026年的重点工作，是对医院综合实力、医疗质量、服务能力、管理水平、学科建设、行风建设的全方位、高标准检验，是医院实现高质量发展的必然要求。目前等级医院评审工作专班已经开展了大量前期工作，全院同事要摒弃被动应付、敷衍了事的消极态度，以高度的责任感、使命感和紧迫感，投入复审迎评工作中。

紧盯标准细则，全面抓实复审各项任务落实

目前，新版江苏省等级医院评审细则正在征求意见阶段，新的评审要求压缩了现场评审时间，但并不意味着取消现场评审，各部门仍需根据根据评审条款要求，做好充分准备迎检。

强化统筹协同，凝聚全员参与的工作合力

等级医院评审是检验医院综合管理能力的试金石，我们要充分认识到以评促建、以评促改的深刻内涵，让各项规章制度从一时之举转化为常态之行，将持续改进写入医院发展的深刻血脉。全院科室要听从指令、迅速行动、紧密配合，确保等级医院评审工作顺利推进、圆满完成。



医院文化



常熟市第二人民医院
CHANGSHU NO.2 PEOPLE'S HOSPITAL
南通大学附属常熟医院
AFFILIATED CHANGSHU HOSPITAL OF NANTONG UNIVERSITY

季刊
2026年
第2期
总第89期
2026年7月出版

主 办
常熟市第二人民医院
编辑出版
常熟市第二人民医院
党委办公室宣传统战部

总 编
王志强
副总编
陈志军
主 编
李剑平 张 健 陆毅奇 唐正军
责任编辑
吉芸英 邹 宏 陆 洋 刘 甜
编 辑
周 艳 姚梦霞 江雪珍
金 蔚 金明霞 王迎秋
陆卫忠 沈 诚
编 委
王志强 陈志军 李剑平
周国强 周正元 高春燕
沈玄霖 朱 勇 仲晓伟
蒋廷旺 张丽珍 周 艳
姚克飞 龚铭杰 金学敏
张燕双 张晨鸥 陆 敏
孟逸萍 方卫青 陈雪峰
任 伟 龚立强 陆志军

特邀摄影
谭云福

地 址：江苏省常熟市台山路18号
(台山路院区)
海虞南路68号(海虞南路院区)
邮 编：215500
电 话：0512-52707189
网 址：<http://www.csey.cn>
邮 箱：cseydwb@126.com

内部资料 仅供交流
市二院愿与全国各医院交换院刊(院报)
请按以上地址惠寄

设计制作
T 哈森时尚(夏资)摄影设计机构
HASSELBLAD MODE PHOTOGRAPHY DESIGN ORGANIZATION

地址：常熟市开元大道1号国际展览中心
电话：0512-52222200 52222201

目 录 \ contents

卷首文 Preface

- 封二 突破！市二院跻身国家三级公立医院绩效监测 A 等级
- 1 凝心聚力 砥砺前行——市二院 2026 年度医院干部会议圆满召开

党建经纬 Party Building

- 4 党建深耕基层路 “医”线服务护民生
- 7 表彰先进树榜样 凝心聚力促发展 / 2025 年度“十佳”先进个人

信息扫描 Information

- 8 急救人人知 救护在我心——急救知识进大学
- 10 超声诊断新技术临床应用与质控管理学习班圆满落幕
- 12 筑防线 练硬功 保安全——市二院院感处完成 2026 年度全院外科手消毒专项考核

医疗广角 Medicine

- 13 市二院眼科团队成功捕捉罕见短暂失明病例影像学资料
- 14 零射线消融，开启心脏介入绿色时代
- 15 多科联动，打赢“心脏保卫战”
- 16 突破高龄手术禁区——我院脊柱外科为百岁老人实施手术治疗

护理天地 Nursing

- 17 国际护士节：一袭白衣守初心 仁心护佑暖芳华
- 19 枫泾社区开展“致敬白衣天使 夏日送清凉”慰问活动

目 录 \ contents

区域医疗中心 Regional Medical Center

- 20 市二院医共体多家医院开展 5•12 国际护士节系列庆祝活动
- 22 聚焦精准诊疗，共筑骨骼健康——古里人民医院成功举办老年骨质疏松与营养不良规范诊疗管理学术会议
- 23 党建赋能优服务 义诊惠民零距离
- 23 赋能基层 守护健康——社区护理中心建设背景下基层护理服务能力提升班圆满落幕
- 24 吴中区第二人民医院一行来院交流学习
- 24 市五院开展皮肤健康科普讲座暨义诊活动

健康绿洲 Health

- 25 脑中风超全预防、识别、处置科普
- 26 肩袖修补术后 0-4 周康复训练指南
- 27 高温来袭，这些防中暑注意事项要牢记
- 28 以热血为笺，为生命接力
- 29 警惕魔鬼时间急性心梗，科学护理尤为先
- 30 关注大众健康，倡导优质生活——市二院专家走进常熟市融媒体中心《健康优生活》节目

二院正能量 Positive Energy

- 31 赞誉满载，步履不停——近期收到的锦旗与表扬信

休闲频道 Leisure Channel

- 32 童心学用药 平安伴成长——药学部开展“安全用药娃娃抓起”药房开放日活动

民法典基本原则

平等原则

自愿原则

公平原则

诚信原则

公序良俗原则

绿色原则



★ 为行文简明，本刊未注明具体医院处均指市二院。

党建深耕基层路 “医”线服务护民生

文/党委办公室

为深入践行党建引领基层治理工作要求、不断深化“党建+医疗”服务模式、切实把“以人民健康为中心”落到实处、更好地服务虞城居民，市二院各党支部以“善美常熟 公益义诊”项目为抓手，持续开展一系列党建共建活动，推动优质医疗资源持续下沉基层，为“健康常熟”建设注入基层力量。

走进常福街道联盟村

4月8日，市二院综合保障党支部组织心内科、呼吸科、内分泌科、消化内科、全科、骨科、妇科、五官科等多学科义诊团队，在常福街道联盟村举行慈善义诊活动。血糖血压检测、心电图、超声检查、骨密度检查，医护人员耐心为每位村民细致查体，结合既往病史给出个性化诊疗建议，并现场给予挂号预约检查以及开具药方。“平时去医院看病，专家号难挂，今天在家门口就能得到这么专业的指导，真是太方便了，感谢你们”，联盟村村民金阿姨的心声道出了大家的共同感受。



“海棠有约 医社同行”

为深入践行“我为群众办实事”实践活动、推动党建工作与基层服务深度融合、将优质医疗资源切实送到居民“家门口”，4月8日下午，市二院医技党支部联合绿源社区党委，在绿源社区党群连心园举办“海棠有约 医社同行”健康义诊暨党建共建签约活动。本次活动以党建为引领、以服务群众为核心，组织医学影像科、内分泌科、呼吸与危重症医

学科、肝胆外科、消化内科、手足外科、耳鼻咽喉科等多学科医护人员提供专业健康服务，既搭建了医社联动的便民桥梁，也为基层党建工作注入了新活力。



内外无患 健康无忧

4月11日，市二院内科三党支部走进董浜镇红沙村举办了“内外无患 健康无忧”义诊活动，来自骨科、皮肤科、血液科、呼吸科、心内科、甲乳外科、中医科、神经内科、内分泌科等领域的党员骨干专家一一排开，耐心地为村民们提供健康咨询，护理人员测血压、血糖，并且对村民的身体状况进行询问和指导。医生专家们不仅提供了详尽的个体化诊疗意见，更开出“健康处方”，引导村民们科学预防疾病、走出认识误区。活动井然有序，持续2小时，服务人次达197人次，受到了村民的一致好评。



走进梅李镇梅南社区

为进一步提高居民健康指数，增强自身健康意识，充分发挥“互融共享”党建优势和资源，4月25日，市二院眼科麻醉综合党支部开展“公益义诊进社区”爱心义诊活动。本次义诊包含了测量血压、血糖等常规体检项目，还免费提供专科医师咨询服务。同时，向广大居民开展健康宣教，传播健康理念，提高大家对常见眼病、慢性病的防控以及治疗意识，自觉养成良好的健康生活习惯，营造“个个懂健康、人人享健康”的良好社区氛围。



红心聚力传健康 白衣义诊护民生

4月25日，市二院行政第一党支部组织骨科、眼科、呼吸内科、皮肤科等多学科义诊团队20多名专家在古里李市村开展医共体家庭医生专家团队义诊活动，充分诠释了利民护民的基层党建格局。活动现场村民聚集，健康氛围浓厚，多名老人家感叹道：“不用出村子就可以看到专家号，医院很为我们老年人着想啊”。



海棠有约 医村同行

为扎实推进党建引领基层服务，持续深化我为群众办实事，把优质医疗资源送到村民身边，5月8日下午，市二院医技党支部携手海虞镇铜官山村党委，在铜官山村共同举办“海棠有约 医村同行”健康义诊与党建共建签约仪式。活动以党建聚合合力、以服务暖民心，有效打通医疗服务进村入户的“最后一公里”。活动现场人头攒动、秩序井然，村民们热情高涨、早早到场等候咨询，现场氛围温馨务实、暖意浓浓。



走进梅李镇天和社区

进一步提高居民健康知识水平，增强居民的健康保护意识，5月16日上午，市二院外科第一党支部走进天和社区开展了以“善美常熟”为主题的义诊活动。此次活动中，外1党支部组织了涵盖心血管内科、内分泌科、肛肠外科、甲乳外科、呼吸内科、肿瘤科等多个科室联合医技科室的专项义诊服务，为天和社区群体提供免费健康咨询、体格检查，用温情与专业织密基层健康防护网，赢得了居民一致好评。



全民学急救，急救为全民

为提高居民健康水平和生活质量，增强居民对自身健康的关注和重视程度，促使居民养成良好的生活习惯和健康的生活方式。5月16日，市二院急诊党支部组织支部党员及各专科主任来到碧溪镇李袁村，为这里的居民们开展了“全民学急救，急救为全民”急救知识普及及义诊活动。急诊党支部冯玉峰书记代表急诊党支部与碧溪镇李袁村党委进行了简短而庄严的签约仪式，双方达成了进一步合作共识，共同向着广大人民群众的健康目标前进。活动现场气氛高涨，受到了广大居民朋友的热烈欢迎，赢得了良好的社会口碑。



走进梅李镇聚沙村

为切实把优质医疗资源下沉到群众身边，解决群众“看病远，咨询难”的实际问题，普及科学养生健康知识，提升医共体内居民健康素养水平，践行党的服务宗旨，发挥党员先锋模范作用，2026年5月23日，内科第二党支部联合其他支部多名党员，走进梅李镇聚沙村开展“善美常熟”主题公益义诊志愿服务活动，为社区居民提供免费健康咨询、基础诊疗、慢病筛查建档及健康宣教服务，用专业医疗服务守护群众身心健康。 □



—— 2025年度“十佳”先进个人

文/党委办公室

院长特别奖



初心笃行担使命，聚力建科创标杆。攻坚克难，久久为功，在医院高质量发展征程中，他深耕学科建设、聚

力技术突破，督促科室成员精进医疗技术、夯实科研能力、提升服务水平、注重人文关怀，带领科室成功创建江苏省临床重点专科。在日常工作中，作为骨科党支部书记，他怀公心、存大爱，时刻牢记入党和从医初心，始终奋斗在临床一线，以人民健康为中心，积极参加各类公益活动和讲座以求为提升居民医学素养出力献策。凭借无私奉献、大局为重、恪守职责、实干兴科、坚守初心、牢记使命的美好品格及优良作风，黄开同志荣获常熟市第二人民医院“院长特别奖”。

优秀共产党员



初心铸信仰，白衣践担当。身为共产党员，他们坚定政治立场，恪守入党本心，坚守职业

操守，堪为先锋表率。他们用实干诠释党员本色，用仁心守护群众健康，始终践行着共产党员和医务工作者的双重誓言。凭借细微处的坚守和日复一日的付出，金学敏、吉芸英、潘文明、李浩涛、陈雪锋获评常熟市第二人民医院“优秀共产党员”荣誉称号。

优秀医师

医术护生命，丹心守安康。他们立足临床前线，深耕医疗理论与技能以精进医术；恪守行医本心，时刻秉承严谨专业从医态度；坚守医德底线，仁心济世处处彰显人文关怀。他们始终“以人民健康为中心”，用日复一日的医学诊疗服务，全力守护患者及群众的生命健康。最终，陈刚、庾胜、



誉称号。

濮建峰、刘杰
凡、黄国进、付
振宇、谢波、孟
柳明、顾诚、朱
金莲获评常熟市
第二人民医院
“优秀医师”荣

优秀护士



温情守病房，素手护安康。终日奔走病房之间，用心呵护病患身心，她们谨记专业护理准

则，或不断熟练精进护理技能、认真把控操作细节，或投身管理工作、统筹全院及各科室护理相关事宜，于琐碎日常中坚守责任，于危难时刻时刻倾注温情。她们在平凡的岗位上默默付出，用温情力量守护生命康复，最终，张凌、方心怡、薛斌、郁嘉娴、解丽欢、钱楚君、陈琼、刘丽青、陈静、魏岳珍获评常熟市第二人民医院“优秀护士”荣誉称号。

优秀服务明星



用心优服
务，躬行守后
方。虽未身处
临床一线，却
始终心系医院
整体运转，他
们在自身专业

领域，以谦和务实的工作态度配合满足医疗科室各项工作需求；用细致高效的工作成效保障院内日常运营稳步向好。他们始终坚守服务初心和使命，凭借专业优质的工作表现，任伟、张红强、安思伟、任骏、夏英获评常熟市第二人民医院“优质服务明星”荣誉称号。

急救人人知，救护在我心

——急救知识进大学

文/急诊医学科



为响应国家关于提升全民急救能力的号召以及高校对学生安全素养培养的需求，切实增强大学生的应急救护意识与实操能力，市二院与苏州工学院材料工程学院签署“金护急救”合作共建协议。签约仪式上，党委副书记、院长陈志军与苏州工学院材料工程学院党委书记杨乃鹏共同签署了共建协议，双方就急救知识普及、应急救护培训、志愿服务队伍建设等方面达成合作共识。

校园携手筑防线，急救培训启新程

签约仪式结束后，苏州工学院派出的学生代表随即开始培训学习活动。

(1). 理论授课。由我院专业医护人员讲解黄金4分钟急救意义、心肺复苏标准流程、AED自动体外除颤器操作规范、创伤止血、包扎、固定、搬运等理论知识。

(2). 实操演练。将志愿者分组（志愿者分为2-3个大组，每个大组下设3-5个小组，以2人为单位组成基础小组），在医护人员与实践团队员指导下，进行心肺复苏按压、AED模拟操作、创伤包扎固定等实操练习，一对一纠正动作。

(3). 考核认证。实操练习后，进行基础技能考核，通过我院医护人员考核，获得培训认证，成为苏州工学院急救志愿骨干。



金护急救再入校，实景实训强技能

为巩固培训成果，在苏州工学院领导的邀请下，我院急救团队在5月中旬至苏州工学院继续开展科普培训。

理论授课环节，我院专业医护人员除讲解核心知识外，还结合常熟本地近年真实急救案例进行深度剖析，通过播放急救现场视频、展示错误操作后果等方式强化志愿者对黄金救援时间的认知，同时设置“急救误区抢答”互动环节，引导大家主动思考并纠正常见认知偏差。

实操演练阶段，除基础技能练习外，增设模拟真实场景任务：如模拟校园操场学生突发心脏骤停、实验室意外划伤出血等情境，要求志愿者以小组为单位快速响应，完成“评估环境—判断意识—呼叫急救—实施心肺复苏/AED操作/创伤处理”的全流程演练。我院医护人员与实践团队全程跟随，针对按压姿势、呼吸频率、包扎松紧度等细节逐一纠正，确保每个动作标准规范。



院外心脏骤停是威胁生命健康的重大公共卫生问题，其生存率极低，全球平均存活出院率约10%，中国仅为1.2%，神经功能预后良好率仅0.8%。早期识别与呼救、即时高质量CPR、快速除颤是提升生存率的关键。提高公众急救意识、普及CPR和AED使用技能、优化急救体系响应时间，是提升生存率的关键。

此次院校共建项目，不仅是医院发挥公益职能、普及急救知识的重要举措，也是学院落实实践育人、培养应用型人才生动实践。未来，双方将持续深化合作，通过常态化急救培训、急救知识科普宣传、应急志愿服务等多种形式，让更多大学生掌握急救技能，成为“生命守护人”，同时推动急救知识走进更多校园、社区，让“人人学急救、急救为人人”的理念深入人心。为构建更完善的公共急救体系注入青春力量，切实提升院外心脏骤停等突发情况的应急处置能力，守护更多生命的希望。□

超声诊断新技术临床应用与质控管理学习班圆满落幕

文/超声科



2026年5月31日，苏州市继续教育项目“超声诊断新技术临床应用与质控管理学习班”在常熟市第二人民医院顺利举办。本次学习班聚焦超声诊断前沿技术与质控要点，邀请多位苏州市资深专家开展专题授课，内容实用、针对性强，有效推动了常熟地区超声诊疗水平提升。



常熟市第二人民医院超声科叶萍主任主持开幕式，一一介绍了到场的嘉宾，对大家的支持表示衷心的感谢。江苏省超声医学工程学会前任理事长、江苏省人民医院超声科主任胡建群教授致开幕词，热烈欢迎各位专家代表莅临会议，同时充分肯定了常熟地区超声医学事业的进步，发展势头强劲。李剑平副院长代表常熟市第二人民医院欢迎大家参加本次会议，勉励全体参会人员把握本次宝贵的学习机会，深耕专业能力、合力推动常熟地区超声医学事业迈向高质量发展新阶段。

南京医科大学附属苏州医院邓学东教授用生动的语言结合临床案例，深入阐述了常见胎儿结构异常的超声诊断与遗传学病因，助力产前超声精准筛查。苏州大学附属第二医院张迎春教授分享了甲状腺超声检查经验与典型病例，提升了参会医师对甲状腺疾病在诊断方面的空白。苏州大学附属第一医院心超室主任周炳元教授讲解超声心电图在肥厚型心肌病中的临床应用，推进超声技术在心血管疾病诊疗中的应用。苏州大学附属第一医院惠品晶教授基于血管超声，分享多模式影像评估

颈动脉夹层的思路与方法，拓宽超声诊断视野。苏州大学附属第一医院董凤林教授围绕淋巴结疾病的超声诊断思路进行系统讲解，结合各类淋巴结病变声像图特征，梳理了从扫查、判读到鉴别诊断的完整临床思维与实操方法。



下午，南京医科大学附属苏州医院超声医学中心血管超声组组长张丽丽教授阐述了超声造影在颈动脉斑块评估中的临床应用，结合大量典型病例分析了该技术在斑块稳定性判断、风险预警方面的实操要点与临床价值。苏州市中医院超声科主任赖会君教授解读卵巢-附件报告和数据系统超声风险分层，细致梳理了不同分级对应的影像特征、鉴别思路及后续诊疗参考建议。苏州市立医院超声科副主任陆冰介绍了盆底超声的临床应用，针对盆底功能障碍性疾病的扫查规范、图像判读技巧展开了全面讲解。常熟市第二人民医院超声科主任叶萍教授讲解了多模态子宫内膜疾病超声诊断，整合多种超声检查手段，分享了不同子宫内膜病变的影像识别要点与诊断思路。常熟市第一人民医院超声科主任支鹏飞教授分享高频超声在腕、掌、指外伤诊断中的应用，结合解剖结构剖析了外伤类型的声像图特点与诊断注意事项。常熟市第二人民医院超声科副主任季勇介绍了介入超声在普外科疾病诊治中的应用，讲解了相关介入操作流程、适应症选择及术中术后质控要点。常熟市第二人民医院超声科副主任陈刚讲解了肝内胆管细胞癌超声造影，对比分析了该病种与其他肝脏肿瘤的造影表现差异，提升鉴别诊断能力。常熟市第二人民医院超声科钱瑾医生解读ACR第6版BI-RADS超声部分更新内容，逐条对比新旧版本差异，讲解更新要点对日常乳腺超声报告书写的指导意义。



本次学习班课程全面、专家授课精彩，有效促进了超声诊断新技术的推广与规范应用，助力区域超声检查质量持续改进，推动超声医学领域新技术与临床实践深度融合。 □

筑防线 练硬功 保安全

——市二院院感处完成 2026 年度全院外科手消毒专项考核

文/院感处

每年的5月5日是世界手卫生日，2026年的全球主题为“行动挽救生命”（Action saves lives）。为深入贯彻落实国家卫健委《医务人员手卫生规范》（WS/T 313—2019）及《手术部（室）医院感染控制标准》（WS/T 855—2025）等最新行业要求，切实降低手术部位感染



风险，保障患者生命安全，4月20日至4月24日，医院感染管理处组织全院相关手术科室医护人员开展了为期一周的外科手消毒规范化技能考核。本次考核以赛促学、以考带练，全面检验并巩固了临床一线人员的外科手消毒技能，进一步筑牢了手术感染防控的“第一道关口”。

师进行了“一对一”的实操考核。现场气氛紧张有序，参考人员精神饱满、动作娴熟，严格遵循“七步洗手法”的清洗流程，从适度力量清洁指甲到前臂与上臂下1/3的揉搓范围，展现出了扎实的专业功底。

考核不仅仅是一次评判，更是一场“现场教学”。针对

部分人员出现的洗手液取用量把控不严、干燥环节消毒范围模糊等细节性问题，考官现场叫停并立即进行“手把手”的演示纠正，确保每一位医护人员都能精准掌握每一个防护细节。

一、对标“金标准”，严控院感源头红线

外科手消毒是预防手术部位感染最关键、最基础也是成本最低的环节，一直以来都是院感管理的重中之重。此前，院感处已通过推行“感控工作间”APP，搭建了集实时督查、依从性评价与信息化培训于一体的线上质控体系。为确保本次考核的专业性与权威性，院感处严格依据最新版《外科手消毒标准操作流程》制定了涵盖了“操作步骤完整性、清洁擦洗规范性、消毒液揉搓手法以及无菌概念”四大维度的量化评分细则。

二、全员“赶考”，现场考核筑牢防线

考核期间，考官深入手术室，对全体外科医师、麻醉医

部分人员出现的洗手液取用量把控不严、干燥环节消毒范围模糊等细节性问题，考官现场叫停并立即进行“手把手”的演示纠正，确保每一位医护人员都能精准掌握每一个防护细节。

三、以考固长效，精准织密安全防护网

经过连续一周紧张有序的考核，全院参考人员合格率达到预期目标，外科手消毒规范意识得到了进一步增强。院感处负责人表示：“院感无小事，任何一个细微的疏忽都可能造成严重的医疗安全事故。我们要始终保持着对生命的敬畏心，将严格的无菌操作规范牢牢印刻在每一位医护人员的肌肉记忆中。”

此次专项考核并非终点，而是新起点的开始。未来，常熟市第二人民医院将继续坚持“预防为主、精准管控”的基本方针，借助信息化手段，常态化开展手卫生依从性监测与专业技能培训，奋力打造让百姓满意、政府信任、职工自豪的现代化三甲综合性医院。□

常熟二院眼科团队成功捕捉罕见短暂失明病例影像学资料

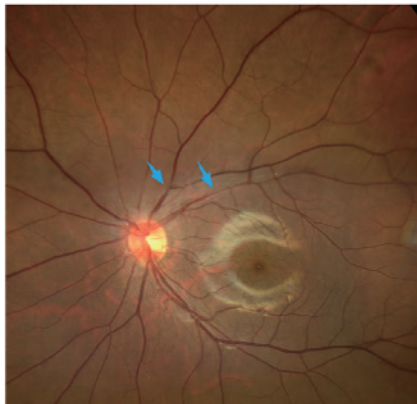
文/眼科

没有磕碰、没有疼痛、没有任何征兆……正常午觉后，25岁患者左眼失明，约半小时后又重新恢复视力，为查明病因前往常熟市第二人民医院就诊。

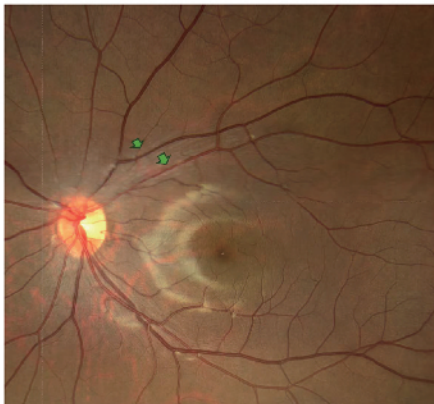
经过市二院眼科团队专业分析和一系列检查，该病例被确诊为视网膜血管痉挛，即眼底的动脉突然短暂收缩，血流中断，视网膜缺血缺氧致使视力迅速下降、甚至数分钟内造成完全失明。当血管痉挛解除，血流恢复，视力大多可以复原。

但并非所有视力突然下降、失明都是视网膜血管痉挛导致，出现这些症状建议立刻就医，由专业医生进行诊断和治疗，切勿因一味等待而错过救治时机。

视网膜血管痉挛极难在发作期被捕捉到，该病例十分罕见的是病例发生过程的完整影像学资料。市二院眼科团队凭借其专业素养，第一时间怀疑是视网膜血管痉挛，并利用超广角眼底相机成功拍下了这一罕见病程的完整动态链条——从发作、持续到完全恢复三张时序影像学资料。



▲视网膜血管痉挛发作



▲视网膜血管痉挛持续（10分钟后）



▲视网膜血管痉挛完全恢复（第二天复查）

市二院眼科团队将这一罕见病例的完整影像证据，成功发表于国际眼底病专业期刊《Ophthalmology Retina》，目前已正式收录发表并引发了业内广泛关注。

视网膜血管痉挛虽然并不极端罕见，但极难在发作期被捕捉到。能留下这样一套完整的影像证据，离不开三方面的努力：

- 医生敏锐的临床意识；
- 超广角眼底相机的硬件支持；
- 患者的积极配合与及时就诊。

Transient Visual Loss Captured by an Ultra-widefield Fundus Camera
A 25-year-old woman without relevant medical history experienced complete left eye vision loss after an afternoon nap, which improved gradually while awaiting visual acuity testing. Her left eye visual acuity was 20/100; the fundus showed segmental narrowing of the superotemporal retinal artery and vein (A). Ten minutes later, vision recovered to 20/20. The superior retinal arteriole shows increased caliber compared with part A, and the superior veins are darker than the inferior veins (B). The next day, the retinal vessels regained normal morphology (C). Comprehensive examinations revealed no abnormalities. She was diagnosed with retinal vasospasm of the left eye. (Magnified version of Fig. A. C is available online at www.ophthalmologyretina.org).

XIAOLI XIANG, MD
Department of Ophthalmology, Affiliated Chonggu Hospital of Nanjing University, Chonggu City, Jiangsu Province, China

常熟二院眼科作为江苏省级临床重点专科、苏州市医学重点学科、苏州市临床重点专科、常熟市临床重点专科，在黄正如主任的带领下，学科综合实力稳居区域前列，科、教、研全面发展，学科建设成果丰硕，诊疗实力稳步持续攀升。依托科室过硬的专科诊疗技术，科室服务范围遍及全国各地。未来，常熟二院眼科将继续坚守医者初心，攻坚克难、勇于创新，以更优质、更精细的眼科诊疗水平守护居民眼睛健康。

参考资料：

1. 【25岁女孩午睡后突然失明，10分钟后奇迹恢复！超广角眼底相机首次拍下发作全程】<https://mp.weixin.qq.com/s/n8OpXJJ3Ur2urh7o3WiYJQ>
2. Xiang X. Transient Visual Loss Captured by an Ultra-widefield Fundus Camera. Ophthalmol Retina. 2026;10(4):e34. doi:10.1016/j.oret.2025.07.020

零射线消融，开启心脏介入绿色时代

文/心血管内科

传统心脏介入手术大多依赖X射线透视或显影，但辐射对人体的损害不容忽视，尤其对幼儿、孕妇、高龄体弱患者，以及造影剂过敏或肾功能不全者，危害更为显著。

为最大限度保护患者健康，实现“绿色无害”，市二院心血管内科积极引入绿色电生理射频消融术，为心律失常患者带来更安全的选择。

技术突破，实现“零射线”消融

近日，市二院心血管内科刘艳琪、杨凯丽医生团队，在腔内超声（ICE）影像引导下，使用房间隔穿刺系统，成功为一例左房增大患者完成了零射线下房间隔穿刺术。随后，团队借助磁电定位技术构建心脏三维模型，实时显示导管位置和病灶区域，替代传统X射线透视，顺利完成消融。全程未使用X线，这是我院首例运用绿色电生理技术。

患者为71岁男性，诊断为阵发性心房颤动，同时患有痛风，属于放射敏感人群。经全面评估，团队决定采用绿色电生理技术，避免X射线暴露。

四步走向“绿色介入”

第一步：ICE引导，精准定位。



找到房间隔穿刺的关键位置——卵圆窝。

第二步：精细穿刺，一气呵成。



在腔内超声（ICE）清晰指引下，医生无需X线即可准确

在卵圆窝顶出帐篷状，左手控制出针，右手送导丝至左上

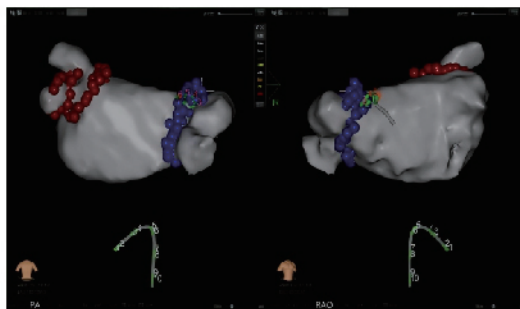
肺。

第三步：鞘管到位，无需造影。



零射线完成房间隔穿刺手术。

第四步：三维建模，隔离病灶。



放置，随后构建左房模型，完成双侧肺静脉隔离。

本例左房增大、合并痛风的高龄患者，未出现肌颤等不良



从“铅衣战士”到“绿色卫士”，厚重的铅衣、漫长的辐射暴露，曾是心血管介入医生的“职业烙印”。如今，我院正式迈入无辐射介入的新时代，开启心血管介入治疗的“绿色革命”新篇章。

送鞘管进左房后，无需打造影剂验证，即可撤出针和导丝，

在三

维标测系统支持下，使用磁定位标测十极完成冠状窦

不良反

多科联动，打赢“心脏保卫战”

文/心血管内科

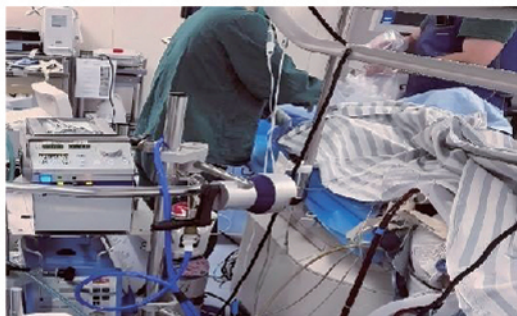
一名在梅李人民医院就诊的患者突发猝死迹象，生命危在旦夕，梅李人民医院医护人员立即展开紧急抢救。与此同时，一场更高阶的生命救援机制迅速启动——鉴于患者病情极度危重，急需高级生命支持技术介入，依托医共体联动机制，一场跨院区生命救援紧急启动。



ECMO空降，搭建“生命桥梁”

时间就是生命！接到医共体单位的紧急信息后，市二院重症医学科（ICU）ECMO团队迅速响应，携带体外膜肺氧合（ECMO）设备火速奔赴梅李。ECMO作为现代医学顶级的生命支持技术，能够暂时替代患者的心肺功能，为后续治疗争取宝贵时机。

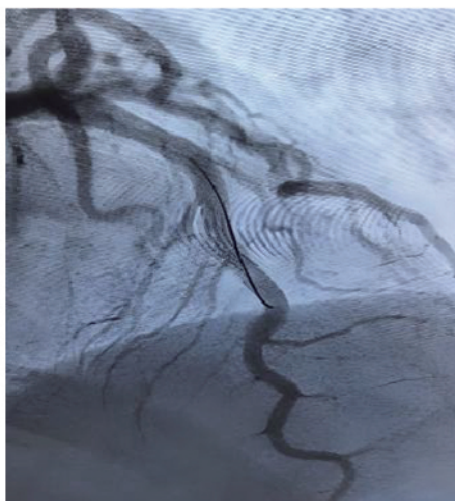
团队抵达后，迅速评估、精准操作，成功为患者实施ECMO置管。随着ECMO机器的运转，患者本已“罢工”的心脏得以暂时休息，暗红色血液在体外氧合后再次回输体内，为患者抢下了一线生机。随后，患者在ECMO的护航下



被安全转运至市二院重症医学科进行进一步救治。

多学科联手，介入手术开通“生命通道”

患者抵达时，由重症医学科、心血管内科等多学科组成的MDT团队早已严阵以待。经过精准评估，高度怀疑患者心脏冠脉血管存在严重病变。在ECMO的保障下，患者被推入导管室，心血管内科介入团队紧急实施急诊冠状动脉造影及



介入手术。术中
发现患者心脏血管严重闭塞。凭借精湛技术，团队迅速通过闭塞段并成功植入心脏支架，打通了梗阻的血管，恢复了心脏的血液供应。

精心照护，患者获“心”生

手术成功只是第一步。术后，患者返回重症医学科，医护团队面临着抗凝管理、感染预防、脏器功能支持以及ECMO撤机等一系列挑战。在日夜坚守和精细治疗下，患者的心功能逐步恢复，顺利脱离ECMO辅助。随后转入心血管内科病房进行康复治疗。经过一段时间的观察与精心照护，患者各项指标趋于稳定，最终康复出院。

此次成功救援，不仅体现了市二院在急危重症救治领域的“硬核”实力，更彰显了医共体模式下，优质医疗资源下沉与区域协同的高效畅通。从基层急救到上级支援，从多学科会诊到术后康复，每一个环节都因紧密联动而提速，为患者赢得了生机。

生命至上，医者为民。这场生命接力，见证了医共体机制下“生命通道”的畅通，也彰显了多学科团队在急危重症救治中的担当。他们，用专业与坚守，为患者筑起了最坚实的防线。□

突破高龄手术禁区

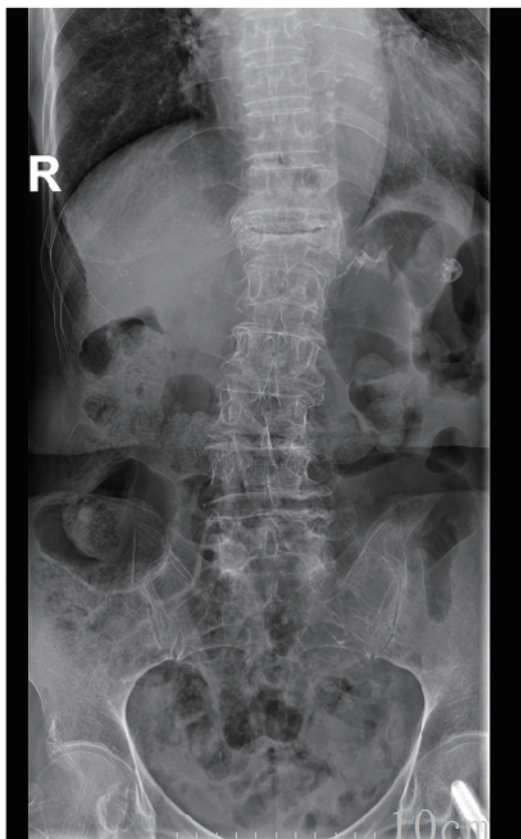
——市二院脊柱外科为百岁老人实施手术治疗

文/脊柱外科

市二院脊柱外科收治一名100岁的腰椎骨折的患者并成功为其实施了手术治疗，刷新了我院脊柱手术的年龄纪录。

百岁老人张某在家不慎摔倒致腰背部剧痛难忍，起初疼痛不重，患者及家属未予以重视选择在家静养恢复，后发现卧床休息后疼痛缓解并不明显甚至开始加重，遂来院就诊。经详细检查，张某被诊断为腰椎骨折，伴有高血压等多种基础疾病。

患者百岁高龄，意味着身体机能衰退、心肺储备差、麻



▲术前影像学检查

最终，在麻醉科、手术室等科室的密切配合下，潘文明主任医师团队凭借丰富的经验和精湛的技术，用时20分钟成功为

醉与手术耐受度极低，但是保守治疗也会引发褥疮、肺炎等卧床并发症。面对这一挑战，我院脊柱外科迅速联合麻醉科、心血管内科等多学科专家展开会诊，评估老人的身体状况。

老人实施了经皮穿刺球囊扩张椎体后凸成型术。

术后，在骨科护理团队的精心照料和康复指导下，



▲术后影像学资料

老人恢复情况良好，术后第一天便能在床上坐起，并在家属辅助下行走活动。

此类超高龄患者成功实施腰椎骨折微创手术，体现了我院在高龄脊柱疾病诊疗方面的技术实力，潘文明主任表示：随着医学技术的进步，高龄已不再是手术的绝对禁忌。对于老年患者，多学科协作的精准评估与个性化治疗方案是关键。此次手术的成功为高龄患者提供了治疗信心并积攒了宝贵经验。

作为江苏省临床重点专科和常熟市首个脊柱外科疾病诊治的专科临床科室，市二院脊柱外科能够常规全面开展颈、胸、腰椎各类疾病及创伤的手术治疗。此类手术的成功实施，代表我院脊柱外科诊疗已达苏州地区先进水平，脊柱外科团队将继续紧跟学术前沿，积极探索，勇于创新，不断突破技术壁垒，更好地造福广大患者。□

5·12 国际护士节： 一袭白衣守初心 仁心护佑暖芳华

文/护理部

五月芳华如歌，白衣初心灼灼。在第115个国际护士节到来之际，我们向日夜坚守临床一线、默默奉献守护健康的全体护理同仁，致以最诚挚的祝福与崇高的敬意。

日复一日，他们穿梭病房、守护生命；一朝一夕，他们细致尽责、温情相伴。以匠心深耕护理事业，以责任筑牢健康防线，用温柔与专业扛起医者使命，用坚守与奉献诠释白衣担当，在平凡岗位书写不平凡的医者华章，用心守护万家安康，全力护航医院高质量护理事业稳步前行。

★ 榜样领航 实干争先

2025年，医院涌现出一批杰出的护理工作者和护理团队，他们以实干践行使命，以专业彰显担当。

优秀护士

张凌 方心怡 薛斌 郁嘉娴 解丽欢 钱楚君 陈琼 刘丽青 陈静 魏岳珍

优秀带教老师

张云霞 陈珊 张艳红 倪雨吉 张蕾

优秀专科护士

陈琼 陈蕾 郁嘉娴

规范化培训优秀个人

吴迪

优秀授课老师

钱楚君 陆霞 陈涛 王芳 周雯艳

优秀教研组

妇科护理学教研组 传染病护理学教研组

优秀学员

卞梦娜 沈志豪 徐洁

优秀基地

急诊急救专科护理岗位培训基地 危重症专科护理岗位培训基地 中医护理岗位培训基地

优秀专科小组

急诊急救护理组 静脉输液治疗护理组 静脉血栓防护组

这份荣誉榜单，是无数个日夜坚守的缩影，更是南丁格尔精神的生动诠释。

★ 竞技展技 以赛促学

以护士节为契机，我院常态化开展护理专业技能竞赛、教学授课比赛、护理品牌比赛等多项赛事，以竞技强本领，以比拼促提升。

优质护理服务品牌比赛

最佳示范案例

19区中医科《岐黄温煦，仁心护“瘤”——中医肿瘤患者全周期优质护理服务品牌建设实践》、55区肝胆外科《肝胰康复双核计划》、75区肿瘤放疗科《“精准照射、温暖相伴”》



优秀案例

66区神经外科《“位”你而来，体贴入“微”》、69区泌尿外科《“泌”境守护，愈行无忧》、32区感染性疾病科（肺科）《“肺”常关爱、用心愈“核”——绿色呼吸服务驿站》

技能比赛

一等奖

邓依婷

二等奖

张裕洞 鲍瑛琪

三等奖

陈诺 李怡婷 季丽华 浦心怡 顾铭航



读书报告比赛

一等奖

王彦硕

二等奖

吴如恩 周雯艳 陈珊

三等奖

张骄 薛娟 顾烨 吴晨 张蕾



授课比赛

一等奖

陆佳

二等奖

沈洁 张执懿 张云霞

三等奖

倪雪娟 袁叶枫



个案比赛

一等奖

邵铭妍 吴晨

二等奖

周玫 陆佳 解丽欢

三等奖

徐灵 朱梦婷 高蓓



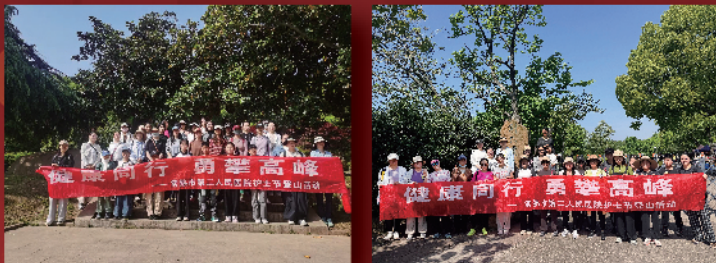
以赛促学，以学促干，在一次次“比武练兵”中，全院护理专业水平持续提升。



多彩活动 暖心护航

今年护士节期间，护理部精心策划系列主题活动，邀请医共体护理人员共同参与，共庆佳节，同心同行。

●凝心聚力登山活动：50余名护理人员与医共体护理同仁结伴登高，在自然风光中释放压力，增进交流，凝聚护理团队向心力。



●亲子烘焙：医护家庭携手制作蛋糕，增进亲子互动，让孩子感受父母职业的崇高。



●创意手作：开展苔藓微景观趣味手工创作，陶冶身心，舒缓情绪，丰富护理人员业余文化生活。



●身心疗愈健康专题课

面向我院及医共体护理人员开设职业健康防护、身心纾压放松专项课程，全方位守护护理人员身心健康。



★ 关怀慰问 薪火相传

节日前夕，护理部专程走访慰问冯素心等退休护理前辈，为她们送上节日祝福与暖心关怀。医院始终感念前辈们为护理事业发展奠定的坚实基础，将传承老一辈护理人爱岗敬业、无私奉献的职业精神，让护理初心薪火相传、接续奋进。



★ 初心如磐 使命在肩

迈向新征程，全院及医共体全体护理工作者将始终坚守医者仁心、恪守护理初心，深耕临床一线，厚植人文服务。

谨向每一位白衣天使致以最美好的祝愿：

愿你们节日快乐、平安顺遂！愿你们携初心而行，以爱为光，以护为责，守护万家安康，绽放护理芳华！□



枫泾社区开展“致敬白衣天使 夏日送清凉”慰问活动

文/枫泾社区

为了向坚守医疗一线的医护工作者表达敬意与感谢，5月12日国际护士节当天，琴川街道枫泾社区组织开展“致敬白衣天使 夏日送清凉”慰问活动，为护士们亲手送上特别定制的防晒口罩，感谢她们在岗位上的辛勤付出。

活动现场，枫泾社区志愿者专程来到常熟市第二人民医院护士站，将浅蓝色的透气冰丝防晒口罩送到护士手中。护士长钱楚君接过礼物开心地说：“没想到社区连我们日常工作的细节都记在心上，这份礼物防晒又暖心。”在场护士纷纷试戴，对这款贴合脸型、透气性佳的防晒口

罩赞不绝口，她们表示，日常工作中长时间佩戴口罩，闷热出汗是常有的事，冰丝材质刚好能缓解夏日的不适感，这份礼物比任何消暑饮品都更实用、贴心。

通过本次活动，枫泾社区不仅向医护工作者传递了节日的关怀与温暖，也拉近了社区与共建单位的距离，让坚守一线的医护人员感受到来自社会的尊重与支持。下一步，枫泾社区将继续聚焦不同群体的实际需求，开展更多贴心暖心的便民服务与关怀活动，营造尊重、关爱一线工作者的良好社区氛围。□

市二院医共体多家医院开展 5·12 国际护士节系列庆祝活动

文/市五院 古里人民医院 梅李人民医院

市五院：关爱赋能，守护健康

为大力弘扬南丁格尔无私奉献、爱岗敬业的职业精神，推进护理人文关怀建设，赋能一线护理队伍，筑牢护理职业幸福感、荣誉感、归属感，在第115个“5·12”国际护士节到来之际，常熟市第五人民医院护理部联合各临床科室、行政职能科室共同策划了一系列护士节主题活动，旨在全方位礼遇坚守在岗白衣天使，多维度夯实优质护理服务底色。

关爱护士 倾听心声

5月8日下午，市五院护理部在行政楼三楼第一会议室开展“关爱护士·倾听心声·温暖同行”护士关爱日主题活动，此次活动旨在聚焦护士所思所想、所急所盼，精准做好人文关爱与岗位纾困服务。



在“我与主任面对面”心声倾听交流会现场，我院护理部主任戴美芬与来自不同岗位的护士代表围坐在一起，不设门槛、不走过场、不限话题，进行了一场开放平等、畅通高效的面对面沟通。护士代表结合自身临床工作体验，纷纷就岗位工作强度、跨科协作配合、职业身心压力、职业成长培养等内容，实事求是地提出了优化建议与合理诉求。护理部全程认真倾听、详实记录，希望能通过此次交流活动切实打通临床护士诉求反馈的“绿色通道”。

邂逅非遗 匠心手作

为进一步丰富护理人员精神文化生活，舒缓职业高压，提升团队人文综合素养，市五院护理部精心组织开展“非遗宋锦手作·以手造物，以物抵心”护士节胸针手作文化沙龙。

活动特邀专业非遗宋锦技艺老师现场授课，为大家讲解宋锦千年织造文化、非遗传承价值、传统吉祥纹样寓意与古法织造匠心工艺。平日里穿梭病房、专注护理操作的白衣天使们，暂时放下工作忙碌，亲手剪裁、拼接、塑形、装配，制作出一枚枚精致典雅的宋锦胸针。在沉浸式的非遗体验中，大家进一步舒缓了身心，陶冶了情操。

古里人民医院：白衣同心聚力，守护银龄安康



5·12国际护士节之际，为弘扬南丁格尔精神，常熟市古里人民医院组织护士长及护理骨干团队走进古里护理院，开展专项义诊暨护理精准帮扶主题活动。

活动前期，护理部统筹规划，精准设计活动方案，组建专业护理团队，细化人员分工，备好各类耗材及中医养生科普资料等物资，为护理院老人及护理人员送上一份健康厚礼。此次活动获得了护理院老人、工作人员的一致好评和高度认可。

梅李人民医院：提灯引路 护佑生命——庆祝第115个国际护士节

五月的风，带着初夏的暖意与生机
在充满希望的季节
我们迎来了第115个“5·12”国际护士节
繁花映圣洁，初心守生命
白衣承重任，赤诚护安康
诚挚的敬意与祝福
送给每一位在平凡岗位上创造不凡的你们

为致敬每一位提灯引路的护理同仁，展现我院护理队伍的专业风采，进一步推动护理工作高质量发展，“5·12国际护士节”到来之际，梅李人民医院护理部策划了系列主题活动。

守护幼苗成长，温暖社区邻里 / 护士节科普义诊活动传递温暖力量

为庆祝“5·12”国际护士节，我院护理团队积极开展健康科普系列活动，将专业护理服务延伸至校园与社区。团队先后走进珍门中心小学和梅李中心小学，开展“医校携手，点亮科学护眼‘睛’彩”主题活动。活动围绕科学用眼、营养膳食与运动健康等内容，为孩子们带来生动实用的健康知识，并通过互动问答激发学习兴趣，在寓教于乐中播撒“爱眼护眼、健康成长”的种子。



同时，护理团队深入社区开展“健康科普进万家，义诊服务暖人心”糖尿病防治专题活动，通过科普讲座普及早筛早防理念，并在义诊现场为居民免费测量血糖、血压，提供个性化健康指导；特色耳穴疗法体验区备受青睐，居民纷纷点赞其“无痛无创、实用有效”。



系列活动充分展现了我院护理队伍的专业素养与人文关怀，以实际行动践行南丁格尔精神，为全生命周期健康护航。

锤炼过硬本领，守护生命防线 | 静脉输液技能专项培训

为持续深化护理内涵建设，全面提升护理团队的专业技术水平与应急救治能力，护理部于近日组织开展了静脉输液技能专项培训。

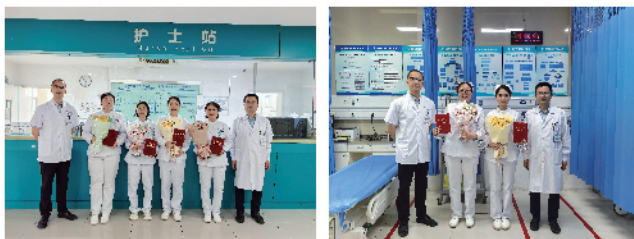
培训现场，老师严格遵循行业最新标准，对静脉穿刺的精准手法、无张力敷贴固定技巧以及规范冲封管流程等核心环节进行标准化演示与深度解析。实操环节，护士们精神饱满、沉着应战，从评估患者到操作收尾，每一个步骤都严谨细致，每一个动作都行云流水，充分展现了我院护理人员扎实的理论功底与精湛的操作技能。



致敬提灯天使，情暖临床一线 | 院领导慰问表彰护理团队

节日期间，院领导们深入临床一线，开展走访慰问活动，向辛勤工作在护理岗位上的全体同仁致以节日的祝贺和诚挚的问候，并表彰了一批在护理工作中表现突出的优秀护士和优秀护理管理者。

慰问表彰活动，不仅为护士们送去了节日的祝福和医院的关怀，更极大地鼓舞了士气，增强了护理团队的凝聚力和向心力。护理人员纷纷表示，将把医院的关心和鼓励转化为工作的动力，以更加饱满的热情、更加扎实的作风投入到护理工作中，用实际行动践行“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的职业精神，为医院的美好明天贡献自己的光和热。□



聚焦精准诊疗，共筑骨骼健康

——古里人民医院成功举办老年骨质疏松与营养不良规范诊疗管理学术会议

文/古里人民医院

5月20日，由常熟市医学会主办、古里人民医院承办、



常熟市第二人民医院协办的《老年骨质疏松与营养不良规范诊疗管理学术会议》在我院圆满召开。本次会议汇聚了多位专家

学者，围绕老年骨质疏松的精准检测、营养干预及多学科协作诊疗展开深入探讨，为提升区域老年骨骼健康管理水平搭建重要学术平台。

会议在热烈的氛围中拉开帷幕。常熟市医学会徐霞秘书长、常熟市第二人民医院高春燕副院长及我院唐正军院长分别致辞。唐正军院长在致辞中表示，随着老龄化社会到来，老年骨



质疏松及营养不良已成为影响老年人生活质量的重要公共卫生问题，本次学术会议旨在通过多学科交流，推动老年骨骼疾病的规范化诊疗，助力“健康常熟”建设。

聚焦慢病管理，构建全程健康体系

苏州市立医院黄敏主任以“慢病管理与全科医学”为题，系统阐述了老年骨质疏松作为慢性病的长期管理策略。

深化精准检测，赋能临床诊疗决策

在实验室检测专题中，苏州市立医院吴元健主任详细解读了“骨代谢标志物与营养不良筛查评估的实验室应用”。苏州市立医院许中主任则聚焦“维生素D检测应用及方法学比较”，对比分析了化学发光法、液相色谱-串联质谱法等检

测技术的优缺点，强调标准化检测流程对确保维生素D结果准确性的重要性。我院检验科张振芳主任在“骨代谢标志物、营养指标检测的质量控制”报告中，分享了实验室在检测标准化、室内质控及室间质评方面的实践经验，呼吁加强区域实验室协作，推动检测结果互认。

强化护理干预，提升患者健康素养

我院护理部张云主任以“骨科患者生化指标解读在护理管理中对患者健康指导的意义”为题，阐述了如何通过解读骨代谢标志物、营养指标等生化数据，为患者提供个性化的饮食、运动及用药指导。

聚焦骨折防治，筑牢骨骼安全防线

我院薛胜副院长在“骨质疏松骨折的预防与治疗”专题中，结合临床案例，详细讲解了老年骨质疏松性骨折的危险



因素、预防措施及手术治疗策略。

老年骨质疏松的防治需打破学科壁垒，构建“检验-临床-护理”多学科协作模式，通过精准检测、营养干预、规范治疗及全程管理，实现老年骨骼健康的全面提升。本次会议的成功举办，不仅为区域医疗同仁提供了学习交流的平台，更彰显了我院在老年骨质疏松诊疗领域的学科实力与责任担当。未来，我院将继续以患者为中心，深化多学科协作，推动老年骨骼健康事业的创新发展，为守护区域老年人健康贡献力量。□

党建赋能优服务 义诊惠民零距离

文/梅李人民医院

为深入践行“我为群众办实事”，深化党建共建内涵，切实把优质医疗服务送到家门口，4月11日，梅李人民医院组织专家团队走进天宇村开展义诊活动，将健康关怀送到群众身边。

本次义诊结合群众需求，集结了普外科、骨科、中医科等多个科室，提供面对面的专业健康咨询与服务，同时提供免费量血压、测血糖基础检查。中医科医师耐心为村民辨证施治，熟练开展拔罐等中医适宜技术，缓解村民颈肩腰腿痛等不适；普外科、骨科专家细致问诊查体，查看病历报告，为村民提供个性化诊疗建议和就

医指导。义诊贴合群众需求，让大家在家门口就能享受到专业、便捷的医疗服务，得到了现场群众的一致好评。

下一步，梅李人民医院将持续以党建共建为抓手，深化“海棠聚新·医路有我”党建品牌建设，常态化开展义诊、健康宣教等活动，把健康温暖送到群众心坎上，切实提升群众的获得感、幸福感和安全感。



赋能基层，守护健康

——社区护理中心建设背景下基层护理服务能力提升班圆满落幕

文/梅李人民医院



为进一步整合社区护理资源，优化服务模式，提升社区护理服务能级，4月24日，由常熟市护理学会主办、常熟市梅李人民医院承办的“社区护理中心建设背景下基层护理服务能力提升班”在我院顺利举办。

苏州市护理学会社区专委会主委周英围绕《社区护理中心建设标准》展开深度解读，从“硬件指标建设”到“软实力提升”逐层剖析，重点阐释了“稳字当头、细字为要、实字托底”的迎评工作总原则。此次授课有效帮助参会人员更好梳理完善评审工作思路，全面夯实并提升基层护理服务综合能力。

常熟市第二人民医院护理部主任金学敏作《“互联网+护理”服务》专题授课。课程结合当下人口现状与行业政策背景，系统解读患者端、护士端、机构端三大功能模块，并展示AI辅助下单、全流程闭环管理等前沿服务技术；同时结合真实实践案例，分享中医护理、伤口造口等居家特色服务，精准破解行动不便患者就医出行难题，切实打通便民护理服务壁垒。

我院慢病管理科科长杨一心分享了《医防融合—基层慢病管理可持续发展的探索》，立足健康中国战略部署与慢病高发的现实形势，结合辖区实际情况，全面介

绍医院慢病管理工作的开展举措与实践经验，围绕创新服务模式与实践探索，分享了慢病运动干预分级管理、共同照护模式等特色做法，介绍了区域慢病规范化管理平台的建设应用及取得的成果和成效。

最后，我院护理部主任殷丽花围绕《基层医疗机构社区护理中心建设》，从场地规范设置、专业人员配备、特色服务开展等八个方面，系统讲解了打造“资源整合-流程优化-能力提升-上下联动”的“一站式”服务中心的实操方法，逻辑清晰、重点突出，为基层社区护理中心规范化建设提供了切实指引。

培训班的举办，提升了基层护理人员的专业能力，也为精准对接居民多元化健康需求奠定了坚实基础，助力常熟基层护理服务向规范化迈进。未来，常熟市梅李人民医院将持续优化护理服务流程，创新护理服务模式，让基层护理服务更专业、更放心，满足辖区群众日益增长的多样化护理服务需求。□



吴中区第二人民医院一行 来市五院交流学习

文/市五院

近日，苏州市吴中区第二人民医院院长顾文荣一行来市五院参观交流学习，院党总支委员邹欢及相关科室负责人迎接并共同交流。

在邹欢委员的带领下，顾文荣院长一行



参观了市五院皮肤科及医学美容科的各个诊疗区域，并深入了解了各类设备及医院目前治疗开展情况。

随后，双方进行了座谈交流，邹欢委员对苏州市吴中区第二人民医院同仁的到来表示了热烈欢迎，并就医院的管理模式、重点专科建设、未来规划等方面进行介绍。医学美容



科李静主任也向来宾们分享了科室概况、设备管理、业务开展、耗材管理、医美治疗项目开展、医美手术开展等方面的情况。

顾文荣院长表示通过此次实地参观和深入交流，对我院在医疗技术、管理创新、服务优化、服务理念等方面的工作表示高度认可，并表示此次参观学习对苏州市吴中区第

二人民医院筹备开展医学美容业务有很大的指导价值和借鉴意义。

今后，市五院也将继续借助各级医疗机构来院交流学习的机会，增进与各兄弟医院之间的深厚友谊，同时不断优化医疗服务流程，提升医疗服务质量和管理水平，为虞城百姓提供多元化的健康服务。□

市五院开展皮肤健康科普讲座暨义诊活动

文/市五院

近日，常熟市第五人民医院党总支与常熟市工人文化宫党支部以共建结对为契机，成功举办“党建引领·健康服务”共建活动，标志着双方在资源共享、服务联动方面迈出了坚实一步。

市五院皮肤科主任医师、医疗美容主诊医师仲亚平以《常见皮肤病与医美的边界》为题，系统讲解了常见皮肤病的识别与护理方法，同时详细阐述了皮肤病



治疗与医疗美容之间的本质区别，帮助职工树立科学、理性的皮肤健康管理理念，避免因认知误区而延误病情或盲目消费。

讲座结束后，先锋团队在现场设立义诊服务点，提供皮

肤健康综合筛查与评估、面部衰老医学评估与抗衰指导、规范医学美容及问题肌肤管理咨询、中医妇科咨询、疫苗接种科普等全方位的咨询指导。现场互动热烈，受到了参与职工的一致好评。

此次共建活动是双方深化合作、服务职工群众的首场实践，也是以党建引领推动优质医疗资源下沉的积极探索。未来，双方

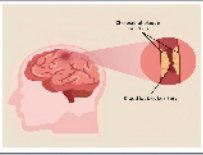
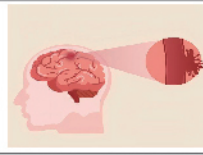
将继续围绕职工实际需求，常态化开展系列活动，切实把党组织的关怀送到职工身边，为提升广大职工的健康福祉贡献力量。□

脑中风超全识别、处置、预防科普

文/急诊医学科

在我国，每6秒钟就有1人发生脑卒中（也就是“中风”），每21秒钟就有1人因脑卒中离世，它更是导致成年人残疾的首要原因。

卒中分两类，病因大不同

缺血性脑卒中	出血性脑卒中
	
占比80%，最常见	占比20%，更急更凶险
血栓或栓子堵塞脑血管，使脑组织缺血缺氧而导致坏死。	脑血管破裂，血肿压迫脑组织而导致损伤。

熟记这两个口诀，快速识别中风

一、 中风120

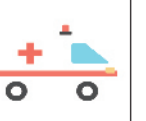
1	2	0
“1” 张脸	“2” 只胳膊	“聆 (0)” 听讲话
		
面瘫（口眼歪斜）	两只胳膊无法保持在同一水平线上（单侧肢体无力）	发现言语不清，甚至无法讲话。

突然发生以上任一症状，

严重怀疑脑中风，

立刻拨打120求救！

二、 FAST评估法

F (Face)	A (Arm)	S (Speech)	T (Time)
			
面瘫（口眼歪斜）	两只胳膊无法保持在同一水平线上（单侧肢体无力）	发现言语不清，甚至无法讲话。	及时送医

额外警惕隐蔽症状：

突发单眼/双眼视力模糊、

眩晕站不稳、

剧烈头痛、

走路跑偏、

突然健忘……

这些都是中风的预警信号，切勿忽视！

突发中风，我们可以这样做

1. 立即拨打120：

第一时间呼叫急救车，告知接线员“疑似中风”，不要自驾送医，会耽误救治，加重病情！

2. 保持正确体位：

若意识不清：可平躺，头部偏向一侧（防止呕吐物窒息）；

若意识清醒：可将头部稍微垫高，减少脑部供血压力。

3. 坚决禁止这些行为：喂水、喂药、喂食物（易呛咳窒息）；

摇晃、搬动患者头部（加重出血或血管损伤）；掐人中、针灸等偏方急救。

4. 牢记发病时间：

准确记录患者出现症状的时间，告知医生，这是医生判断能否溶栓、取栓的核心依据。

高危人群应警惕，日常预防要做好

≥45岁中老年人	高血压/糖尿病/高血脂/房颤患者
肥胖人群	长期吸烟酗酒者/房颤患者
有脑卒中家族史	长期熬夜过度劳累者等患者

急性脑卒中已不是中老年人专属，近年来发病越来越年轻化！

1. 日常预防应注意：

★控制基础疾病：高血压、糖尿病、高脂血症等慢病患者健康作息，规律服药，谨遵医嘱。

★养成健康饮食习惯：低盐、低脂、低糖饮食，多吃蔬菜、水果、全谷物、深海鱼等健康食品。

★坚持适度运动：每周150分钟中等强度运动，比如快走、慢跑、太极拳、游泳，避免久坐不动，控制体重。

★戒掉不良生活习惯：戒烟限酒，避免熬夜，保证每天8小时睡眠；学会调节情绪，避免大喜大悲、过度激动。

2. 定期体检筛查：45岁以上人群每年做颈动脉超声、血压、血糖、血脂检查；房颤患者定期检查心脏，及时发现血管斑块、畸形等隐患。

时间就是大脑，时间就是生命！

急性脑卒中虽凶险，但只要早识别、早急救、早治疗、早预防，就能最大程度降低它的危害。□

肩袖修补术后 0-4 周康复训练指南

文/关节外科

一、康复阶段概述

时间范围：术后0-6周

主要目标：保护修复的肩袖组织，减轻疼痛和肿胀，预防关节粘连，逐步恢复关节活动度

核心原则：严格遵循医嘱，以被动活动为主，避免主动发力

二、基本原则与注意事项

1. 保护措施

术后需佩戴肩关节外展支架或吊带，保持肩关节处于安全位置；

睡眠时保持仰卧位，患侧肩下垫枕头，维持肩关节轻度外展；

避免患侧手臂主动发力，所有活动均在无痛范围内进行。

2. 疼痛管理

锻炼时允许轻微牵拉感，但避免剧烈疼痛；

锻炼后立即冰敷15-20分钟，减轻肿胀和疼痛；

按医嘱服用止痛药物。

3. 禁忌事项

禁止主动抬举患侧手臂；

禁止提重物（超过0.5kg）；

禁止突然或剧烈的肩部活动。

三、分阶段康复训练方案

第一阶段：术后0-2周（急性期）

1. 手部与腕部练习

目的：促进血液循环，预防手部肿胀

方法：（1）握拳练习：用力握拳5秒，然后完全放松，重复10次

（2）张手练习：五指用力张开，保持5秒，重复10次

（3）腕关节活动：在无痛范围内进行腕关节屈伸、环绕运动

频率：每小时练习5分钟，每天8-10次

2. 肘部被动活动

目的：维持肘关节活动度

方法：在健侧手帮助下，被动屈伸患侧肘关节，角度0°-90°

3. 钟摆练习

目的：轻柔活动肩关节，防止粘连



方法：（1）身体前屈约90°，健侧手扶住支撑物

（2）患侧手臂自然下垂，完全放松

（3）像钟摆一样进行前后、左右及画圈摆动

（4）每个方向摆动10次，幅度由小到大

频率：每天2-3次

第二阶段：术后2-4周（早期康复期）

1. 三角肌等长收缩

目的：维持肌肉力量，不产生关节活动

方法：（1）仰卧位，患侧肘部紧贴身体

（2）用肩部肌肉发力推压床面

（3）保持5秒，然后放松

（4）重复10次

2. 被动前屈练习

目的：逐步增加肩关节前屈活动度

方法：（1）仰卧位，健侧手握住患侧肘部

（2）在不发力情况下，将患臂沿身体中线缓慢向上抬

起

（3）角度控制在0°-60°（第2-3周）→ 0°-90°（第

4周）

（4）保持10秒，缓慢放下

频率：每天3组，每组5-8次

3. 被动外展练习

目的：增加肩关节外展活动度

方法：与前屈练习类似，将手臂向身体侧面打开，角度同前屈练习

四、日常生活指导

1. 穿衣技巧

选择宽松、前开扣的上衣

先穿患侧，后穿健侧

脱衣时先脱健侧，后脱患侧

2. 个人卫生

术后2周可淋浴，避免浸泡手术部位

洗澡时保持肘部低于肩部

使用长柄海绵刷帮助清洗背部

3. 睡眠姿势

仰卧位最佳，患侧肩下垫枕头

高温来袭，这些防中暑注意事项要牢记

文/党委办公室

升温了！盛夏真正到来！

随着气温持续攀升，高温天气成为常态，中暑也进入了高发期。

什么是中暑呢？



中暑并不是简单的“我感觉好热”，而是高温环境下人体因体温调节紊乱、水及电解质紊乱等引发的综合征。

中暑主要分为三个阶段

★先兆中暑：



在高温环境下活动后，身体发出的最早预警。

临床表现：大量出汗、口渴、头晕、头痛、恶心、四肢无力、动作不协调等。

正确做法：尽快转移至阴凉处；缓慢、小口、饮常温水补充水分。

恢复时间：短时间即可恢复。



★轻症中暑：

先兆中暑未能及时处理，将会迅速发展为轻症中暑。

临床表现：体温达38℃及以上。先兆中暑症状外加：面色潮红或苍白、皮肤湿冷、心跳加快、头晕眼花、恶心呕吐、腹部胀痛等。

正确做法：尽快转移至阴凉处，缓慢、小口、饮常温水补充水分。

恢复时间：数小时可恢复。

★重症中暑：

最严重的中暑，致死率极高！



临床表现：体温超40℃。意识模糊、抽搐或昏迷，皮肤干热无汗，还可能伴呼吸衰竭、心力衰竭、多器官损伤等。

正确做法：立刻拨打120求救，立刻转移至阴凉处，摆正体位防窒息。

科学防中暑，怎么做？

1. 避免长时间在烈日下/高温环境下/密闭环境下劳作、运动等。
2. 无法避免时，做好防晒，穿着透气衣物，及时饮水。
3. 科学补水和电解质，不要等口渴才喝水，缓慢、小口、饮用常温水，必要时饮用电解质饮料或淡盐水。
4. 保证充足休息，避免高温天气过度劳累。

突发中暑，怎样急救？

先转移，

再降温，

后补水！

1. 迅速将患者转移至阴凉、通风处，解开紧身衣物（衣领、腰带等）；
2. 用凉水擦拭患者额头、颈部、腋下、大腿根部等大血管处；风扇/扇子吹风，加快散热；
3. 若患者意识清楚：少量、多次、缓慢喂服温开水、淡盐水或电解质饮料、清凉饮料。禁止疑似中暑或中暑后大量喝水、喝冰水；
4. 若患者意识不清：立刻拨打120求救。等待救援时：将患者平卧并头偏向一侧，防止窒息。

中暑非小事，防护要重视。

“看到听到”身体发出的各类预警信号，养成科学健康的生活习惯，筑牢自身健康防线。□

如需侧卧，只能健侧卧位，患侧手臂前伸
避免俯卧位

五、康复进度评估

1. 每周评估指标

疼痛评分：0-10分，目标控制在3分以下

活动度测量：记录前屈、外展、内外旋角度

肿胀情况：观察肩部肿胀程度

2. 阶段性目标

第2周末：肘关节屈伸达90°，腕关节活动自如

第4周末：肩关节前屈达90°，外展达60°

第6周末：肩关节前屈达120°，外展达90°

六、风险预警与应对

1. 需立即就医的情况

突发剧烈疼痛，止痛药无效

手术部位红肿、发热、流脓

手指麻木或感觉异常

关节活动度突然下降

2. 常见问题处理

夜间疼痛：加高枕头，保持肩关节放松

手部肿胀：加强握拳练习，抬高患肢

关节僵硬：增加钟摆练习频率 □

以热血为笔，为生命接力

文/输血科



每年6月14日，是属于“无偿献血者”的节日。今年我国活动口号是：「一滴热血，一片爱心，献血救命」。

血液无法人工合成、不能长期储存，临床用血100%依赖健康人群自愿捐献。从产科大出血的紧急施救，到血液病患儿的长期维持，从大型手术的支持到意外创伤的抢救——每一袋血，都是患者翘首以盼的生机。

致敬每一位“为爱挽袖”的你

你或许是教师、工人、大学生、公务员……素未谋面，却愿意倾己相助。

一次挽袖，是平凡人最温暖的善举；一本献血证，是最朴素的荣誉勋章。

值此世界献血者日，向所有曾经伸出手臂的无偿献血者，致以最崇高的敬意！

谁在等待你的热血？

孕产妇：分娩中突发大出血，需及时输注红细胞与血浆。

血液病患者（如白血病、再障）：依赖定期输血小板维持治疗。

意外伤害者：严重创伤、消化道大出血需紧急配血。

罕见血型（Rh阴性“熊猫血”）人群：只能依靠同型献血者守望相助。

捐献可以再生的血液，挽救不可重来的生命。



科学献血·常见疑问解答

问：献血会伤身体、致贫血与染疾病吗？

答：均不会。采血全程使用一次性无菌耗材，杜绝交叉感染；健康成年人一次捐献200~400ml仅占全身血量5%~10%，1~2小时血容量即可恢复，红细胞7~10天回到正常水平，不会造成贫血。

问：献血有什么好处？

答：免费基础体检：现场测血压、血型、血红蛋白及传染病筛查，相当于一次微型健康检查。

促进新陈代谢：刺激骨髓造血活力，降低血液粘稠度。



身心获益：助人行为已被证实有助提升幸福感与归属感。

问：多久可以再献？

答：全血间隔 ≥ 6个月；全血捐献后 ≥ 3个月可捐单采血小板；单采血小板间隔 ≥ 14天，1个月后可再捐全血。

献血前准备与基本条件

项目	要求或建议
年龄	18~55周岁（多次献血且健康者可延至60周岁）
体重	男 ≥ 50kg，女 ≥ 45kg
饮食	前晚饮食清淡，当日勿空腹，宜吃粥、馒头等
禁忌	前24h禁酒；女性避开经期及前后3天
作息	前一晚睡眠充足（≥ 7h），避免熬夜、剧烈运动
证件	必须携带本人身份证（或驾驶证、护照等有效证件）
暂缓因素	感冒发热、纹身、穿孔不足1年、近期大型手术或服药需告知医生

献血流程一览：

1. 填表登记
- ↓
2. 健康问询 + 体检初筛（血型、血红蛋白、转氨酶等）
- ↓
3. 采血（约5~10分钟，一次性耗材一针一管一销毁）
- ↓
4. 休息观察15分钟 → 5. 领取电子、纸质《无偿献血证》

所有采集血液均经乙肝、丙肝、HIV、梅毒等多项严格检测 + 成分分离，确保临床用血安全。

献血者权益（以当地政策为准，江苏参考如下）：

累计献血 ≥ 800ml：本人终身免费用血

累计 < 800ml：本人按献血量3倍免费用血

捐献造血干细胞者：本人终身免费用血

配偶、父母、子女、兄弟姐妹、配偶父母：按献血量等量免费用血

血费减免“一次都不跑”：

省内医院出院直接减免；

跨省可搜微信小程序「全国电子无偿献血证」→ 异地减免办理，线上提交材料，一般3个工作日到账。□

警惕魔鬼时间急性心梗，科学护理尤为先

文/心血管内科



急性心肌梗死（AMI）是一种严重的心血管疾病，具有高发

病率和高死亡率的特点。据研究，约40%的急性心肌梗塞发生在早上，这一时段被称为“魔鬼时间”。

急性心梗在“魔鬼时间”的发病特点

1. 时间分布规律

据报告，约40%的急性心肌梗塞发生在早上，而早上发生的心梗梗塞面积大，危险性更高。

例如，北京安贞医院对连续两年共580例急性心梗患者的研究发现，急性心梗的发病与时辰有关，早上5-6时发病率最低，而7-8时是5-6时的2倍，8-9时是5-6时的3.1倍，这一时辰特点在60岁以上的老年组中更明显。

2. 生理机制解析



早上，由于生物钟效应，随着太阳升起，大脑思维开始活跃，交感神经张力增高，血中肾上腺素、儿茶酚胺及皮质激素浓度升高，体内生理代谢增强。这一系列变化使心脑血管局部血管因收缩而狭窄，缺血加重，并促使不稳定的粥样硬化斑块损伤或破裂，形成动脉血栓，堵塞血管，从而容易发生心肌梗塞和脑梗塞。

此外，美国医学家研究认为，早上人的血管弹性较差，内皮细胞的调节作用下降，进一步增加了心梗的风险。

科学护理在急性心梗中的重要性

1. 一般护理

(1) 饮食护理

给予低盐、低热、低脂、高维生素、适量蛋白易消化清淡的饮食，少吃多餐。最初2-3天以流质饮食为主，以后根据

病情逐步过渡到低脂、低胆固醇清淡半流饮食或软食。保持口腔清洁，以增进病人的食欲。

(2) 活动与休息

发病后1-3天应绝对卧床休息，尤其是最初的24小时内必须绝对卧床休息，限制探视，进食、排便、洗漱、翻身等活动由护士协助完成。卧床期间护理人员要协助患者进行被动或主动的肢体功能训练。病情稳定后，根据患者的活动耐力，逐步增加活动量。

(3) 氧疗护理

遵医嘱给予持续或间断的鼻导管吸氧，氧流量一般为2-4L/min。氧疗可以提高血氧饱和度，缓解心绞痛，减少心律失常，减轻心脏负担，保证心脏及重要器官的氧需求，控制心梗范围。

2. 高峰时段预防措施

(1) 三杯安全水

醒来先喝一杯水，前一天晚上睡觉之前半小时喝一杯水，夜间醒来再喝一杯。三杯安全水能更有效地防止第二天清晨的血液黏稠度增高，可能防止早上心梗高峰的出现。

(2) 晨起一次药

清晨醒来要及时服当天的第一次药，以阻断交感神经兴奋和血管活性物质的分泌。部分药物空腹服药，15分钟内就会起作用。日常该服的药，如阿司匹林等，也一定要按时服用。

(3) 提倡慢生活

尤其老人更要过慢生活。起居、饮食、活动、上下楼、做事等都要慢半拍，千万别着急，稍安勿躁，事事从容不迫。有起床“三个三分钟”、白天“三个半小时”的说法，即醒来后不要马上起床，要在床上躺三分钟；然后慢慢起来坐三分钟；再将两条腿下垂在床沿边等三分钟，然后再站起来走动；每天早上起来活动半小时，中午午休半小时，晚上步行半小时。

急性心梗在“魔鬼时间”的发病具有显著的时间分布规律和生理机制，科学护理在急性心梗的治疗和康复中起着至关重要的作用。通过合理饮食、活动与休息、氧疗护理及高峰时段的预防措施，可以有效降低急性心梗的发病率和死亡率，提高患者的生活质量。□

关注大众健康 倡导优质生活

——市二院专家走进常熟市融媒体中心《健康优生活》节目



主题：终结结核流行，共享健康未来——您需要了解的结核病知识

时间：4月13日

主讲专家：周雯艳(副主任护师)

简介：结核病科专科教学组长，江苏省传染病护理专科护士，苏州市防痨协会结核病患者关怀与护理分会委员。



主题：行动起来，应对肥胖

时间：5月11日

主讲专家：孔颖宏(主任医师，内分泌科主任，医学硕士，硕士生导师)

简介：江苏省医师协会糖尿病分会委员，苏州市医学会微循环专业委员会周围血管学组委员，苏州市医学会内分泌学专业委员会委员、高尿酸与痛风学组副组长，常熟市医学会第八届理事会内分泌、风湿科专业委员会副主委。曾在上海华山医院进修，擅长糖尿病、肥胖、甲状腺疾病、肾上腺疾病、垂体疾病、骨质疏松、痛风、骨质疏松及青少年生长发育等内分泌科疾病的诊治；曾获三项常熟市新技术引进奖，一项常熟市医学会医学科技奖。



主题：正视儿童肥胖

时间：6月1日

主讲专家：孟柳明(主任医师，儿科副主任，医学硕士)

简介：常熟市第二人民医院儿科副主任(主持工作)，主任医师、医学硕士，毕业于南京医科大学，曾在苏州大学附属儿童医院进修。苏州市医学会儿科青年委员会委员，苏州市医学会儿科内分泌专业委员会委员，苏州市医学会围产医学委员会委员。熟悉儿科常见呼吸、消化等疾病的诊治，擅长并熟练开展矮小症、性早熟、单纯性肥胖、儿童糖尿病、甲状腺功能亢进、甲状腺功能减退等儿童内分泌疾病的诊治。



主题：超微创手术治疗的选择和展望

时间：6月22日

主讲专家：刘杰凡(副主任医师，肝胆外科副主任)

简介：曾在上海仁济医院普外科进修。熟练掌握肝胆胰疾病的诊治，尤其是肿瘤手术和综合治疗。熟练开展肝胆胰手术，包括肝脏切除，胰十二指肠切除，腹腔镜下部分肝脏切除术，肝癌的射频消融，腹腔镜下肝胆总管结石的手术治疗。 □

赞誉满载，步履不停

——近期收到的锦旗与表扬信

文/行政办公室

2026年4月

- 患者陆先生赠73区消化内科成翠娥主任及全体医护人员锦旗一面，赞“医德高尚医术精，尽职尽责暖人心”。
- 患者荆先生赠眼科黄正如主任锦旗一面，赞“医德高尚，妙手仁心”。
- 患者卜女士赠62区关节外科李萌医生锦旗一面，赞“妙手回春，医德高尚”。
- 患者葛先生赠62区关节外科黄欢医生及全体医护人员锦旗一面，赞“德医双馨视患如亲，白衣天使情暖人心”。
- 患者支女士赠77区全科医学科周健医生锦旗一面，赞“医德高尚医术精，关爱病患暖人心”。
- 患者屈女士赠50区急诊病区徐岗主任及全体医护人员锦旗一面，赞“医术精湛德高尚，大爱无疆暖心房”。
- 患者高先生赠58区胃肠外科石志良主任、邵佳哲医生锦旗一面，赞“医者仁心，深夜护航”。
- 患者朱女士赠11区手足外科袁晓东主任锦旗一面，赞“你相信光吗？不！我相信袁主任！”。
- 患者朱女士赠80区肿瘤科全体护士锦旗一面，赞“白衣天使情似海，最美护士品德高”。
- 患者马女士赠69区泌尿外科付振宇主任及全体医护人员锦旗

- 一面，赞“妙手仁医解顽疾，悉心护理暖患心”。
- 患者苏女士赠16区神经外科程序曲医生锦旗一面，赞“妙手仁术除病痛，德高艺精解患忧”。
- 患者龚女士赠55区肝胆外科吴品飞主任及团队锦旗一面，赞“医德高尚医术精，关爱病患暖人心”。
- 患者王女士赠55区肝胆外科王炫均医生锦旗一面，赞“医术精湛，医德高尚”。
- 患者王先生赠67区心血管内科全体医护人员锦旗一面，赞“妙手仁心顶呱呱，白衣铠甲护安康”。
- 患者陈女士赠12区骨科综合吴健主任锦旗一面，赞“医德高尚，医术精湛”。
- 患者杨先生赠66区神经外科全体护士锦旗一面，赞“医院一股清流，患者一股暖流”。
- 患者屈女士赠东区ICU方卫刚及团队锦旗一面，赞“医术精湛德高尚，大爱无疆暖心房”。
- 患者浦女士赠骨科黄开主任锦旗一面，赞“心灵一点通素问，妙手一双护腰椎”。
- 古里镇李市村赠我院锦旗一面，赞“义诊送暖，大爱无疆”。

2026年5月

- 九十六岁周先生赠我院锦旗一面，赞“九旬抗癌创奇迹，妙手回春感恩”。
- 虞城老生赠健康体检与管理部全体医护人员锦旗一面，赞“一流服务传真情，健康卫士护生命”。
- 患者冯女士赠17区老年医学科支文军主任锦旗一面，赞“医术精湛，尽职尽责”。
- 患者冯女士赠17区老年医学科全体医护人员锦旗一面，赞“暖心守护，医者仁心”。
- 患者薛女士赠12区骨科综合吴健主任锦旗一面，赞“除病痛医术超群，保健康医德高尚”。
- 患者薛女士赠12区骨科综合徐观英护士长锦旗一面，赞“白衣天使情似海，最美护士品德高”。
- 患者薛女士赠12区骨科综合徐斌医生锦旗一面，赞“德艺双馨传四方，医德高尚暖人心”。
- 患者章女士赠66区神经外科施振华、李健医生锦旗一面，赞“仁心仁术，尽心尽责”。
- 患者廖先生赠11区手足外科朱文华、邵志恩医生及团队锦旗一面，赞“靠谱的好医生”。
- 虞城老生赠69区泌尿外科全体医护人员锦旗一面，赞“医术精湛除病痛，精心护理见真情”。

- 患者王先生赠55区肝胆外科王炫均医生锦旗一面，赞“医术精湛，医德高尚”。
- 患者戈先生赠感染性疾病科陆利欢医生锦旗一面，赞“医德高尚，医术精湛”。
- 患者李先生赠61区胸外科顾剑峰主任及团队锦旗一面，赞“医德高尚，医术精湛”。
- 患者戴先生赠61区胸外科吴晓莉护士长及团队锦旗一面，赞“促咳排痰护肺腑，昼夜守护保平安”。
- 患者薛先生赠58区胃肠外科周国强副院长、俞铖医生锦旗一面，赞“医术精湛医德高尚，心系患者服务一流”。
- 患者钟先生家属赠21区心内科郑冠群主任及团队锦旗一面，赞“妙手仁心，厚德大爱”，并来信感谢“在我们全家几乎绝望之际，是你们凭借丰富的经验，精准的判断和高超的医术，及时将他从死神手里抢了回来，给了我们全家重生的希望。”
- 患者钟先生家属赠21区心内科张秋平护士长及团队锦旗一面，赞“情系患者如亲人，精心护理暖人心”，并来信感谢“你们专业严谨，任劳任怨，我们看在眼里，暖在心里。”
- 患者来信感谢呼吸与危重症医学科，“特别感谢由振华主任、黄锦宏、孙振明、吕音宵医生和护士们专业的诊治和细心的照护。”

2026年6月

- 患者张先生赠79区手足外科缪玉龙医生锦旗一面，赞“医术精湛，医德高尚”。
- 患者姚女士赠16区神经外科张旭明医生锦旗一面，赞“感谢救了我爸一命”。
- 患者姚先生赠16区神经外科邵国平、张旭明锦旗一面，赞“神外圣手，当代华佗”。
- 患者王先生赠79区手足外科梅远东主任锦旗一面，赞“骨科神医，妙手回春”。
- 患者周先生赠55区肝胆外科吴品飞主任及全体医护人员锦旗一面，赞“医德高尚，医护精湛”。
- 患者翟先生赠55区肝胆外科吴品飞主任奖牌一枚，赞“治恙怀仁品，胆愁转瞬飞”。
- 患者翟先生赠55区肝胆外科吴品飞主任、马春燕护士长锦旗一面，赞“巧手微创疗肝胆，厚德温情护病患”。
- 患者钱女士赠皮肤科赵一栋主任、徐文、龚家豪、成炜、徐恩敏医生及全体医护人员锦旗一面，赞“妙手除肤疾，仁心护安康”。
- 退伍老兵吴先生赠消化内科张科主任锦旗一面，赞“精湛医术保健康，高尚医德为患者”。

- 退伍老兵吴先生赠胃肠外科石志良主任锦旗一面，赞“医术精湛除病痛，医德高尚暖人心”。
- 朱女士赠产科陶莉医生锦旗一面，赞“情寄产妇尽职尽责，迎接生命圣手助产”。
- 徐女士赠产科全体医护人员锦旗一面，赞“仁心守护孕产妇，妙手迎接新生命”。
- 患者周先生赠麻醉科陈卫医生锦旗一面，赞“麻醉精研技艺高，安全无痛展担当”。
- 患者胡女士赠麻醉科陈卫医生锦旗一面，赞“麻醉精准到位，手术幕后英雄”。
- 患者朱女士赠产科宋颖悦医生锦旗一面，赞“情寄产妇尽职尽责，迎接生命圣手助产”。
- 患者钱先生赠55区肝胆外科吴品飞主任锦旗一面，赞“妙手仁心医之楷模，医术精湛深情永记”。
- 患者戴先生赠61区胸外科顾剑峰、刘世腾及全体医护人员锦旗一面，赞“刀到病除显神技，医德高尚暖人心”。
- 患者凌先生赠18区神经内一科丁琪、陆耀军、徐龙栋、卓子良、丁宇鑫锦旗一面，赞“妙手疏通脑血管，仁心唤醒健康身”。

童心学用药 平安伴成长

——药学部开展“安全用药 娃娃抓起”药房开放日活动

文/药学部

缤纷六一，童趣盎然。2026年6月1日，在“六一”国际



儿童节来临之际，常熟市第二人民医院药学部暖心开展“安全用药 娃娃抓起”药房开放日主题活动。来自游文小学四年级的15名

学生及2名带队老师走进医院药房，沉浸式探索药学奥秘，开启了一场趣味满满、干货十足的安全用药科普之旅。

活动现场，医院专业药师化身科普讲解员，带领孩子们



近距离参观门诊药房智能设备。大家实地观摩了现代化自动发药机的运作全过程，药师细致拆解处方接收、智能分拣、精准出

药、复核发药的完整工作流程，让孩子们直观见识了智慧医疗赋能下药房工作的高效、精准与规范，真切感受到现代医药科技的力量。

参观结束后，针对性的儿童安全用药科普课堂正式开



讲。为了让专业的药学知识通俗易懂、入脑入心，药师团队精心梳理了12条儿童安全用药实用口诀，以“药品

不是零食”“不跟风擅自吃药”“拒绝饮料送服药物”等贴近孩童生活的内容为核心，用生动通俗的语言拆解用药误区。同时，重点科普了按量规范服药、区分内服与外用药、过期药品正确处置、用药不适及时告知家长等关键安全常识，纠正日常不良用药习惯，为孩子们筑牢健康用药思想防线。



活动还设置了趣味十足的中医药互动体验环节。在香囊制作和中药材标本辨识体验区，孩子们近距离观察、亲手触摸各类药食同源中药材，直观认识常见药材的形态与特性，在动手实践、趣味探索中近距离感受传统中医药的独特魅力与深厚文化底蕴，让中医药文化的种子在童心深处悄然生根。

本次药房开放日活动，将专业药学服务与公益志愿服务深度融合，创新采用“沉浸式体验+趣味科普互动”的多元化形式，跳出传统说教式科普的局限，让安全用药知识可看、可学、可感、可记。不仅有效提升了青少年安全用药、科学用药的意识与能力，更在孩童心中播撒下健康守护的种子，充分彰显了常熟市第二人民医院作为公立医院，深耕公益科普、守护全民用药安全、助力青少年健康成长的责任与担当。□



民法典宣传月知识竞答题

1. 《中华人民共和国民法典》有（ ）篇？

- A. 五
- B. 六
- C. 七
- D. 八

2. （ ）周岁以上的未成年人为限制民事行为能力人，实施民事法律行为由其法定代理人代理或经其法定代理人同意、追认。

- A. 9
- B. 8
- C. 7
- D. 6

3. 法人以其（ ）财产独立承担民事责任。

- A. 全部
- B. 一半
- C. 出资额
- D. 部分

4. 根据《中华人民共和国民法典》自然人的民事权利始于（ ）。

- A. 年满8周岁
- B. 年满18周岁
- C. 受孕
- D. 出生

5. 定金的数额由当事人约定，但是不得超过主合同标的额的（ ），超过部分不产生定金的效力。

- A. 10%
- B. 20%
- C. 30%
- D. 40%

6. 所有权人对自己的不动产或动产，依法享有（ ）的权利。

- A. 占有、使用和处分
- B. 使用、收益和处分
- C. 占有、收益和处分
- D. 占有、使用、收益和处分

7. 国家实行自然资源（ ）使用制度。

- A. 无偿
- B. 平等
- C. 共同
- D. 有偿

8. 自然人的（ ）收法律保护，任何组织或者个人不得侵害他人的健康权。

- A. 身体完整
- B. 身心健康
- C. 行动自由
- D. 生命安全

征答 须知

1. 参与者须回答所有问题，将答案、姓名、科室编辑成短信发送至13058354206；
2. 截止日期：2026年9月1日；
3. 每科室至多录取1名，共取20~30名，获奖者与答案见下期本刊。

上期 “二十四节气知识趣味问答” 答案：

1、A 2、A 3、C 4、C 5、A 6、C 7、B

获奖者

计 芳、曹颖秋、吴 妹、刘雨秋、王 宁、王超众、李梦娇、查志杰、鱼晓铭、金 莉



立党为公
为民造福
科学决策
真抓实干



医院官方微信