

常熟市第二人民医院院刊《医院文化》

2014年第2期

(纯文字版)

——欢迎向院刊投稿，请寄至：csey@sohu.com

——若需纸质院刊，请至宣传科领取。

目录

卷首文 Preface

我院召开党的群众路线教育实践活动动员大会

启动医院“深化管理年”活动 / 启动医院文化规范化建设工作

信息扫描 Information

院工会顺利完成换届选举 / 国家卫生计生委财务司司长李斌一行来院视察

3.0T 磁共振启用 / 新磁共振的十大优势

门诊预约挂号实现分时段 / 门诊挂号实时提示系统方便病人

准分子激光“让眼镜飞” / 近视预防课进校园 / 世界防治结核病日宣传活动

反恐事件应急演练

技术擂台 Medical Technology

四项医疗技术通过临床应用能力审核 / 我院获省厅准入资质的第二、三类临床医疗技术

科教之窗 Science & Education

临床教学工作续写佳绩 / 责任·信念——致毕业在即的医学生们

我院承办省头颈部肿瘤学术研讨会 / 中华医学会核医学分会青年讲师团来院巡

讲 / 江苏大学来院毕业实习教学检查

经营管理 Operation & Management

『护士：变革的力量，重要的健康资源』之我见

护理天地 Nursing

五月鲜花，为天使绽放——我院隆重庆祝“5·12”国际护士节

点赞！给每一位“南丁格尔”

常熟市优质护理服务先进病区胸外甲乳科护士长崔海霞 / 常熟市十佳护士吴蓓

/ 院优秀护士长龚丽欢 / 男护士苏铖

延伸护理服务，天使走进沙家浜 / 我院护士喜获苏州市 PICC 维护技能竞赛第二

名 / 护理人员读书报告会举行

日本专家来院作压疮预防专题授课 / 美国专家来院传授糖尿病健康教育及论文撰写技巧

热点聚焦 Focus

去除“医闹”病根须标本兼治

患者眼中 Patient Perspective

病区宣传片 患者亲手制

患者被救脱离苦海 病区犹如温馨港湾

红霉素眼膏能用于鼻腔疾病治疗吗——一位耳鼻咽喉科医生对网友疑问的答复

二院正能量 Positive Energy

坚强的白衣天使

健康绿洲 Health

关注大众健康 倡导优质生活——我院专家走进常熟人民广播电台《健康优生活》节目

日常生活中最简单的防癌处方

援外医疗 Foreign Aid

道声珍重惜别离——金蔚微博选摘（七）

休闲频道 Amusement

京胡琴缘

日本见闻

微言微语二院圈

枫泾河畔 Literature

《枫泾河畔——院刊十周年职工散文作品选》前言、目录

读二院《医院文化》喜赋

我院召开党的群众路线教育实践活动动员大会

文 / 院刊记者

3月26日下午，我院在新大楼报告厅召开党的群众路线教育实践活动动员大会。医院党政班子成员、老领导、各党支部书记及委员、中层干部250多人参加会议，市卫生局党委副书记、副局长唐键，市卫生局党委委员陆振德出席会议。院党委赵超书记作动员讲话，他要求全体党员干部对开展好教育实践活动要深刻领会其重要意义，准确把握其目标要求，将之作为一项重大政治任务抓紧抓好抓

实。吴钢院长作工作部署，他宣读了《关于深入开展党的群众路线教育实践活动的实施意见》、《医院领导班子开展转变工作作风密切联系群众活动的实施方案》等文件。最后，市卫生局党委副书记、副局长唐键作讲话，他希望大家要自我剖析、发现问题、及时整改，从小事做起，从身边事做起，自我完善、互相帮助、共同提高，要着力解决长期困扰医院发展的问题，进一步提高患者满意度，促进卫生事业健康可持续发展。

按照上级统一部署与有关文件精神，院党委决定从3月开始，用半年左右时间，在全院党员干部中深入开展群众路线教育实践活动。为保证活动顺利开展，院党委成立了党的群众路线教育实践活动领导小组。活动全过程将贯穿“照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病”的总要求，通过学习教育、听取意见，查摆问题、开展批评，落实整改、建章立制三个环节，针对形式主义、官僚主义、享乐主义和奢靡之风问题和群众反映强烈的“住院难、看病烦”等就医问题进行大排查，重点解决“四风”问题，同时坚决遏制收受“红包”、“回扣”等行业不正之风，促进健康公平，促进医患和谐。

（图片新闻）5月8日、14日，党员观看纪录片《苏联亡党亡国20年祭：俄罗斯人在诉说》，接受生动的警示教育。5月21日，观看电影《焦裕禄》，学习弘扬焦裕禄精神，争做焦裕禄式好党员好干部。

（图片新闻）6月5日，院党委组织召开党的群众路线教育实践活动学习交流会，标志着我院教育实践活动从第一环节“学习教育、听取意见”开始转向第二环节“查摆问题、开展批评”。

启动医院“深化管理年”活动

文 / 院刊记者

4月18日下午，我院召开医院“深化管理年”活动动员大会，全体院领导与中层干部参加会议。

会上，院部宣布2014至2015年在全院开展以“实施深化管理为主线，着力提升管理能力”为目标的“深化管理年”活动。活动将强化以“责任、服务、质量、发展”为主题的医院管理能力建设，建立健全医院管理体系，进一步健全医院内部运行机制，提高制度执行力；以改善就医感受为切入点，着力提升服务品质；以落实核心制度为抓手，持续改进医疗质量，确保医疗安全；以完善绩效考核为载体，提高医院内部运行效率，降低医院运行成本；进一步落实《江苏省三级综合医院评审标准实施细则（2012版）》的各项内容，确保2015年顺利通过“三级乙等”医院周期性评审，如期实现医院“十二五”规划目标。

为确保活动有序开展并取得实效，医院成立了“深化管理年”活动领导小组

和工作小组，制定活动考评标准和细则，对各科室、各部门开展“深化管理年”活动进行督导检查。院部要求各科室、各部门要落实各项工作要求，制定具体的“深化管理年”活动实施方案，明确责任分工和时序进度，切实推进活动的实施，确保活动目标的实现。

近年来，我院医院服务能力和管理水平稳步提高，但医院管理中还存在许多问题和难点，院部做出这一重大决策，旨在进一步提高医院管理效能，提升医疗服务水平，切实改善患者就医感受。

启动医院文化规范化建设工作

文 / 院刊记者

5月16日下午，我院在新大楼报告厅举行医院文化建设专题培训，特邀中华企业形象发展协会理事长，台湾实践大学专任讲师、主任，中国生产力中心企业文化顾问林正全先生主讲。全体中层干部参加培训。这一培训，同时拉开了今年我院文化规范化建设工作的序幕。

在近3个小时的讲课中，林先生着重介绍了医院文化的内涵与要素、医院文化建设的重点环节等，内容深入浅出，形象生动，互动性强。

按照三级医院评审要求，院部将“加强医院文化建设，凝聚医院发展力量”确定为今年主要工作之一。医院将以《江苏省医院文化建设指南》为指导，制定《常熟市第二人民医院文化建设实施方案》，通过推进价值文化、行为文化、制度文化、形象文化体系建设，建立健全医院文化体系。党委赵超书记主持本次专题培训，他希望通过讲座，使职工进一步加深对医院文化的理解，增强对医院文化建设重要性的认识，树立“文化兴院”理念，积极主动参与到医院文化建设中来，确保医院各项任务的顺利完成。

（图片新闻）4月底，我院急诊医学科主任兼重症医学科主任张碧波同志被常熟市人民政府授予2011-2013年度“常熟市劳动模范”荣誉称号，受到市政府表彰。

（图片新闻）4月2日，我院举行全面质量管理培训，特邀厦门大学附属第一医院质量总监、质量考评部主任张越江来院作专题培训。

（图片新闻）4月24日，院工会组织举行春季职工登山比赛。十里青山间，洋溢着员工们顽强拼搏、奋发向上的豪情。

院工会顺利完成换届选举

5月28日下午，我院第三次职工代表大会暨第六次工会会员代表大会在新大楼报告厅隆重召开。全院156名职工代表出席大会，医院老领导、首席专家，农工党总支、团委及职能部门负责人列席会议，市总工会、市卫生局工会领导也应邀出席大会，大会执行主席由五届工会主席陈月娟担任。大会成功进行了工会换届选举，产生了新一届的工会委员会和经费审查委员会。

大会首先听取并审议通过了五届工会工作报告、财务工作报告和经费审查工作报告，接着审议并通过了选举办法。经过无记名投票，差额选举产生15位同志组成院第六届工会委员会，5名同志组成院工会第六届经费审查委员会。大会期间还召开了第六届工会委员会、经费审查委员会第一次会议，陈月娟同志任六届工会主席，刘岩、金蔚同志为副主席，钱亿飞同志为经费审查委员会主任。

本次大会议程规范，充分发挥了职工代表的民主权利。相信新一届工会委员会在上级工会的关心指导下，在医院党政的正确领导下，在全体职工的共同支持下，凝心聚力，锐意进取，将为开创医院发展新局面作出新的更大贡献！（工会）

国家卫生计生委财务司司长李斌一行来院视察

5月14日至16日，国家卫生计生委财务司司长李斌一行6人来常专题调研医保支付方式改革工作。其中，调研组一行于15日参加了在我院举行的医保支付方式改革公立医院座谈会并视察医院。

与会的城乡公立医院管理者和医务人员代表向调研组一行汇报了市属医疗机构医保支付方式改革及公立医院改革实施情况，并提出了具体的意见和建议。调研组对我市在综合医改中遇到的困难作了深入了解，对各医院的想法建议作出具体分析。李斌司长充分肯定了我市在基层卫生综合改革和医保支付方式改革等方面取得的成效，并对卫生综合改革提出了希望和要求。

2012年，我市在居民基本医疗保险中开始实施门诊总额预付、住院按床日和按病种付费的混合支付方式。我院在医保支付方式改革实施后，一是通过加强医疗管理、药品用量监控、医院高值医用耗材使用管理等举措，控制医疗费用不合理增长；二是通过细化优化服务举措，加快住院病人周转，强化绩效考核和成本管控等举措，加强内部质量管控，提高医院运行效率。通过努力，医务人员的观念、行为逐渐转变，医院内部管理进一步强化，诊疗行为更加规范，医疗费用增长趋势得到有效控制，支付方式改革取得了一定成效。（院刊记者）

3.0T 磁共振启用

今年5月，我院新引进GE DISCOVERY MR750W 3.0T磁共振设备。这是目前GE公司最新一款3.0T磁共振设备，也是目前省内第二台、苏南第一台该型号设备，代表了磁共振领域的领先水平。

磁共振设备因其空间分辨率高，无辐射，对人体安全无害等特点，广泛应用于心脑血管疾病及癌症等重大疾病的早期诊断。我院引进的这套设备，配有全套相控阵线圈和丰富的软件，能进行全身各部位的MRI检查，与1.5T磁共振相比，具有更高的图像质量、更丰富的检查序列、更快的检查时间，更完善更成熟的功能成像技术，可以开展更多的检查方法，能为疾病早发现、早诊断、准确诊断提供更多的有价值信息，尤其是在颅脑、骨骼、心脏血管、乳腺、肿瘤筛查等方面具有明显优势。磁共振属于“绿色检查”项目，没有电离辐射，具有良好的软组织分辨能力，能多方位和多参数成像，其大孔径、一体化线圈的布局，使病人的检查环境较为舒适。

该设备在成像速度和成像效果上实现了重大突破，能够满足患者的多方位需求，在提高整体医疗诊断和科研水平、缩短病人的等候时间、为患者提供更为优质的服务等方面具有重要意义。我院也将严格按照江苏省物价局等出台的医疗服务价格进行规范收费。（院刊记者）

新磁共振的十大优势

一、对神志不清、伴有躁动的患者，该设备具备螺旋桨去运动伪影技术，使图像显示清晰。

二、动态增强血管成像技术，可动态显示动脉、静脉病变。

三、磁共振动脉自旋标记技术，能够不打造影剂即可方便获得组织或病变区域的血流灌注图像，对急性脑缺血、急性脑梗死的早期诊断具有重要价值，对肿瘤的良、恶性鉴别诊断也提供重要血流灌注信息。

四、磁敏感加权成像技术对于显示静脉血管，血液代谢产物以及铁质沉积有较好的效果，在脑血管病、脑肿瘤、脑外伤、帕金森病、代谢性脑病等疾病的临床诊断中具有重要应用价值。

五、磁共振扩散加权成像是目前在人体上进行水分子扩散测量和成像的唯一方法，在超急性期脑梗死、脑白质病变、脑肿瘤的诊断中具有独特的价值，对全身各部位的肿瘤筛查、分期提供有价值的信息。

六、扩散张量成像技术对神经纤维传导束走行直观显示，有助于颅脑肿瘤神经外科手术前手术方案的制定。

七、磁共振波普成像技术，临床应用主要涉及癫痫、阿尔茨海默病、脑缺血、脑肿瘤、多系统萎缩等颅脑疾病。

八、血氧水平依赖脑功能成像技术，能够获得相应脑皮层区的血氧浓度水平，从而可对脑皮层运动、视觉、听觉等相应脑功能区进行定位。

九、LAVA 技术：该技术使图像信噪比、空间分辨率明显提高，对体部实质脏器小病灶的检出和定性诊断具有重要价值。

十、IDEAL 技术：一次扫描可获得四种图像，对病变的定性诊断提供更多信息，还可对组织脏器的脂肪作出定量检测。

四项医疗技术通过临床应用能力审核

根据卫计委《医疗技术临床应用管理办法》、《江苏省医疗技术临床应用能力技术审核办法》及相应医疗技术管理规范，江苏省卫生厅近日公布了 15 项医疗技术临床应用能力审核的结果，其中我院 4 项二类医疗技术通过了临床应用能力审核，包括：口腔科的下颌角、下颌骨各型截骨术，口腔颌面部软组织缺损游离瓣移植修复术；泌尿外科的经皮穿刺泌尿系统碎石术（肾结石、输尿管结石）；手足外科的游离皮瓣移植技术。

我院始终坚持以医学新技术引进及技术应用规范化作为发展的源动力，严格落实医疗技术的准入和管理，迄今共有 22 项二、三类医疗技术获得了省厅准入资质。各临床科室将以医疗技术申报审核为契机，不断加强学科人才的培养，进一步带动临床专科建设，不断提高医院医疗技术水平，更好地为人民群众健康服务。（医务处）

我院获省厅准入资质的第二、三类临床医疗技术

冠心病介入治疗

导管消融治疗

起搏器治疗

血液净化技术（含血液透析、血浆置换、腹膜透析等技术）

肿瘤深部热疗及全身热疗技术

脑脊液置换术

内镜逆行胰胆管造影诊疗技术

人工关节置换技术（髋、膝）

泌尿外科腹腔镜治疗技术

输尿管肾镜检查、治疗术

角膜移植技术

白内障超声乳化技术

准分子激光角膜屈光手术

口腔种植诊疗技术

医用高压氧治疗技术

纤维支气管镜诊疗技术（限普通诊疗）

全身麻醉技术（ASA 评分 1-5 级）（限 ASA 评分 < 4 级）

神经阻滞治疗技术（一般类型阻滞治疗）

下颌角、下颌骨各型截骨术

口腔颌面部软组织缺损游离瓣移植修复术

经皮穿刺泌尿系统碎石术（肾结石、输尿管结石）

游离皮瓣移植技术

口腔科：下颌骨各型截骨术口腔颌面部软组织缺损游离瓣移植修复术

下颌骨各型截骨术是指对因下颌骨生长发育异常或颌面创伤等所引起的颌骨体积、形态，以及上下颌骨之间及其与颅面其他骨骼之间的关系异常和咬合关系异常采用外科手术的方式。通过截开并移动下颌骨，以恢复颜面形态和口腔功能。下颌骨截骨术广泛应用于美容及正颌手术，可矫正错位牙，调整不协调的牙弓与牙颌关系，排除牙颌干扰，排齐牙列，并建立良好的牙颌关系、恢复协调的面容形态。目前应用广泛的下颌角成型术（俗称瓜子脸塑形术）、颏成形术（垫高下巴）就是下颌骨各型截骨术。

游离皮瓣移植术是指采用显微外科血管吻合技术，使游离的带血管蒂的皮肤及软组织与受区建立血供从而得以成活，并具有一定功能，达到修复损伤、再造器官等目的的诊疗技术。口腔颌面部炎症外伤、肿瘤联合根治术等常造成较大范围的口腔颌面部软组织缺损，局部组织难以拉拢关闭，游离皮瓣具有解剖结构相对恒定、组织量充足等优点，是恢复颌面部组织缺损、恢复外形和功能的理想选择，对提高病人生活质量起到积极作用。（口腔科）

泌尿外科：经皮肾镜取石术

经皮肾镜取石术是目前处理肾、输尿管上段较大结石首选方法，利用超声或X线定位，患侧肾穿刺造瘘，肾镜经造瘘管进入，使用钬激光等碎石工具碎石、取石。经皮肾镜取石术适用于所有需传统开放手术处理的肾、输尿管上段结石；同时，微通道解决大问题已经得到国内外泌尿外科界及上尿路结石患者的认可。我院泌尿外科以微小的穿刺通道取代传统的十几厘米的开放手术，已经成功开展数百例经皮肾镜取石术。在前人工作基础上，将该手术由传统俯卧位改为斜仰卧位，不仅仅增加患者舒适度、缩短手术时间，更降低手术风险。2010年，总结工作经验的论文于《江苏医药》发表，与国内泌尿外科同道共享手术经验。由于临床应用的成功，该项目于2011、2012年先后荣获常熟市卫生局、苏州市卫生局新技术引进奖。（泌尿外科）

手足外科：游离皮瓣移植技术

手是人类的劳动器官，为了适应功能的需要，手皮肤在厚度、质地、结构上与身体其他部位的皮肤有所不同，因此其缺损后修复亦非常困难。常需实施皮肤

移植术来覆盖创面。目前，手外科常用的皮肤移植术有皮片移植术和皮瓣移植术。前者取材方便，取材部位广泛。技术操作简单，能在较短时间内使创面愈合，但无法用于骨与肌腱外露的创面修复。后者取材较繁琐，取材的部位要适应受区的需要，操作技术上要求较高，但可以解决皮片移植所不能解决的问题。在遇到比较复杂的外伤时，考虑到后期还要进一步处理骨关节或神经肌腱的修复问题，一般常选择皮瓣移植术，这样可以减少手术次数，减少患者痛苦。

游离皮瓣呈完全游离状态，移植后在新的部位用吻合血管的方法，使之立即恢复血液循环，使移植物存活。近年来开展较多的是游离穿支皮瓣。穿支皮瓣又称皮支皮瓣，是指动脉血管穿过深筋膜后其口径仍足以进行显微外科吻合的皮瓣，该穿支可以是肌间隔穿支或肌肉皮肤穿支。皮瓣的出现符合当代组织移植的发展需要，即减少供区损害，但对手术医生的技能要求更高。皮瓣的优点包括：1. 不切取肌肉，不影响运动功能；2. 供区损害少，不破坏供区外形；3. 设计灵活，可根据受区需要包含或多或少的皮下脂肪组织；4. 患者痛苦小，损伤小，术后康复快，住院时间短。

自开诊以来，我院手足外科开展各种游离复合皮瓣、拇（手）指再造术 1264 例，该类手术均达国内先进水平。2013 年游离皮瓣修复创面技术（股前外、足趾再造、部分足趾再造、拇甲瓣、趾甲瓣、足背两叶三叶皮瓣、上臂外、游离骨间背、背阔肌皮瓣）通过省级专家评定，手足外科成为本市唯一一家可开展此类手术的专科。（手足外科）

临床教学工作续写佳绩

6 月 4 日下午，我院 2013-2014 学年临床教学工作会议在新大楼报告厅召开。院领导、科教处、护理部、各教研室正副主任及秘书、教学专项负责人、优秀教师代表及全体实习生 200 多人出席了会议。

会上，护理部周奕主任和科教处王梅芳处长分别总结了本学年护理及临床教学工作，她们充分肯定了我院教学工作取得的成果，客观分析了存在的问题，提出了解决的意见措施，并布置了今后工作的目标和任务。

会上表彰了一批优秀带教老师及优秀实习生。优秀师生代表与大家分享了他们的感悟与心得，会场气氛热烈、掌声频传。

分管领导张杰副院长讲话。他阐述了教学工作的重要性，高度评价了本学年我院教学工作取得的成绩，提出了围绕强以规范、充实感情、人文关怀三方面开展下阶段教学工作的要求。他希望全体师生总结经验，发挥主观能动性，切实提高教学质量。

我们坚信在院部领导、各科室大力支持配合下，带教老师辛勤耕耘，同学们刻苦学习，我院临床教学工作定会再创佳绩。（科教处）

责任·信念——致毕业在即的医学生们

同学们经过了寒暑苦读，以优异成绩考上医学院校，胸怀梦想和志向，历经千百次考试的锤炼，很快就要毕业成才。同学们，你们有没有想过，今天的我是医学生，明天的我踏上工作岗位就是医生，今天的我和明天的我究竟有什么区别？

也许，每个人对这个问题有不同的答案。

我觉得，两者的区别在于我们肩负的责任——成为医生，我们将根据病人情况作出大大小小、各种各样的决策，我们将独立承担决策的责任。伴随着我们的成长，从住院医师到主治医师，再到副主任、主任医师，学识越来越宽广，经验越来越丰富，能力越来越强，同时我们所肩负的责任也将越来越重。

我觉得，当成为医生的时候，我所面对的不再是冷冰冰的书本和试卷，不是做错可以重来的实验，而是人，是有血有肉有情感生命只有一次的人。这时，你是否忽然觉得自己责任重大，是否觉得你的每一次诊疗决策才是对自己真正意义上的考试，学到用时方恨少？

当成为医生的时候，我面对的不仅是疾病，面对的将是病人、他的家人和亲朋好友。用最简单易懂的语言耐心沟通，努力获得他们的理解与信任，是否是你我的责任？虽然很多时候生命很脆弱，医学依然很无助，但你我是否有责任让生命的延续更有质量，生命的存在更有尊严？

当成为医生的时候，在我们面前的从来不是幸福坦途，而是荆棘丛生的险峻道路。同学们，毕业不是我们学习的终点，而是制度性学习的终点，是你我自主性学习的起点。

最后，借用著名诗人食指的一段成名作赠予同学们：

我坚信人们对于我们的脊骨/那无数次的探索、迷途、失败和成功/一定会给予热情、客观、公正的评定/是的，我焦急地等待着他们的评定/朋友，坚定地相信未来吧/相信不屈不挠的努力/相信战胜死亡的年轻/相信未来、热爱生命

（泌尿外科 张鸽）

我院承办省头颈部肿瘤学术研讨会

5月23日至25日，2014年江苏省第四届头颈部肿瘤学术研讨会暨国家级继续教育项目《口腔癌的规范化外科诊疗学习班》在我院新大楼报告厅举行。省内各级各类医疗机构从事口腔科、耳鼻咽喉科、头颈肿瘤科的近百位医务人员参加会议。会议由省抗癌协会头颈肿瘤外科专业委员会主办，南京大学口腔医学院与我院承办。

本次研讨会特邀国内知名专家胡勤刚、孙坚、刘宝瑞、王秋萍等作专题学术

讲座，讲座涵盖了头颈部肿瘤的诊治、获得性缺损畸形的修复重建、医疗新技术在头颈肿瘤中的应用等内容，涉及口腔颌面、耳鼻咽喉、颅底外科等头颈部肿瘤的外科和非外科治疗研究。

通过研讨，大家加深了对头颈部肿瘤最新进展的了解，更新了理念，拓宽了视野，对临床工作中遇到的诸多问题进行了多层次、多角度的探讨，促进了我省头颈部肿瘤专业学术水平的提高。（口腔科）

中华医学会核医学分会青年讲师团来院巡讲

5月8日下午，“中华医学会核医学分会青年讲师团（苏州站）”一行10人来我院举行专题讲座。出席的专家有苏州市医学会核医学分会主任委员张玮，以及上海、苏州、四川等医院的核医学科主任、专家。四川华西医院田蓉主任医师、上海仁济医院宋少莉副主任医师、上海六院邱忠领主任医师分别从核医学概论、显像及治疗三个大方面进行讲解。

专家们详细介绍了核医学诊疗项目的临床应用价值，展示了国内核医学专业的良好前景。同时还对我院现有和即将开展的核医学项目提出了宝贵的意见和建议。我院血液科、儿科医师就核医学项目临床应用的具体问题，与专家们进行了热烈的探讨。全院相关科室领导、临床医师及护理人员到场听取了各位专家的精彩演讲。巡讲活动产生了良好的反响，收到了良好的效果。（核医学科 朱静）

江苏大学来院毕业实习教学检查

5月6日，江苏大学医学院一行6人，由学院黄新强院长带队来我院，对在院的12名该校实习生进行毕业实习教学检查。

经过教学检查及座谈，检查组了解了实习同学们的学习、思想、组织纪律和生活等情况，并进行了毕业技能考核。检查结果反映出实习同学在穿刺技术、无菌术上掌握较好，学生的各方面能力得到了长足进步，但在心电图判读技术等方面还有待进一步锻炼提高。

我们将以此次教学检查为契机，坚持常态化，充分开展“教学研”合作，通过各科教学团体的共同努力，充分发挥临床技能培训中心作用，让学生真正学有所专、学有所长，为医学后备人才培养奠定坚实基础。（科教处）

【护士：变革的力量，重要的健康资源】之我见

文/护理部 周奕

为纪念南丁格尔在护理事业发展中的业绩，1912年，国际护士理事会将“5月12日”南丁格尔的生日定为国际护士节，以激励广大护士继承和发扬护理事业的光荣传统，以“爱心、耐心、细心、责任心”对待每一位病人，做好护理

工作。从 1988 年开始，每年的国际护士节都有一个主题，国际或地区相关组织均围绕这个主题在世界各地开展纪念活动。

今年国际护士协会（ICN）发布的 2014 年国际护士节的主题为“Nurses: A Force for Change—A vital resource for health（护士：变革的力量，重要的健康资源）”。为了迎接 2014 年国际护士节的到来，ICN 精心制作海报，海报中使用各国语言表达了“护士”这个词，所有词语组成“心”形。这似乎意味着全球护士万众一心，方能达到 WHO 所提倡的“人人享有健康”的目标。

“护士：变革的力量，重要的健康资源”强调了护士是促进医疗改革和卫生事业发展的重要力量，也是保障人民群众健康的主力军。如何让护士充分地发挥其重要作用呢？ICN 已经在其出版物中用“一支教育背景良好的护理团队+健康的工作环境=高质量的护理”这句话作了很好的注解。重视护士队伍建设和营造良好的执业氛围是目前护理管理的重点。

一、重视护士队伍建设，要从质和量两个方面着手，量是前提，质是根本

2006 年国际护士节的主题是“护士的合理配置对拯救生命至关重要”，呼吁全球重视护理人力配置及护士的社会价值和需要。在日益增长的公众健康需求和医院发展中，护理工作的内涵不断地延伸与扩展，护士配置已远远不能满足临床需要，无法确保在任何时候护士都能保障病人照顾需求尽快得到满足，从而影响到医患关系的和谐，以及护理质量与患者安全。

在尚未达到合理配置的情况下，护理管理者不断地探索适合不同规模、不同性质、不同科别、不同服务模式下的不同人力数量；同时，努力整合现有人力资源，使之能最大程度发挥其潜力。如我院建立静配中心，并在第一批次的加药时增设小时工编制，安排病区护士适时支援，以应对静配中心短时工作高峰的特点。手术室、供应室的手术器械实行消毒灭菌一体化管理，引进自动化清洗设备，既节约了人力成本，又提高了管理效率。鼓励护士加入护理志愿者队伍，以满足应对突发事件与输液高峰时人力资源调配的需求。

护士队伍的持续发展更需要质的提升，要全方位、多渠道地促进护士队伍整体素质的提高。首先，要加大在护士继续教育方面的投入，鼓励护士终身学习，提供护士学历提升与继续教育的途径，制订相应的激励措施。其次，着力培养专科护士，提高护理干预的技术含金量，以顺应当前护理事业发展的需求。既可利用专科护士在某一领域的知识、专长和技术为患者和社会人群提供护理服务，并为患者提供相应的教育，促进康复和提高自我护理的能力；也能提供专科领域的信息和建议，指导和帮助其他护理人员提高护理质量，为患者提供同质化护理；更能在护理科研方面起到引领作用；同时将专科护士吸纳到护理质量管理组织中，参与护理质量标准的制订与质量评价。再次，要注重护士的能力整合，引入责任制整体护理中责任护士与分管病人的能级对应与层级管理模式，如在排班中

注意将不同能级的护士有机结合，既可确保护理质量与安全，也可收到带教指导与培训的效果。

二、营造良好的执业氛围，提供健康的工作环境

良好的执业氛围包括护理支持系统的可及性与没有职业危害。

建立与完善护理支持系统，尽可能地为护士减少非护理工作，降低人力消耗，让护士能有更多的时间为病人提供护理服务。如加大医院后勤保障系统对临床工作的支持，实行中心供应室、药房、洗衣房、后勤物资的上送下收；设立服务中心，负责病人外出检查的陪检接送；建立静配中心，由药剂专业人员负责静脉液体配置工作；完善护理信息系统，采用网上领药、领物等信息化手段，既减少抄写、传递的人力耗时，又减少转抄的错误发生率，提高了护理工作质量，增加了病人安全系数。

应积极创造健康和安全的护士执业环境，保证护士工作环境中没有职业危害。护士的职业危害来自职业本身所带来的各种职业暴露风险，如针刺伤等。医疗器械的无针化改革、利器盒在临床上的广泛使用、医疗废物的密闭回收集中处理、职业防护用具如手套口罩的规范使用、设置化疗药品配置时使用的生物安全柜等一系列举措有效地减少了护士的职业暴露风险与伤害。护理用具的改革同样为护士减轻了工作负担，如床边护理车作为“流动护士站”可大大缩短护士站与病房的距离，减少了护士来回奔波之苦；带滑轮可移动的病床在病人外出检查、转科或迁床时提供方便，避免了病床更换带来的体力劳顿；为护士提供自愿、免费的免疫预防性治疗，如乙型肝炎疫苗等，减少了相关疾病的感染风险。现阶段伤医事件频频发生，护士在工作场所的安全保障问题也迫在眉睫。既要在工作场所安装摄像头、一键报警系统等，加强安保力量做好巡查工作，加强医院行政管理方面的支持与介入，更要积极沟通，取得社会、媒体的理解与支持，为保障护士的尊严和合法权益作最大的努力。

只有营造健康与安全的执业环境，才能使护士“健康”；只有护士“健康”了，才能让护士全心全意地为保障人民健康服务。

“三分治七分护”，护士是医生不可或缺的合作伙伴。从医院人员构成上看，护理人员约占医院总人数的三分之一，占卫生技术人员的二分之一，是医院诊疗技术工作中的基本队伍，对提高医疗护理质量起着重要作用。从医院管理程序和过程上看，护理人员与直接管理的部门占医院所有部门的近四分之三，从门诊到病房，从急诊室到观察室，从手术室到供应室，从诊疗、检查、处理到饮食、起居、环境，每个环节都有大量的护理管理工作。从护理条线与其他条线的联系看，护士与医生之间、与医技科室之间、与后勤条线之间都有着广泛的联系，并对这些系统的工作施以较大的影响。

护理工作是一项具有科学性、技术性的职业，既需要付出体力、脑力，也需

要一颗爱心。高质量的护理将惠及每一个人、每一个家庭。让全社会和所有护理工作携起手来，重视和关心护士，培养和打造一支高素质的专业团队，为促进医疗卫生事业发展和公众健康共同努力。

五月鲜花，为天使绽放

—— 我院隆重庆祝“5·12”国际护士节

5月9日下午，我院2014年“5·12”国际护士节庆祝表彰大会于新大楼报告厅隆重举行。护理前辈、院领导、科室代表、受表彰人员、新护士、各条线护士代表、实习生代表170余人齐聚共享盛会。

吴钢院长热情致辞，他代表医院向全体护士致以节日的问候与崇高敬意，向获得表彰的“优秀护士长”、“优秀护士”、护士节系列活动获奖者、“五星级护士”及新护士们寄语祝福，在肯定护理团队为医院发展大业作出努力和贡献的同时，鼓励全体人员开拓创新，不断前进。

会议隆重表彰了院级各类护理先进及系列活动获奖者，还举行了新护士授帽仪式。全体同仁将以优秀护理人员为榜样，大力弘扬爱岗敬业、无私奉献的职业道德风尚，团结奋进，继续以饱满热情投入到医院建设大业，努力提升医院护理工作整体水平。（护理部）

（图片新闻）接过前辈手中燃烧的蜡烛，新护士们从容自信，宣誓决心，将继续往开来，为护理事业奉献青春。

点赞！给每一位“南丁格尔”

苏州市“优秀护士”：李莉

甲流疫情来袭，她毫不犹豫地投入到这场没有硝烟的战争中。她积极推进优质护理工作，从不计较个人得失，经常受到患者及家属的表扬。她撰写并发表论文，参与编写静脉输液治疗专科护理手册。在苏州市静脉输液留置针操作比赛中获一等奖。

常熟市优质护理服务先进病区：22病区（特需病区）、11病区（胸外甲乳科）

常熟市“十佳护士长”：张玉萍、吕亚

常熟市“十佳护士”：吴蓓、缪宇萍

常熟市“护士学习明星”：朱晓红、盛丽英

常熟市“护士技能明星”：吴萍、李宏

院“优秀护士长”：姚玉华、谢燕、曹玉珍、付红燕、龚丽欢、沈英萍、朱明玉、倪丽芳

院“优秀护士”：张艳红、李勤、陈莉、何建芳、周志英、陈丽华、蒋红叶、朱

玉莲、陆素萍、吴晓莉、夏敏燕、丁梦辰、沙春亚、俞丽丹、鱼英、陆艳、陈鏐、陆莉娜、毛利丹、宗瑞芳、李红芹、薛之君

院护理人员读书报告会：

一等奖：谢燕；二等奖：顾怡兰、丁丽娟、钱楚君；三等奖：徐丽娟、张业星、付红燕、沈英萍、倪可

院三基理论竞赛：

一等奖：夏敏燕；二等奖：王海燕、戴洁、黄惠珠、邵凤欢，三等奖：张丽萍、王淑凤、方心怡、徐妹、杨丽玉

院护理操作竞赛：

一等奖：董丽红；二等奖：吴悦、沙春亚、陈涛；三等奖：徐妹、何建芳、顾欢欢、叶玉兰、许燕、王淑凤

院 2014 年上半年“五星级护士”：沙春亚、黄惠珠、王淑凤、叶玉兰、徐妹、陶萍、顾欢欢、周桂花、尤梦洁、王海燕、杨美英、薛娟

常熟市优质护理服务先进病区胸外甲乳科护士长 崔海霞

胸外甲乳科以护理人员为管理核心，以信任人、理解人、关心人、培养人为基础，调动科室人员的积极性、主动性、创造性。为减少护士病房办公室来回奔波，科室设计了四面饮食信息标识牌、两面级别护理信息标识牌、静脉留置针信息表等，这样更改饮食、级别护理时就不必回护士站拿取，直接在床边翻转选择更新即可。输液结束时，护士一看就知道病人是留置针还是深静脉，做到一目了然，提高工作效率。

加强细节管理，提高病人满意度。针对年轻护士多的现状，科室整理了各种沟通技巧，让她们知道怎么说，敢于说。如医务人员对病人的称谓由以前的“几床或某某某”，转变成“爷爷、奶奶、叔叔、阿姨或张老、李老”，病人听起来觉得亲切，产生犹如在家的感觉。从患者角度思考问题，找出工作中不合理的细节，加以改良。如工作中发现病人翻身及起床活动时，容易牵拉或滑脱引流管，特发明了一款引流固定器，可别于床单或衣服上，方便病人翻身及下床活动，也提高了护理安全度。当发现帮病人梳头用的橡皮筋容易卷住头发，科室成员再度发挥小智慧，特别购置专用发圈。当医务人员看到病房因没有时钟，导致病人及家属会半夜起来到走廊看时间，特别是冬天极不方便，科室就自己出资购买了钟表挂在每一间病房。

护理工作就是这样平凡而“简单”，如果每天都做好这些看似“简单”的工作，那么一定是不简单的人，护理队伍一定是一个不简单的群体和团队。用手做只能保证“做了”，用心做才能保证“做好”，科室全体成员愿用心将优质护理工作做得更好！

常熟市十佳护士 吴蓓

我是重症医学科的一名护理工作者，从事护理工作 10 年。在工作期间，我没有创造出什么惊天动地的奇迹，但我始终以真挚的爱心来为伤者拂去满身的伤痛，以勤恳的劳动为患者的康复尽心竭力。护理工作是辛苦的，但我辛苦并快乐着。当面对患者渴求的眼神时，我觉得我的工作是那么地神圣、那么地不可或缺，患者及家属一个感激的眼神、一句感谢的话语，都能让我觉得无比满足。记得一次有位消化道大出血的患者被紧急送到我科抢救的时候，他大口大口地呕着鲜血，心电监护仪上的血压指数持续下跌，我和同事第一时间为其开通了静脉通路，输血、输液……他害怕地紧紧握住我的手说：“救救我，救救我！”我俯下身安慰道：“放心吧，我们是不会轻易让你离开家人的。”最终，经过我们 3 小时的全力抢救，成功帮助患者止住出血，转危为安。虽然我身板已累得直不起来，汗水已湿透了衣服，但仍旧感到无比的高兴，我想可能没有什么工作能比挽救一个鲜活的生命更有成就感了。

工作多年，治病救人有成功也有失败，病人有感激也有不理解，特别是近些年医疗形势越发严峻，出现了伤医事件，把医患关系推到了风口浪尖。那么作为一名护士，我们能做些什么呢？我想国际护士节的宗旨就能很好地诠释这个答案：倡导、继承和弘扬南丁格尔不畏艰险、甘于奉献、救死扶伤、勇于献身的人道主义精神。我们对病人多一点微笑，多一点尊重，多一点理解，多一点鼓励，多一点帮助，多一点感恩，学会换位思考，学会用病人的眼光去看问题，学会用病人的心去感受护理工作，那么很多问题就应该能够引刃而解。

院优秀护士长 龚丽欢

走上儿科护士长岗位将近 4 年，在这里没有惊天动地的事迹，只有奔忙与不息，平凡与琐碎，组合出护士岗位的点点滴滴。我们用一颗真心，一份真情，一份爱意，迎来送往，用自己的辛劳换来了千百个家庭的幸福与安康。

在如今的医疗形势下，人们对医疗服务期望值逐渐提高，尤其是家长对儿科护理质量与技术水平期望很高，使医疗护理服务水平有限性与医疗需求间的矛盾逐渐加深。儿科护理有其独特的特点，患儿往往因无法正确完整地表达自身的症状及护理需求，使得儿科的护理更加复杂，更加容易发生纠纷、投诉，乃至暴力事件的发生。作为护士，首先必须学会换位思考，如果你是孩子的爷爷奶奶或爸爸妈妈，你就会深刻体会到孩子不能一针见血时的揪心，孩子哭闹时的无奈。其次，必须学会有效沟通，临床上 80% 的护理纠纷是由于沟通不良而导致的，同一句话，不同的语调表达出不同的意思，在儿科需根据患儿家属不同的年龄、知识层次，选择合适交流技巧，良好的沟通技巧可收到事半功倍的效果。

白衣天使是神圣的，但谁能够体会到背后心酸和无奈？对于科室护士遇到挫折时，我只能给予安慰，理解她们的想法。既然选择了护士这一职业，就必须懂得付出，而儿科护士就必须付出更多，谁让我们面对的是祖国的花朵、初升的太阳呢？我深深体会到，护士长是一个护理团队的核心，管理理念及工作作风影响着整个团队的发展方向，现实和发展要求护士长要不断更新护理管理知识，优化护理服务理念，改革护理管理方法，从自身入手，增强服务意识，才能培养出一支理论强、技术硬、服务佳的护理队伍。在这方面我深知自己做得远远不够，这也是我今后工作努力的方向。

男护士 苏铖

作为我院新时期第一名男护士，经过4年的实习和工作，我对自己所从事的护理工作有了更深更全面的理解。

闻道有先后，术业有专攻。作为一名男护士，我能发现自己的优势：一、我们男护士的身体素质强于女护士；二、一些特殊操作，从隐私角度更适合我们；三、男护士的生理和心理优势是女护士所无可取代的。我们精力充沛，我们耐力持久，我们有坚强坚韧的性格，我们也具有遇到突发事件良好的控制力，果断的决断力，我们处乱不惊，我们理性思维更为优越。涉及男性病人隐私时，如果男性病人在女护士面前暴露自己隐私部位时，会产生抵触情绪，我们则更适合出现在这种场合。我们胆大细心，有较强的沟通能力、接受新鲜事物的能力。比起女护士，我们更适合在急诊室、ICU、手术室、泌尿科等发挥自己的长处。

但是，我也发现，由于社会观念的影响，传统观念作祟，社会宣传力度不够，人们对男护士的地位认可度不高。会有病人质疑我们的工作能力，觉得我们必定比女护士粗心大意，笨手笨脚，会拒绝我们的一些操作。当一番耐心解释后，有人可以接受，有人则依然坚持己见，一定非得让女护士来为其操作，这时我们总会有一股莫名的委屈和无奈感……其实我们并不比女同事们差，我们也很优秀，难道不是吗？

一切都在发展，在就业难的今天，从业男护会越来越多，我们需要社会对我们的支持，帮助消除一些人对我们的偏见，给我们一个平等的发展环境。我们也会做好本职工作，维护好我们形象，努力让自我闪光。我们需要成就感，我们要做出彩中国人，做中国好护士，做优秀的“男丁格尔”！

以后在各种场合，大家提到护理同胞时，我希望最好要说“护理兄弟姐妹们”，因为我们是护理一份子！

延伸护理服务，天使走进沙家浜

5月6日，在国际护士节前夕，护理部组织糖尿病专科护理人员走进沙家浜社区卫生服务中心，将糖尿病专科护理知识带给老百姓，受到了广大群众的热列欢迎。

在上午两个小时内，护理人员共为160多名群众测血糖，发放糖尿病健康教育宣传册200多份，接受专科咨询60多人，并作了关于“糖尿病饮食基础知识”的讲座，有50多人到场聆听。咨询与讲座受到了广大群众尤其是糖尿病患者的赞誉，他们希望上级医院能多派护理专家到基层。

根据省厅关于开展延伸护理服务的要求，护理部决定让专科护理走出医院，走向基层，指导基层卫生机构的护理人员，提高基层卫生机构护士的专业能力，带动基层护士共同为广大群众服务。经过与沙家浜卫生服务中心的多次协商，制定了延伸护理服务到沙家浜的长期合作方案，包括定期的授课与指导、不定期的专科护理会诊与业务咨询。建立长期合作的关系，旨在将延伸护理服务做得更实、更有实际意义。

延伸护理服务是医院拓展护理外延、带动基层护理、服务广大群众的有效举措，也让专科护士进一步拓宽了用武之地，发挥了专科优势，更让住院护理-出院护理-社区护理-居家护理形成一条无缝隙的护理服务链，真正让护理走进基层，走进广大人民群众的心中。（护理部）

我院护士喜获苏州市PICC维护技能竞赛第二名

5月16日，我院吴萍护士长在苏州市护理学会举办的“3M杯PICC维护技能竞赛”中荣获第二名。

随着护理学科飞速发展，PICC临床应用与维护专科护理技术日趋成熟。为不断规范临床置管维护技术与能力，保障病人置管有效、安全、放心，苏州市护理学会特举办了此次技能竞赛。我院护理部静疗组高度重视，经过周密部署，精心挑选出门诊部护士长吴萍与消化内科护理骨干许小芬参赛。杨京红老师全程指导，对选手组织强化训练。

在当天理论与技能操作比赛中，吴萍护士长心理素质稳定，理论基础扎实，操作娴熟，健康教育与人文关怀全面，发挥出预期良好水平，得到评委们一致肯定，在苏州大市众多选手中荣获第二名。这一佳绩充分展示出我院静疗专科的整体实力水平，专科护理团队将以此为契机，在专业领域不断探索，以取得更大成就。（护理部）

护理人员读书报告会举行

4月3日下午，院护理人员读书报告会在新大楼报告厅举行。活动前期，各科室响应热烈，纷纷投稿，充分展示了医院护理团队学习求进、探索求真的学术

氛围。护理部组织专业人员对 124 篇投稿甄选，5 篇人文类和 17 篇专业类护理读书报告脱颖而出。由院工会、医务处、科教处、护理部领导组成的评审团与 121 名护理人员一起，分享了 4 小时的读书报告。

参赛者通过阅读深度广度、专业学术质量、写作水平、仪态表达、多媒体制作等方面的展示，最终专业组谢燕以《电除颤的进展》获一等奖；专业组顾怡兰以《ICU 患者预防下肢 DVT 护理研究现状》、丁丽娟以《机械通气患者吸痰护理进展》和人文组钱楚君以《读〈护理札记〉有感》并获二等奖；5 名选手获三等奖。常熟市护理学会理事长陈月娟赛后作精彩点评，并鼓励护理团队永葆学习热情，打造书香专业团队，努力提升医院整体素质水平。（护理部）

日本专家来院作压疮预防专题授课

应院护理部邀请，日本国际医疗福祉大学专业硕士、福祉用具管理指导员、居家护理研究专家渡边真一先生于 3 月 26 日下午来院作“压疮预防”专题授课。我院护士长及护理组长代表共 86 人参加学习。

日本专家的授课，传递了压疮管理是医院整体质量重要指标的国际理念，明确压疮防治工作的一致性目标要求，认为此项工作是能充分发挥护理人员作用的重要专业领域。他从理论和实践两方面传授压疮护理专业知识，并结合现场互动体验，纠正日常护理工作中用力不当、手法不正确、体位安置不科学、护理用具使用不当等操作误区，强化护理过程，树立消除剪切力压疮影响因素的安全意识，体现护理人文关怀，提升护理工作质量效果。

实地模拟演练互动热烈，并对危重症患者大小便失禁皮肤护理、压疮预防与意外拔管护理措施的冲突、脊椎损伤患者卧位变换要求的实践疑难焦点问题展开探讨，取得了共识性专业定论。针对肿瘤终末期患者压疮防护议题，双方留下了更广阔的研究空间，期待再有机会共同学习交流。

本次授课的学习内容切合临床需求，学习形式多样生动。日本专家一丝不苟、精益求精的工作投入与热情，得到学习人员的赞赏，专题授课获得预期效果。（护理部）

美国专家来院传授糖尿病健康教育及论文撰写技巧

5 月 22 日，我院成功举办常熟市级医学继续教育项目“糖尿病护理新进展培训班”，全市医疗机构 359 位护理人员参加培训。

随着国内外糖尿病发病率日益增高，作为基础疾病专科护理管理的要求已非仅局限于内分泌科。此次培训旨在进一步提升广大护理人员糖尿病专科护理知识与技能，体现医院专科领域同质化护理的工作目标。

美国密苏里大学护理学 Fish 教授用全英文授课，中华医学会糖尿病教育管

理学组楼青青老师全程翻译。老师们生动介绍了经验性、临床项目、角色类护理文章写作技巧，有效开拓了听课者的思维及眼界。Fish 教授倡导临床专科实践要与论文写作紧密结合的做法。她认为，将工作所想呈现于书面表达，是一次愉快而充满惊喜的旅程，是自身专业不断获得提升和突破的积极性做法。

苏大附一院糖尿病护理专家施耀芳老师，以新的理论视角，为学员讲授肥胖症、代谢综合征、糖尿病管理问题。院内内分泌科江苏省级糖尿病专科护士缪宇萍，结合临床日常专科护理实践规范执行分析与评估，对《中国糖尿病药物注射技术指南 2011 版》进行了全面解读。

培训现场学习气氛热烈，老师与学员就临床常见慢性病患者健康教育管理、个案护理论文撰写等议题进行互动探讨，取得专业共识，有效提升了临床护士工作意识理念。专科领域同质化护理质量的推行，将成为护理专业人员努力追求的目标。（护理部）

门诊预约挂号实现分时段

为了进一步改善医院门诊就诊环境，方便病人就诊，我院对医院信息系统和网上预约挂号系统同步升级，于 3 月中旬开始实施门诊分时段预约挂号。系统为门诊病人提供上下午各 4 个时间段、全天共 8 个时间段的选择。病人在预约挂号时，可以选择方便来院的时段预约，就诊当天只需在约定的时间段来院挂号即可。

目前，我院共为患者提供 7 种预约挂号途径，即门诊预约服务窗口预约、上网预约、拨打专线电话“52925511”预约、门诊大厅预约机预约、诊间医生站预约、病区出院预约与有线电视“智慧社区”预约。预约挂号有效保证了病人在预约日期里能够挂到专科专家号，但原有预约挂号方式仅区分上下午时间，无法选择就诊时段，病人还是会一早到医院就诊，对缓解门诊高峰时段排长队的作用有限。分时段预约挂号使病人能够自主选择时段就诊，既减少了病人来院就诊的等待时间，也减少了医院高峰时段拥堵状况，能够进一步改善医院的就诊环境，缓解“看病难”问题。（信息处）

门诊挂号实时提示系统方便病人

今年以来，我院门诊就诊人次持续增长，5 月份以来，日门诊量已超过 5000 人次。病人在排队挂号时，由于不能实时了解相应专科的挂号情况，往往是临到挂号窗口时才知道想要挂号的专家或专科号已挂满。这时病人临时考虑换专家或专科时，会造成挂号时间延长，导致窗口堵塞，挂号效率下降。

针对以上情况，院领导实地调研，听取门诊部意见后，提出是否能有一个实时提示系统，使病人排队等待时能够及时了解医院专家或专科的挂号情况，调整所需挂的专家或专科，从而提高病人就医满意度，同时提高挂号窗口的工作效率。

信息处与门诊部紧密配合，通过实地确认系统的需求，确定自主开发门诊挂号实时提示系统，并于4月下旬开发完成。门诊挂号实时提示系统经过现场测试与调整，已于5月初在门诊大厅投入使用，获得病人的好评。该系统的应用，充分体现了我院以病人为中心、方便患者就医的服务理念。（信息处）

准分子激光“让眼镜飞”

2003年7月，我院引进准分子激光技术，成功完成近视手术2000多例。2013年7月更新设备，新添德国鹰视酷眼准分子激光手术设备，迄今已开展近视手术150余例，手术效果非常好。

眼视光学中的屈光手术为目前眼科最热门的技术，尤其是准分子激光原位角膜磨镶术（简称LASIK），患者接受手术后，视力恢复快，疗效好，使该技术在世界范围内迅速普及。LASIK具有以下明显优点：1. 适应范围广：可矫正100~1200度的近视，还可矫正散光和远视。2. 术后反应轻：LASIK完整保留了角膜表层的“屏障”组织，故术后无疼痛，不住院不包眼，仅有短暂的怕光、流泪和眼内异物感。3. 视力恢复快：术后即刻便能用眼，几小时后恢复正常视力。4. 效果稳定：可一劳永逸地矫治屈光不正，通俗讲即一次性治疗，取得永久性效果。5. 快捷方便：术前检查约1小时，术前准备约10余分钟，手术仅需几分钟，其中激光治疗过程仅需几秒钟至几十秒钟，术后第一天即可正常活动，不影响生活和工作。（眼科）

近视预防课进校园

3月12日，市疾控中心携手我院城中分院眼科专家来到市星城小学，带给同学们以预防近视为主题的知识讲座，传播爱眼护眼相关知识，帮助孩子们降低近视发病率。讲座中，我院眼科主任医师秦燕结合自身丰富临床经验，通过眼球放大模型、实例分析、互动问答等生动方式，为孩子们讲解了人眼近视形成的原因以及影响因素，并从阅读习惯、电子产品的使用以及营养与体育锻炼等三个方面为同学们提供了预防近视的注意要点。互动活动中，孩子们提出的关于视力保护和健康生活习惯上的种种疑惑也得到了逐一解答。

近年来，本市中小学生的近视发病率居高不下，且呈现出低龄化趋势，近视预防正引起学校、家庭和学生自身的重视。通过此次讲座，学生们进一步掌握了日常保护眼睛的有效方法，增强了科学用眼、爱护眼睛的健康意识。（院刊记者）

世界防治结核病日宣传活动

今年3月24日是第19个“世界防治结核病日”，我国确定的宣传活动主题是“你我共同参与，依法防控结核”。在市卫生局的部署下，由市结防所组织开

展相关宣传活动。3月10日至16日分别在常熟电视台多个栏目宣讲结核病防治知识、相关政策等，共计42次。3月23日下午，市卫生局、结防所、结核病定点医院和常熟市流水琴川义工团志愿者10余人在方塔东街举行结核病专家义诊和健康咨询的宣传活动。3月24日下午，颜卫国主任医师走进常熟人民广播电台《健康优生活》直播室，与广大听众共话“结核病防治知识”。3月26日，在常熟理工学院进行宣传咨询活动，共发放宣传资料近800份，并与理工学院志愿者结成长期合作伙伴，共同进行经常性的宣传活动。

通过“世界防治结核病日”宣传活动，进一步提高了公众对结核病防治知识的知晓率，营造了全社会参与和关注结核病控制工作的氛围。我们将动员所有遏制结核病的支持力量，携手共同抗击结核病，推动常熟市“十二五”结核病防治规划的顺利实施。（常熟市结防所）

去除“医闹”病根须标本兼治

文/《常熟日报》周未

近日，本市第一人民医院发生了患儿家长掌掴护士的事件，医患关系再次成为社会各界关注的焦点。4月24日，最高人民法院、最高人民检察院、公安部、司法部、国家卫生和计划生育委员会联合发布《关于依法惩处涉医违法犯罪维护正常医疗秩序的意见》。《意见》的出台，将对医疗环境产生什么样的影响？记者对此进行了采访。

严惩涉医违法犯罪

新颁布的《意见》，要求依法惩处涉医违法犯罪，并明确了需要依法惩处的六类涉医违法犯罪行为。《意见》中提出，对于这些医闹行为，公安机关应该首先进行劝说和警告，乃至实施驱散，强制带离现场，医闹只要出现，都适用于治安处罚法，如果构成犯罪的，还要依法追究刑事责任。

对此，常熟理工学院教授、江苏圣益律师事务所律师高新华认为，公安部曾经出台意见，要求通过人防、物防、技防三级防护体系构建“平安医院”，现在最高人民法院联合五部门再次发文，要求严惩六类涉医违法犯罪行为，体现了国家对暴力伤医事件频发的“零容忍”态度和依法严惩的决心。“法治应该是和谐有序的正常社会状态，维护正常的医疗秩序是法治社会的应有之义。无论医患关系如何紧张，无论医闹现象背后有什么隐情，暴力伤人甚至非法剥夺他人生命的极端行为，都是有违人格尊严、有悖法治精神、扰乱正常秩序的不义之举，理应受到国家法律的严厉制裁，这应当成为市民共识和社会常态。”高新华说。

在《意见》出台之前，也有相关的维护医疗秩序的通告，但在执行力度上并不尽如人意，而《意见》的出台，明确给医闹划上了一条醒目的红线。市第二人民医院保卫处副处长庄建青告诉记者：“这半个月来，我们这里已经有两起涉医

的违法行为得到法律制裁。以前遇到类似情况，处理起来没有这么大的力度，也没这么快。我们相信，《意见》出来以后，肯定会对我们医疗环境的改善、医生人身安全的保障方面有很大的帮助，让医务人员能够集中精力投入到对病人的服务中去。”

理智对待医患纠纷

近期伤医事件频发，如南京口腔医院殴打护士事件、沭阳县南关医院妇产科男医生殴打致昏迷事件……调查显示，我国每所医院平均每年发生的暴力伤医事件高达 27 次。医务人员遭到谩骂、躯体受到攻击、造成明显伤害的事件逐年增加，医患暴力冲突加剧。究其原因，第一，病人疗效没有达到预想的效果，病情继续恶化甚至死亡；第二，部分医务人员的服务和沟通上不是特别审慎，造成误解；第三，患者家属借着医疗纠纷的幌子借机敲诈，恶意扩大事态，唆使其他人员对医务人员进行过激行为等。

记者通过采访了解到，当前，社会上一些不负责任的言论，让有些市民缺失了基本的安全感，对医务人员抱有怀疑和抵触情绪。在医疗纠纷发生后，院方及医生和患者及家属之间未能进行良好的沟通，矛盾和误会成为医闹的导火索。随着医闹事件的升级和增多，社会无意间散播了非理性心理的存在，市民因不满和愤怒对医生暴力相向，通过冲动的发泄方式来博得眼球以图解决问题，引来缺乏法律意识的市民效仿，更有甚者，利用医闹来讹诈院方。

采访中，市民普遍认为医疗纠纷不该用暴力解决，他们纷纷对暴力伤医的行为进行谴责，但也希望寻找到医患矛盾产生的根源，找到解决问题的有效方法。市民孙女士说：“医生对病人可能需要耐心一点，或者是大家都沟通吧，病人的话也要理解一下医生的工作，因为医生一天的工作量确实比较大。像打人这种是没有必要的，有事情的话可以好好商量，也不要太冲动。”市民肖先生说：“医患双方应互相谅解，尽力沟通。医生是高危职业，病人应体谅他们承受的巨大压力和工作中的艰辛，医生也应理解病人焦急忧虑的心情，耐心对待他们。每个人都应尊重生命，不能用暴力行为解决问题。”

协力改善医患关系

当前畸形的医患关系只是转型时期社会矛盾激化的一个缩影，要从根本上维护和谐的医疗秩序，还需要全社会的共同努力。首先是加强法治建设，在健全规则的基础上，大力培育全社会的规则意识，做到有章可循，有章必循。在必要的时候，医务人员可以拿起法律武器维护自己的安全及权益，杜绝不法分子利用法律制度的空隙，用医闹造势来敲诈、勒索院方。其次是加强行业建设，增强医务工作者的医德良知、敬业精神和技能，充分尊重患者的知情权和监督权。同时相关部门还应当建立合理有效及时的调处机制，特别是在发生医疗纠纷后加以妥善处理，避免矛盾激化、升级引发违法犯罪行为，实现医患关系改善和医疗秩

序维护的治本功效。

市二院庄建青表示：“为了提高医疗质量，改善医疗服务，我院成立了医患沟通办公室，积极回应患者及家属的诉求。在医院门诊部、住院部等各个醒目的地方都明确公示监督电话，希望社会各界对我们进行监督。”

维护和谐的医疗秩序，需要社会全体自觉树立起法律意识，培养社会公德。政府应加大医疗卫生事业的投入，减轻院方和市民的负担，让院方不为利益看病，做到“对症下药”；患者应依法理智地处理医疗纠纷，抛开成见，重新建立起对医生的信任；媒体应做好舆论导向，避免医患矛盾激化，促进医患关系改善。

附：最高人民法院会同最高人民检察院、公安部、司法部、国家卫生和计划生育委员会联合发布《关于依法惩处涉医违法犯罪维护正常医疗秩序的意见》，要求依法惩处涉医违法犯罪，并明确了需要依法惩处的六类涉医违法犯罪行为：

1. 在医疗机构内殴打医务人员或者故意伤害医务人员身体、故意损毁公私财物；
2. 在医疗机构违规停放尸体、私设灵堂、摆放花圈、焚烧纸钱、悬挂横幅、堵塞大门等方式扰乱医疗秩序；
3. 非法限制医务人员人身自由；
4. 公然侮辱、恐吓医务人员；
5. 非法携带枪支、弹药、管制器具或者爆炸性、放射性、毒害性、腐蚀性物品进入医疗机构；
6. 故意扩大事态，教唆他人实施涉医违法犯罪行为等。

（原载于2014年5月23日《常熟日报》，内容有进一步补充）

反恐事件应急演练

为提高保安队伍应对突发事件的处置能力，保障就诊病人生命、财产安全，3月21日，我院开展反恐事件应急演练。薛建中副院长现场指挥，院党政办公室、保卫处、警务室、物业保安共17人参加演练。

当天下午4时，演练在门诊大厅开始。一名“患者”在门诊候诊区候诊时，突然遭一名“恐怖分子”攻击，当班的保安立即使用随身携带的辣椒水牵制恐怖分子，一名辅警和一名保安迅速至门诊服务台提取钢叉合击“恐怖分子”，一名保安利用对讲机通知各处人员。随后，五名保安立即携带钢叉、警棍等反恐装备赶到现场。警务室、保卫处人员到场后，立即启动反恐工作应急预案，现场疏散病员及家属，隔离无关人员进入袭击现场。最终，“恐怖分子”被制服，“患者”被成功解救。

整个演练现场紧张有序，参练人员快速反应，为第一时间营救“患者”赢得

了宝贵的时间。各方协同一致，处置得当，顺利完成了反恐演练工作。通过演练，进一步提高了保安人员的应急意识和突发事件的处理能力。（保卫处）

病区宣传片 患者亲手制

文/院刊记者

在一次偶然的的机会，记者看到在优酷网上有一部名为《常熟市第二人民医院神经内科——病人之家》的宣传片，拍摄者名叫赵仁华。

记者了解到，赵仁华是常熟市梅李高级中学退休教师。在得到他的手机号码后，与赵老师进行了联系，了解到事情原委。

那是去年4月下旬，赵老师因过度疲劳，脸部出现疱疹，后来又出现了非常罕见的左右面瘫，在吃了几个月的中药后，效果不明显。9月，他到我院神经内科住院治疗。在半个月的住院时间里，得到了医生护士们的精心治疗和护理，病情迅速得到控制，再结合针灸和服药，一段时间后基本恢复了健康。

赵老师告诉记者，在半个多月的住院治疗期间，他亲身感受到神经内科医生护士们高尚的医德。他们面对的是形形色色的患者，但总是热情、耐心、细致地关心着每一个病人，始终没有发现有不耐烦的言行和举止，人人都在忙碌地工作，没有人在聊天或玩手机。特别是晚上，已是夜深人静时，医务人员依旧处在紧张的工作状态中，护士每隔一小时左右不间断地来回巡视病房，并认真做好记录。赵老师认为，这种认真负责的态度、把病人当作自己亲人的精神值得社会各行各业学习。

在即将出院之际，赵老师特地用自己的摄像机拍摄了神经内科医务人员日常工作的场景。他将视频进行剪辑，并请人配音，加上背景音乐与插曲，制成专题片，压成光盘，赠送给病区医生护士作纪念，并且还将之上传到优酷网，以表达对他们这种高尚医德的感激之情。

坚强的白衣天使

护士这个群体，劳动强度大、精神压力大，也有一定的职业危险性。最近，我们神经内科就发生了一例有精神症状的患者误伤护士的事件。

4月22日，天渐渐暗了，像往常一样，又一个忙碌的中班开始了。急诊室来电，有一位脑栓塞的病人要马上住院。从事护理工作18年的主管护师朱晓红接到通知后，立刻做好接收新病人前的准备工作。不一会儿，病人就到了病房，安置到病床。这是一位体型强壮、力大如牛的中年男子，患者神智失常、胡言乱语，烦躁不安，吵闹着要起床，朱晓红在家属协助下，正在使用约束具约束时，患者猛地挣脱，一脚猛踹朱晓红的腰部，转瞬间又是一脚踹在她背部。面对突如其来的暴力，朱晓红忍着疼痛依然坚守岗位，直到开始不停地恶心呕吐，感到身

体不适，不能再坚持工作，这才汇报护士长前来支援。患者的病情还未控制，时而烦躁不安，仍有袭击他人的危险。接下来的治疗过程中，医护人员不怕危险，仍旧给予细心的照护和治疗，直至他好转出院。

朱晓红在家养伤不到一个星期就坚持来上班了，她这种忠于职守的精神让我们感动。科室全体医护人员及医院领导、工会、护理部等均给予高度赞扬和关心。我们所有医护人员都应该学习她这种高尚的医德素养。（神经内科 盛莉帆）

患者被救脱离苦海 病区犹如温馨港湾

3月15日，周姓患者及家属赠肛肠血管外科蒋守龙主任及全体医务人员锦旗一面，赞“医术精湛，医德高尚”。

3月21日，陆姓患者赠肛肠血管外科蒋守龙对联一幅，赞“医艺高，救患者脱离顽疾苦海，德行好，七病区犹如温馨港湾”。

3月23日，张姓患者赠神经外一科黄炜、施振华、张绪明锦旗一面，赞“医术精湛，医德高尚”。

3月29日，戴姓患者寄来感谢信，赞妇产科赵雨花“态度和蔼，医术精湛”。

4月4日，邹姓患者寄来感谢信，赞二十二病区全体医务人员“悉心照料，精心治疗，艺高德尚”。

4月17日，断龙山乡田姓患者赠肝病科朱跃红医生及全体医护人员锦旗一面，赞“医术精湛，医德高尚”。

4月20日，季姓、任姓、薛姓三位患者寄来感谢信，赞誉郁秋荣等31病区全体医护人员“待病人胜似亲人”。

4月28日，赵姓患者寄来感谢信，赞神经内科医护人员“热情、耐心、细致关心每一位病人”。

5月1日，邵姓患者寄来感谢信，赞骨一科邵伟忠、宗医生、汪医生等医护人员“术中、术后对病人都极端负责”。

同日，邓姓患者赠二十六病区全体医护人员锦旗一面，赞“医德崇高普大爱，警民双拥献真情”。

5月5日，十病区06床患者家属寄来感谢信，赞吴品飞“医术精湛，医德高尚”。

5月14日，沈姓患者赠骨三科杨金华、潘文明、朱明玉、章静等全体护士锦旗一面，赞“妙手回春，医德高尚”。

5月20日，莫城湖村七组严姓患者赠薛建中锦旗一面，赞“德医双馨，妙手回春”。

5月28日，1303床患者家属寄来感谢信，赞骨二科杨宗华主任等医护人员“视病人如亲人，技术精湛”。

红霉素眼膏能用于鼻腔疾病治疗吗

——一位耳鼻咽喉科医生对网友疑问的答复

文/院刊记者

5月19日，在“常熟零距离”论坛出现了网名为“聆听孤寂”的一个帖子，帖子标题为“常熟二院耳鼻喉医生开出离谱药方”。内容主要是：17号，因鼻子常流血去二院看耳鼻喉科。医生看了看鼻子，也没做任何检查就说是鼻中隔弯曲。更搞笑的是，说配点膏药给鼻子用的，单子出来我们也没在意看，总归还是相信医生的，就去交钱拿药。然后离开了医院，快到汽车北站的时候无意间想看看膏药的用法，结果打开一看：好家伙！居然是涂眼睛的！！刚开始还以为是鼻子也可以涂呢，于是打开说明，却看见只是治疗眼睛沙眼等的，上面还特别注明不要接触到鼻子嘴巴！！超级无语！！！！（原帖较长，以上为概要。）

当天的门诊医生为我院耳鼻喉科主治医师吴真，针对网友的疑问，他于5月20日用网名“常熟耳鼻喉”在“常熟零距离”论坛发帖作出情况说明：

一、患者描述“医生看了看鼻子，也没做任何检查就说是鼻中隔弯曲”。这里解释下什么是鼻中隔，鼻中隔是两个鼻腔的中间分隔。如果没有专业医疗器械支持，即使是耳鼻咽喉科专业医师也无法确诊。而当事医生明确告知鼻中隔弯曲，那就必然进行了鼻腔的临床检查。我们可以在病历中明确看到写了鼻中隔弯曲及利氏区粘膜糜烂，同时在收费单据中进行了3.5元的收费。患者对收费没有任何异议，说明他是知道进行了检查并认可收取了检查费用。难道非要进行昂贵的CT检查和鼻内窥镜检查才算检查？医生没有开具任何非必须检查单子就明确诊断患者疾病并告知病因，为患者节省了费用及时间，难道不是一件好事？

二、医生诊治及药物问题

1. 首先是红霉素眼膏的合理问题。患者不是专业人士，对说明书上的阐述存在疑问是可以接受的，欢迎患者咨询。我们将近几年来耳鼻咽喉专业的相关医学文章截图展示给大家，充分说明红霉素眼膏涂鼻是可行、安全有效的。首先，红霉素眼膏具有油性，作用时间长，涂在鼻粘膜上不容易排出，可持续渗入鼻粘膜发挥杀菌消炎的功效；其次，红霉素眼膏可保护鼻粘膜，阻隔细菌侵犯，保持粘膜湿润。需要在这里说明的是，作为临床医生就是要不断突破药物现有使用限制，找出新的用途。例如阿司匹林，原来只是用于退热止痛，后来又发现可以预防心脑血管意外，而最新研究又发现其对部分肿瘤预防有一定效果。如果没有临床医生的研究何来新的突破？

2. 鼻出血病因有很多，临床医生完全可以开血常规检查、凝血功能甚至鼻窦CT检查，这也是说得过去的，那么作为医生为什么不让患者花个几百元去进行检查呢？这就涉及到医生的诊断能力和医德问题，作为有经验的医生可以通过临

床检查来初步鉴别诊断患者出血的病因，只有在存在疑点情况下再进行必要的检查。而当事医生通过检查排除主要疑点，根据个人的技术能力确认病因系鼻中隔弯曲所致，因此没有必要进行其他检查了。

3. 关于开药问题，鼻出血不光可以开红霉素眼膏治疗，还有其他药物可以开。而作为当事医生并没有像社会上所说的那样开上百元甚至更贵的大处方，依然坚持以节约、有效的原则，仅仅开了两支价值 0.76 元的眼药膏。

最后要说的是，我们工作中肯定存在不足、缺陷甚至错误，我们欢迎所有的社会人士对我们的工作提出意见、建议甚至是严厉的批评，但是，我们无法接受的是没有任何依据的指责、谩骂甚至造谣！当今社会的医患关系已经日益紧张，而作为该患者的这种行为无助于任何事情的解决，只会进一步加剧这种紧张的程度，对当事医生的名誉造成一定侵害。

在“常熟耳鼻喉”这个帖子下有许多网友作了回复：

捣糨糊的不要：去医院没摆正自己的态度，一直认为是去医院就是被黑被骗被宰，有这样的心态去啥地方都不会自在。

hzq215514：如果医生配的药有问题就及时咨询药师或者医生，事情没搞清楚就拿到论坛说事，这样只会使医患关系越来越紧张。

秦时明月儿：医生虽然处理正确，但患者自己不懂却胡乱批评。是否该多一些理解，多想想医生的难处。

卫士：医生坚持为病人着想，不乱开不必要的检查项目，不滥用抗菌药物，在门诊压力如此大的情况下放弃中午的休息时间看完最后一个病人，我向这位信守职业操守的医生致敬！我也是一位医者，为自己职业的崇高而自豪，也为越来越尖锐的医患矛盾而悲哀，我们需要社会的理解。

妈：红霉素眼膏便宜而且用途广，我爸上次烧鱼肚子上被烫伤了一大块，结果一支红霉素眼膏解决问题，连疤都没留，好神奇啊。

smdw：这种形式很好，可大力提倡。现在医患关系紧张，患者缺乏医学常识，可通过网上咨询解答，要避免医患的正面冲突。

平凡是真：沟通是纽带，是桥梁。楼主这个贴回应得及时，有些东西只要大家工作做到做细了，沟通顺畅了，大家都能理解，双方的心结自然就解了，而现实生活中就是缺少了这种必要的沟通。在此为楼主点赞，希望沟通越顺畅，社会越和谐。

冬去春又来：医生用廉价的对症的药来治病是应该的，要维护和赞扬这种准确的做法！

注射液：医患矛盾难以避免，各方都在设法改善，都要相互理解。作为患者我衷心祝愿高年资医生健康长寿，祝后起之秀精力充沛，使卫生事业更好发展！

州长助理：本来医生把疾病已经诊断明确了，不需要其他检查，为患者节省了金

钱。现在病人却倒打一耙，指责医生为什么不去做更多的检查，并发到网上公开指责。这个后果很可能会使医生感觉自危。希望二院的医生依然能够坚守职业操守，为患者着想，不要被这种极少数人所影响。

godisaboy：或许本病患发帖的原初衷确实只是存在疑惑而不是责问，但在事实不明的情况下用这种网络公布的敏感方式来处理有欠妥当，事已至此，我觉得还是应该以理服人。

短评：从上面的回复可以看出，网友支持的天平明显倾向了医生这一边。对于个别患者的误解，医生讲事实、摆道理，澄清误区，既还自己一个清白，也进行了有效的健康知识宣教。值得注意的是，“聆听孤寂”在5月22日已自行将那个帖子内容全部删除。

我们鼓励医务人员通过多种形式与病友进行积极沟通。医患面对的共同敌人是疾病，医患之间需要沟通才能消弭隔阂，需要合作才能共赢，希望更多的社会人士能够理解繁重并且风险巨大的医疗工作！

关注大众健康 倡导优质生活

—— 我院专家走进常熟人民广播电台《健康优生活》节目

主题：结核病防治知识

时间：3月24日 13:30 —14:00

主讲专家： 颜卫国（江苏省医学会呼吸病学分会结核病专业学组成员、苏州市医学会结核病学专业委员会副主任委员、常熟市医学会内科专业委员会传染病专业学组副组长、常熟市结核病预防控制学组组长、主任医师）

健康提示： 今年“世界防治结核病日”我国的宣传主题是“你我共同参与，依法防控结核”。在许多人的印象中，结核病是一种“穷人”才会得的病，认为随着生活水平日益提高，医疗条件不断改善，结核病早已离我们远去。然而，事实并非如此。实际上，我国目前仍是全球22个结核病高负担国家之一，我国的结核病患者数仍列世界第2位。在我国，依旧有不少结核病患者未被发现；在被发现的结核病患者中，还有相当一部分未治疗、延迟治疗或不规则治疗。可以说，我国结核病防治工作依旧任重而道远。

主题：糖尿病人的饮食

时间：4月14日 13:30 —14:00

主讲专家： 郁秋荣（常熟市医学会内科专业委员会副主任委员、扬州大学医学院兼职副教授、我院大内科主任兼内分泌风湿科免疫科主任、主任医师）

健康提示： 饮食控制是糖尿病治疗的基础，糖尿病人饮食需控制总热量，品种要多样化。每日进食的总热量与标准体重相关。标准体重（公斤）=身高（厘米）--105。一般人在休息状态下每天每公斤标准体重所需要的热量是20~25

千卡，体力劳动者则为 30~35 千卡。那么，正常情况下，标准体重 65 公斤的人每日进食的总热量是 $(20\sim 25) \times 65=1300\sim 1625$ 千卡，有较大运动量或做体力劳动的则是 $(30\sim 35) \times 65=1950\sim 2275$ 千卡。一天吃 5~6 两米饭、3 两肉、1 斤蔬菜、2 匙油、5 两乳类、3~6 克盐，是比较合适糖尿病人的摄入量。如果不饱，则可在总热量基本不变的基础上，以黄瓜、青菜、番茄等填饱肚子，然后适当增加运动，加大消耗。

主题：血透病人日常生活护理、饮食调理

时间：5 月 5 日 13: 30 —14: 00

主讲专家： 殷勋（苏州市医学会血液净化专业委员会常委、我院肾内血液科主任兼血液净化中心主任、副主任医师）

健康提示： 血透病人应遵循适量蛋白质、维生素和热量，以及低钠、低钾、低磷的饮食原则。为减少尿毒症病人脂代谢紊乱，应少食动物内脏、动物油脂等，适量进食牛肉、鸡蛋（去黄）、鱼等优质动物蛋白。透析患者应严格控制钠、钾、磷盐的摄入，避免进食高钾食品，如桔类、葡萄、香蕉等。应多食高钙低磷的食品，含磷低的食物有藕粉、粉条、白菜、卷心菜、蛋清、芹菜、菠菜、西红柿、瓜类、甘蔗等；而牛奶、麦片、豆制品、巧克力、蛋黄、动物内脏、坚果含磷较多，应避免多食。血透病人应严格控制水的摄入，为减轻口渴感，应避免饮浓茶、浓咖啡。在日常生活中，食谱要经常变换花样，以增进食欲，改善营养，提高生活质量。

日常生活中最简单的防癌处方

文/肿瘤科 顾玉兰

世界卫生组织（WHO）报道，当前全世界每年新发现癌症病人为 1270 万，癌症导致的死亡人数为 760 万；预计到 2030 年，全球新增癌症病例将达到 2600 万，死亡人数将超过 1700 万！癌症将成为新世纪人类的第一杀手，并成为全球最大的公共卫生问题之一。

目前已知引起癌症的因素主要有：1. 生活方式不当：抽烟、酗酒、熬夜、缺少运动、生育习惯等。2. 外界环境污染：汽车尾气、工业废水废气、装修污染等。3. 化学物质泛滥：腌制、熏烤食物，食品安全问题等。4. 饮食结构不合理：很少食用杂粮、脂肪摄入量过高、肥胖等。5. 感染因素：微生物（细菌、真菌、病毒等）及其代谢毒素、自由基毒素等。6. 心理因素：工作紧张、竞争激烈、精神压力大。7. 免疫因素：先天或后天免疫缺陷者易发生恶性肿瘤。8. 内分泌因素：如雌激素和催乳素与乳腺癌有关，雌激素与子宫内膜癌有关。9. 遗传因素：肿瘤有遗传倾向性，如结肠息肉病、乳腺癌、胃癌；相当数量的食管癌、肝癌、鼻咽癌有家族史。10. 性别、年龄、种族因素等。

这其中有些因素我们无法选择，比如遗传倾向、种族因素等，而大部分则是可以改变的。我们可以做的有：

一、预防第一。四十岁以上需每年定期体检，要把肿瘤作为重点防范对象，有高危因素、家族史的还要酌情提前。

二、除掉隐患。癌症有一些癌前病变，可能以后会变成癌，比如甲状腺、乳腺、肠道的一些纤维瘤、腺瘤，消化道的溃疡，还有炎症性的肠病。有癌前病变的人，通过检查发现并去除，就可以不发展成为癌。乙肝病毒、EB 病毒、幽门螺杆菌的活动均增加了肿瘤的发生率，提前予以控制将大大降低肿瘤的发生。

三、日常生活中的预防也很重要。我们来了解一些生活中最简单的防癌处方：

1. 开窗防癌：每天最少开窗半小时，大部分装修残存的污染气体指标就可以降低到与室外相同。

2. 每天走路 1 小时：走路可以消耗热量，运动后出汗可使体内的铅、镉等致癌物质随汗水排出体外，从而起到防癌作用。

3. 多喝水：喝水可以增加排尿、排便次数，把其中可能刺激膀胱黏膜、结肠的有害物质（如尿素、尿酸等）排出体外。

4. 晒 15 分钟太阳：晒太阳不用任何花费就能通过增加人体维生素 D 的含量起到防癌作用。维 D 不足会增加患乳腺癌、结肠癌、前列腺癌、卵巢癌及胃癌的风险。同时，为避免暴晒增加皮肤癌风险，每天只要晒 15 分钟太阳就足够了。

5. 喝绿茶：乌龙茶、绿茶、红茶对口腔癌、肺癌、食道癌、肝癌等都有不错的预防作用。不过，茶水最好不要喝太浓太烫的，否则会影响其防癌效果。茶水浸泡 5 分钟后，其中有效成分才能溶在水里。

6. 细嚼慢咽：多次咀嚼可以减少食物对消化道的负担，降低患胃肠道癌症的风险。唾液有很强的“灭毒”作用，能让导致肝癌的罪魁祸首黄曲霉素的毒性，在 30 秒内几乎完全消失。

7. 睡够 7 小时：睡眠中会产生一种褪黑激素，它能减缓女性体内雌激素的产生，从而起到抑制乳腺癌的目的，也能增强体内免疫细胞的活性，起到一定的防癌作用。

8. 少吃点糖：癌细胞最喜欢的“食物”就是糖。当血液流过肿瘤时，其中约 57% 的血糖都会被癌细胞消耗掉，成为滋养它的营养成分。

道声珍重惜别离

—— 金蔚微博选摘（七）

3月3日

周一大查房，把妇科产科所有的病人查了一遍。雨季来临，时不时就有一场暴雨。驻地大门口全是大水坑，不开车就没法过去。后门的那条小径，也快淹没

了草丛。下班的时候，从楼梯上一级一级往下走，忽然觉得左侧膝部疼痛不已。估计是内侧韧带拉伤了。

3月12日

周三。门诊依然很多人，安静地等候在诊室门外的长椅子上。见我到了，一齐打招呼，感觉很温暖。很多病人指名要我看，我想偷懒也不成了。本来四个小医生，可以放两个诊室的，结果一个都不想离我左右，说得又好听：“想跟 DR. JIN 多学一点！”，心肠一软就挨个儿看吧。42 个病人看完，饿。

3月17日

我的 Knee's ligament 终于好转，口腔溃疡也愈合中，而且今天周一，没有手术，心情大好。跑了两个病区，听取小医生汇报，检查疑难病人，确认明天手术病人的术前准备，与病人谈话确定手术范围。

3月18日

纪念日。与先生彼此遥祝一番，聊聊女儿。他最近又在弄学生的赛前培训，考虑是否继续带学生参赛。先生连续几年带学生比赛，学生曾经拿过全国第一的大奖，有着丰富的带队经验，

学校对他寄予厚望。但是他矛盾的是，如果出去，四月就开始在外培训，不着家了，女儿的接送怎么办？唉，纠结中。

3月21日

周五，没有特别安排的手术。上午查完房就跟小医生闲聊一会。产房呼我进去，我就带着他们一起去了。这个孕妇骨盆较宽，胎儿不是特别大，我查到左枕横位，就开始顺时针方向拨胎头，小医生们看着胎儿慢慢下降，都羡慕我的手法。我说，在我们中国，前辈林巧稚说过，接过 100 个，你才能做产科医生！

4月1日

愚人节，愚人的节日！一早被叫去，说有个孕妇的胎心没了，所有助产士医生都听不到胎心了。我拿了听筒，孕妇很胖，腹部脂肪厚厚的一圈。我选好位置，怎么也听不满 100 次的。没有胎心监护仪，没有 B 超，我赶紧呼叫姚主任到位，立即麻醉，上台剖。开出来，羊水清哭声好。小家伙，戏弄了我们一干人！

4月2日

暴雨，门诊。26 岁的艾滋病患者，已经生了 5 个孩子，这回来院要求结扎。当地护士算是见多了，也很惊讶。

4月3日

预约的一个子宫手术因术前准备不完善，cancel 掉了。昨天晚饭后出去剖了一个，今天还有 7 个大小手术。剖腹产、清宫、结扎。手术室对我 complain 说，小医生送手术单送的太晚了，来不及准备。我问了情况确凿，便让 DR. COLLINS 通知大家都到手术室开会，强调手术单发送时间及必要的术前准备。

4月10日

昨晚前半夜被叫一次，DR. LEW-WAI-SEE 值班总是入院多分娩多。前半夜，我去产房处理好，手拨胎头，成功娩出，只是我被溅了一身血，只好连夜把工作衣浸泡了。洗澡躺下，又接到她的电话。后半夜的她，睡眼朦胧。我拨正胎位，亲自保护会阴，剪个小 EP，缝好。我也想快快睡啊。

4月15日

今天第一例剖宫产术就差点累死我。11斤的头胎，头圆滚滚的，托得我手发抖。一助的 DR. ARCHER 瘦瘦弱弱的，方法不对，又实在没有力气。我忍不住又问了句：“You have breakfast? ”，答曰：“Yes!” 小医生的领悟能力各各不同，而且相差很大。接着 53 岁的子宫也很肥。今天刷了 7 次手。真心累啊。

4月19日

耶稣受难，我也忙了一晚。先是两个产妇听不到胎心，call 我。我听听很好啊，真当我 B 超机用了。胎盘粘连、产后大出血、剖宫产！又是 DR. LEW-WAI-SEE。到剖宫产的那个病人，我写术前准备时，她已经头痛得不行。我想，国内这么多危重病例的话，有你写呢！六点回屋，十点开始今天手术。

4月27日

回林登，路过菠萝地。遥想两年前在菠萝地的奇遇，菠萝奶奶，两个可爱的小女孩，忽然而至的暴雨，雨后美丽的彩虹……忍不住又进去转了一转。这块地只有一个少年守着，道菠萝还未熟，需等三周。不由感慨，很多美好，终不再来。你留恋也好，你欢喜也罢，时光过去的痕迹，刻意寻觅亦无果。

4月29日

今天有五个 case，我带了两个新徒弟上台。一个是小小个子的黑妞，一个是教我们做蛋糕的小姑娘。我一边切口皮肤，一边讲解每个步骤，并教他们按压宫底的要领。新徒弟很好学，下了第一台手术就问我哪一层要用什么线缝，以及原因等等。我觉得讲不够透彻的时候就拿出教科书来比划。这样好学我喜欢。

5月1日

姚主任的小病人的父亲今天 wedding，特意邀请了我们。在他眼里，救了他儿子的姚主任是当之无愧的圭亚那 No. 1，这样重大的 wedding 怎么能少了她？正合我意，去看真正的教堂婚礼。新郎有五个娃，新娘也有两个。伴娘伴郎都是盛装。请柬四点，开始五点半，大约九点晚餐，饿极。切蛋糕，跳“莎尔莎”。

5月3日

周六。现在不像刚来的时候，on call 总是很紧张，抱个手机不敢睡死了。近两年来，已经练就随叫随醒的功夫。只是连续睡眠紊乱后，几天都调整不过来。今天又是如此，不困，就看美剧。格蕾的情节曲折起伏，不知不觉看到凌晨。结

果才睡着就又 call 我，手术结束回来，六点。做了早餐，吃饱，继续睡。

5月7日

最后一个门诊。有两个子宫肌瘤，去年10月约的，因为医院手术室没麻醉药，延后，结果直到今天才来，她认准了要我做，只好在手术通知单上硬加了。门诊结束后，又开了两个急诊剖宫产

+结扎，都是第三刀，肌层粘连严重跟子宫壁长在一起了。

5月8日

我在圭亚那的最后一个手术日。Crazy! 早上四点就 call 个不停。9个手术，从8点开始，整整站了13.5个小时！产前出血，双子宫剖腹产，子宫切除，肌瘤挖除，最后一个，来自 Kwakwani，妊娠合并胆囊炎胆石症，竟用了两个月杜冷丁止痛。等我缝好子宫请立军上台触摸胆囊，我们又一起完成胆囊切除置T管。

5月9日

上班最后一天了。建刚最早赶到医院，参加每周五的例会。他说最后一次了，想去听听小医生的讲座。大家都很留恋上班的日子，虽然忙，觉得充实。我不安分地又做了两个急诊剖腹产，真正地站好最后一班岗。手术室的护士问我几时离开何时再来，当我说6月14日离开林登，never come back时，依依不舍。

5月18日

今天圭亚那日出的准确时间是5:36，我们四个一起去了海边。出去时，云层很厚。轶群说，没关系啊，看不到日出我们就看看朝霞，不是也很好吗？到海边，天色渐亮，小小的太阳在云里羞羞钻出，霞光四射，美极。

京胡琴缘

文/退休职工 马龙华

家里杂乱的书房，除医学书刊、小说杂志之外，还有一大堆《京剧曲谱精选》、《京胡演奏基础》等乐谱，谁也不会留意那挂在墙上的一把上了年纪的破旧的京胡，除了我。

这把京胡是我父辈留下的。好多年前父亲经营茶馆，每当茶客纷纷散去，父亲总会操起这把京胡，摆正姿势，调正弦音，左手指灵活地按弦，右手臂挥弓自如，一段西皮慢板《空城计》：“我本是卧龙岗上散淡的人……”边拉边哼，自拉自唱，悠然自得。

茶香、烟味、京韵构成了我儿时的记忆，正当年华，褐色闪亮的那把京胡仿佛就在眼前了，抹之不去。

我保留下了父亲的这把京胡，几次搬家迁址，它在书房的墙上总有一席之地，成为独特的装饰品。我恋琴，琴伴我，相处数十年，结下了拆不散的琴缘。

在文革那个年代，学校宣传队都要唱一些高昂嘹亮的革命歌曲，我拉手风琴为他们伴奏，一度冷落了这把京胡。当我被吸收加入朝阳花艺术团时，又在现代京剧样板戏《沙家浜》剧组乐队中担任二胡手，再度冷落了这把京胡。直到上世纪90年代国粹京剧重回祖国大地，受到了人们的敬重，找回了尊严，我也从二胡的爱好开始过渡到了拉京胡，从此一发不可收拾。

自那起，我加入了虞山京剧票社，先后购置了5把京胡，拜访了常熟的几位京胡高手，得到了老师们的真诚和无私的指导，小小京胡占去了我大量业余时间。经过无数次反复磨练，掌握了不同调门的运用，不同京胡的演奏，熟悉了西皮、二黄、快板、流水等曲调技法，与唱青衣、老生、花脸不同角色的票友们零距离的合作，我用京胡为他们尽心尽力尽情地伴奏，其乐无穷。

长期以来，京胡是为演唱人员伴奏的主要乐器，铿锵也好，明快也罢，可谓是陪衬角色、幕后英雄。一次偶然机会，在虞山大戏院的音乐会上，听到了本地业余拉琴高手的京胡独奏《夜深沉》，充满激情的琴声，刚劲有力，由慢到快的节奏，多种板式的起落，把楚霸王垓下之战的故事，展现得淋漓尽致，英雄美人，名马醇酒，荡气回肠。这次观摩触动颇深，激发了我对京胡独奏《夜深沉》的极大兴致。之后，我在电脑上查阅了有关资料，方知《夜深沉》是经过历代京剧琴师的精心加工改编发展而成的新型乐曲，是一首脍炙人口的京胡曲牌。难怪有那么多人如痴如醉地喜欢这一名曲，包括我。

人说曲不离口，琴不离手，我喜欢京胡的刚正不阿、大气磅礴。着了《夜深沉》之迷的我每天坚持操琴，并托人从苏州录到了《夜深沉》伴奏音乐，同时得到了专业琴师的指点，由慢到快，由浅入深，每个音符细细琢磨，通过滑音、打音、快弓、顿挫等各种技巧的应用和修饰，最终我的京胡独奏《夜深沉》达到了一定水准。多次的演出，激昂飞扬的琴声、观众们的掌声和我亢奋的心声融合在一起，此时最满足的人，只有我。

挂在书房墙上的老京胡，永远寂默无声。

一曲古典《夜深沉》如同竹子转世投琴，生气勃发，激情昂扬。

生命的旅程有爱好，不孤单；有京胡，丰富多彩。

日本见闻

文/退休职工 黄晓燕

樱花盛开的季节，约上好友踏上日本观光之旅。飞机从高空穿过洁白云海，徐徐下降，透过机窗清晰地看到几何型的田野以及绿树丛中一幢幢日式民居，心中升腾起一种异国他乡的感觉。为期一周的旅程，我本是步履匆匆的过客，但对日本的许多物与事还是留下了较深的印象。

日本民众有着浓厚的樱花情结，每个城市都有观赏樱花的公园，赏樱是这个

季节里最重要的活动。我漫步于东京上野公园的樱花隧道，隐约间暗香浮动，让人不自觉屏息赞叹！高大的樱花树下，铺满了蓝色的地毯，延绵数百米。一家人或一群朋友，席地而坐，一面赏樱一面品茶，侃侃而谈，一阵风儿吹过，那粉白的樱花瓣如雪片一样飘飘洒洒落在人们的发际，亲吻着人们的脸庞。上了年纪的人们会潸然泪下，感叹年年花开依旧，人却两鬓染霜，岁月是如此无情。

日本城市街道相当清洁，柏油马路和人行道好像是用刷子洗刷过的一样，没有一点尘土，没有人随地吐痰、扔烟头、纸屑。在日本是没有环卫工人的，街道上的落叶由园林局一周收集一次。垃圾分类收集在日本已是自觉行为，所有垃圾分成7类进行收集，相关部门会在星期一到星期日每天收集不同的垃圾，每个家庭都按规定将7类垃圾分别收集好，并记好每天该扔什么垃圾。如果有一天忘了扔该扔的垃圾，那必须走很远的路送到集中收集点。如果在夏天忘了扔厨房生活垃圾，又不愿走很远的路去扔，那只能打包放在冰箱里，等到下周再扔。有种趣说：有的女士背一个漂亮包包，也许里面就是装着垃圾，要送到很远的收集点。还有更细的分类如：一只矿泉水瓶要分三部分扔，一是撕掉包在瓶上的外层纸（该瓶子生产时外层纸上就有虚线标注），二是拧掉瓶盖，三是踩扁瓶身，这样才完成一个矿泉水瓶的分类收集。我们在日本所乘坐的大巴车，每天产生的垃圾都会集中送到下榻的宾馆，然后由工人将垃圾进行分检。每个日本公民都自觉履行环境保护的职责，环保意识的确深入人心。

日本国民注重养生之道，很少看到有大腹便便的胖子。有一种叫纳豆的食品是日本国民膳食结构的主要成分，被认为是日本人长寿的“秘方”。它制作简单，风味独特，是每个日本家庭每天必食的早餐，据说可以软化血管，降低血脂，对心血管疾病的治疗有很大的帮助。我在日本的一周早餐也食纳豆。做法很是简单有趣，一个装有纳豆的像冰淇淋大小的盒子，倒入一袋像油一样的水样物（约5ML），用筷子不停地搅打5分钟，等出现稠稠的拉丝粘度，就可以吃了。吃时先在一张海苔上放上一点米饭，米饭上放做好的纳豆，卷起来吃，味道确实很独特。

《枫泾河畔——院刊十周年职工散文作品选》

前言

2004年3月，院刊《医院文化》创刊，一晃已然整整十年。承载着二院人文化建设的梦想与实践，伴随着医院开拓前进的号角与足音，院刊在全院职工、社会各界人士关心支持下，“十年磨一剑”，逐渐发展成为医院政策宣传台、发展检阅台、文化讲台、形象展台、沟通平台、新技术擂台、健康服务台、员工舞台、休闲吧台，多次荣获“全国优秀医院报刊”称号，受到院内外读者的欢迎与好评。

院刊创刊伊始，即设有《枫泾河畔》栏目，专门刊登职工的散文作品。此次适逢创刊 10 周年之际，经过反复筛选，精挑其中 100 位职工（包括在职职工与曾经在医院工作过的职工）的 100 篇散文结集出版。文选分为真情医者、燃情岁月、亲情无涯、怡情人生、闲情雅趣、寓情山水等六大板块。编排原则为：一、一人一篇；二、除修改个别错别字外不做其他变动，保持发表时的原貌；三、每个板块的文章依照发表时间排列。由于篇幅有限，许多职工的佳作未能入选，恳请谅解。

这一篇篇文章，都是医务人员在工作之余抽空写成。他们绝大多数不是中文科班出身，虽然文章或许还有这样那样的不足，但这些作品最为可贵的是一个“真”字，反映真实的工作与生活，抒发真实的情感，真切、真诚、真挚地去关注、感受和体验身边人身边事。当您阅读这本作品选的时候，但愿能够从中触摸到医务人员大医精诚的情怀，感受到二院文化健康向上的“正能量”，并且继续关注院刊的成长，支持院刊的发展，共同培育这块多姿多彩的文化园地！

目 录

真情医者

追求	吴 萍
天使在飞.....	庄品丹
手术室的一天.....	陆群英
特殊的生日礼物.....	汤晓瑾
急诊急救总关情.....	谢 燕
生与死 善为本.....	吴素芳
为生命撑起一片蓝天.....	姜 莹
我爱燕尾帽.....	顾银燕
看护士礼仪表演有感.....	王永清
亲情护理传真情.....	李素娟
把爱介入你心中.....	盛怡萍
诚信	王雪英
血透室三记.....	李春梅
爱在左 同情在右.....	孙惠芬
我爱这份“水深火热”的工作.....	吕青贤
儿科，五心级.....	高雪芳
悲情汉旺.....	熊怀民
难忘朱阿伯.....	江雪珍
我刚工作的某一天.....	孙玉丹
一封异国来信.....	倪 伟
祝福你，小女孩.....	魏岳珍

一袋草莓硬糖.....	朱春霞
我们是一家人.....	陆霞
一位老护士的心声.....	朱定珍
经历大赛谈感受.....	吕淑娅
授帽.....	凌琼丹
忙碌的春天.....	缪玉龙
急诊室日记.....	杨涛
誓言永恒 真情永远.....	周瑜佳
On Call 在林登.....	金蔚
一位断指再植病人.....	汪李军
在压力面前.....	郁嘉娴
天路行——记江苏省卫生系统赴海南州对口帮扶调研之行.....	赵雨花
一张躺椅.....	郑众
我的一天.....	黄亚平
捕影者.....	瞿俊晨
守望者.....	戴烨

燃情岁月

夜里的荒塚静悄悄——一次难忘的夜诊.....	曹剑凡
猪头肉香——农场生活忆旧.....	倪翔
血染上甘岭 浩气催人进.....	仲跃
20年流金岁月忆二院.....	冯素心
医院建设发展乐章中的几个音符.....	管惠生
变迁随笔.....	郭建林
拿起手术刀造福人民石河子人民医院，我的母院.....	张琦琳
丝路情深.....	方梅
共和国教我一首欢喜歌.....	徐达镔
讲一个“英雄的故事”——纪念抗美援朝六十周年.....	邵恒宝
回忆庐山的军旅生涯.....	叶建明
那年，我远望钓鱼岛.....	许雪明
只能缅怀 不能重来——谨以此文献给我亲爱的战友郑益龙.....	陈多多
联珠洞边的红色追忆——记退休二党支部的一次党员活动.....	虞掌秋
变电所的变迁.....	程铭钧
难忘青春梦 重走知青路.....	颜卫国

亲情无涯

感谢你，母亲.....	殷榕
母亲.....	周奕
那个“角”，那份爱.....	张丽珍
小小画家.....	黄芝玉
第一次和母亲洗澡.....	陈月娟
巴掌人生.....	季菊萍

初为人母.....	高 蓓
回家	陈 涛

怡情人生

快乐加减法.....	高雪芬
活着是美丽的，工作是快乐的.....	张丽娟
同感是高级的情感.....	张静雅
体会人生三步曲（外四篇）	何启志
为凝聚而感动.....	金 文
传递火炬 传递梦想.....	徐家健
奥运精神永在.....	朱 静
画皮 画心 画爱.....	徐志英
我的新家——一位绵竹女儿的感言	罗成露
被水撕碎的沉寂（外二篇）	温晓宇
当绿，春滋味.....	张晨鸥
痛哭的人.....	周 艳
古镇情思.....	曹文玲

闲情雅趣

国画奇葩源流长 虞山福地处处香——虞山画派简介	王伟国
魅力无限跆拳道.....	徐海霞
笛声悠悠.....	霍建清
纹枰论道乐悠悠.....	屈振东
2007年常熟演唱会大盘点.....	陆 洋
寻觅生活之美.....	王志鹤
不是一个人在“战斗”	衣展华
我运动，我健康，我快乐.....	裘 丽
一起跑步去.....	凌惠明
乐在音乐中.....	周小文
感悟十字绣.....	顾 晗
骑骑……更健康.....	邢叶林
那些年，我们一起听过的音乐.....	吴 真
上善是水.....	朱小冬
老人上网乐陶陶.....	何美柔
与瑜伽相伴的时光.....	王文艳

寓情山水

三清山自驾游.....	田元军
体验西藏.....	李敏轶
碧海蓝天普吉岛.....	陈 前
越南行	任 伟

群友自驾游同里.....	徐向东
青海，我的第二故乡.....	谈丽亚
行走在天路上.....	盛晓东
井冈山的呼唤.....	康小明
重庆，非去不可.....	夏 英

文选为电子版形式，阅读或下载地址：

1. 院内职工登陆 HIS 系统 → 相关文件下载 → 医院或者登陆 OA 系统 → 党政办公室 → 学习资料

2. 院外人士登陆二院官网（<http://www.csey.cn>） → 二院文化 → 二院院刊

直接下载地址：<http://www.csey.cn/zazhi/201405.pdf>

读二院《医院文化》喜赋

李克为

翰墨飘香十度霜，

条条春信杏林扬。

争挥梦笔群星耀，

医道端依文化襄。

（作者系常熟市诗词协会名誉会长，现年九十三岁）