

妙手扶桑梓“医”心办实事

连云港市中医院发挥中医药优势聚民心解民忧

以学促行，实干为民。自党史学习教育开展以来，连云港市中医院党委围绕目标要求、紧密联系实际，持续推动党史学习教育走深走实。近阶段以来，该院深入学习贯彻党的十九届六中全会精神和省、市党代会精神，并同市委巡察反馈意见整改工作紧密结合，同“我为群众办实事”实践活动紧密结合，同推进医院高质量发展紧密结合，聚焦广大群众对医院建设和医疗品质的需求和期盼，提升奋进开拓的使命感和责任感，为践行“争当表率、争做示范、走在前列”的使命担当，加快推进连云港“后发先至”，建设人民期待的现代化新港城贡献中医人的智慧与力量。



创新学习方式 让党史学习教育“活”起来

连云港市中医院党委以庆祝建党百年为契机，开展贯穿全年的“学好百年党史、赓续仁爱初心、凝聚奋斗力量”主题活动，推动党史学习教育与学习中医药史相结合，进一步弘扬中医药文化，把中医药宝贵财富继承好、发展好、利用好，更好地为港城人民健康保驾护航。在全院开展党史专题宣讲活动，“初心永不忘，杏林党旗红”支部书记项目、“争做杏林先锋，献礼建党百年”系列评选表彰活动、“颂歌献给党”主题文艺表演等十大系列主题活动，重温百年奋斗的光辉历程和丰功伟绩，继承和发扬党的优良传统和作风，激励广大党员在新时代肩负新担当，实现新作为。

该院以护士节、中国医师节、建党的、教师节等特定节日为契机，开展“争做杏林先锋、献礼建党百年”系列评选活动，表彰优秀护士、优秀医师、技能标兵，精心打造一批“名医”“名科”及优质服务品牌，展示中医人建功立业、岗位奉献的良好精神风貌。深入开展“我为群众办实事”实践活动，实施民生实事工程，开展“千医下乡走万村”“千名医师讲中医”、职能处室为临床一线服务“最多跑一次”等活动，推出中医药惠民利民新举措近10项。

回应群众需求 优质中医诊疗惠及百姓

为切实践行“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的新时代职业卫生精神，医院紧贴群众就医需求，积极推进“我为群众办实事”实践活动深入开展，为患者提供预约诊疗、健康教育等服务，使医疗服务流程更便捷、更高效，切实把党史学习教育成果转化为为民服务的具体实践和工作成效，让群众得到更多实惠，不断地增强群众获得感、幸福感。“中医综合能力提升工程”建设项目整体立项，涵盖检验综合楼、智慧医院以及新增医疗设备更新等内容。检验综合楼项目建成后，市中医院现有院区总床位将增至1000张左右，将大幅改善相关中医专科的诊疗环境，科研平台和综合救治能力，助推相关学科创建国家级和省部级重点专科。同时还将对医疗用房和科室布局进行一体化联动式调整，使全院科室布局更合理、更规范、更合理，为广大人民群众提供更加优质的中医药服务。

该院将党史学习教育与中医药文化惠民紧密结合，围绕庆祝建党百年主题，广泛开展“我服务你健康”暨岐黄基层惠民行动。今年以来，开展中医药进乡村、进社区、进家庭、进企业义诊讲座70余场次，服务群众近2万人次，出动专家70余人次。通过中医药适宜技术培训活动、送医送药、发放医药图书和科普资料等服务形式向广大群众广泛宣传中医中药知识，使人民群众享受到中医药“简、便、验、廉”的服务，有效缓解群众“看病难、看病贵”问题。加强中医经典病房、门诊中医传统治疗区建设，优化服务模式，提升中医综合服务能力。以康复综合楼启用和南医大康复医学院名医师工作室挂牌为契机，打造区域性中医康复医学中心。借助“中医中药中国行”等一系列大型中医药健康文化平台，着力举办好“冬病夏治”“四季膏方养生”等品牌活动。组织开展“万名党员走千户万户”活动，帮扶灌南县上林村修建幼儿园道路，分别与郁洲街道学院社区、东海县三铺村结对文明单位共建，捐赠防疫方和院内制剂。医院选派2名专家再踏援疆征程，与霍尔果斯人民医院2名中医师师徒结对成功，接收霍尔果斯进修人员2名；帮扶贵州思南县中医院创建三级中医院。

该院领导干部带头深入一线，聚焦提升服务质量，主动查找短板弱项，形成调研报告9篇；各基层党支部通过发挥党员模范带头作用和自身特长，坚持以需求为导向，以服务为宗旨，以效果为目标，积极开展预约诊疗、健康巡诊、用药咨询等活动17项，不断提升人民群众看病就医的满意度。医院银杏志愿者服务队当好群众的“健康卫士”，深入田间地头，开展“千医下乡走万村”惠民义诊活动，以实际行动为老百姓送去健康和关爱。

彰显特色优势 聚焦主业提升服务能力

“为医一方，护一方平安”。连云港市中医院现有国家临床重点专科1个，国家中医临床重点专科2个，江苏省中医药重点学科1个，江苏省中医临床重点专科5个，市级中医临床重点专科19个，实现了医、护、药、技所有科室市及以上重点专科全覆盖。

为进一步提升医疗服务能力，医院力推肾内科、康复科、骨伤科、心内科、消化科等一批科室创建国家和省级重点专科。继续强化创伤、胸痛、卒中、中毒四大中心建设，提升技术水平，优化救治流程，增加硬件投入，增强应急物资储备，不断提高应对突发公共卫生事件的综合救治能力。今年以来，5个科室顺利接受省级中医重点专科复核评审，成功创建为市级胸痛中心、卒中中心和危重症中心；肾内科顺利通过市级临床护理重点专科评审；康复科、胸痛中心获批为市临床重点专科。顺利完成国家级中医规培基地督导考核工作，3人次完成国家和省级中医优秀人才结业考核；24人入选市第六期“521”高层次人才工程项目，医院中医药高层次人才队伍建设再上新台阶。医院强化国家级、省级名老中医传承工作室建设，使中医师承工作成为培养中医药重点专科和高层次人才的重要平台。医院现有国家级和省级名老中医专家传承工作室5个，全国及江苏省老中医药专家学术经验继承指导老师7名，持续发挥中医传承与带教优秀作用，加强院内人才培养和梯队建设。以康复综合楼启用和南医大康复医学院名医师工作室挂牌为契机，积极申报全省中医医疗质量控制中心和区域中医康复中心。按照“中医综合能力提升工程”规划，连云港市中医院将利用3年时间大力推动智慧医院建设，打造五级电子病历系统，

开展省名中医工作室声像采集系统、智能化移动护理系统、重(急)症监护系统、卒中中心信息化系统、人工智能医学影像辅助软件、传染病及慢病智能监测管理系统、病理质控信息管理系统升级，以及手术护理系统、门诊诊间支付系统、辅助检查预约管理系统等信息化系统的建立、升级和完善，进一步促进“互联网+”与医疗健康深度融合，为着力打造“5G智慧医院”，持续提升医院综合服务能力。此外，启动开发区院区项目建设项目。按照一所集医疗、教学、科研、预防、康养于一体的现代化三级甲等中医医院标准建设，建成后将成为区域内中医药诊疗中心，并在全省中医系统争先进位。

凝聚抗疫合力 筑牢疫情防控“钢铁长城”

自新冠肺炎疫情发生以来，连云港市中医院迅速行动、周密部署，出台“硬核”防控措施，从严从紧、落实落细，扎实做好院内疫情防控工作，全力以赴构筑起保卫人民健康安全的“钢铁长城”。预检分诊、发热门诊、病区入口等各个环节层层把关，严格做好流调工作，发热门诊实施闭环管理，进一步优化预检分诊流程，改进发热门诊、发热门诊就诊措施，缩短患者来院就诊等待时间。组织全院人员开展手卫生、正确使用个人防护用品等院感培训，科学设置培训内容，认真系统组织考核，确保人人掌握、人人过关，懂重点、会流程、会防护，切实提高全院所有人员疫情防控能力。充分发挥中医药在新冠肺炎疫情防控中的独特优势和作用，在国家卫健委和国家中医药管理局提供的中药防疫基础方上，结合新冠肺炎病因、机理与季节特点，由该院中医专家组推出“连藜避疫汤”，主要用于发放给该院预检分诊、核酸采样点、发热门诊等疫情防控重点岗位人员，免费提供给连云港引航站等高风险岗位工作人员。同时，根据市卫健委统一安排，按照省卫健委指导中药处方为港口入境船员、云台山风景区隔离点等人员提供中医药治疗。在疫情防控的关键时期，连云港市中医院先后派出5批63人次医务人员，支援南京、扬州开展核酸采样、核酸检测、感染防控和康复治疗工作，同时派出3批3名医务人员支援市四院救治工作，彰显中医人的大爱和担当。 庄婷婷 王斌 顾豪

气温开启“速冻”模式 胃肠疾病需早防

在一波“实力派”寒潮的侵袭下，全国各地自北向南出现了大范围降温及雨雪天气。伴随气温“断崖式”下降，一些疾病也不免趁“寒”而入，肠胃病就是其中最常见的一种。冬季本来就是胃肠疾病多发的季节，此时由于气温持续降低，身体易受寒侵袭，胃肠疾病也因此进入高发期。在各大医院的消化科，因季节性腹泻等症就诊的患者人数往往会显著增多，特别是本身就患有胃肠疾病的人群，更容易出现病情复发或加重，影响到正常的工作、生活和学习。

三大因素 导致冬季胃肠疾病易“上身”

相关专家介绍称，作为一种常见病、多发病，肠胃病在人群中发病率较高，特别是在中老年人及婴幼儿人群中更为多见。冬季气温低，是胃肠疾病的高发期，不仅患有老胃病和胃溃疡的人群要多注意，普通人群也要提高警惕。冬季常见的胃肠疾病，多是由几个方面的因素所引起。首先是保暖不到位，导致肠胃受凉。人的胃肠十分“娇气”，特别是对温度的感知非常敏感。如果气温骤降，肠胃保暖措施不到位，一不小心“受凉”，常常伴随恶心、嗝气、肠鸣、腹痛、腹泻等症状的发生。传统中医理论认为，寒冷的气候会形成寒邪，损伤人们的脾胃阳气，使胃肠消化吸收功能减弱，出现胃动力减弱、消化不良、腹痛腹胀等肠胃不适症状，遇寒还会加重。体质虚弱者因本身正气不足，不能抵抗寒邪，更是肠胃病的高发人群。相关研究表明，冷空气会使胃肠黏膜血管收缩，胃肠供血供氧减少，胃肠黏膜的防御屏障受损。没有肠胃病的人可能会突然起病，以急性肠胃炎最为多见，患有慢性胃肠疾病的人也容易受天气影响急性发作。其次是进补不当，爱吃辛辣油腻。寒冷天气里，大家对热量的需求增多，无形

中使得许多人的胃口变好。除了三餐正餐，还讲究食补加餐，而滋腻的补品食用过多，会加重肠胃的消化负担，从而导致消化不良。加之很多地方有冬令进补的习俗，鸡肉、牛肉、羊肉等富含营养物质的肉类常作为主要食材，这些食物富含能量但过于滋腻，食用过多不易于消化，容易出现积食、肠胃胀气、腹痛、腹泻等。对于不少人来说，热气腾腾、麻辣鲜香的火锅，是这个季节最受欢迎的饮食之一，“开发”味蕾的同时也温暖了身体，加上频频喝酒饮料，餐桌上冷热食物混杂，很容易出现腹痛、腹泻、腹胀等肠胃不适症状。有时候吃完火锅，大量油脂和辛辣的刺激会导致肚子疼、拉肚子。有些肠胃差的人喝冷饮、吃水果也容易出现肠胃不适。此外还有运动量少，长时间不运动。冬季户外气温低，很多人不爱出门，更喜欢呆在温暖的室内，运动量也随之减少。运动量减少，久坐不动，也容易导致肠胃蠕动由此变慢，消化功能受到影响，稍微多吃点就容易引起消化不良，造成食欲不振、胃肠功能紊乱等。

冬天养护肠胃“见招拆招”，做好两点是关键

冬季肠胃病高发，更要注意加以防护，专家建议可以针对上述几个方面的因



素“见招拆招”。首先是要注意保暖，根据天气变化及时增添衣物，避免肠胃受凉。特别是患有肠胃病的人群，更要做好腹部的保暖，以免病情发作或加重病情。可以结合自己的身体情况，进行适度的运动锻炼，促进肠胃蠕动和消化液的分泌，同时促进身体血液循环，提高机体抗病能力，减少疾病

的发生。其次是要注重规律饮食、科学进补，进补要根据身体情况合理搭配，不可盲目进补，也不可过食、暴食。像火锅之类容易对肠胃造成刺激的食物，可以在进餐前吃点主食，起到一个缓冲作用。患有胃肠疾病和脾胃弱的人，应尽量避免辛辣、油腻、生冷等食物，尽量吃

软烂易消化的食物。此外，平时在家中可常备一些调理肠胃的中成药，若是因饮食不当或感受外界风寒或寒湿之邪气，出现肠胃功能失调，可以及时服用太极藜香正气液进行调理，解表化湿、理气和中，缓解肠胃不适症状，帮助紊乱的胃肠功能恢复正常，促进肠胃恢复元气。