

编者按

8月3日,医院召开了为期一天的岗前培训。医院领导和各职能科室负责人就医院发展历程、医院文化、规章制度、行为规范以及服务理念等内容进行了培训或分享。培训为新员工打开了一扇窗,透过窗,新员工们看到了一个既陌生又熟悉、既新奇又亲切的全新世界,这里是他们未来生活的家园,也是他们即将展翅飞翔的舞台。下面让我们来看看新员工都有哪些培训心得。

# 尽己所能,恪守道德

## ——我的培训心得



为期一天的岗前培训结束了,留给我们的启发及思考却刚刚开始。借此机会我来谈谈自己的心得体会。

8月3日早上,一群充满朝气的活力的新员工相聚在12楼会议室,至此拉开了培训的序幕。从院长的讲话中,我深刻的认识了医院发展的历程及美好的前景,从院

院长的希望和要求中,我们明白自己身上的责任有多重大,发展的方向有多明确,这也必将激励我们在以后的工作中更加努力,坚定信念为医院作出更大的贡献。从吕党委书记对医院发展战略规划的演讲中,我们了解了医院的发展战略和方向。我们信心倍增,看到了前景看到了希望。

“健康所系,性命相托”,通过此次参加新员工岗前培训,接受各位领导的教导,使我对这句话有了更深理解:要做一名合格的护士,不仅要有扎实的理论和临床操作能力,更要有高尚的职业素养。这些需要我们在平常的工作及生活中一点一滴地积累、培养,努力提高各方面素质。

在这次岗前培训中,我认真学习了医务人员的职业道德、职业礼仪运用、院内感染等相关知识,对九院有了更进一步的了解,从医院的发展史到医院的现状、医院的办

院宗旨、服务理念、硬件设施、行为规范等方面都有了深入的认识。在培训中,熊院长要求我们对待工作要勤奋,对待组织要敬业,对待上级要诚信,对待自己要自信。他剖析透彻,发人深省。这让我想起尊敬的裘法祖院士对我们的教诲,做人要知足,做事要知不足,做学问要不知足!只有这样才能不断地提高自己,更好地服务病人。

这次的培训虽然短暂,却带给我不少的启迪,使我进一步认识到,作为医务人员,良好的医德是第一位的。曾有一个爱滋病患者这样说:“医生是上帝伸向这个世界的唯一的手”。这是多么高的评价,可见医生是患者心目中的顶天柱!这句话提醒我们需想患者之所想,急患者之所急,恪守医德,竭尽全力除人类之病痛,助健康之完美,维护医术的圣洁和荣誉。

我将尽己所能,努力作九院的发展贡献微薄之力。  
(熊玉凤 感染二科)

# 守护健康 呵护生命

## ——岗前培训心得

怀着激动与自豪的心情,我很荣幸的成为南昌市九医院队伍中的一员。怀着对工作的热情与期待,对自己职业追求的坚定,开始了自己新的征程。作为刚上岗的员工,面对自己既熟悉又陌生的环境,需要了解,需要适应。所幸医院给予我们这全新的员工提供这样宝贵的机会,全体院领导给予我们进行为期一天的岗前培训,让我们体会到医院对我们的重视,感受到医院家庭般的温暖。

此次培训学习由各个部门的职能老师介绍自己的职能科室,一位位老师精心制作的PPT 精致地展示在我们面前,目标明确,内容丰富,详细生动,重点突出,讲课过程中语言言简意赅,让我对医院的文化,发展历史,硬件设施,行为规范,规章制度,服务理念及远景有了系统的了解。

医院的精神:厚德、博爱,创新,奉献;宗旨:以病人为中心,生命至上;口号:与你肝胆相照,还您健康本色。短短的几句话,一句话,让我感受到医院文化的深厚底蕴和医病救人,守护健康的职业宗旨,体会到作为医务人员的社会责任感和职业使命感。我们的院歌《春的花园,爱的乐园》诠释着医院的发展与情怀,九医院全面向综合医院的发展方向 and 策略,正如院歌中的春的花园,让我感觉生机勃勃,蓬勃向上,让我对自己的职业规划有了更深刻的认识。院全体领导在百忙之中加入我们的岗前培训,各位老师的循循教导与细心讲述,温和的话语,丝毫没有距离感,让我感觉九医院人性化的管理,感受到大家庭对我职业的引导和关怀,解除了我对陌生环境的不安,安全了我的归属感,用爱的花园来形容这个大家庭实在是贴切真实。

常言道:无规矩,不成方圆。规章制度与规程,规范我们的行为,促进人员管理。院领导提出的安全责任,重在落实,这八个字,除了带给大家沉甸甸的感慨外,再无其他。咱们医院条条框框的制度、规程,考核看似繁琐复杂,但只要贯彻落实才能为我们的工作安全保驾护航,安全系与责任,责任重于泰山。失去了责任,随之而来的就是哭声,是血泪,是家庭的破碎,

一次培训虽然短暂,但我所受的启迪和教育对我以后的发展有很大的作用,护理工作,如履薄冰,有了医院温暖大家庭的支持,有了各位护理前辈的指导,我有信心做好护理工作,走好自己的路,而且将走好走稳,一直走下去,为广大病患服务自己的青春和热情。  
(肝胆四科 黄小红)

我相信自己,也相信九院,我相信我们的前景灿烂一片!  
(感染三科 傅近武)



是社会无法承受之重。责任多一分,隐患少十分。让我们在一起,担起责任,守护健康,呵护生命。

九医院作为传染科专科,对于我来说是职业生涯新的领域,通过院感科老师讲解让我对医院感染管理与职业防护有了全面的了解,懂得在今后的工作中怎样保护自己,避免职业暴露。职业暴露以后怎样进行有效的防护措施,给我们警醒的同时让我们受益终生。

作为一位参加工作多年的老护士,护理部主任胡敏华老师授课中的加强人文关怀,提高服务质量,让我感悟颇深,是啊,多么贴近工作及生活的一个话题,在当前医患关系日益紧张的大环境下,随着人们法律与服务意识的加强,新闻媒体的介入,广大群众的监督,85%的问题主要是态度与服务意识问题,现在我们作为一位临床护士,与患者接触最密切,应该给予患者亲人般的关怀,时刻了解他们的需求,满足他们的需求,用我们的爱心去帮助每位患者,多一点微笑,多一点耐心,多一些沟通,加强人文关怀,提高服务质量才能减少不必要的医疗纠纷,这不仅仅增加医院的信誉,而且能提高医务人员的威信。提高护理质量,给患者增加战胜疾病的信心,使我们原本枯燥的工作更加有意义。

一次培训虽然短暂,但我所受的启迪和教育对我以后的发展有很大的作用,护理工作,如履薄冰,有了医院温暖大家庭的支持,有了各位护理前辈的指导,我有信心做好护理工作,走好自己的路,而且将走好走稳,一直走下去,为广大病患服务自己的青春和热情。  
(肝胆四科 黄小红)

我相信自己,也相信九院,我相信我们的前景灿烂一片!  
(感染三科 傅近武)



医院已通过 ISO9001:2000 质量管理体系认证

医院精神

# 厚德 博爱 创新 奉献



“掌上九院” 安卓系统二维码

医院地址:南昌市洪都中大道167号 邮编:330002 电话:0791-88499677 医院网址: www.ncdiy.com E-mail:ncdiy\_xck@163.com 主编:熊少云 副主编:曾卫新 执行编辑:张小芳 李欢 编辑:梁青 刘坤 谢淑华 张子婷 吴余红 印刷:南昌方正印刷制版输出中心 电话:0791-862526

电话:0791-88499677

责任编辑:刘峰



# 南昌九院报



官方微信公众号

内部资料 免费赠阅

医院地址:南昌市洪都中大道167号

邮编:330002

2019年9月

第9期

总第176期

# 我院举行2019年“中国医师节”庆祝暨表彰大会



8月19日上午,我院隆重举行2019年“中国医师节”庆祝暨表彰大会,今年“中国医师节”的主题是“弘扬崇高精神,聚力健康中国”。大会通报了获得“2018-2019年度南昌市百名优秀医生”、“南昌市第九医院优秀医生”、“临床实践技能操作比赛优胜者”名单。院领导分别对获奖者进行了颁奖。

院长熊少云到会向获奖的医务人员表示祝贺,并向全院医师及医务人员致以节日的问候和崇高的敬意。他表示,建院六十年来,医院医师队伍不断壮大,技术水平不断提升,大家戮力同心、

竭诚奉献,为全市卫生健康事业的发展做出了应有的贡献。现阶段医院转型升级已经进入到一个关键时期,医、教、研各项工作都离不开全体医师的共同努力。他希望全院医务人员要向优秀典型学习,进一步提高技术水平,强化服务意识,树立良好的医德医风,构建和谐医患关系,为患者提供优质高效的医疗服务。同时,医院将进一步关心爱护医务人员,弘扬尊重卫的良好氛围。

医院领导班子、医师代表和护理人员代表等100余人参加了大会。会议由院党委书记吕定英主持。(医务部 袁晨龙)

# 2019年党委领导班子成员履行主体责任情况报告会顺利召开

8月8日上午,我院召开2019年党委领导班子成员履行主体责任情况报告会,党委书记吕定英出席会议,院党委领导班子成员出席会议。

会上,党委班子成员依次结合实际工作,从开展纪律建设“四必谈”和针对性调研、提醒约谈、家访政治监督及对党风廉政建设工作部

署等四方面汇报了上半年履行主体责任情况。会议强调,一要主动履职,推进全面从严治党主体责任有效落地。要强化政治理论学习,加强思想政治建设,提高政治站位;要发挥表率作用,切实履行“一岗双责”,扛起政治责任;要严明政治纪律,紧盯重点岗位重点人群,推进作风建设长效

化、常态化。二要创新工作机制,着力推进医院可持续发展。要深入基层,了解情况,解决问题,为临床提供良好的发展环境;要结合分管工作,做到全面从严治党与业务工作同部署、同落实、同考核,履职尽责,实干担当,共同营造风清气正的干事创业环境。  
(党群部 罗沙琴)

# 我院举办新员工岗前培训

为促进新员工对医院整体情况的了解,适应医院环境和文化氛围,培养良好的工作作风,尽快融入医院大家庭。8月3日,我院对新人入职的87名新员工集中开展岗前培训。院领导班子全体成员及各行政职能科室负责人全程参与并授课。

院长熊少云发表了热情洋溢的迎新致辞,他强调,新员工要带着诚心、信心、决心“三个心”的觉悟脚踏实地开展工作,共创医院美好明天。党委书记吕定英以《文化引领,齐心协力》为

题,为新员工介绍了医院的发展历程、整体概况及医院文化特征。纪委书记刘蔓珍以《医疗行业纪律教育》为题,运用现实中发生的案例告诉大家“人生没有彩排,每天都是现场直播”,并要求大家自觉遵守六大纪律。副院长曾卫新、张志成分别从如何做好职业生涯规划 and 落实安全等方面,采取理论与案例相结合的方式进行讲课,得到全体新员工的一致好评。医院各职能科室负责人结合各自管理范围,为新老员工带来了一堂堂职责与

流程等方面的课程分享。培训结束后,新员工们一致表示对医院的整体情况和规章制度等都有了初步了解,并对医院前景和个人职业发展充满信心,在今后的工作中,将自觉遵守医院规章制度和医德规范,以勤奋谦逊的学习态度、脚踏实地的工作作风履行工作职责,弘扬九院良好的医德医风。培训由副院长曾卫新主持,人力资源部组织。  
(人力资源部 李美静雯)

# 医院领导走访慰问退伍军人

在庆祝建军92周年之际,8月1日上午,医院党委书记吕定英代表医院党委班子看望慰问了医院在岗在位的退伍军及家属,给他们带去了医院党委班子的关怀和问候。

慰问中,吕定英分别来到保障部和结算中心,与退伍军人代表及家属代表亲切座谈,详细询问他们的身体和家庭生活情况,了解他们的实际困

难,真心实意听取他们的意见和建议,面对面的宣传国家优抚政策。吕定英充分肯定了退伍军人在本职岗位上充分发挥军人本色,对医院发展建设做出的贡献,并希望他们继续发扬优良传统和作风。军人和家属代表都有着乐观的精神,也处处传递着“正能量”,他们纷纷表示,要继续发扬革命传统,保持军人本色,做到退伍不褪色,为医

院可持续发展做出自己应有的贡献。医院共有在岗在位的退伍军人及家属32名,此次共发放慰问金6400元。通过走访慰问,院党委不仅把关怀送到了退伍军人及家属当中,也促进了医院拥军优属工作的良好发展,充分营造了“军民鱼水一家亲”的浓厚氛围。  
(党群部 罗沙琴)

# 喜报

为深入推进“奉人至上,视群众为友,与健康同行”活动,践行“健康中国”实施方案,南昌市卫生健康委于8月19日下午举行了全市卫生健康系统科普宣讲比赛决赛,我院选手尹玉洁获得三等奖,医院获得“优秀组织奖”。(公卫部 周亚岚)



# 无偿献血 奉献爱心



8月15日,我院2019年夏季无偿献血活动在学术报告厅举行。当日参加献血共计84人,献血总量达20100ml,双双创历史新高。院党委书记吕定英同志带头参加了献血。

时令已过立秋,暑热并未消退,可高温酷热挡不住医院职工热心公益、奉献爱心、无偿献血的热情。早上7时20分开始,便陆续有职工进入献血场地,到8时30分,学术报告厅已经站满了前来献血的职工,他们秩序井然的排着长队,依次进行信息登记、血液类型检测、静脉采血等。在献血人员中,有58岁的中年人,也有18岁的青年人;有连续多年献血的“老人”,也有初次上阵的“新人”;有刚下夜班就赶来的医护人员,还有献血后要去赶去上班的职工;有职工本人献血的,也有动员家属前来的,更有夫妻双双同来献血的。

无偿献血活动不仅体现了医院职工热心公益、奉献爱心的精神,也充分展现了医院职工良好的社会责任担当。大家用涌动的热血传递着爱与奉献的正能量。  
(工会 熊国荣)

电话:0791-88499677

责任编辑:张子婷

# “中华感染病真实世界研究江西研讨会”在我院顺利召开

为提高我省感染病真实世界研究水平，促进感染病临床诊治的规范性，推动感染病专业医师的临床研究能力进一步提升，南昌市医学会肝病专委会主任委员、我院肝二科主任徐龙教授牵头，与《中华感染病杂志》共同组织召开“中华感染病真实世界研究江西省研讨会”。会议于8月13日在我院举行。

本次研讨会特别邀请到《中华感染病杂志》主编、中华感染病真实世界研究项目总负责人、复旦大学附属华山医院感染科主任张文宏教授来昌进行现场指导。南昌大学第一附属医院感染科主任郭小萍教授、南昌大学第二附属医院感染科主任孙水林教授、我院感染科各病区主任，以及省内十个地市级医院的项目组负责人及骨干医师共计60余人参会。

本次研讨会得到医院的大力支持，医院院长熊少云到会致欢迎辞。张文宏教授以《中华感染性疾病真实世界研究工程之病毒性肝炎治愈研究》为题，介绍了该项目对感染病临床研究领域的重要意义，以及将来可能对国际、国内产生的重大影响，呼吁国内以及江西省内的感染病专业人士为提高

中国感染病的临床研究水平共同努力。为让研究实施更具操作性，张文宏教授团队骨干成员孙峰医生介绍了项目的具体实施流程，我院肝二科医师张伟现场演示了1例人组患者在真实世界研究平台的数据录入操作全过程。来自江西省医学会感染病分会的主任委员郭小平教授、江西省研究型医院感染病分会

的孙水林教授均表示将积极参与该项研究活动。研讨会上，张文宏教授还在座的项目组成员及我院100余名医务人员讲授了《抗菌药物应用管理与院内感染控制》专题，给大家带来院内感染控制的新理念、新举措，让与会人员受益匪浅。专题讲座由我院副院长张志成主持。（肝二科 张伟）

## 解读科研文献 勇攀科研高峰

### ——举办临床医师文献分享报告竞赛

9月3-4日，为进一步激发临床医师科研热情，规范科研活动，营造深厚的科研氛围，医院在学术报告厅举办临床医师文献分享报告竞赛。活动旨在锻炼培养临床医师的文献阅读技能，进一步提高医师对学术文献的阅读理解能力和对学术前沿的感悟能力，同时鼓励医师更多地阅读外文文献，拓展国际视野，努力做到科研与国际接轨。来自各临床科室的15名选手参加了比赛。选手们立足本职工作，选取反映本岗位新知识、新观念的相关文献进行分享报告。分享报告要求有三个层面的内

容，一是本人如何正确地理解文献，二是进行批判性阅读，对文献的实验结果和结论要有自己的判断，三是站在医学发展的角度思考文献的意义。每位选手都通过20分钟的PPT汇报进行了文献分享展示。展示完毕后，专家评委和观摩嘉宾进行了精彩细致的点评，对科研文献的阅读方法和演讲技巧提出了指导意见，指出对于文献的解读不不仅要读懂作者的意图，更要善于发现问题，以寻找研究方向的切入点并进一步进行探索。最终，肝四科徐如龙医师在

比赛中脱颖而出，获得一等奖；二等奖为肝一科甘达刚、ICU卢军；三等奖为感染一科黄桂霞、肝五科张洪雨、消化内科万祥祥。本次竞赛特邀医院病理科肖影群主任、南昌大学基础医学院分子生物教研室主任罗达亚博士、南昌大学基础医学院免疫教研室主任施桥发博士担任评委。同时邀请到外科主任毛卫博士、骨科主任徐聪博士和医院首席肝病专家何金秋教授作为嘉宾观摩指导。院党委书记吕定英、副院长曾卫新出席竞赛活动。（科教部 舒展）

## “优秀”来得意料之外 情理之中

### ——病理科王武的技术竞赛侧记



由中华医学会病理学分会技术学组组织召开的2019年全国病理技术学术年会于8月1-4日在杭州隆重召开，同期举办了全国病理免疫组织化学技术培训。按照会议要求，我院病理科技术员王武积极准备，在达到先行投稿并经组委会确认的培训门槛后，很荣幸地成为了培训学员之一。

在全国病理技术年会作为病理技术界最高级别的盛会，会上邀请了国内知名专家学者围绕免疫组化实验室建设与管理、免疫组化染色原理、抗原修复的意义及要点、免疫组化抗体选择与优化、免疫组化手工染色流程规范化操作、免疫组化染色应用与管理、免疫组化对照设置与质控、免疫组化伴随诊断标志物检测要点、免疫组化质量控制和

常见问题分析、免疫组化检测临床应用等内容展开理论和实践能力培训。王武通过了病理免疫组织化学技术基础理论及实践技能考核，获得中华医学会病理学分会颁发的病理免疫组织化学技术人员培训合格证书并获得“优秀”成绩。在全国200家医院共计253名选手的同台竞技中，优秀率仅为10%。报名容易参赛难。7月至9月，是病理科最忙的月份。一直犹豫不决的王武，在科主任的鼓励和同事们的支持下，6月份报名并投稿此次会议。然而好事多磨，经大会决定，6月份以后报名参加的人员只能培训，不参加比赛。但这种情况，王武在报名时并没有得到通知。经申请，大会给予3个补录的名额，而当时有53人在等待补录比赛的机会，好在王武是第一位现场报名的，得到了一个名额。巧妇难解无米炊。由于事先不知比赛要自带材料，两手空空无法参赛，正不知所措的时候，遇到了有

报到名的北京地坛医院的病理技术老师把比赛材料给了王武，缓解了由于没有得到通知而未准备材料的尴尬！

竞赛过程遇难题。具体操作的时候，其中一个抗体走完所有流程竟然在显微镜下呈现阴性反应。离比赛结束不到1小时，但整个流程按正规来算，要3小时才能全部做完！正当无所适从之时，王武咬牙不放松，回想起平时老师教的很多非常宝贵的实战经验，他采取“人为加速感应过程”的办法提前完成了操作。“在这里非常感谢上海肝胆医院的沈红梅老师，在其他所有参赛人员都走光，工作人员忙着收拾东西的时候，不但没有催促我，还给了我很多的鼓励！”王武回忆当时的情景说到，终于在比赛结束后，把最后一张切片成功制作出来。

对于一个初次参加全国技术竞赛的年轻人而言，在并不十分顺利的情况下，以其坚韧的毅力、日常扎实的基本功，凭着北京地坛医院进修时结成的师生情谊，加上那么一点点小运气，诸多因素促成了他在高手如云的竞技场脱颖而出。这也充分展现出我院病理科建设在管理上严格，人才培养上倾尽全力，传帮带作用的日常积累。我们相信，病理科技术必将提升，必将为医院各临床学科的发展增添动力！（病理科 肖影群）



报到的北京地坛医院的病理技术老师把比赛材料给了王武，缓解了由于没有得到通知而未准备材料的尴尬！

此次盛会空前浩大，肝病及感染病的前辈大咖均有参加，包括中国工程院院士庄辉教授、中国科学院院士李兰娟教授、中国科学院院士王福生教授和中华医学会感染病学分会的老一辈主任委员、九十多岁高龄的田庚善教授作为大会嘉宾出席了此次盛会。大会邀请到国内外著名学者到会演讲并围绕目前病毒性肝炎和肝病学、感染病学研究的最新进展及热点问题专题研讨，全方位展现了学科领域的最新成就和发展趋势。会议安排时间紧凑，内容丰富，对从事肝病及感染病的同仁来说可谓是一场空前的学术盛宴。（肝五科 欧阳兵）

## 我院青年医师在全国病毒性肝炎及肝病学术会议上精彩亮相



8月22-24日，在北京美丽的燕山脚下、雁栖湖畔，第十九次全国病毒性肝炎及肝病学术会议暨2019年中华医学会肝病学会分会年会、中华医学会感染病学分会年会在此隆重召开。本次会议由中华医学会、中华医学会肝病学会和感染病学分会联合主办，会议主题为“助力健康中国行动，献礼建国70周年”，是我国病毒性肝炎和肝病领域国内水平最高的学术盛会。会议安排在建国70周年来临之际，在APEC会议召开地北京雁栖湖国际会展中心召开，意义深远。我院所作为江西省规模最大的肝病医院，会前积极组织投稿并派出科主任及骨干医师参加本次盛会。投稿的14篇文章中，肝五科医师欧阳兵撰写的《乙肝相关性慢性肝炎临床路径评价指标的临床探讨》荣获优秀论文二等奖，并被选为大会发言（本次会议共收投稿485篇，入选大会口头发言42人）。此次盛会空前浩大，肝病及感染病的前辈大咖均有参加，包括中国工程院院士庄辉教授、中国科学院院士李兰娟教授、中国科学院院士王福生教授和中华医学会感染病学分会的老一辈主任委员、九十多岁高龄的田庚善教授作为大会嘉宾出席了此次盛会。大会邀请到国内外著名学者到会演讲并围绕目前病毒性肝炎和肝病学、感染病学研究的最新进展及热点问题专题研讨，全方位展现了学科领域的最新成就和发展趋势。会议安排时间紧凑，内容丰富，对从事肝病及感染病的同仁来说可谓是一场空前的学术盛宴。（肝五科 欧阳兵）

# 狂犬病暴露后的相关处置

狂犬病(Rabies)是由狂犬病病毒(Rabies virus)感染引起的一种动物源性传染病。近年来，其报告死亡数一直位居我国法定报告传染病前列，给人民群众生命健康带来严重威胁。狂犬病病毒主要通过破损的皮肤或粘膜侵入人体，临床大多表现为特异性恐风、恐水、咽肌痉挛、进行性瘫痪等。狂犬病暴露是指被犬、疑似犬或者不能确定是否患有狂犬病的宿主动物咬伤、抓伤、舔舐粘膜或者破损皮肤处，或者开放性伤口、粘膜直接接触可能含有狂犬病病毒的唾液或者组织。此外，罕见情况下，可以通过器官移植或吸入气溶胶而感染狂犬病病毒。

**一、狂犬病暴露分级**  
按照暴露性质和严重程度将狂犬病暴露分为三级：  
**I级暴露：**符合以下情况之一者：(1)接触或喂养动物；(2)完好的皮肤被舔；(3)完好的皮肤接触狂犬病动物或人狂犬病病例的分泌物或排泄物。

**II级暴露：**符合以下情况之一者：(1)裸露的皮肤被轻咬；(2)无出血的轻微抓伤或擦伤。首先用肉眼仔细观察暴露处皮肤有无破损；当肉眼难以判断时，可用酒精擦拭暴露处，如有疼痛感，则表明皮肤存在破损（此法仅适于致伤当时测试使用）。

**III级暴露：**符合以下情况之一者：(1)单处或多处贯穿皮肤的咬伤或抓伤(“贯穿”表示至少已伤及真皮层和血管，临床表现为肉眼可见出血或皮下组织)；(2)破损皮肤被舔舐(应注意皮肤破裂、抓挠等各种原因导致的微小皮肤破损)；(3)粘膜被动物唾液污染(如被舔舐)；(4)暴露于蝙蝠(当人与蝙蝠之间发生接触时应考虑进行暴露后预防，除非暴露者排除咬伤、抓伤或粘膜的暴露)。

动免疫制剂(狂犬病人免疫球蛋白、抗狂犬病血清)。  
**2.判定暴露级别后，应根据需要尽早进行伤口处理：**  
在告知暴露者狂犬病危害及应当采取的处置措施并获得知情同意后，采取相应处置措施。  
①判定为I级暴露者，无需进行处置；  
②判定为II级暴露者，应立即处理伤口，并按相关规定进行狂犬病疫苗接种；  
③判定为III级暴露者，应立即处理伤口，并按照相关规定使用狂犬病被动免疫制剂，并接种狂犬病疫苗。  
**3.疫苗接种**  
①应用人群：II级和III级暴露者。  
②接种程序：  
5针法程序：第0、3、7、14和28天各接种1剂，共接种5剂；“2-1-1”程序：第0天接种2剂(左右上臂三角肌各接种1剂)，第7天和第21天各接种1剂，共接种4剂(此程序只适用于我国已批准可以使用“2-1-1”程序的狂犬病疫苗产品)。

**二、暴露后处置**  
**1.暴露后预防处置的内容包括：**  
①尽早进行伤口局部处理；  
②尽早进行狂犬病疫苗接种；  
③需要时，尽早使用狂犬病被

## 狂犬疫苗接种



为了做好市级狂犬病暴露门诊的开设准备工作，8月28日，我院邀请南昌市中心金燕、王菁主任前来授课培训。金燕主任分享了狂犬病暴露处置体会，王菁主任详细讲解了狂犬病的预防控制。我院医务人员共计160余人参加培训，会后还与专家就相关问题进行了讨论。（医务部 谢淑华）

## 入秋之后话「祛湿」

入秋之后，很多人开始进补，准备“贴秋膘”，可是湿邪不去，吃再多的补品、药品都如同隔靴搔痒，隔山打牛。因此，祛湿调理更加刻不容缓。那么如何祛湿呢？  
**【湿生百病】**  
所谓湿，即通常所说的水湿，过多则称湿邪，有外湿和内湿的区分。外湿是由于气候潮湿或涉水淋雨或居家潮湿，使外来水湿入侵人体而引起；内湿是一种病理产物，常与脾、胃、肾三焦功能有关。  
湿为重浊，其性黏腻，停滞难消，伤人多隐缓不觉，而且还会与它邪结合，形成痰湿、瘀湿、湿热、湿热等。  
中医认为，“湿”是引发及恶化疾病的关键。湿气的涉及五脏六腑，生活中很多人患上了脂肪肝、哮喘、高血压、痛风、心脑血管管等疾病，甚至恶性肿瘤，其实这些病都和湿邪有关。  
**【湿的表现】**  
1.头发爱出油，面部油亮  
2.大便粘滞不爽，小便浑浊  
3.四肢发沉，舌苔厚腻，口黏  
4.面色淡黄发暗，胸膈乏力  
5.起床时头身困重，耳内湿  
6.小肚子变大，体型肥胖  
**【祛湿之要在于脾】**  
中医祛湿早就有了严密的逻辑和方法，《黄帝内经》认为：脾主运化，脾除湿气，关键在脾旺，所以“湿”为体，必先健脾脾胃，以健脾养胃，利水渗湿为主。脾胃好了，人体自身的排湿能力，驱寒能力自然也就增强了。  
**【祛湿的膳食疗法】**  
湿气重的人平时可以多吃苦瓜、地瓜、燕麦、绿豆、薏仁，这四种东西被称为祛湿祛毒“五大素食”。此外，扁豆、云苓、白术等药材都有祛湿的功效，可将其作为煲汤的配料，以达到祛湿的效果。  
**1.茯苓皮瘦猪肉粥**  
材料：大米150克、皮蛋3个、瘦肉150克、香油二分之一汤匙、食盐一汤匙、茯苓20克、清水适量、姜、葱、少许。  
做法：水沸后约1-2分钟，先倒入茯苓和一半的皮蛋，再倒入姜丝，再次煮沸约1-2分钟后，倒入浸泡的大米，改小火煮40分钟，再将剩下的一半皮蛋倒入，煮10分钟，调入适量的盐和葱，即可出锅。  
适合人群：一般人群或脾胃虚弱者均适宜。  
**2.绿豆百合陈皮薏米粥**  
材料：绿豆30克、鲜百合30克、米仁50克、梗米100克、冰糖80克、陈皮、姜丝若干。  
做法：米仁、绿豆、梗米漂洗，浸泡20分钟；百合洗净切小块；在开水中放入绿豆和米仁，烧开后改小火煮至开花；加入梗米、百合、陈皮、姜丝，煮成粥后放入冰糖。  
适合人群：湿较重或一般人群。  
**3.健脾祛湿瘦肉汤**  
材料：蜜枣、赤小豆、薏仁、扁豆、陈皮、瘦肉。  
做法：将瘦肉6两在水沸后与各汤料一同放入煲内即可。  
适合人群：脾虚湿困疲乏、胃口不佳食少者。  
禁忌人群：肾虚水肿，大便秘结者不宜用。（肝四科 宗亚力）