

弘扬奉献精神 展示天使风采

——我院开展员工拓展活动

为纪念五四运动 100 周年和“5·12”国际护士节,弘扬五四精神和南丁格尔精神,激发团员青年和护理人员为人民健康服务的热情,4月27日至28日,南昌市第九医院在乐体拓展临川基地举办了户外拓展活动。本次活动由护理部和团委共同组织,医院纪委书记刘蔓珍带领 68 名团员

青年和护理人员参加了本次活动。 “相信自己,你是最棒的!”拓展活动在培训师的这句话中拉开了序幕。培训师首先介绍了拓展训练的由来,然后通过一系列的欢快活动,营造团队氛围,建立相互信任的基础。紧接着在教练的指导下,全体人员分成 6 个小组在

团队展示,从林穿越、躲避球、飞盘保龄球等活动中进行了比拼。一项项智力与体力的比拼项目让大家强烈的意识到,团队成功是个人成功的基石,个人成功必须建立在团队其他成员的共同努力与共同支持的基础之上。

本次拓展活动旨在锻炼员工的坚强意志,增强团队

凝聚力和整体向心力。通过活动的开展,员工们更加紧密地融入到团队中,增强了集体归属感。在体验着奉献、协作,勇气带来成功喜悦的同时,大家更加意识到日常工作中讲团结、守规则的重要意义,增强了为医院发展做出更大贡献的决心。

(周骏 胡敏)



信念的力量 ——我的拓展感悟

最美人间四月天,这话一点都不假。它没有三月的微寒,也没有五月的燥热。恰到好处的气温,让人的心情愉悦、舒心。在这最美的时光,在由院领导的组织下,我随医院同事 68 人在乐体拓展临川基地参加了以“传承、奉献、发展、健康”为主题的护士户外拓展活动。虽然只有短短的两三天时间,但是带给我的感悟还是颇深的。

说实话,这是我第一次参加拓展训练这个活动。最开始感觉就是出去在户外做些游戏搞点活动锻炼一下。参加之后我才发现,它并不只是这么简单吧,这个活动让我学到了很多。

活动的第一天占教练就把我们分成了 6 个队伍,并让我们自己推选队长,起队名、编队歌、画队旗、编队训,在这个过程中我们忘记了年龄,忘记了职位,每个人都全身心的投入到活动中,还给队伍起了一个青春又响亮的队名——天使队,我们高唱队歌,高呼我们的队训。我们的训练项目包括:丛林穿越、滑草、拍拍操、篝火晚会、助力乒乓球、躲避球、极限飞盘等,通过这次拓展训练,大家在两天里共同克服了一个又一个的困难,增强了对彼此的了解。这对于我们在今后的工作中树立相互配合、相互支持的团队精神和整体意识,增加相互间的沟通和信息交流等都是很有益处的。在训练中的每个项目都让我领悟到不少日常工作中应当注意到的细节和灵活性,我在训练中体悟,在体悟中受益,这次拓展训练给了我一次难忘的经历,更给了我一笔宝贵的精神财富。

在滑草训练中,当我看到跟彩虹一样高的坡时,我心里直打颤,因为我恐高,但是当看到队友们一个又一个的滑下去时,我内心也增加了很大的信心。轮到我的时候,心里非常紧张,我的队友不停给我鼓励;相信自己,慢慢的,你能行。最终我心一横,闭眼就滑下去了。通过这个项目训练,我更加坚信我自己,只要面对困难不退缩,勇敢向前走,没有什么是不可能的。只要我们勇敢的面对,总能跨越眼前的障碍,你将会有一样不一样的人生体验。

拍拍操主要锻炼我们的手眼脑协调能力,韵律感,逻辑思维。而躲避球就像我们小时候玩的丢沙包一样,被球砸中就出局,3分钟一场,考验你的反应能力和团队成员合作能力。在游戏中仿佛自己又回到了小时候,拥有无忧无虑的童年一般。

真心感谢医院领导带领我们参加这次活动,让我受益匪浅,每一个体会都会给我以后的工作和生活带来积极的影响。通过每个项目给我的启发,在以后的工作中我会不断的改变,完善自己,相信自己,为医院的发展尽自己的一份力量。

(内科 熊文娟)

激发潜能 超越无限 ——我的拓展新概念

4月27日至28日,南昌市第九医院护理部联合医院团委组织护士及团员 68 人在乐体拓展临川基地举行了以“传承、奉献、发展、健康”为主题的护士户外拓展活动。

我们通过破冰建队,打破了人与人之间的陌生,并在为期两天的时间里相互信任相互配合在一起完成各项任务。在丛林探险中我们携手通过木桩,独木桥等种种障碍完成目标,互相扶持,没有一人放弃,没有一人掉队,努力走完全程。虽然路程艰辛,但我们很快乐。在滑草游戏中我们体验到了高空的震撼与速度的刺激,在面对近五层高的距离时,每个人都产生或多或少的恐惧感,而我们要做的是挑战自己的恐惧感。表面看起来很难的事,其实并没有想象中那么可怕。就像在工作、生活中,遇到困难并不可怕,怕的是失去解决困难的勇气和信心。心理的障碍是最难逾越的,我们如果要成为强者,首先就必须挑战自己的恐惧感,当我们豁出去一搏,勇敢地跨出一小步,也许就能抓住属于自己的机会,实现人生一大步的跨越。这项运动激发了我们的潜能,使我们勇于挑战自我,超越自我,并最终战胜了自我!

第二天在晨跑中开始,在教练的带领下我们进行了“注力乒乓球”比赛。大家互相协调,任务分配,一起努力,增加了团队的凝聚力,使我们队的名次更加靠近;“躲避球”通过灵敏的身体快速躲开避免被球碰到,这考验着大家的眼力及身体灵活性;“极限飞盘”通过技巧和力道把飞盘扔向远处,这考验着大家的体力及智慧的头脑。在紧张激烈的比赛氛围中,每个队员不断总结经验,探索方法,用积极向上的精神努力取得比赛的好成绩!

两天一夜的户外拓展活动大家都收获满满,这次拓展给予我融入大自然的机会,远离都市的喧嚣和烦躁,亲近泥土气息的同时,远离声光电的各色污染,消除一切来自外界的烦恼,让自己尽情享受着自然。通过拓展让我更加坚信自己健康和自律的生活理念,感谢拓展给我的启示!感谢医院给予这样的平台,也很荣幸可以参加这次拓展训练。在今后的工作中,我们要发挥自身的潜能,克服心理恐惧,敢于挑战,改善人际关系,学会关心他人,树立团队意识,不管遇到什么困难,能成功的跨出就是海阔天空。这次拓展将使我受益一生,它将成为我人生道路上重要的一个里程碑!

拓展是一种感悟和体验,是一种考验人的意志和智慧、挖掘人的潜能和培养团队协作精神的运动。它的每一项运动都足以让每个人在心灵和精神上有一个新的超越,重新认识自我,认识生命的活动。在拓展训练中,使我懂得应该在逆境中求生存,更使我明白了一个人的能力有限,意志和精神的力量是无限的。

(ICU 农希茜)



猛虎向前 无坚不摧 ——拓展的深意

这次非常有幸能参加护理部组织的为期两天的仙盖山拓展训练,在去往目的地的大巴车上,60 多位临床一线同仁,一路欢声笑语,分享着各自准备的美食,其乐融融。到达秀丽的抚州仙盖山,扑鼻而来的新鲜空气立刻让大家兴奋起来,这里犹如一个天然氧吧,让人恨不得打包一罐氧气回家。

在三位专业教练带领下,我们接到的第一项任务是破冰。临时组建的 10 人小队,立即围成圈,商量着我们小队的队名、队徽、队歌、队形、口号,在规定的 30 分钟内,我们猛虎队诞生了。“猛虎猛虎,勇猛向前”,响亮的口号凝聚了我们的心,团队意识已露雏形。

午餐之后,队员们面临着今天第二项挑战——丛林穿越。我们猛虎队整齐排队,穿上统一队服,来到了广阔丛林,这是一项非常考验团队合作程度的事情。队员们要面临体力与智慧的双重考验,高大威猛的潘队带领我们安全穿越丛林,排除各项障碍最终抵达目的地,此刻我们的团队意识已深入每个人的心。在接下来的“滑草”、“文艺表演”、“乒乓球”等活动中,我们依然保持统一、团结协作的精神,顺利完成任任务,最终我们取得了第三名的好成绩,此刻我们已经是密不可分的战友,猛虎队属于我们每一个。

这次拓展活动使我深深的体会到团队协作在任务执行过程中的重要性,同时也学会了如何突破自己心理的极限,可以说是一次非常难得的经历。通过这种拓展项目也使各个小组的成员成为一个真正能够发现问题,解决问题的战略团队,大家都各司其职、各负其责,在拓展项目中寻找合作的共同点,不断形成一种默契,这种关系由原来松散的个体磨合成为一个能够冲破任何防线的组合体,每个成员在项目进展中都克服过困难,坚定信心,勇敢接受挑战,圆满完成各项任务。

从这次拓展训练中,我联想到我们医院救护工作。当病人来到我们医院寻医问药时,需要医生诊断,护士打针安抚,药剂科检药,检验科化验报告,影像科辅助诊断等等团结合作,才能为患者解除病痛,早日康复出院。由此,团队整体的效率极其重要,我们要保持九医院整个团队的最佳状态,使其成为一个无坚不摧的战斗团体,为医院更好的发展共同努力奋斗。

(感二科 张艳红)



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
医院地址: 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 李欣
编辑:梁青 刘峥 李岩君 张子婷
美编:吴余红
印刷:南昌方正彩印制版输出中心
电话:0791-862526



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5月 第 5 期 总第 172 期



官方微信公众号

媒体关注:【江西日报】

专科医院的综合性转型探索

今年年初,南昌市第九医院新设立了骨科、中医科、呼吸科、消化内科、肾内科、妇产科等 6 个科室,新增床位 250 个。至此,该院开启了由专科医院向综合性医院转型发展的探索,对深挖特色学科诊治能力和综合医疗服务能力大有裨益,而最受益的是周边群众。

●综合性转型的抉择

南昌市第九医院(南昌大学附属感染病医院)是江西省历史悠久的公立三级甲等医院之一。近年来,该院开展了一系列省内领先、国内一流的诊疗技术项目,如人工肝支持系统治疗重型肝炎、肝功能衰竭。尤其是,该院牵头成立的江西省肝病专科联盟,成员单位达到了 100 多家,对提高我省肝病诊疗技术和科研水平,促进区域内多层次医疗机构合作发挥了重要作用。

“我院向综合性医院转型发展

是为了更好地满足群众对优质医疗资源的需求。”该院相关负责人表示,医院地处老城区——青山湖区,医院周边没有综合性三甲医院。一直以来,尽管医院口碑不错,但由于医院是一所专科医院,很多科室没有开设,无法满足更多患者就医需求。

业内专家表示,当前医疗领域竞争日趋激烈,尤其在省会南昌更是大医院聚集,市级专科医院发展“不进则退”,在这种情况下,专科医院发挥自身区位优势 and 学科优势转型发展,对扩大医院规模,提升区域内医疗服务能力,满足群众更多就医需求具有重要意义。

●学科实力迅速提升

一所专科医院一次性组建 6 个全新科室,在省内都是少见的,足见医院对转型发展的决心和信心。业内人士表示,从组建的 6 个科室和

新增的病床数量来看,这次医院扩展的规模相当于新组建一所二级医院。

据了解,南昌市第九医院新设立骨科、呼吸科、消化内科、肾内科、中医科、妇产科等 6 个新科室后,学科能力将得到很大的提升,诊疗服务能力也将迈上新台阶。该院学科建设起点很高,引进了相关领域的学科带头人、博士,不仅单个学科实力凸显,整个医院的综合实力也迅速得到提升。

“我们医院过去收治了很多从别的医院转诊过来的传染病患者,但医院又没有其他学科作支撑,只能去请外院专家会诊。学科的局限性给日常诊疗带来很多不便。”

该院相关负责人表示,新学科的设置不仅不会弱化原有专科,反而会强化专科诊疗能力。传染病患者在院内就可以得到各学科专家的会

诊。该负责人表示,下一步该院将立足传统学科,做强医院的综合实力,满足患者的就诊需求。同时,依托综合性医院优势,继续做精做强肝病、传染病等传统优势学科,实现多学科协同发展。

●实行分区诊疗模式

过去,南昌市第九医院是一家以收治各种肝病为主,兼收其他感染性疾病的专科医院,收治的患者 80%以上都是肝病、传染性疾病患者。但是,随着医院更多学科的开发和综合性转型后,该院接诊对象除了传染病患者外,更多地面向非传染病患者。

“非传染病患者和传染病患者之间不会直接接触,普通患者不用担心院内交叉感染的问题。”该院相关负责人表示,该院非传染病科室与传染病科室实行分区布局,不在同一

一栋楼内就医,更为重要的是,该院很多检查、检验、治疗设备也都分区配置,普通患者和传染病患者使用的设备各自独立。

“患者安全始终是放在首位的。对于传染病患者,统一收治在传染病病房。遇到需要综合学科会诊的患者,由相应科室的专家进入传染病病房进行会诊。”南昌市第九医院相关负责人说,该院实行分区诊疗模式,做到“患者不动,医生动”。

据了解,分区诊疗模式的实现得益于该院综合大楼的投入使用,这栋综合大楼与医院其他大楼“隔离”,独立设置在医院大门口。重新规划之后,该院临床科室布局更加合理,功能更加完善,服务内容更加丰富,将为患者提供更优质、更便捷的医疗服务。

(廖晓生 张小芳 原载于 4 月 23 日《江西日报》)

我院派送第四批 精准扶贫医师下基层

为坚决打赢脱贫攻坚战,切实解决贫困群众看病就医问题,有效遏制和减少“因病致贫、因病返贫”问题,4月10日,医院精选了四名主治医师以上富力强的医生,组成第四轮对口帮扶小组,由副院长张志成带领,来到湾里区卫健委报到,开始为期一年的基层卫生扶贫工作。

报到会上,湾里区卫健委领导对我院第三轮对口帮扶医生的工作给予了高度肯定,称赞他们在过去的一年中,兢兢业业、吃苦耐劳、工作成果斐然,使湾里区贫困群众在家门口就享受到了三甲医院的优质医疗资源,让百姓真正感受到了健康扶贫带来的便利与优惠。

张志成强调,今年是扶贫攻坚年,各位精准扶贫医生要对自己提出更高的目标,按照岗位要求认真履行职,严格遵守工作纪律,抓紧抓好基层卫生扶贫工作,确保医院精准扶贫为基层带来积极



有效的帮助。精准扶贫医生将在湾里区各乡镇卫生院的协助下开展业务,为当地群众看病诊疗,并定期开展上门、随访等工作,了解服务人群的

基本健康状况,重点关注贫困人群,为贫困户建档立卡,减轻贫困群众就医负担,以精准专业的服务助力健康扶贫工作圆满完成。

(社医部 夏晋西)

喜报

在五四青年节和“5·12”国际护士节期间,我院一批先进集体和先进个人得到上级表彰,特此报喜!

医院团委传一支部被评为 2018 年度全市“五四红旗团支部”,团干张智被评为 2018 年度“全市优秀共青团干部”,团员刘静、王博被评为 2018 年度“全市优秀共青团员”。

传一、传二、传三、医技及综合团支部全部被评为 2018 年度南昌市“五星级”团支部。

肝一科被评为“2016-2017 年度南昌市青年文明号”,“小爱”志愿服务团、肝一科志愿服务队、ICU 志愿服务队、医技团支部、传一团支部分别被评为全市季度优秀志愿服务队,医院团委书记罗少琴被评为“青清”行动优秀志愿者。

熊萍荣获“江西省优秀护士”;

冯引凤、刘花娥、王丹荣获“南昌市优秀护士”;

张艳红、李晨、黄冰海、张珍、陈建艳荣获南昌市护理学会“优秀志愿者”。

南昌市医学会肝病学、感染病学专业委员会第三届换届大会顺利召开

4月25日,南昌市医学会肝病学、感染病学专业委员会第三届换届大会在南昌顺利召开。南昌市医学会副秘书长谭美华、南昌市医学会副秘书长周美珍、我院副院长曾卫新及来自南昌地区的候选委员参加了大会。大会由南昌市医学会副秘书长谭美华主持。

我院副院长曾卫新在会上致辞。他表示,第二届肝病学和感染病学专业委员会立足医学教育、学科建设,积极开展学术交流,组织义诊、健康咨询等活动,取得了显著成绩,圆满完成了任期目标。此次换届改选,旨在进一步增强全市肝病、感染领域各级医疗机构的凝聚力,进一步加强疾病救治相关学术与技术的沟通与合作,共同致力于我市肝病、感染病防治水平的不断提高。作为主委单位,南昌市第九医院将责无旁贷始终站在疾病防治工作的第一线,汇集全市各级医疗机构的智慧与力量,让优质的医疗资源、一流的医疗服务惠及

广大人民群众。

会议听取了第二届肝病学分会何金秋主任委员、第二届感染病学分会陈宏义主任委员所作的学会工作报告,并采取无记名投票方式选举产生了第三届肝病学、感染病学专业委员会委员、常务委员及副主任委员。我院慢性肝病科主任徐龙、感染一科副主任王淑梅分别当选为第三届肝病学、感染病学专业委员会主任委员。另外,何金秋主任、陈宏义主任分别为专委会名誉主委,并同意下一届主任委员候选人名单。

新当选的主任委员徐龙、王淑梅分别在会上发言,他们表态在任职期间,将严格遵守学会的各项规章制度,努力做好专业委员会的组织建设与专业培训工作,充分发挥专业委员会学术平台功能,凝聚各委员单位和委员的智慧与力量,进一步促进南昌地区肝病和感染病诊疗与科研水平迈上新台阶。

(吴敏、谢淑华)



这些透析须知您都掌握了吗

血液透析是肾脏替代疗法的一种,是抢救急、慢性肾功能衰竭的有效措施。近年来我国终末期肾衰竭发病率持续走高,预计2030年,透析治疗人数将达到300万人。从临床来看,绝大多数患者在接受血液透析治疗时因缺乏专业知识,易产生焦虑、恐惧、悲观等心理。为了提高透析患者的长期生存率,提高透析患者的生活质量,现就血液透析治疗须知作几点介绍:

1. 在透析治疗中避免进食大量的食物,避免发生并发症,如果饥饿可进食少量的点心,如面包、包子,避免食用易发生呛咳的食物。
2. 纠正不良生活习惯,如吸烟、饮酒等,避免食用高钾的食物,控制磷的摄入量,透析期间应严格控制体重增加,体重增加过多会增加心脏负担和心血管疾病的发生率。透析期间体重增加一般应控制在体重的3-5%以内。低盐饮食和限制水的摄入量是透析间隙期控制体重增加的重要措施。
3. 避免用太热的水和碱性肥皂洗澡,

以温水和沐浴露为宜,可涂抹润肤露。

4.家中备有血压计和体重秤,以便每天监测血压和体重。

5. 临时静脉置管患者保持局部清洁干燥,减少肢体的屈曲,穿宽松的衣服,避免拉扯导管,防止脱落,导管如有脱落或渗血请立即压迫穿刺点止血并及时向医师或护士汇报。

6. 内瘘患者每天早、晚、晚触摸内瘘有无震颤,血透治疗前清洗手臂,血透结束后压迫力度适当,压迫时间以不出血为宜(一般10-15分钟),穿刺部位1-2小时松解绷带,用碘伏再次消毒穿刺点,更换创口贴。内瘘侧手臂禁止受压,测量血压、静脉采血、静脉输液等,如有红、肿、热、痛、震颤减弱或消失请及时向医师或护士汇报。

7.定期检查血常规、电解质、肝肾功能每1-3个月1次;铁蛋白、PTH每3个月1次,心脏彩超、胸片至少每6个月1次,乙肝、丙肝、梅毒、艾滋病每6个月检测1次等,以便了解身体状况,及时调整治疗方案。

8.为了减少、延缓或治疗透析相关的长期并发症,可定期进行高通量血液透析、血液透析滤过(HDF)、血液灌流(HPF)治疗。普通血液透析主要清除小分子毒素,高通量血液透析可清除小分子毒素和部分中分子毒素,血液透析滤过主要清除小分子毒素和大部分中分子毒素,血液灌流主要清除大分子毒素。

(血液净化中心 朱克斌)

相关链接:

血液净化中心简介

医院血液净化中心医护团队8人,其中主任医师1人,副主任医师1人,医师1人,主管护师2人,护师3人。现有透析机10台(含血滤机1台),设置有阴性专用机、乙肝专用机、丙肝专用机、梅毒专用机、HIV专用机。可开展血液透析、血液透析滤过、单纯超滤、中心静脉置管术、动静脉内漏成形术等治疗,能满足各类透析患者的需求。



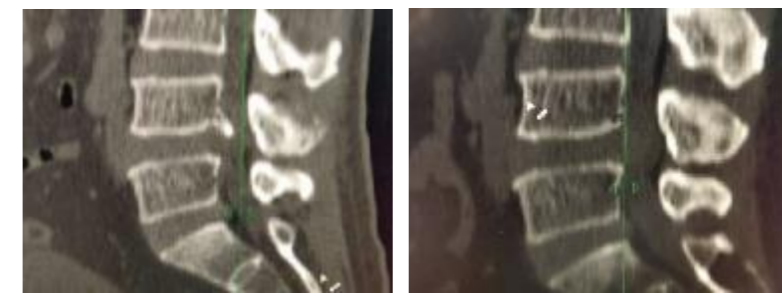
腰腿疼痛困扰数载 微创手术一朝解除

近日,困扰王先生近5年的右侧腰腿疼痛,在我院骨科主任徐聪博士实施了微创手术后得以解除,王先生在术后第一天便下床活动。

王先生年近5旬,约5年前出现右侧腰腿疼痛,一直保守治疗,试用了几乎所有的保守治疗方法但效果不好。发展到后来右下肢、大腿外侧及小腿外侧疼痛麻木进一步加重,步行10分钟都很困难,而且腰部还“向右歪斜”,平时大多数时间平躺在床上,靠吃止痛药缓解疼痛。曾到省内多家“大医院”咨询,皆要求开放手术治疗。

后来,王先生慕名找到徐聪博士,经过仔细体格检查并结合影像学资料,徐博士认为患者腰腿疼痛根源在于L4-5间隙突出的骨赘和髓核使椎管狭窄,压迫神经所致,以右侧严重,但可以通过椎间孔镜微创治疗。经过精心的术前准备,徐博士为患者实施了椎间孔镜下椎管扩大成形、骨赘切除和神经减压微创手术。手术约3小时,结束时患者就感到右下肢较前轻松,伤口只缝了一针,术后第一天便带着护腰下地活动,日常生活没有受到影响。

(骨科 供稿)



术前见腰4/5 髓核突出,腰4椎体下缘有象“牙齿样”骨赘(左图)。术后复查见突出髓核已摘除,骨赘已去除(右图)。



术中见神经根充分减压(左图)。术后伤口只缝一针(右图)。

春季过敏小贴士

春天的到来,不仅让沉睡了一冬的动植物复苏,也令空气中飘扬的霉菌、尘螨、花粉、动物皮屑等污染物多了起来,而这些物质都是常见的过敏原,可以诱发敏感人群接触部位的炎症症状或过敏反应。

可能会令你有以下表现:
1.通常春天来了就突然发作。
2.痒的地方多在脸、脖子或裸露的手臂上。
3.皮疹远看为红肿,近看可能为细小的红疙瘩或增多的皮屑。
4.容易眼红、眼痒和打喷嚏。

一、如果容易春季过敏,我们应该怎么做呢?

- 1.远离过敏原
①出门前做好防护
尽量不要在大风天出门,雨后空气中漂浮物减少,则是室外运动的好时机。远离过敏原浓度高的地方,若要出门可戴口罩防护。
②不让花粉等过敏原进入室内
从户外回家后及时淋浴,更换衣物、鞋子。尽量关闭门窗,并开空调或空气净化器。
③避免衣物沾染过敏原
衣物及床上用品清洁后应使用烘干机而不是悬挂户外晾干。
④室内定期吸尘清洁
所有容易积攒灰尘的地方如床垫、床底、被子、枕头、沙发、地毯、窗帘、毛绒玩具等。
⑤症状严重时及时就医
如以上方法不能减轻眼红、眼痒、打喷嚏、皮疹等过敏症状,应及时就医。
- 二、注意保护皮肤
①保持皮肤的清洁
皮肤暴露在外很容易接触各种外界刺激,保持皮肤清洁能够帮助减少皮肤过敏的发生几率。比如每天能够早晚洗脸,经常洗澡,这样能够帮助促进肌肤的新陈代谢,预防皮肤过敏。另外要注意洗脸、洗澡的水温不宜过高,以免造成皮肤缺水干燥容易过敏。
②注意防晒
春天皮肤过敏与紫外线的照射也有一定的关系。特别是对于容易对阳光中紫外线过敏的人来说,做好防晒工作也是预防春天皮肤过敏的关键。
③正确使用护肤品
在春天的时候护肤品也应该随着气候的变化而变化。如果是干性皮肤的人,这个时候应该将过度滋润的护肤品换成清爽型的,如果是油性皮肤的话一定要注意控油,避免油脂分泌过多造成粉刺、痤疮等问题。
- 三、保持良好生活习惯提高自身免疫力
①积极运动
所以积极参加运动,提高自身免疫力,调节身体的免疫功能,帮助改善易过敏的体质,也是预防春天皮肤过敏的一种方法。
②生活要有规律,早睡早起,多喝水。
想要保证肌肤拥有良好的状态,就一定要保证身体具有良好的内分泌循环,因此一定要养成良好的生活习惯。减少熬夜,尽量在晚上11点前入睡,保证一个良好的生物钟是保证肌肤持续活力的必备条件。

(医美术 申玉琦)



图行天下 photo.cn No.2016012602967644372

我院赴宜春六院 开展江西省肝病专科联盟巡回医疗



4月3日,南昌市第九医院由重症肝病科何金秋主任、熊墨龙主任、谢能文医师等组成的专家组赴宜春市第六医院,开展学术交流和查房会诊等巡回医疗活动。

南昌市第九医院的专家们受到了宜春市第六医院医护人员的热情欢迎。简单寒暄后,何金秋和熊墨龙主任带领当地医务人员来到病房,为两名重症肝病患者会诊。专家查看了患者病历、影像等相关资料,根据当前治疗的措施及疗效,就下一步诊疗方案与宜春六院医务人员进行了交流、探讨,并开展了病例讨论和床边现场授课,提出了治疗指导意见。在查房过程中,何金秋主任还将肝病诊疗领域的最新进展,结合自己的临床经验和患者的病情,为当地医生进行

了针对性讲解。

查房会诊之后,专家们进行了学术交流。熊墨龙主任为宜春六院医务人员讲解了《人工肝在肝衰竭治疗的临床应用与进展》,谢能文医师讲解了《肝衰竭多学科综合诊疗之并发症的处理》。专家们的授课为当地医护人员输入了先进的肝病诊疗理念和最前沿的医疗知识,提升了基层医护人员的理论知识水平。

此次巡回医疗为宜春市肝病病患者送去了更优质的医疗服务,增强了基层群众对“专科联盟”体制下的分级诊疗优势的感知和理解,同时也为宜春市第六医院提供了一个面对面学习和交流的机会,帮助其提高医疗技术和服务水平,更好地造福当地群众。

(社工部 夏璇)

我院成功举办 中南八省人工肝护理论坛

4月26日至28日,由我院主办的“中南八省人工肝护理论坛”在南昌召开,来自全国各地的百余名护理专家代表参加了会议。

开幕式由我院重症肝病科主任熊墨龙教授主持,熊少云院长致热情洋溢的开幕词,并表示首次举办人工肝护理论坛,并汇聚中南地区,包括北京、浙江、广西、福建等城市百余名在人工肝护理方面卓有成效的专家们共同交流,对人工肝技术的发展与提升将起到积极的推动作用。

本次论坛共邀请到7位专家分享临床经验。浙江大学医学院附属第一医院人工肝中心护士长章华芬分享了《人工肝专科护理模式的创立和构建》经验;首都医科大学附属北京佑安医院人工肝室李颖护士长分享了《两款常见机器PE+DPMAS的优化治疗》经验;南昌市第九医院人工肝中心张晓青护士长分享了《人工肝治疗中常见并发症的处理策略》;成都市公共临

床卫生中心人工肝室陈丽护士长分享了《人工肝治疗护理关键点》;华中科技大学同济医学院附属同济医院重症医学科熊杰科护士长分享了《血液净化治疗质量控制经验》;桂林医学院附属第三人民医院肝病科刘地娟护士长分享《非生物型人工肝应用抗凝剂的若干体会》;陈涛教授介绍了吸附型人工肝技术进展。

会议期间,中南八省护理专家及与会代表40余人参观了我院人工肝治疗中心,就人工肝治疗护理经验进行了现场交流。代表们对我院人工肝治疗中心的护理工作充分肯定,并给予赞赏。

会议期间,各位授课专家分享了她们的临床经验,与参会代表们互动交流,探讨了人工肝护理模式、护理要点、抗凝剂的使用等问题,达成了一定共识,参会代表们都表示受益匪浅。

(人工肝中心 张晓青)

