



9月12日下午3点，全县召开“不忘初心、牢记使命”主题教育工作会议。根据全县实施意见，严格按照全县主题教育思路，结合我院工作，提出以理论武装、技术攻

午3点在行政楼综合楼五楼召开总支委员会议，研究部署我院“不忘初心、牢记使命”主题教育工作。

9月17日下午3点在我院行政综合楼六楼召开“不忘初心、牢记使命”主题教育工作会议。全体院领导、科主任、护士长、全体党员参加会议，第十八巡回指导组组长林文同志在讲话中强调，要提高政治站位，认清主题教育重大现实意义；要把握总体要求，推动主题教育扎实有序开展；要突出重点措施，坚持把主题教育重点措施贯穿始终；要强化组织领导，确保主题教育取得实效。

9月18日上午8点在家领导、党支部书记、委员前往湘鄂边苏区南乡起义策源地旧址接受革命传统教育。大家向烈士纪念碑敬献花篮，深情缅怀老一辈革命先烈。面对鲜红的党旗，杨碧忠同志带领大家重温入党誓词，再次向党作出庄严承诺，此情此景，神圣感、使命感油然而生。县委校级领导现场对南乡起义的革命历史作细致讲解，给大家上了一堂生动的红色基因党课。

(人力资源部)

## 主题教育进行时



石门县人民医院  
一病区 心理卫生科  
名医恭候:覃事斌  
杜登兵  
咨询电话:5323039

石门县人民医院  
二病区 新生儿科  
名医恭候:吴 敏  
陈一静  
咨询电话:5323056

石门县人民医院  
三病区 胃肠外科(-)  
名医恭候:袁健保  
唐永池  
咨询电话:5322720

石门县人民医院  
四病区 骨科(-)  
名医恭候:李标才  
晏平华 费用礼  
咨询电话:5323069

石门县人民医院  
五病区 产科  
名医恭候:李赛媚  
刘洁  
咨询电话:5323071

石门县人民医院  
六病区 妇科(-)  
名医恭候:邓慧萍  
陈 静  
咨询电话:5323093

石门县人民医院  
七病区 泌尿外科  
名医恭候:何本林 杨 军  
谢国政 文小波  
张云臻  
咨询电话:5323093

石门县人民医院  
八病区 神经外科  
名医恭候:王云臻  
张云臻  
咨询电话:5323093

石门县人民医院  
九病区 重症医学科(CICU)  
名医恭候:康 健  
咨询电话:5323070

石门县人民医院  
十病区 胃肠外科  
名医恭候:王昭红  
李敏杰 程 刚  
咨询电话:5323070

院训施善修德业精自强



湖南省石门县人民医院 报刊内部资料准印证号: C004 内部刊物 免费赠阅

长沙医学院附属石门医院 全国百佳医院 全国百姓放心百佳示范医院

主办:石门县人民医院 石门县医学学会 2019年第9期 总第202期

地址:湖南省石门县楚江街道渫阳路045号 电话: (0736) 5324348 传真: (0736) 5329438 E-mail: boairen3000@126.com

# 博爱人

BO AIREN

博爱人



石门县人民医院  
THE PEOPLE'S HOSPITAL OF SHIMEN COUNTY

守诚信 讲奉献

SHOU CHENG XIN JIANG FENG XIAN

急救电话: 120-1 5323011 5333120

## 我院医疗集团揭牌仪式隆重举行



丰收季节，秋高气爽，天高云阔。在举国上下喜迎国庆佳节的日子里，石门县人民医院医疗集团揭牌仪式于9月30日上午8:30在奉天楼广场举行。

常德市人大常委会副主任、石门县委书记谭本仲出席揭牌仪式并为石门县人民医院医疗集团揭牌。石门县委副书记、县长郭碧勋主持揭牌仪式。县领导张凯、邱献兵、黄蕾出席揭牌仪式。县卫健局、县医保局全体班子成员，县编委办、县财政局、县人社局、县审计局等相关负责人，医疗集团成员单位主要负责人、中层骨干200余人参加了揭牌仪式。

副县长黄蕾发表了热情洋溢的讲话。她指出，成立医疗集团是落实党中央健康战略部署的具体实践，是贯彻省、市医改决策部署的重要举措，也是践行初心使命，大力推进健康石门建设，努力办好人民满意医院，解决群众看病难、看病贵问题的重大行动。她希望我院作为牵头医院，要坚持以人民为中心的服务理念，要始终坚持医疗服务的公益性质，积极履行好牵头医院的职责，努力帮助集团成员单位改善管理，实

现优质医疗资源的共享共建，提升基层医疗卫生服务能力。

在现场200余人的共同见证下，常德市人大常委会副主任、石门县委书记谭本仲与我院院长唐志远一起为石门县人民医院医疗集团揭牌，随着红绸揭开，现场响起了持久而热烈的掌声。

据了解，石门县人民医院医疗集团由我院、县妇幼保健院、蒙泉镇中心卫生院、牛市镇中心卫生院、太平镇中心卫生院、罗坪乡中心卫生院、雁池乡中心卫生院等16家医疗机构组建而成，集团组建后，将通过全面深化“人事制度、医疗服务、财政投入、医保支付、薪酬制度”等改革，打造石门卫生健康管理新模式，切实让石门人民在家门口就能享受到优质医疗服务。

(梁雨虹)

## 常德市第一人民医院与我院再签约



转诊等事宜开展深度交流及签约。石门县委副书记、县长郭碧勋，副县长黄蕾与我院全体在家院领导参加见面交流及签约仪式。

院长唐志远首先向市一医院领导和专家们表示了欢迎和感谢。

近年来，作为常德市第一人民医院的对口帮扶县医院，我们真切感受到了支持的力量和热度。

无论是专家的派驻、业务的指导，还是日常转诊的绿色通道开放，每一个环节都彰显了市一医院的真诚和关爱！

市一医院院长邓志明在谈到今后双向转诊及业务指导的具体问题时，他说，此举一定

会实现患者、两个医院三方满意，让百姓减少花费，让绿色通道更加畅通，让业务指导和学

术交流更加频繁。市一医院党委书记向勇志表示，选择石门县人民医院为市一医院双向转诊定点指导医院均有深远的意义。希望今后进一步加强协作，优势互补，共同进步。

县政府副县长黄蕾发言，她说，医共体

建设是医改大事，目前我县也在积极推进实

践中。市一医院作为全市医疗行业的龙头医

院，主动作为，对下级医院予以支持和帮扶，

县委县政府一定会大力支持。

县委副书记、县长郭碧勋做了重要讲话，感谢市一医院一直以来对石门县人民医院的帮助和支持。今后，希望市一医院继续帮扶不变，同时，要上下互动，积极开展学术文化交流，让石门县的老百姓真真切切享受到医改的实惠、健康的保障。

会后，在院领导陪同下，郭碧勋县长、黄蕾副县长与市一医院全体领导、专家一行参

(梁雨虹)

## 2019常德市疝与腹壁外科学组年会在我院召开



9月28日  
8:00, 开幕式在  
我院北区教学  
楼一楼学术报  
告厅举行。

改不断深化的新任务，更好满足人  
民群众日益增长的医疗健康新需  
求。我相信，今年的学术年会必将  
是一次高水平的学术互动大餐，大  
家一定会学有所获、学有所成、学  
有所用。

常德市疝与腹壁外科学组组  
长蒋才健指出，学无止境，医学是  
不断创新和学习的学科，希望大家  
通过此次年会，能真正掌握普腹外  
科的新理念、新知识，实实在在为  
百姓解决难题。

县卫健委  
副局长熊松明  
致辞：近年来，  
县人民医院胃肠外科抓住机遇，勇  
于探索，率先在石门县开展了一系列  
高难度手术，实实在在为百姓解  
决了问题。希望我们以此次盛会为  
契机，勇于创新、敢于突破，推动本  
院乃至石门县腹壁疾病与疝疾病的  
长足发展。

来自省内外疝与腹壁外科学  
专家及青年骨干共100余人参加  
了此次年会。此次年会大刀阔斧、  
勇于突破，除了各路专家的知识碰  
撞，更是首次实现手术直播，使会  
议更具看点、亮点颇多，受到各位  
专家和参会嘉宾的广泛好评。

报告的内容紧跟目前的研究  
前沿，但大胆提出了独特的见解，  
受到参会的各专家学者和同道的  
高度评价与关注，省疝与腹壁外  
科组副组长、省直中医院的尹晖明  
教授更是盛情邀请李涛医师参加  
湖南省疝与腹壁外科学组年会，并  
做专题报告。参会的各县、乡(镇)  
医院的同道们也深受鼓舞。他们说，  
此次会议最深的感受就是，无论论  
职称高低，无论所处的医院大小，  
无论所处的学术环境如何，只要用  
心钻研，就一定能在学术研究上  
有所收获。

报告的内容紧跟目前的研究  
前沿，但大胆提出了独特的见解，  
受到参会的各专家学者和同道的  
高度评价与关注，省疝与腹壁外  
科组副组长、省直中医院的尹晖明  
教授更是盛情邀请李涛医师参加  
湖南省疝与腹壁外科学组年会，并  
做专题报告。参会的各县、乡(镇)  
医院的同道们也深受鼓舞。他们说，  
此次会议最深的感受就是，无论论  
职称高低，无论所处的医院大小，  
无论所处的学术环境如何，只要用  
心钻研，就一定能在学术研究上  
有所收获。

此次会议开县级医院承办法  
术会手术直播的先河。  
尹晖明、李刚两位教授分别在  
我院手术室同时演示TEP、TAPP手  
术，同时利用视频传播技术，在会  
场同步直播。

乘风破浪会有时，直挂云帆济  
沧海。此次会议的成功举办，扩大  
了我院在省市的影响，促进了我院  
疝与腹壁外科学科的建设发展，向  
建设湘西北疝与腹壁外科学诊疗及培  
训中心迈出了坚实的一步。(文斌)

## 践行“健康中国行动”，一起走进千家万户



送到广大群众身边。短短一周时间，我院就继续开展了4场大型义诊和健康宣教活动，无论是院内，还是院外，都留下了医务人员的汗水和足迹，也留下了健康知识和许多温暖瞬间。

夏末初秋，天朗气清。尽管连续几日高温，依然阻挡不了我们传播健康知识的热情和脚步。为践行《健康中国行动（2020-2030）》目标要求，医院和医务人员作为普及健康知识、参与健康行动和提供健康服务的主力军，主动作为，积极行动，周密部署，将健康知识和理念带入“三减三健”知识，“饮食要做到

临澧冀东水泥公司

9月6日，我院急诊科、体检中心团队受邀来到临澧县冀东水泥公司，为该公司干部职工50余人进行健康讲座与急救知识培训。体检中心主任程晓霞首先给大家带来了“三减三健”知识，“饮食要做到

减盐、减油、减糖，拥有健康口腔、健康体重、健康骨骼才是好身体的关键！”。

随后，急诊科主任赵介带领团队为大娘讲解了非常实用的中暑、烧伤、创伤急救知识。头部受伤怎么包扎？肢体骨折怎么固定？多处受伤怎么搬运？赵主任带领团队拿出准备好的道具，一一进行了示范。“这样的知识太实用了，我们早就想学习！”整场活动受到冀东水泥公司的职工点赞不断。

维新镇渡水村

9月12日，我院健康义诊队来到维新镇渡水村，为当地百姓送去健康服务。因为义诊项目中有空腹血糖和B超，为了赶在乡亲们早餐之前到达，义诊团队清晨6点就在医院大门口集合，除了各种义诊设备，还有一份特殊的中秋节礼

物——食堂师傅准备的200多个热腾腾的馒头。早上8点，义诊团队一行11人终于到达中渡水村，近200多位当地群众也早来到了义诊地点，参加此次义诊的有康复医学科、心血管内科、老年病内分泌科、妇科专家，深受乡亲们的欢迎。同时，血压血糖、B超检查、心电图检查也让乡亲们对自己的身体状况有了基本了解。此次义诊，共有200余人次参加，完成各项检查800余人次，发放健康宣教资料400余份。

石门县民族职校

9月12日下午2:30，应石门县民族职校邀请，我院急诊科主任赵介、妇科二十二病区主任周美浓、体检中心主任程晓霞带领团队为学生们带来了精彩的科普课程。急救知识进校园、卫生健康知识进校园是我们每年都坚持进行的活

动。

不忘初心、牢记使命主题教育是贯穿党的十九大精神的重要举措。党的十九大是在全面建成小康社会决胜阶段、中国特色社会主义进入新时代的关键时期召开的一次十分重要的大会。党的十九大报告，高举旗帜、高瞻远瞩，继往开来，是我们党迈进新时代、开启新征程、谱写新篇章的政治宣言和行动指南。开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，铭记“为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴”的初心”和“使命”，是学习贯彻党的十九大精神的重要举措，是激励我们共产党人不断前进的根本动力。

不忘初心、牢记使命，是党保持永远年轻的重要法宝。党的十九大报告指出：“只有不忘初心、牢记使命，才能让中国共产党永远年轻”。要让中国共产党永远年轻，就要保持党的先进性，就要坚持党的先进性、纯洁性、战斗力。开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，就是进一步保持党的先进性，提高党的执政能力、巩固党的执政地位；就是进一步保持党的纯洁性，持续推动全面从严治党，严肃党内政治生活，净化党内政治生态；就是进一步保持党的战斗力，在决胜全面建成小康社会的战斗中，在推动经济社会全面发展的新使命中，勇往直前、奋发有为。

不忘初心、牢记使命，是党始终铭记历史的重要力量。一个伟大的民族必然是一个善于铭记历史的民族。

二、县人民医院详查流程：

患者持手术通知单→门诊一楼→乘坐专用电梯至11楼眼科大厅登记→眼科诊室进行血压、血糖、心电图、眼部彩超、胸片及眼压等专科检查→符合手术条件者办理住院手续：专人收取手术通知单、二代身份证件、医疗证（城乡居民医保卡）、就诊卡（建档立卡户、低保户、残疾人等）并带好扶贫手册、低保证、残疾人证）。

三、住院流程：

符合手术条件者携带住院手续→到爱博楼3楼眼科17病区→安排床位→完善手术前准备→次日手术。

四、出院流程：

患者须有石门县城乡居民或职工医保。

（梁雨虹）

## 爱牙日，口腔科团队走进石门四完小

9月20日是第31个全国爱牙日，今年的主题是“口腔健康，全身健康”。

口腔健康是全身健康的基础，世界卫生组织将“牙齿清洁、无龋洞、无疼痛感、牙龈颜色正常、无出血现象”定为口腔健康的标准，而在我们工作中会发现，很多小朋友从三四岁开始牙齿就已经龋坏了。

为了给小朋友们普及更多口腔健康知

识，帮助他们远离蛀牙，我院口腔科多年来一直坚持免费为适龄儿童进行六龄牙窝沟封闭治疗。

在全国爱牙日当天，我院口腔科主任王伟带领团队再次出发，来到了县四完小，首先为该校二年级小朋友带来了一堂精彩的口腔保健知识讲座。

讲座结束后，在学校的大力支持下，口

腔科团队摆好了移动牙椅，在校园内现场为适龄儿童进行免费窝沟封闭治疗。

儿童窝沟封闭项目是省卫健委主导和推

进的公益项目，我院作为常德市唯一一家与该项目的定点县级公立医院，多措保障了该项目有序的推进，并采取全免费的方式

为孩子们进行治疗，所有费用均由医院承担。

从2018年3月开始，我院口腔科即在全

## 免费白内障筛查火热进行中



科专家团队载着精

多老面孔：既有往年参加筛查但未达到手术标准的老大爷；也有去年已经做了单眼手术但今年需再做第二只眼的大妈，再见面时既高兴又期待，希望能顺利进行手术解决视力问题。

据统计，截止到9月30日，共筛查1009人，符合免费手术条件的248人。他们将于11月份前往我院接受免费白内障手术。

关于白内障初筛、详筛、手

术等相关流程：

三、乡镇初筛流程：

符合手术条件者携带住院手

续→到爱博楼3楼眼科17病区→安

排床位→完善手术前准备→次日手

术。

四、出院流程：

患者须有石门县城乡居民

或职工医保。

（梁雨虹）

二、县人民医院详查流程：患者持手术通知单→门诊一楼→乘坐专用电梯至11楼眼科大厅登记→眼科诊室进行血压、血糖、心电图、眼部彩超、胸片及眼压等专科检查→符合手术条件者办理住院手续：专人收取手术通知单、二代身份证件、医疗证（城乡居民医保卡）、就诊卡（建档立卡户、低保户、残疾人等）并带好扶贫手册、低保证、残疾人证）。

五、注意事项：

1.既往有糖尿病、高血压、严重的心肺疾病及血压血糖控制不良者不宜手术。

2.在通知到县人民医院检查时有感冒、咳嗽、发烧等症状者，建议提前电话告知5323010，可延后手术。

3.患者须有石门县城乡居民或职工医保。

（梁雨虹）

晕车晕船是怎么回事？

晕车晕船是什么原因引起的呢？对于晕车晕船等情况，我们该如何处理呢？

人们晕车、晕船、晕机等现象，在医学上称为“晕动症”，往往是由于各种原因引

“不忘初心、牢记使命”  
主题教育重大意义

“不忘初心、牢记使命”主题教育是在全党范围内开展的主题教育，是推动全党更加自觉地为实现新时代党的历史使命不懈奋斗的重要内容。

2017年10月18日，习近平总书记在十九大报告中指出，在全党开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，用党的创新理论武装头脑，推动全党更加自觉地为实现新时代党的历史使命不懈奋斗。

不忘初心、牢记使命，是贯彻党的十九大精神的重要举措。党的十九大是在全面建成小康社会决胜阶段、中国特色社会主义进入新时代的关键时期召开的一次十分重要的大会。

不忘初心、牢记使命主题教育，是学习贯彻党的十九大精神的重要举措，是激励我们共产党人不断前进的根本动力。

不忘初心、牢记使命，是党保持永远年轻的重要法宝。党的十九大报告指出：“只有不忘初心、牢记使命，才能让中国共产党永远年轻”。要让中国共产党永远年轻，就要保持党的先进性，就要坚持党的先进性、纯洁性、战斗力。

二、县人民医院详查流程：

患者持手术通知单→门诊一

楼→乘坐专用电梯至11楼眼科大

厅登记→眼科诊室进行血压、血

糖、心电图、眼部彩超、胸片及眼压

等专科检查→符合手术条件者

办理住院手续：专人收取手术

通知单、二代身份证件、医疗

证（城乡居民医保卡）、就诊卡

（建档立卡户、低保户、残

疾人证）并带好扶贫手册、低

保证书、残疾人证）。

三、住院流程：

符合手术条件者携带住院手

续→到爱博楼3楼眼科17病区→安

排床位→完善手术前准备→次日手

术。

四、出院流程：

患者须有石门县城乡居民

或职工医保。

（梁雨虹）

总编:唐志远  
投稿 E-mail:boairen3000@126.com 责任编辑:梁雨虹 胡兴皓 刘元英

总编:唐志远  
健康宣教

2019年9月30日  
石门县人民医院报



## 如何做好秋季保健

不知不觉中，已是凉爽秋天。秋天初至，虽然气候风轻云淡的，但干燥的天气却很容易令人产生各种不适，干燥、困倦、乏力、情绪不畅等症会接踵而来，影响身体健康。那么，面对这些秋天带来的不适，我们应该如何处理呢？

## 秋燥—及时润燥

秋燥可分为凉燥与燥热，温燥多发生在初秋时节，此时夏天的余热还在，干燥的风从大陆西北方吹来，若不注意补水去热，人体很容易会感受到秋季的温燥而发病，诱发头痛发热、咽干咳嗽、鼻干唇燥、心烦口渴等多种不适；而凉燥则多出现在深秋，深秋靠近冬季，天气逐渐变凉，加上陆地吹来

的风没有水分，就容易令人引起发凉燥，导致头痛身热、胸闷气逆、干咳等症。

## 调治秋燥

关键是要润燥，在饮食上要注意多喝水，多摄入水分较多的水果蔬菜，同时要避免摄入大葱、花椒、辣椒等刺激性食物。由于秋天天气晴朗，建议多外出锻炼，以增强肺部功能，提高身体免疫力，抵御燥邪的侵犯。

## 秋乏—调整作息

夏天天气炎热，人的身体新陈代谢速度快，随着秋天的到来，机体就会进入一个整体调整阶段，心血管系统、消化系统等逐渐恢复平衡，但随之而来的还有一种疲乏感，让人时刻感到精神懈怠、昏昏欲睡。

孕妇家里养宠物  
要警惕胎儿感染

感染的严重程度取决于孕周。一般来说，早期的感染比较少见，但是胎儿越早感染，情况就越严重。

人类感染弓形虫绝大多数不出现症状或症状很轻，只有少数人原发性感染（初次感染）时有发热、淋巴结肿大、头痛、肌肉关节痛和腹痛等症状。几天或数周后随着人体产生免疫力，症状消失，一般都可自愈。但是如果在怀孕前三个月内感染弓形虫，则可能直接导致流产、死胎或胎儿多发畸形；如果在怀孕中期感染病毒，可能导致死胎、早产或胎儿严重的脑、眼等部位疾病的發生。

专家提醒准妈妈，在怀孕期间应避免接触感染人群，不要食用未煮熟的生肉或者接触动物的粪便。进餐之前或者不小心接触动物粪便之后一定要洗手，以避免造成严重的感染。



## 女性抽烟危害大

现在女性压力大，除了要承担事业上的压力之外，还要兼顾家庭中的各种琐事，因此，不少女性都染上了抽烟的陋习，她们主要是想通过抽烟来排解心中的压抑感。然而，女性抽烟危害是很大的，如果不及时戒烟，还可能会诱发以下5类妇科疾病。

## 1.月经紊乱

香烟中含有的尼古丁等有害物质对女性雌激素分泌具有一定的影响，会导致雌激素分泌失衡，诱发月经紊乱，引起月经延迟或提早、月经量少或量多等现象。此外，有调查显示，那些经常抽烟的女性发生痛经的几率是不抽烟者的3倍！

## 2.卵巢早衰

烟草中的有害物质（如尼古丁、多环芳烃类物质等）是被研究最广泛的改变卵巢功能的毒素，这些有害物质会降低女性雌激素的分泌水平，导致女性卵巢过早进入衰老状态，进而影响卵巢功能，使女性看上去比实际年龄要老。

## 3.影响孕育

香烟中含有的有害物质对输卵管的纤毛运动功能同样会产生不利影响，进而降低受孕的几率。如果抽烟的女性怀孕了，也可能会影响宝宝的健康造成影响，严重的还有胎儿畸形的可能。

## 4.乳腺疾病

虽说抽烟不会导致乳房疾病，但加拿大有研究发现，抽烟的女性患乳腺癌的风险一般较高，连续9年每天抽1包烟的女性，患乳腺癌的风险会提高5%。

## 5.子宫疾病

有医学证明，抽烟的女性更易患癌症，而抽烟者患宫颈癌的几率竟高达80%！那些长期暴露在二手烟环境中的女性，发生宫颈癌前病变的风险最高达7.2倍！此外，如果女性在怀孕期间抽烟，还可能会导致宫外孕或母乳分泌变少。

注意：  
洗衣机使用中的不良习惯

在家用洗衣机使用过程中，有很多如下不良习惯，而这些习惯会带来健

康隐患，需要特别注意。

## 1.一水洗到底

有些人在洗衣服时，为节水，通常是先洗内衣裤，然后洗外套，再洗袜子等杂物，一盆水洗到底，又脏又黑。这样虽然保证了部分衣服的洁净，可是最后洗的衣服污染很严重。特别是袜子和女性的内衣裤混洗危害更大，会引起女性阴部疾病。

## 4.所有衣物一起洗

有些人认为方便省事，把所有换下的衣物集中放进洗衣机里一起洗，在洗衣机搅拌、摩擦的过程里，衣物上的细菌、颜色、脱落的纤维，不可避免地相互污染。拿到干洗店洗的衣物更复杂，有健康人的，病人的，或许还有传染病病人的。

2.长时间不清理洗衣机

有些人家的洗衣机从不清洗，只要转

得动就一直洗，排水处的内壁积满了布屑和