

# 市中医院新增挂牌“优抚定点医院”

## 昨天举行签约揭牌仪式

□肖素娴

为扎实开展拥军优属工作,在全社会努力营造尊崇军人军属、关爱退役军人和其他优抚对象的浓厚氛围,10月31日上午,盐城市优抚定点医院签约揭牌仪式在市中医院举行。市退役军人事务局局长、党组书记王旭东,市卫生健康委员会党委书记、主任、市中医药管理局局长崔国静,市退役军人事务局党组成员、副局长吴昊天,市中医院党委书记、院长顾月星,市退役军人事务局四级调研员吴双等领导参加了签约揭牌仪式。

揭牌仪式上,吴昊天表示,盐城市作为兵源大市、优抚大市,长期以来没有一个综合性的优抚医院,影响了全市优抚医疗保障水平的提升。当天的签约挂牌,标志着盐城市中医院作为我市优抚定点

医院正式运作,这是深入贯彻落实党的二十大精神的实际行动,方便了全市优抚对象就近享受优先、优惠、优质的医疗服务。

据了解,盐城市中医院挂牌成为“优抚定点医院”后,退役军人及其他优抚对象在该院就诊,可享受“一站式”“三优惠”“四免费”“六优先”等服务项目。同时设立挂号窗口诊区,出台费用减免方案,诊疗活动实行一站式服务。此外,该院还将对家庭条件困难的退役军人及重点优抚对象,定期组织免费的医疗巡诊,免费进行中医体质辨识,根据体检结果必要时进行中医中药干预治疗。

“这既是一份荣誉,也是一份责任。”顾月星强调,医院要以此为契机,不断创新服务理念,持续提

高医疗技术,在签订合作协议框架的基础上,加强军人关怀,优化军人就医流程,将优抚政策落到实处,充分发挥中医药特色优势,进一步完善体系化服务保障,细化优待政策措施,持续丰富拥军优属新内涵,为广大军人军属、退役军人及优抚对象提供更加便捷、高效、优质的医疗服务。

市中医院成为“优抚定点医院”,是市军双拥优抚工作的务实之举,也是社会化拥军工作向更多行业领域拓展、持续走深走实的又一成果,营造“让退役军人成为全社会尊重的人,让军人成为全社会尊崇的职业”的浓厚氛围,充分彰显了党和政府对退役军人事务工作的新担当,为强国强军汇聚了强大的正能量。

特约刊登:盐城市中医院

### 寻医问药

## 秋季如何食疗养生

市民张阿姨来电咨询:请问秋季怎样食疗养生?有没有推荐的食谱?

**省名中医、市中医院主任中医师徐兆山解答:**在秋季,选择食疗养生简单方便,还能预防疾病、增强体质。给大家推荐几款粥和汤,大家可按照自己的实际情况进行选择。

**秋季养生粥推荐:**

**百合粥:**百合粥具有润肺止咳、养心安神、补中益气的功效。其对肺热的干咳久咳以及妇女脏躁的治疗均有一定作用。

**做法:**百合洗净剥取瓣片,再清洗干净。待粳米淘洗后一并放入锅内,加水适量,煮成稀薄粥,再加入冰糖稍煮即可。

**莲子粥:**莲子粥黏糯香甜,具有补脾、益肾、养心的作用,对多梦失眠、慢性腹泻的治愈最为有益。

**做法:**取新鲜莲子,去掉莲皮和莲心,和淘洗干净的糯米、红枣放入锅内同煮(也可用莲子晒干后磨成的莲粉代替莲子,只是它必须等粥将成时再放入),后加适量冰糖,改用小火爆制。

**南瓜粥:**南瓜粥性偏温,具有和胃补脾、润养肺燥、清热解暑的功效,还能平喘、消肿。

**做法:**先把南瓜切成块状备用。淘净米后再泡30分钟。将米及南瓜块置入锅中,加入适量水。先用猛火煮,然后改用文火,不断搅拌,直至米粒完全烂熟,即可成就一锅美味南瓜粥了。

**松子粥:**松子粥味甘香美,具有补虚损、润肺、通便的作用,适宜体质虚弱或老年便秘者。

**做法:**将松子仁炒熟去皮,研碎或捣烂,再将糯米淘洗干净,一并放入锅内,加适量水,同煮。待粥将熟时,加入冰糖或蜂蜜搅匀即可。

**秋季养生汤推荐:**

**雪梨百合枸杞汤:**雪梨有着生津润燥、清热化痰的功效。百合具有清热、去火、润肺和安神的功效。枸杞亦为扶正固本,生精补髓、滋阴补肾之效。

**做法:**雪梨洗净带皮切成小块放入锅中,倒入清水,大火煮开后,再煮5分钟后放入百合。盖上锅盖,小火煮20分钟后,放入枸杞,再煮2分钟;将火关掉,等稍微冷却后,淋入蜂蜜搅匀即可。

**生地玉竹煲猪蹄:**生地有养阴、凉血、生津之功;玉竹有养阴润燥、止渴生津的功用。中医认为生地养阴而不腻,而玉竹质润味甘之,可解燥。

**做法:**准备生地20克,玉竹30克,猪蹄肉400克,生姜3片。分别洗净以上各种食材。药材稍浸泡;猪蹄可切块或不切块。一起与生姜放进瓦煲内,加入清水2000毫升,武火滚沸后改文火煲约2小时即可。

**木瓜鲫鱼汤:**这道汤气味清甜、香润,具清心润肺、健脾益胃的功效,为秋燥季节的清润汤品,同时也适用常见疾病的愈后滋补。

**做法:**先把鲫鱼用姜、油将鱼身煎至微黄色,将煎香的鲫鱼与姜片放入煲滚了的水中,开大火滚后转中小火煲30分钟。木瓜、胡萝卜去皮切块,另起锅将胡萝卜块、木瓜块炒香,将炒香的胡萝卜块、木瓜块放入鱼煲内大火煲滚转小火煲半小时,调盐即可。

图为签约和揭牌仪式现场

龚骏 摄



扫一扫  
看视频  
视频制作  
金建华



## 构建科研思维 提升创新能力

### 滨海县中医院举办科研培训班

为了提升医院临床科研思维能力,打造一支医学服务与科研创新全面发展的医疗队伍,10月26日下午,滨海县中医院在县会议中心成功举办科研能力提升培训班,该院党委书记刘峰,院长程焕焯出席,医院各临床科室医生、护士、医务科、护理部、医保科等共计100余人参加了培训。

程焕焯首先致欢迎辞。程院长强调,科研创新对促进学科建设、提高诊疗水平、缔造优秀团队具有重要意义。参训人员要认真学习,努力提高个人能力,推动科

室和医院科研能力进一步提升。

培训邀请了江苏省中医院党委副书记陈玉根、盐城市中医院肛肠科主任陈杰专题授课,专家们分别以《建设研究型医院、培养学者型医生》《肛肠科发展的思考》为题进行了专题培训,专家授课条理清晰、内容丰富,结合自身深厚的专业理论和丰富的科研经历为医院医务人员开展科学研究拓宽了新的视野。

讲座结束后,刘峰表示,学科建设集医教研于一体,是实现医疗卫生健康事业高质量发展的重

要支撑,加强学科建设是医疗卫生机构推进医教研内涵建设、提升核心竞争力的重要举措。要求大家以学科规划明确方向,以整合资源集中力量,以科研创新实现突破,最终实现整体医疗服务水平不断提升。

通过培训,对临床医务人员科研能力的提升起到了很好的启迪和指导作用,为医院临床医护人员开展科研工作提供了新思路、新方向、新渠道。更为提升培养和造就该院高层次科研人才、助推医院科研能力高质量发展奠定了基础。王达志