

# 薪火七十载 奋进新征程

## 市中医院举办建院70周年表扬大会暨职工联欢会

□记者 姜琰 杨扬

为进一步弘扬医院优秀文化,提振发展信心,凝聚奋进合力,10月19日,市中医院举办建院70周年表扬大会暨职工联欢会。全院领导班子成员及院退休老领导、老专家代表等出席活动,全院200余名职工代表参加。

岐黄传薪火,杏林绽芳华。70年来,市中医院始终以开放姿态拥抱时代变革,立足特色、发挥优势、勇攀高峰,在传承传统中医精髓的同时,积极融入现代医疗技术,医院综合实力和核心竞争力不断提升。“从当初的小诊所发展为全国百强三级甲等中医院,门诊量近百万,出院人次近5万,专(学)科建设成果显著。”市中医院党委书记顾月星回顾了医院发展历程,并代表医院向为医院建设与发展倾注心血的老领导、老专家以及辛勤奉献的全体干部职工致以崇高敬意。

“坚持党的领导是根本保证,坚持中医特色是核心优势,坚持中西医结合是强大之本,坚持以人为本是力量源泉,坚持改革创新是不竭动力,坚持科学管理是稳健保障。”顾月星说,医院发展得益于六大核心理念,这些理念推动医院在时代浪潮中稳步前行。

面对新机遇与挑战,顾月星表



图为活动现场。



示,医院将以“建成国内有影响力的现代化中医院”为目标,坚定“八位一体”发展方向,强化中医特色,推动中西医融合,加强人才建设,提升服务品质,优化就医流程,为中医药事业发展贡献力量,并呼吁全体职工传承奋斗精神,接续努力,共同创造医院更加辉煌的未来。

传承是中医药发展的根基,人才是中医药事业发展的基础。活动由市中医院院长马勇主持。活动现场,市中医院党委副书记、纪委书记黄万春宣读建院70周年表扬名单,院领导班子成员为获得表扬的同志颁发纪念奖杯,鼓励全院干部职工传承厚德尚道、敬业自强的精神,以他们为榜样,为卫生健康事业和医院发展贡献自己的才智与力量。

颁奖仪式结束后,市中医院建院70周年职工联欢会随着护理部带来的舞蹈《时代浪潮》拉开帷幕。各科室通过歌舞、诗朗诵、快板、乐器演奏等多种形式进行演出,表达对医院发展、美好生活的衷心祝愿。联欢会现场热情洋溢,几代中医人欢聚一堂,掌声不断,增强了职工凝聚力和向心力,打动了和激励着现场每一位“盐中医人”。

本次联欢会不仅充分展现了市中医院文化建设取得的丰硕成果,展示了医务人员自尊自信、积极向上的良好精神风貌,也表达了全体员工对医院美好明天的祝福和期盼。下一步,市中医院将持续强化中医特色,坚持中西医融合,全面深化医教研协同发展,推动临床型医院向产业研究型医院转化,以更加饱满的热情和更专业的技能,在中医院传承创新发展的道路上阔步前行。

特约刊登:盐城市中医院

### 寻医问药

#### 润肺健脾,这样做就对了

市民王女士来电咨询:气温骤降、空气干燥,最近总是口鼻干燥、咳嗽不断,请问有什么好的保养方法?

省名中医、市中医院主任中医师徐兆山答:俗话说“秋不养肺,冬病缠身”,可见秋季养肺的重要性。通过合理的饮食调养、呼吸锻炼、适度运动、穴位按摩以及保持良好的生活习惯,我们可以有效地保护肺部健康,预防各种呼吸系统疾病的发生。

**饮食调养:**饮食上要多吃润肺食物,如莲藕、梨等润肺食物。尤其是梨,具有生津止咳、清热降火、润肺去燥等功效,是秋季养肺的佳品。还要少食辛辣食物。秋季应少食葱、姜、蒜、韭菜、辣椒等,以防泻肺气、加重肺燥症状。

**呼吸锻炼:**每日早晚选择空气清新处进行深呼吸锻炼,一呼一吸的频率尽可能放缓,让新鲜空气深入肺部,达到锻炼肺功能的效果。还可以练习腹式呼吸,这是一种更深层次的呼吸方式,可以最大限度地利用肺部进行气体交换,提高肺活量,增强肺功能。



扫一扫 看视频  
视频制作:陈 晗  
图片摄影:李泓儒

## 盐城市寻找身边的“老年健康达人”暨“99健康故事”短视频征集活动

为深入开展老年人“99健康”促进行动,强化老年人健康知识普及与技能提升,推动老年群体养成健康生活方式,助力健康盐城建设,盐城市卫生健康委员会和盐阜大众报报业集团联合举办盐城市寻找身边的“老年健康达人”暨“99健康故事”短视频征集活动,敬请关注。

主办单位:盐城市卫生健康委员会 盐阜大众报报业集团  
承办单位:盐南高新区社事局 盐城市疾控中心 盐阜大众报文化传媒公司  
媒体支持: 学习强国 盐城学习平台 盐阜大众报 盐城晚报 盐城新闻网 盐城新闻客户端 官方微信

