

## 加强内涵建设,营造浓厚学习氛围

## 市第一人民医院“附医大讲堂”开讲

□记者 陶秋风

汲取榜样力量,砥砺前行前行。9月21日下午,市第一人民医院附医大讲堂首课开讲。首期大讲堂邀请了原副院长叶永存主任医师为大家讲课,老一辈诊治和抢救患者的认真态度与刻苦作风,获得了现场上百名党员、青年医生经久不息的掌声。

“开展大讲堂旨在加强医院整体内涵建设,营造比学赶超的浓厚学习氛围,提高医院广大职工职业道德的素养、业务能力的水平,建成一支医德高尚、业务精湛、人民满意的医务工作者队伍。”当天,市一院党委副书记、院长王正主持了大讲堂。

自1948年创建以来,从隶属于新四军第三师的16人卫生队,到目前拥有4个院区5000余名职工的市一院(简称附医),一代代附医人把“治病救人、笃行济世”的精神发扬光大。75载披荆斩“疾”,砥砺前行、乘风破浪,实现了从蹒跚学步到勇立潮头、从杏林小舟到医疗航母的跨越发展……筚路蓝缕,不朽丰碑。崇尚医学的老前辈们悬壶济世,救死扶伤,铸造了“严谨、博学、团结、奉献”的附医精神。一代代医师们牢记医者初心,践行医者仁心。原副院长叶永存主任医师作为首位开讲嘉宾,鼓励医师们“不忘初心、做好本职工作”。

叶永存老前辈出生在上海,1962年他从南京医学院(现为南京医科大学)毕业后来盐城工作,至今整整60年。在叶永存老前辈的带领下,附医于1982年创建了内科肾脏病组,1991年成立了肾脏内科。1991年,他还曾带领11人医疗队支援非洲桑给巴尔两年,为附医援外发展事业作出重大贡献。

“医生面对风险时,要敢于承担。”叶老讲述了在上世纪80年代时,一位因胆石症并发急性出血性坏死型胰腺炎重症患者在出现休克后,是转院还是就地抢救面临抉择。“手术风险很大,但转院会延迟手术抢救时间,增加死亡风险。我同外科主任会商选择抢救病人,在征得家属同意情况下,先后克服多种难关抢救治疗。”最终,病人痊愈出院。

讲课中,叶老回顾自己几十年的工作,分享自己的从医经历和体会,从零开始积累起多种疾病治疗的准确判断,及时提出学科的发展方向。“我是一名全科医生,哪里需要就到哪里。我的宗旨是做一名称职的医生。”老一辈的辛勤耕耘、不



叶永存接受献花。



为党员代表授课(市一院供图)。

懈努力为如今疾病的诊治奠定了扎实的基础。在叶老经历的病案讲述中,既有所经历的各种惊险与失败,更有所成功救治病人背后医者默默付出的艰辛和努力。

“如今,附医的迅速发展对医生提出了更高的要求,不仅要有扎实的基本功,还要有与时俱进学习新技术新知识的能力。希望大家积极充实自己,成为一名出色的医生,成为医院响亮的名片。”叶永存对医生们提出鼓励。

现场,大外科副主任郭俊听了宣讲后十分感慨,“叶院长的讲课真正诠释了医务工作者不畏艰辛,发扬救死扶伤的精神。上世纪六七十年代时,条件艰苦、物质匮乏,没有视频、没有网络媒体,为了掌握一项技术,只能靠自己的吃苦耐劳和多方面寻找机会。也正是老一辈的努力,建成了我市第一代人工肾血透

室,在苏北率先开展血透抢救治疗急性肾衰病人。叶老浑身的武艺,令我们敬佩。我们要向他学习,做一个让老百姓放心的合格医生。”

“听了叶院长的讲课,了解到他年轻时在艰苦的年代不断通过学习,从失败中汲取经验和教训,让自己不断进步,为医院建设贡献力量。”青年医生邹勇是一名全科医学科住院医师,“我们年青一代医生更应该不忘初心、牢记使命,夯实专业基础,练就过硬本领,攻克新的挑战,争取新的成绩。”

为了做好附医大讲堂工作,医院将以院内外高水平专家学者团队为支撑,市一院党委委员、副院长李奇志表示,“以后将每月组织两次,医院组织和业务科室组织轮流进行,致力于推动医学技术进步、医院管理创新、医院党建文化建设,成为医院高质量发展的举措之一。”



主办:盐城市卫生健康委员会  
盐阜大众报业集团  
健康教育 协办:盐城市疾病预防控制中心

重点人群  
如何做好防护?

重点人群做好健康监测,科学佩戴口罩,做好手卫生,保持生活规律和充足睡眠,注意咳嗽礼仪,强化自己健康的第一责任人意识,提升健康防护技能。

应做好自我健康监测。如出现发热、干咳、乏力、咽痛等症状时,须及时就医,不带病上班、上学。

科学佩戴口罩。工作期间按要求佩戴口罩、手套等防护用品,做好个人防护。口罩出现脏污、变形、损坏、异味时需及时更换,每个口罩累计佩戴时间不超过8小时。

做好手卫生。尽量避免直接用手触摸公共区域的门把手、电梯按键、挂号机、取款机等物体表面,接触后及时洗手或用速干手消毒剂揉搓双手。

注意个人卫生。个人生活用品单独使用,不可共用。

加强家庭、宿舍和工作区域等通风换气和清洁消毒,物品保持干净整洁,及时清理垃圾。

注意厕所卫生,冲水时需关闭坐便器的马桶盖。定期向地漏、洗手盆和厨房水槽中加水,每次加水350ml或打开156水龙头放水8~10秒。

注意咳嗽礼仪。咳嗽打喷嚏时,用纸巾捂住口鼻,无纸巾时用手肘代替,注意纸巾不要乱丢。

外出时与他人保持安全距离,不去人员密集、通风不良的场所,尽量减少参加聚会、聚餐等聚集性活动。患有呼吸道疾病期间,尽量减少外出。

鼓励3岁以上适龄、无接种禁忌症、符合接种条件的重点人群接种新冠病毒疫苗。

保持正常生活规律,保证充足睡眠,清淡饮食,均衡营养。

## 好睡眠是健康基石

市区读者李先生来电:我今年40多岁,工作压力大,睡眠不好,身体特别容易疲劳。请问专家,睡眠和健康也有关系吗?

市第四人民医院睡眠医学科主任周爱华:研究表明,当人类睡着后,血液会周期性地流出大脑,脑脊液随即进入,对大脑里β淀粉样蛋白等代谢副产品进行清除。这也能解释,为什么人一觉醒来,会感到头脑清爽,而熬夜、

失眠则让人头脑昏沉。良好的睡眠,能够有效清除脑内产生的各种“垃圾”,对于人们的健康具有重要作用。

没有睡眠健康就不能实现全民健康,良好睡眠能促进大脑发育生长,消除疲劳、恢复精力。然而在现代社会,随着人们工作和生活节奏的加快,睡不着、睡不醒和睡不好这三大类90余种睡眠疾病,正在对人们造成不小

困扰。数据显示,我国有各类睡眠障碍者约占人群的38%。在青少年中,睡眠不足的问题也普遍存在。

调整呼吸、安享睡眠,实现身心健康的全面提升,应该是美好生活的题中之义。



## 盐城健康

[微信公众平台]

世界阿尔茨海默病日:  
用爱,填满这本“人生备忘录”

请用智能手机扫码阅读