

我院参加青大医疗集团职工运动会勇夺总成绩第一名

8月31日，青岛大学医疗集团第四届职工运动会在青岛大学体育场隆重举行。我院最终以266分的最高分荣获团体总分第一名，并荣获精神文明奖和太极扇表演优胜奖。

8月的最后一天，美丽的青岛，蓝天白云，海风拂面。青岛大学中心校区体育场彩旗招展，锣鼓喧天，一片欢腾景象。青岛大学医疗集团第四届职工运动会在这里如期举行。24支代表团，近2000名运动员参加了57个比赛项目的角逐。我院院长闫家平先生先士卒，参加了趣味保龄球、60米托球

跑等项目，党委副书记王超参加了火炬代代传递接力比赛。在领导的参与带动和鼓励下，85名参赛选手们竭尽全力，顽强作战，以饱满的热情和昂扬的斗志突出重围，脱颖而出，一举夺得团体总分第一名，并荣获精神文明奖和太极扇表演优胜奖，实现大满贯，取得了突破历史的傲人成绩。

比赛结束后，闫院长第一时间通过微信发来热情洋溢的贺词。闫院长说，沉甸甸的奖杯奖牌来之不易！感谢各位运动员的拼搏奋斗！感谢相关工作人员的服务保障！感谢大后

方家人们的支持鼓励！感谢院工会的精心组织筹划！这次比赛大获全胜，再一次体现了我院干部职工爱院如家、团结奋斗，唯先必争、唯旗必夺，敢打硬仗、善打胜仗的新时代挑山工精神！让我们继续发扬这种精神，勤勉敬业、扎实工作，为把科室、医院发展建设得更好更快而不懈努力！

(党办 展光保)



【健康养生】
秋季脾胃怎样
调理？

秋季的温度介乎于热与冷之间，这样的温度很容易使得脾胃不舒服，所以秋季要好好调理脾胃，那么秋季脾胃怎样调理？

1、注重保暖。脾胃最怕低温的刺激，尤其是患有慢性胃病，要格外注重胃部的保暖，不要长时间吹空调，早晚温差变大，要注意添衣保暖，夜晚睡觉盖好被褥，少吃生凉、为生冷的食物，为脾胃创建一个温暖的环境。

2、管住自己的嘴巴。除了少吃生冷的食物外，还要注意不吃过烫、过硬、过辣、过粘的食物，更忌暴饮暴食，抽烟酗酒，不要吃太多的油腻食物，尤其是早晚，否则会给胃肠增加太重的负担，并使脂肪摄入量，三餐定时定量，注意细嚼慢咽，对胃黏膜有保护作用。

3、吃果不吃瓜。瓜类食物多属阴寒性质，夏季可以适量的多吃些，但到秋季之后，瓜类食物要适可而止，吃多了会损伤脾胃，可以用果类食物来代替，像是梨是秋季最佳水果，可以润肺解燥，煮熟后还可以健脾益胃。

4、按摩小腹。坐在椅子上，左手放在右手上，吸气、挺胸，用力往前提出上半身，身体微微后仰；吐气，收缩弯腰，双手用力往腹部压。每次20—30次，量力而行，配合腹肌收缩按摩内肠胃，促进肠胃功能。

5、艾灸。在家可用艾条箱，把艾条放进箱中，放在肚脐上，正好把肚脐（神阙穴）、上院穴（脐上5横指）、中院穴（脐上4横指）、

主 编：闫家平
副 主 编：李振爽
王 超
林永年
徐勤伟
吴修才

一版编辑：孙 晶
二版编辑：展光保
三版编辑：杨 蓉
四版编辑：刘维娜

编辑部电话：0538-7255330
传真：0538-7251239

新泰中医医院 通讯

新泰市中医医院主办 2019年8月31日 星期六
泰安市内部资料准印证第129号 第8期(总第97期 内部交流、免费发放)
Http://www.xtzyy.com.cn E-mail:xtszyydb@163.com



树人文精神 做诚信医师 我院举行庆祝第二个中国医师节活动



8月16日下午，我院“树人文精神 做诚信医师”庆祝第二个中国医师节大会在1号会议室举行。市政协副主席、市卫健局副局长殷培文，市城市转型办副主任曲兆海，我院院长闫家平等院两委会成员，医院中层干部，部分医护代表等近200人参加庆祝大会。副院长李振爽主持会议。

殷培文在致辞中强调，近几年来，市中医医院两委一班人全面贯彻落实市委、市卫健局党组工作部署，团结带领全院干部职工创新争先、砥砺前行，实现了健康稳定快速发展，各方面工作成绩名列前茅，各种文化活动新颖出彩，各类正能量新闻事迹广泛传播，各项荣誉实至名归。希望今后继续不忘初心、牢记使命，做改革发展的促进者；严谨求精、追求卓越，做人民健康的守护者；立德修身、弘扬医道，做职

业操守的捍卫者；精于医术、诚于人品，做信用新泰的引领者。

闫家平在致辞中首先代表院两委，向全院医师致以诚挚的问候和崇高的敬意！并向他们的亲属家人表示衷心的感谢和美好的祝福！要求全体医师要站得更高，望得更远，不仅要做一个合格称职的临床医生，还要力争成为一位医教研综合发展的行家里手。天高任鸟飞，海阔凭鱼跃。目前，医院制定了一系列学科建设、人才培养、科研教学的政策措施，不遗余力地鼓励青年医师成长、促进骨干医师成才、支持学科带头人成名、激励知名医师成家，为医院的未来积蓄力量，为医院的腾飞提供坚强保证。

会上，医院党委副书记王超宣读了《新泰市中医医院从业信用等级评价管理办法（试行）》《新泰市中医医院信用就医激励、惩戒办法》。标志着医院内部信用管理体系制度付诸实施，以及信用等级AA、AAA级人员“先看病后付费”信用就医机制正式启动。

与会人员观看了医务科组织的“双人配合外伤止血、包

扎与固定急救技能操作”业务技能展示，以及医院感染管理科组织的外三科孙彬、毛志昊表演的相声《我被扎了》。

与会领导为弘扬泰山“挑山工”精神岗位练兵知识竞赛的获奖医师和泰安市首届青年医师中医急救技能竞赛获奖选手颁奖。

医务科主任、工会副主席张希华宣读了新泰市中医医院“树人文精神 做诚信医师”倡议书。

最后，大会举行了庄严的宣誓仪式。在优秀医师代表成志凤、杨元庆的带领下，全体参会人员集体起立，举起右手郑重宣誓了《中国医师誓词》和《新泰市中医医院员工誓词》。

庆祝大会开始前，播放了反映新泰市中医医院医护人员一天12个时辰工作场景的微电影，让大家看到了医务工作者日常工作中的温情和善良、责任与担当，与会者观看后无不深受感动。

(党办 展光保)



山东省医师协会麻醉学医师分会 无痛内镜技术实践示范点落户我院



8月6日下午，山东省医师协会麻醉学医师分会无痛内镜技术实践示范点揭牌仪式在我院举行。山东省医师协会麻醉学分会会长、山东中医药大学附属医院麻醉科主任苏帆，市政协副主席、市卫生健康委副局长殷培文，泰安市中心医院麻醉科主任、泰安麻醉学会主任委员李胜德，我院院长闫家平等在家的院两委会成员出席揭牌仪式，我院中层干部、相关科室医护人员150余人参加仪式。我院副院长林永年主持会议。

闫家平汇报了医院基本情况及无痛内镜技术开展情况，他指出，此次山东省医师协会麻醉学医师分会无痛内镜技术实践示范点落户我院，对加快医院无痛内镜技术创新发展和人才培养将产生积极的推动作用。今后要在山东省医师协会麻醉学医师分会的指导帮助下，不断提高我院无痛内镜、疑难病例的诊疗水平，为全市人民提供更加优质、便捷的医疗健康服务。

殷培文在致辞中表示，市中医医院要以这次揭牌仪式为契机，进一步解放思想，创新思路，不断提高医院无痛内镜、疑难病例的诊疗水平，更好地服务于广大群众，为新泰及周边地区的患者带来可靠满意的疗效和健康促进，为全市卫生

健康事业的发展做出新的更大贡献。

苏帆在致辞中首先向无痛内镜技术实践示范点落户新泰市中医医院表示衷心祝贺。他表示，新泰市中医医院学科齐全、功能完善，无痛内镜技术走在省内前列。希望新泰市中医医院通过示范点的建设越来越好。下一步，双方要加强合作，通过技术帮扶、人才培养、学科建设等有效手段，将进一步实现优质资源下沉，进一步提升新泰市中医医院的无痛内镜发展水平，推动双方事业发展，最终造福广大患者，更好地满足人民群众的健康需求。

苏帆和殷培文共同为“山东省医师协会麻醉学医师分会无痛内镜技术实践示范点”揭牌。

揭牌仪式后，苏帆、李胜德分别作了题为《中医药围术期应用》和《围手术期患者低体温防治》的精彩授课。

近年来，我院积极开展无痛内镜技术，不断拓展内镜领域，仅2018年医院实施无痛胃镜1800余例、无痛肠镜500余例、无痛宫腔镜70余例、无痛膀胱镜及输尿管镜200余例。无痛内镜技术在给广大患者带来好处的同时，也极大地推动了医院内外科的融合发展，对医院的学科建设和专科技术纵深发展，起到了积极推动作用。此次无痛内镜技术实践示范点落户我院，将对全市无痛内镜技术起到有力的推动作用，必将为我院无痛内镜技术的提高、创新和规范化发展注入新动力，让全市百姓享受到省内最优质的无痛内镜技术，大大提升群众就医的舒适感和满足感。

(党办)

我院组织观看全市 “岱下清风”廉政文化书画作品展



8月7日，院长闫家平带领部分在家的院两班班子成员及重点科室负责人观看“岱下清风”廉政文化书画展。书画作品以全面从严治党、习近平用典等为主要内容，翰墨激浊流，妙笔扬清风，大家在名家的书画作品前不时交流，细细品味，认真体会，在艺术的熏陶下树立忠诚老实、公道正派、实事求是、清正廉洁的价值观，不断涵养政治定力、纪律定力、道德定力、抵腐定力，勇做新时代泰山“挑山工”。

(政工科)

