

“天使之美诗意图”诗文大赛作品选登

王道之花

一个房间里，一个新生儿呱呱落地
同楼的另一个房间里，一个老人也许刚刚离去
一个房间里，一个中年人在咨询健康问题
也许就在隔壁，另一个病人正打着点滴

这是每一家三甲医院，在每一天日升日落之间
对生命的关怀和期许
那些穿梭在诊室、病房，走廊里的白衣天使
看着她们匆匆的背影，既陌生又熟悉

如果说，在2019年的7月13日
我走进新泰市中医医院，参加了一次泰安诗歌会
这也不足为奇
那我写一写产科主任王道花，便不必介意

她参加工作比我晚一年，是个老护士
我工作了正好三十年，是个老教师
她亲手接生的孩子超过一万个
可我教过的孩子和她不能相比

我一生进过房只有两次
一次是我儿子出生，另一次是我自己
王道花进出房，早已无法统计
她每次托起婴儿，都是对她的职业的崇高敬礼

她说，女人的每一个孕期
都是一场充满艰辛的修行
我要说，她每一次接生的顺利
都是她职业修行的福祉

作为男人，在母亲的子宫里待了十个月
却无法体会母亲充满担忧的欣喜
作为女人，怀胎十月
却要时时刻刻小心翼翼

她说，有了做女人的经历
就更理解了一个女人的不易
我要说，她真诚地呵护每个生命的尊严
就是诠释了她的职业的真谛

就在今年的春节前夕
一位怀着二胎的妈妈情况十分危急
超声检查胎心已经停止
必须马上手术，把死胎剥离

而这位孕妇，情况非同一般
第一胎剖宫产，如果再施行剖宫手术
她要二胎的愿望也许会遥不可及
王道花临危不乱，对病情做了全面分析

温馨文化墙，温馨中医院

引产！她的决定充满自信和担当
即使有风险，也要尽力保护母体
一定要让她再孕育一个新生命
这可是她和她的一家人对未来的希冀

当然，我们都不愿面对这样的分娩
有哪位母亲能忍受那一团血肉没有呼吸
有哪位母亲不想听到
那一声响亮的令人振奋的哭啼

面对生与死，当我们回天无力
医者仁心，就是最好的处方
面对得与失，当我们心有顾虑
敢于负责，更彰显了王道花的大爱无私

研判，沟通，协调，手术，
她连续工作了三十多个小时
当胎盘缓缓娩出，找到胎儿的死因
她才松了口气，麻木的双腿已难以站立
可在人们心中，她的英姿更富魅力

随着二孩政策全面实施
高龄产妇成了王道花们的科研专题
一个务实高效的合作团队
在王道花的带领下，不断创造着生命奇迹

她们注重本院的中医药特色优势
开创了孕产妇的绿色理疗机制
母子平安，这里是全院最喜庆的科室
放飞梦想，这里是生命解缆绳的岸堤

青云湖畔，杂花生树，草木葱茏
新泰市中医医院，百花吐芳，药香浓郁
有一朵行走的茉莉花，把明媚送给了每一位产妇
用馨香，滋润着每一个新生婴儿的生命初旅

接生，一个多么富有意义的职业
每天，那双手都在进行生命的接力
每天，那双手都在把一个生命，从黑暗
接到一个色彩斑斓的光明之地

当那双手，像捧着初生的婴儿一样
捧住一个荣誉
我们坚信，在这新时代的王道乐土
将会盛放更多更美的花季

2019年7月14-15日于青岩书斋
陈士杰（肥城）

义诊服务到家门

12月4日、13日、20日，我院组织医院脑病科、
治未病科、内科、内分泌科、B超等专家先后到
泉沟镇赵家峪村、新甫街道南西周村、谷里镇大尧
沟村，开展“平阳杏林义诊志愿”服务活动，给
现场群众诊治疾病、测血压、测血糖、心电图检查、
彩超检查、平衡针灸治疗、中医脉诊、一对一健
康指导，发放健康宣传手册，讲解健康养生知识。
特别是针对老年人高血压及糖尿病患者较多的情
况，内分泌科及内科专家做了详细耐心的用药
及健康指导。（外联办）



扫一扫关注医院微信

【健康养生】

冬季手脚干裂 该怎么办

1、冬季手脚干裂之用醋治疗。买一斤醋，放在铁锅里煮，开锅后五分钟，把醋倒在盆里，待温后把手泡在醋里10分钟，每天泡两三次，7天一疗程。

2、冬季手脚干裂之剩茶水治疗。在睡觉前用热茶水泡洗手足约十分钟，坚持一周有效。

3、冬季手脚干裂之枣糊可治手脚裂。把数枚大枣去掉皮核，温水洗净后，加水煮成糊状，像抹脸油一样，涂抹于裂口处，轻的一般2-3次即愈。

4、冬季手脚干裂之苹果皮治足跟干裂。用削苹果剩下的果皮搓足跟患处，效果好。

5、冬季手脚干裂之米醋泡蒜瓣治手脚裂口。用醋泡蒜瓣擦手脚，手脚逐渐不裂口，皮肤光滑。

6、冬季手脚干裂之软柿子冰可治手皴。把软柿子水挤在手上反复用力搓，连续几天能见效。

7、冬季手脚干裂之涂桔子皮汁。将新鲜的桔子皮汁，涂擦在手脚裂口处，可使裂口处的硬皮渐渐变软，裂口愈合。另外，还可将晾干的桔子皮泡水洗手脚，也可收到同样的效果。

8、冬季手脚干裂之热水泡脚。睡前以热水泡脚可以促进足部血液循环，还能够安神助眠。泡脚后涂抹足霜，或是质地较厚的手霜，给予足部肌肤滋润保护。并稍加按摩以使局部皮肤湿润柔软，并穿袜子睡觉。

冬季手脚干裂的原因？

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：0538-7253530

传真：0538-7251239

作者：曲业贵（新泰）

新泰中医院通訊

新泰市中医院主办

泰安市内部资料准印证第129号

[Http://www.xtzyy.com.cn](http://www.xtzyy.com.cn)

2019年12月31日 星期二

第12期(总第101期 内部交流、免费发放)

E-mail:xtszyydb@163.com

新泰市中医院

三级甲等中医医院

(2018.12—2022.11)

国家中医药管理局

编号：ZYSJ415027

我院成功举办第201期 山东科学大讲堂



候寒冷，对于老年人不利，因为老年人本来就阳气虚，到了冬天以后，寒冷伤阳，阳气更虚，是心脑血管病、感冒、慢支肺心病的多发季节，这个时候老年人要特别注意防寒，尽量少外出，锻炼要在上午9点、10点钟以后，下午要到2、3点钟太阳比较好的时候出来活动。

再就是冬天多吃一些有营养的、辛温的食物，比如一些坚果，一些种子的东西可以多吃一点，另外就是多晒太阳，阳光对人的健康是非常重要的，所以中医非常注重阳气，阳气从哪里来，就来自太阳，我们吃的食物实际也是间接的吸收太阳的能量、热量而来的，所以冬天要多晒太阳，有这么一句话，叫冬天晒太阳，胜似人参汤。

全国名老中医药专家丁书文教授进行了《学习黄帝内经，身心俱养》主题讲座，丁老围绕《黄帝内经》养生之道，用浅显易懂的语言从春夏秋冬四季讲解了老年人养生保健、心脑血管疾病等预防知识。他说，中医养生一个基本观念就是天人合一，所谓天人合一就是人的生活、健康、生命规律要符合、要遵循自然界的变化规律。自然界的变化规律主要表现在春夏秋冬这四个季节的变更和交替，另外就是昼夜的变更和交替，一年四季一般是春温、夏热、秋凉、冬寒，人只有遵循这个规律，才能有利于健康，才能长寿，叫顺则益逆则害。冬天要稍微隐伏一下，精神要收敛一下，要多吃一点有营养的东西，来储藏营养，以便于来年春天更好发展；另外，冬天气

的、辛温的食物，比如一些坚果，一些种子的东西可以多吃一点，另外就是多晒太阳，阳光对人的健康是非常重要的，所以中医非常注重阳气，阳气从哪里来，就来自太阳，我们吃的食物实际也是间接的吸收太阳的能量、热量而来的，所以冬天要多晒太阳，有这么一句话，叫冬天晒太阳，胜似人参汤。

泰安市名中医、主任医师、我院副院长李振爽作了《奉天承运话养生》主题讲座，他按照《黄帝内经》五运六气理论，以大自然的规律为主题，引经据典，深入浅出，以图文并茂的课件、生动活泼的讲解，向大家展示了正确的养生观、保健观。

（党办 展光保）

我院成功举办第二届新中医肿瘤青云论坛 暨省级中医药继续教育项目培训班



肿瘤专业负责人、我院肿瘤科医护人员及相关科室医护人员近200人参加会议。我院副院长吴修才主持开幕式。

开幕式上，首先观看我院肿瘤科精心制作的MV《祈祷》，殷培文、李秀荣分别致辞。

殷开幕式结束，张光明教授、李振爽教授、孙长岗教授、刘寨东教授、张建东教授、王三虎教授、肖军教授、曹凤玉教授、李长洋主任等九位专家依次登台，分别结合自身实践经验、心得体会和真实案例，围绕“中医药在恶性肿瘤防治中的应用和进展”主题进行精彩的学术讲座，课件制作精美，内容丰富翔实，案例具体生动。他们旁征博引，引经据典，深入浅出，声情并茂，娓娓道来，会场不时是响起阵阵掌声。

本次培训班，学术讲座多、时间紧，为保证会议的质量和连续性，大会为与会人员安排了午餐（盒饭）。午餐期间，安排了轻松的互动有奖问答环节。与会人员纷纷表示，本次培训班真是一堂精彩的学术盛宴，近8个小时的培训，既让我们学习了中医药在恶性肿瘤防治中的前沿知识和技术，更让我们对中医药文化的先进理念有了更充分的认识和理解，受益匪浅。希望这种学术讲座和培训班经常性的办下去，不断增强基层医生的继承、更新、补充、拓展专业知识和技能，不断提高基层医生的专业技术水平和创新能力。（党办 展光保）



新年献词

岁序更迭，华章日新。

2019年已经收尾，这一年我们团结协作、攻坚克难，在砥砺奋进中创新争先，用执着和奋斗铸就辉煌；2020年已然来临，新的一年我们将不忘初心、担当作为，在昂扬斗志中激扬梦想，用拼搏和实干再谱新篇。

回顾2019，我们经历的点点滴滴，取得的每一份成绩，饱含着市委市政府的坚强领导，饱含着上级主管部门的鼎力支持，饱含着全院干部职工的辛勤奉献，饱含着全市人民和社会各方面的理解信任。我们铭记、感恩这一切。在岁末年初之交，我们谨表示诚挚的感谢，感谢你们的关心厚爱，感谢你们的一路陪伴！

这一年，我们喜迎新中国成立70周年，始终增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，扎实开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，栉风沐雨，革故鼎新，为实现中华民族伟大复兴的中国梦添砖加瓦。

这一年，是中医药发展史上极具里程碑意义的一年，以国务院名义第一次召开的全国中医药大会提出，中医药要传承精华、守正创新，为建设健康中国贡献力量。以中共中央和国务院名义发布的第一个中医药文件——《关于促进中医药传承创新发展的意见》重磅出台，将中医药发展上升为国家战略。中医药迎来天时、地利、人和的大好时机，中医院迎来前所未有的高光时刻，开启了传承创新发展的新征程。

这一年，我们秉持“中医立院、质量建院、科技兴院、人才强院、文化塑院、节俭办院”方针，各项工作有力推进，逐项业绩全线飘红，社会知名度和影响力日益扩大。

这一年，我们坚持“中医保领先、西医跟前沿、中西医并重发展”理念，各个专业竞相迈进，特色优势更加彰显，科研学术成果满园开花，招才引智厚植高质量发展动力，学科建设夯实核心竞争力，门诊、住院人次屡创新高，好评如潮，百姓满意诠释一切。

这一年，我们继续深入开展“建设人文医院、争做行业典范”主题行动，以人文精神引领，倾力打造讲诚信、有温度、负责任医院，百姓更满意、社会更认可、职工更幸福。平阳杏林志愿服务总队大旗高扬，杏林“益”诊、好“孕”伴你行等创新志愿服务项目如火如荼，“热血医生”毛志昊、翟绪辉为手术女孩腋下加温救命血登上央视新闻，名扬全国；援渝专家刘凤强、高考前夕为气胸患者保驾护航的共产党员杨方良等勇做新时代泰山“挑山工”，广受赞誉。“中国人文创新医院”“中华诗教先进单位”国字招牌实至名归。

这一年，我们致力于“互联网+医疗健康”智慧医院建设，新泰市首家获批成立互联网医院，全面实行微信支付和国家电子就诊卡，在线预约诊疗、缴费及候诊提醒、报告查询等触手可及，病历网上预约复印快送到家，线上线下一体化诊疗服务便民惠民，让数据多跑路、让患者少跑腿，居民就医体验进一步改善。

这一年，我们坚守公立医院公益性，勇担社会责任，扎实推进医改，着力健康扶贫，融入医疗帮扶大潮，派出业务骨干，远赴新疆喀什地区岳普湖县、重庆巫溪县中医医院，近驻汶南、放城、西张庄等乡镇卫生院和工矿医院，为那里民众带去健康福音，填补当地多项技术空白，切实提升了援助单位的医疗技术水平。

幸福都是奋斗出来的！走过2019，我们心怀敬畏，充满力量。回首我们取得的不凡业绩，感悟我们砥砺前行的铿锵步伐。救死扶伤的人道主义精神历久弥新，我们有责任、有义务、有信心继续为健康中国做出更多贡献，我们完全有理由为我们所创造的一切感到无比自豪！

再见，2019！你好，2020！

2020年，是新泰市中医院建院30周年。而立之年，我们初心如磐、使命在肩；大展宏图之际，我们勇于改革、精进研修，共建共做“美丽中医院、魅力中医人”和“有担当、有温度、有作为、有过硬本领”的“四有”新时代中医医院人，为全市人民群众的健康倾力保驾护航，为健康新泰建设做出新的更大的贡献。

2020年，我们将以大医精诚为笔，以仁和善行为墨，凝聚起继往开来的磅礴力量，继续开拓创新，奋力描绘又一个浓墨重彩的新年，共筑又一个美好新时代，为创建全国一流县市级综合性中医医院而矢志不渝！

2020年，是充满光荣与梦想的一年，是承载希望与收获的一年。我们不驰于空想、不骛于虚声；我们翘首跂踵，奋发向上，等待下一个辉煌时刻的到来。

愿诸位新的一年生活幸福，工作顺心，迈上新台阶！

愿我院新的一年披荆斩棘，高歌猛进，更上一层楼！

美国国家微生物院士赵玉琪教授来我院指导讲学



12月2日，美国国家微生物院士、马里兰大学医学院终身教授、美籍华人赵玉琪教授来我院参观指导、交流讲学。

2日上午，赵玉琪教授在我院院长闫家平，副院长林永年、吴修才及相关科室负责人陪同下，先后参观了医院外一科、针灸推拿科、治未病科、乳腺诊疗门诊、男科诊区、检验科、国医堂、中药房、闫家平劳模工作室、图书室、中药标本室等。赵玉琪教授饶有兴趣地实地参观指导，听取相关科室人员的介绍，感受和目睹了医院及科室文化建设、中医药特色、优质服务、诊疗环境、综合实力等，留下了深刻而美好的印象。

上午10点，赵玉琪教授在医院1号会议室进行了精彩的《微生物前沿研究和个性化医疗》讲座，院长闫家平主持讲座。党委副书记王超，副院长林永年、吴修才及相关科室负责人和部分医护人员120余人现场聆听。赵教授从世界上最前沿的医学研究，人类基因组测序的破译等进行了解读，并作了精准医疗即个

性化治疗的案例分享和前景展望。参会人员纷纷表示，聆听了世界知名医学科学家的讲座，了解到世界前沿的医学知识，对医学发展更加充满信心，对中西医并重融合发展有了更深的理解，启发颇大，受益匪浅。

赵玉琪教授是美国国家微生物院士，马里兰大学医学院病理系、微生物学和免疫学系人类病毒研究所和环球卫生研究所终身教授，硕士、博士、博士后导师，马里兰大学教授议会荣誉议长，分子病理部主任，转化基因组中心创始主任，马里兰大学中心医院分子诊断室主任。赵玉琪教授在世界上首创非洲裂殖酵母病毒研究平台，在哥伦比亚大学率先组建流式分析中心，并创建DNA序列分析中心，组建分子病理部，到马里兰大学后创建CLIA/CAP认证转化基因组中心，创建两CLIA/CAP认证分子诊断实验室，打造美国赵氏综合实验室。

目前，在中国驻美国大使馆科技及教育部门的大力支持下，赵玉琪教授代表马里兰大学在积极促进中美科技合作与交流包括联合教学，研究生培养与专业人员培训，科研与开发，生物药物和诊断试剂的临床研究与试验以及精准医疗等项目。（党办 展光保）



青岛医疗集团领导来我院督导调研工作



12月5日，青岛医疗集团领导姜卫东、隋忠国、宋金霞来我院督导调研工作，我院院长闫家平、副院长林永年、吴修才陪同。姜卫东一行先后到门诊大厅、外一科、针灸推拿科、治未病科、乳腺病诊疗中心、外二科、名中医工作室、中药房、制剂室、煎药室、闫家平劳模工作室、示教室、图书室、标本室等现场实地查看，听取汇报，对我院工作给予充分肯定。（党办）

新疆岳普湖县中医院来我院考察交流



12月21日，新疆岳普湖县中医院阿院长一行4人来我院考察交流，我院院长闫家平，副院长李振爽，党委副书记王超，副院长徐勤伟、吴修才，以及相关科室负责人陪同。阿院长一行先后到制剂室、煎药室、闫家平劳模工作室、示教室、图书室、标本室、康复中心、中药房、门诊服务大厅、骨伤二科、外一科、针灸推拿科、治未病科、乳腺病诊疗中心、外二科、名中医工作室等现场实地考察，对我院工作给予充分肯定。截至目前，我院共有4名专家在新疆执行援疆任务。（党办）

我院再获“中华”牌殊荣



12月27日，新泰市中华诗词之乡授牌仪式隆重举行，会上，市委书记刘钦海接受“中华诗词之乡”匾牌，新泰市成为中华诗词学会授予的山东省第五个获此荣誉称号的县级市。我院党委书记王超接受“中华诗教先进单位”牌匾，我院是新泰市获批的七个中华诗教先进单位之一。

文化是一个民族的灵魂，也是一个单位一个企业的形象之本。近年来，我院坚持“文化塑院”发展方针，突出人文关怀、亲情关爱，努力营造文化氛围，走出了独具特色的发展之路，内涵建设不断丰富和加强，激发了干部职工干事创业的工作热情，赢得了群众认可和社会赞誉。

2017年3月份，我院成功举行了“庆祝三八妇女节同心共创文明城”新泰市中医医院诗词大会，在全院掀

综合版

市纪委市监委组织特约监察员来我院参观考察勤廉医院建设



12月13日，市纪委市监委召开特约监察员座谈会，征求特约监察员的意见建议。市纪委常务副书记、市监委副主任韩尚起带领特约监察员来我院实地参观考察“勤廉医院”建设，先后到外一科、针灸推拿科、治未病科、闫家平劳模工作室、党员活动室、标本室等现场实地查看，听取汇报，观看专题片，对我院工作给予充分肯定。我院院长闫家平，党委副书记王超陪同。

“勤廉新泰”品牌建设活动开展以来，我院认真领会、精心组织、多措并举，将市委、市政府、市卫健委的统一部署和医院工作实际相结合，以党建为引领，将“勤廉医院”建设与“中医立院、质量建院、科技兴院、人才强院、文化塑院、节俭办院”的建院理念相融合，不断推进医院治理体系、治理能力现代化，下发了《“勤廉医院”建设活动实施方案》，明确工作目标、工作责任、内容及措施要求，构建了完整的勤廉制度体系。院党委将“勤、廉”纳入干部述职和民主评议中，通过完善考评制度、开展专项治理、落实谈心谈话、慵懒散检查、党员公开服务承诺、拒收红包承诺、节前廉洁提醒等方式，扎实推进医院党风廉政建设，进一步激励全院干部职工勤廉务实担当。医院多次召开专题会议，将“勤廉医院”建设任务贯穿在全年工作中，在党委中心组、党员“三会一课”、科室思想政治学习中加入勤廉教育，并在“不忘初心、牢记使命”主题教育中加以深化，增强了勤廉建设的感染力和渗透力。全院干部职工通过勤廉警示教育、开展向勤廉模范学习，进一步筑牢了勤廉思想防线。结合实际，将“勤廉医院”建设融入到医院管理运行的体制机制中，搭建丰富勤廉管理平台，定期组织开展医疗法规培训，全面推行“8S”管理，建立药物预警系统，优化“互联网+医疗健康”服务平台，完善质控平台建设，优化临床路径，在刚刚过去的中医质控年度考核中，现场专家给予高度好评。（党办）

3、中老年人新陈代谢变慢，皮肤老化，变得容易干裂。而一些皮肤病，如手足癣、鹅掌风、湿疹等也让皮肤更容易干裂。

冬季如何预防手脚干裂？

1、天冷手脚要防寒。寒冷干燥是导致手脚干裂的主要原因。在严寒的冬季，要特别注意手部的保暖，做到手套随身戴。对于有手脚干裂的人来讲，做好足部保暖也很重要。在天气较暖时，可适当做些户外运动，如晨跑、太极拳等。还可以经常摩擦手部皮肤，活动手足部关节，促进血液循环，增强耐寒能力。

2、干活时戴上手套。化学物质对皮肤具有较强的刺激作用，也是手脚干裂的诱因之一。在刷碗和洗衣服时，由于清洁剂化学成分高、碱性大，对手的伤害很大。

常接触水，双手在水的长期浸泡下，角质容易丢失油脂，干燥后发生皲裂。戴上手套可以避免洗涤剂与双手皮肤直接接触，对手极为有利。

对于户外工作者，尤其是接触油漆等化学物质类的户外工作者，工作时一定要戴上手套，不要直接接触刺激皮肤的物品，更不要用汽油、煤油清洗手上的油垢，否则会伤害皮肤的角质层，使双手出现干裂。

3、洗手洗脚要讲究。对手脚干裂患者来说，一定要科学地洗手洗脚。一是忌用碱性强的洗涤剂和肥皂，应选用无刺激性的中性洗手液，最好含有维生素B5、维生素E、芦荟等滋润型护肤成分。二是忌频繁洗手，过度洗涤会将皮肤表面正常分泌的油脂彻底洗去。三是忌水温过高，洗手时最佳水温应在20℃至25℃之间。

为了提高血液透析质量，减轻透析患者痛苦和负担，我院血透室近日成功开展了“血透针扣眼穿刺”新技术。针扣穿刺是指每次穿刺均由同一护理人员按照同样的进针点、同样的进针角度、同样的进针深度用锐针进行穿刺，经8-12次后可形成皮下隧道即“扣眼”，隧道形成后再改用特殊钝针穿刺。该项技术在国外已经成功运用了十余年，相关文献显示可以显著减少内瘘相关并发症，延长内瘘使用寿命，是一项成熟、安全、有效的血管通路技术。

近年来，我院坚持“以病人为中心、以质量为核心”，不断完善中医药医疗管理体系，促进医疗质量和安全管理全面提升。进一步强化院科两级质量管理体系建设，充分运用PDCA等质量管理工具，持续改进医疗服务。成立质控科，并从临床抽调两名中医专业研究生负责全院医疗质量管理工作。根据山东省卫生健康委员会要求，积极成立包括各临床专业、中医病案、中药饮片、治未病等21个质控中心，医疗质量和服务能力全面提升，受到群众的普遍好评。（党办 刘维娜）

(上接一、四版中缝)

1、皮脂腺分泌的皮脂具有柔润皮肤的作用。皮脂腺在气温高的时候，分泌的皮脂就多，而到了寒冷的秋天，分泌的皮脂就比较少了。冬天手脚散热很快，手脚分泌的油脂随着热量的散发而随之挥发，人就很容易感觉手脚干巴巴的很不舒服。加上这两部位受摩擦较多，很容易在压迫受力、外界刺激、摩擦的情况下开裂。

2、年龄、职业、疾病等因素，也可能导致手脚干裂。一些人由于工作的原因，常接触石灰、水泥、盐碱等物质，这些物质吸收性很强，而且还会损伤皮肤。

3、中老年人新陈代谢变慢，皮肤老化，变得容易干裂。而一些皮肤病，如手足癣、鹅掌风、湿疹等也让皮肤更容易干裂。

第二题：什么是治未病？答案是治未病的概念，最早源于《黄帝内经》，受汉代张仲景《伤寒杂病论》的阐发，后经历代医家不断丰富和发展。未病先防，既病防变，见肝之病，知肝传脾，当先实脾。（肝为木，脾为土，五行学说，有木克土，克土太过的相乘学说）。《淮南子》卷十六说“良医者，常治无病之病，故无病，圣人常治无患之患，故无患”。身体在疾病之前，就采取各种措施，加强养生保健调理，增强人体对疾病的抗御能力，防止疾病的更容易干裂。

冬季如何预防手脚干裂？

1、天冷手脚要防寒。

寒冷干燥是导致手脚干裂的主要原因。在严寒的冬季，要特别注意手部的保暖，做到手套随身戴。对于有手脚干裂的人来讲，做好足部保暖也很重要。在天气较暖时，可适当做些户外运动，如晨跑、太极拳等。

还可以经常摩擦手部皮肤，活动手足部关节，促进血液循环，增强耐寒能力。

2、干活时戴上手套。化学物质对皮肤具有较强的刺激作用，也是手脚干裂的诱因之一。在刷碗和洗衣服时，由于清洁剂化学成分高、碱性大，对手的伤害很大。

常接触水，双手在水的长期浸泡下，角质容易丢失油脂，干燥后发生皲裂。戴上手套可以避免洗涤剂与双手皮肤直接接触，对手极为有利。

对于户外工作者，尤其是接触油漆等化学物质类的户外工作者，工作时一定要戴上手套，不要直接接触刺激皮肤的物品，更不要用汽油、煤油清洗手上的油垢，否则会伤害皮肤的角质层，使双手出现干裂。

3、洗手洗脚要讲究。对手脚干裂患者来说，一定要科学地洗手洗脚。一是忌用碱性强的洗涤剂和肥皂，应选用无刺激性的中性洗手液，最好含有维生素B5、维生素E、芦荟等滋润型护肤成分。二是忌频繁洗手，过度洗涤会将皮肤表面正常分泌的油脂彻底洗去。三是忌水温过高，洗手时最佳水温应在20℃至25℃之间。

为了提高血液透析质量，减轻透析患者痛苦和负担，我院血透室近日成功开展了“血透针扣眼穿刺”新技术。针扣穿刺是指每次穿刺均由同一护理人员按照同样的进针点、同样的进针角度、同样的进针深度用锐针进行穿刺，经8-12次后可形成皮下隧道即“扣眼”，隧道形成后再改用特殊钝针穿刺。该项技术在国外已经成功运用了十余年，相关文献显示可以显著减少内瘘相关并发症，延长内瘘使用寿命，是一项成熟、安全、有效的血管通路技术。

“真没想到，现在打针，没以前痛了，

综合版

我的行医之路



的病因、性质、部位、以及邪正之间的关系，概括、判断为某种性质的证。施治即根据辨证的结果，确定相应的治疗方法。

几年前，有一个南京中医大学的学生，在我科实习，在给一个病人辨证时问我他，中医有几个辨证方法，他回答了5个。辨证方法应该是7个：1. 肝胆辨证，2. 八纲辨证，3. 六经辨证，4. 卫气营血辨证，5. 三焦辨证，6. 气血津液辨证，7. 经络辨证。八纲辨证为总纲，肝胆辨证为基础。从该学生说明了在校不认真学习扎实的学习，走上工作岗位不再继续学习就应了那句话，有文凭不一定有水平，有学历不一定有能力，所以温故而知新，不断的善于学习是很重要的。

口试由个人抽两次签，几个评委看题后，让你在5分钟之内答出。我的第一个签上的题是，温病，卫气营血中气分症的症状？正确答案是：身大热，口大渴，大汗出，脉洪大，苔黄燥。第二个签上的题是，大青龙汤出自哪本书？药物组成及方解。正确答案是：大青龙汤出自《伤寒论》。太阳病辩证，原文，太阳中风，脉浮紧，外证身体不仁。如风痹症，黄芪桂枝五物汤出自《金匮要略》，原文：“血痹，阴阳俱微，寸口关上微，尺中小紧，外证身体不仁。如风痹症，黄芪桂枝五物汤主之”，方由黄芪、桂枝、芍药、生姜、大枣五味药组成。功效益气温经，和血通痹。主治血痹，肌肤麻木不仁，脉微涩而痛。临床上常用于治疗皮肤、末梢神经炎、中风后遗症等，见有肢体麻木疼痛，属气虚血滞、微感风邪者。

初试合格后，到了8月份，通知去泰安复试（幸），撰写论文和口试。论文的题目是：谈谈祖国医学的辩证施治。答案主要内容是，祖国医学的最大特点就是整体观念和辩证施治，辩证就是把四诊（望、闻、问、切）所收集的症状和体征，通过分析、综合，辨明疾病的

与麻黄配伍透达郁热，杏仁配麻黄，一散一收，宣降肺气，利于达邪外出，诸药配伍，一是寒热并用，表里同治，二是发中寓补，汗出有源，祛邪而不伤正。临床常用于治疗流感、暑热、急性肾炎、癃闭、小儿夏季外感高热。

10月份下的录取通知书，新泰420个考生，最后录取了我们10个（我院国医堂名老中医陈英都主任，名列泰安市第二名）。是我被分配到龙廷医院（那时称东风公社医院，全民制、战备医院）任中医。当时医院中医和内科一个科室，有两个老军医，三个本科毕业的内科医生，那时新泰12个公社医院，技术力量还是比较强的。我刚去，没多少病号，上班我就刻苦学习，不停的看书作笔记。曾记得外科邦邦香大夫（后来调到即墨去了），经常来我们科室，和我开玩笑说，你这么学法，别把脑袋学爆了，有不明白的，就请教任维春老师（原龙廷医院书记、院长，有专长的杰出中医）。

在龙廷医院，有不少外公社的病人，也到龙廷医院找我看病，如小协医院的一个副院长领着一个久治不愈的精神分裂病人，还是晚上去找的我。天宝公社西坡里村的一个患癫痫的中年妇女，她对象用毛驴车拉着她去的龙廷，远涉100多华里求诊于我。这个癫痫病人属于大发作，一次摊饼时，家里无人，发作时趴在鏊子上，把胸膛都烙伤了。（未完待续）

（新泰市名老中医 李长远）

我院举办血透室第四届肾友会



为提高血液透析病人的生活质量，让患者建立主动自我管理意识，树立战胜病魔的信心，增进肾友及家属对肾脏疾病防治知识及血液透析知识的了解，提高肾脏疾病患者的生活质量，12月21日，我院血透室联合山东东方明齐鲁血液透析公益基金举办了“关爱肾友，我们在行动”第四届肾友会，邀请解放军第960医院泰安院区肾内科主任高鑫、副主任倪西泉、副主任医师张超参加，我院副院长徐勤伟以及血透室全体医护人员、近70名患者及家属参加了此次会议。

徐勤伟致词，介绍了我院血透室现状及以后发展前景，讲解山东东方明齐鲁血液透析公益基金对透析患者救助政策，为每一位在院血液透析病人进行医疗救助，切实减轻血液透析病人家庭的经济负担，为每一位透析病人送去一份实实在在的爱心和帮助。最后鼓励大家携手并进，共同抗击疾病，树立健康生活信心。高鑫主任介绍，目前肾脏病患者逐年增加，如何延缓肾脏病进展、提高透析患者生活质量是医护人员职责所在，也是广大患者愿望。随后，倪西泉为透析患者作了《透析患者血管通路的管理与维护》专题讲座，并对病人提出的问题进行一对一心脏的解答，受到病友们一致好评。张超作了《甲状旁腺管理》专题讲座，

这是我院连续4年举办肾友会。多年来，我院血透室秉承提供优质护理服务，加强慢性肾脏病的管理和指导，不断提高透析质量理念，努力构建和谐医患关系，满足广大患者更多的需要，增强战胜疾病的信心，最终提升患者生存质量，更快、更好的回归社会。（血透室 柴芳）



钝针扣眼穿刺法

我院血透室开展血透穿刺新技术

锐针和钝针的区别

穿刺方法	应用范围	应用情况	使用时间	并发症	操作室
扣眼法	广	少	长	少	较难
区域法	广	多	短	多	容易
编梯法	局限	较少	长	较少	较容易

穿刺处出血的情况也没有了，不仅不会出血，还不会鼓包！”接受了血透针扣眼穿刺的患者激动地说。该项新技术的成功开展提高了穿刺成功率，减轻了患者痛苦，深受患者好评，同时也填补了院内该技术的空白。（血透室 柴芳）

前段时间同学单位体检，年近五十的同学查出了不同程度的“小问题”，让我看看查体单，有高血压、高血脂、胃炎等。我跟他说，除了控盐、控酒、控烟，适量运动，注意饮食的凉热、辛辣外，可以服用一点药物。他说，他前年查体时，因血压高，他就时断时续地服用降压药物等等。

服用降压药物。我开始耐心的给他讲解，根据人的个体差异情况和身体昼夜变化规律，再根据后药理学原理，只有选择合适的服药时间，才能达到最佳的治疗效果。人的血压一般呈现“两峰一谷”的状态，血压状态多数是勺型的，少数是反勺型的。人的血压多数是在每天的9:00~11:00和16:00~18:00时最高，次日凌晨2:00~3:00时最低，长效制剂可以在一天的任何时间服用。食物中的胆固醇约占体内胆固醇来源的三分之一，所以要控制晚餐饭量，适当的运动是必要的。

服用降压药物。胃炎一般是饮食不节制，没有规律或幽门螺杆菌感染所致，一般饮食要有规律，忌烟忌酒，忌辣忌凉。胃是用来消化的，治疗是辅助的。胃黏膜保护剂一般饭前半小时服用，增加胃黏膜的细胞屏障来发挥抗溃疡作用。质子泵抑制剂通过与胃壁细胞中的H+K+-ATP酶结合，抑制胃酸