

百名医学博士进社区

“穿街走巷”为社区居民送健康

我院“百名医学博士进社区”活动走进市北区商丘路社区、南昌路社区



本报讯 7月31日、8月7日,我院“百名医学博士进社区”活动持续进行,走进市北区商丘路社区、南昌路社区,为社区居民开展健康讲座和义诊咨询,传播健康知识和理念,指导居家保健及科学就医。

疝气是指人体器官或器官的一部分,通过先天和后天形成的薄弱点、缺损,离开正常位置而进入其他位置,从而形成一系列症状的疾病,是中老年常见疾病。早期疝气通常没有什么特殊的症状,有时候通过休息和手工按摩,突出的肿物就能回位或消失,因此许多患者往往延误治疗,最终严重影响生活质量甚至危及生命。7月31日,我院两名普外科专业的医学博士携手走进市北

区商丘路社区。东院普外一科周厚民博士为居民全面科普了疝气的医学知识,他详细介绍了疝气的常见种类、发病原因、易患人群、严重危害以及防治措施等,进一步推广治疗新理念,有效预防和规范治疗疝气,提高患者的生活质量。

随着生活水平的提高,甲状腺结节的发病率越来越高,据统计,我国甲状腺结节的发病率为20%左右,其中约5-15%为恶性,即甲状腺癌。因为多数甲状腺癌早期症状并不明显,因而很容易被忽视。东院保健七(普外)科林彬博士就居民关心的甲状腺结节的发病原因、良性恶性鉴别、如何防治等方面进行了深入的讲解,并倡导居民关注甲状腺结节,

加深对甲状腺结节的认知,提高早期筛查意识。

急性胃肠炎是胃肠黏膜的急性炎症,临床表现主要为恶心、呕吐、腹痛、腹泻、发热等。夏秋季正是急性胃肠炎高发的季节,多由于饮食不当、暴饮暴食或食用生冷腐馊的食物而引起。

8月7日,“百名医学博士进社区”活动走进市北区南昌路社区。本部消化内二科胡豆豆博士为社区居民带来了急性胃肠炎的科普讲座,介绍了急性胃肠炎的病因、急性症状、治疗误区以及饮食生活注意事项等。同时,她提醒居民要引起对急性胃肠炎的重视,一旦发病应及时前往医院就医,切勿“病小”而不为。

胆囊结石常使胆囊炎加重,或导致

胆囊萎缩甚至诱发癌变等。患者往往会出现腹痛、腹胀、消化不良等一系列症状。我院东院肝胆胰外科李文迪博士为社区居民讲解了胆囊结石的发病原因、高危人群、临床表现、预防治疗等相关科普知识,呼吁广大居民通过养成健康的生活方式,改正不良生活、饮食习惯,从源头上降低胆囊结石的发生。

此次活动走进市北区商丘路社区、南昌路社区,受到了社区居民的一致好评。他们表示博士医生们在家门口讲解健康医学知识,让人听得懂、记得住、学得会、用得上。同时,现场不少居民拿着病历前来咨询,也一一得到了最专业详细的解答。

(文化宣传部 庞智洋)

冷藏西瓜把小伙吃进医院

夏季易患急性胃肠炎 务必注意这几点

进入夏季,岛城丰富的美食资源点亮了百姓的夜生活。冰镇饮料、生鲜啤酒、野馄饨、各色海鲜、烧烤等令人流连忘返,邀家人、朋友欢聚一堂,实在妙不可言。但如果稍不注意,这美妙的欢聚有可能会演变成另一番印象深刻的经历:挂急诊!

每到夏天,急诊科每天都会收治一些吃坏肚子、上吐下泻的病人。多由饮食不当引发急性胃肠炎所致。

刚刚参加完高考填报志愿的小周开启了躺平、海吃、玩手机的愉快假期生活模式。入伏后,冰镇西瓜成为消暑良品。懒得下楼的小周一共买了2个大个儿的西瓜,切成四半,用保鲜膜包好了放在冰箱里,一天吃一半。神仙日子才过了没几天,小周在吃了第三半西瓜后便开始上吐下泻,被父母送到医院。18岁的小伙子完全没了精气神儿,挂号的功夫还跑了三次厕所。输了一晚上液的小周慢慢有了起色,自己也后悔不该为了偷懒一下吃那么多西瓜。

无独有偶,那天接诊了从外地来青的一对情侣。他们从晚上六点到十点,先后转战海鲜大排档、烧烤摊、甜品屋,食用了龙虾、鲍鱼、钉螺、烤肉、扎啤、各类水果和酸奶。当两人还沉浸在饕餮美食盛宴后的欢愉中时,不成想腹痛如绞,肠胃也翻江倒海了起来。凌晨两点半,又吐又拉的两人被送到急诊就诊。

作为急诊科医生,我觉得还是很有必要再跟大家谈谈夏季饮食的注意事项。

首先,夏季天气炎热,食物不易保存,购买食材务必按需采购,当日食用。这样既能保证新鲜,又可避免不必要浪费。

第二,冰箱虽有保鲜功能,但还需定期清洁,否则冰箱内的食物仍然会滋生大量细菌,引发疾病。

第三,无论就餐环境如何,餐前必须洗手。老话讲:病从口入,实际很多是从手入口。我们的双手每天都要频繁接触不同的物质、界面,沾染许多细菌,餐前洗手的目的就是要通过流水、洗涤剂将致病细菌尽可能冲洗干净,尤其是小朋友更需注意养成餐前洗手的好习惯,否则一旦发生急性胃肠炎,小儿急性胃肠炎更容易因为频繁呕吐、腹泻导致脱水等内环境紊乱引发一系列问题。

第四,拒绝食用存在食品卫生隐患的食物,如隔夜未充分加热的食物、发霉变质食物、已过保质期食物,如在外就餐,需要留意餐厅相关证照资质,切勿贪图便宜、大意疏忽。

第五,不应暴饮暴食,少吃生冷、油腻的食物。胃是食物的加工和消化场所,当它超负荷工作时,很容易失衡而无法运行,导致了肠胃炎的发生。

最后还需提醒广大市民,急性胃肠炎也有轻重之分,肚子疼、呕吐、腹泻也不是胃肠炎的专有表现,切勿自行判断,盲目用药,还需及时就医。

(本部急诊科 凌宗准)



急诊故事

(上接第6版)

另外,张萍主任介绍道,生活方式的改变也可以减少或者预防尿失禁的发生,比如体重超重的女性,减肥已被证实可以减少漏尿的频率;避免便秘,限制咖啡因的摄入,治疗慢性咳嗽、戒烟等,可减少对盆底肌的损伤。

积极就诊 早日实现“笑”自由

我院本部妇科盆底诊治中心成立于2015年6月,位于门诊2楼妇科门诊,是青岛市首家正规开展盆底康复项目的医院。中心拥有国际先进的法国盆底功能常规筛查仪和盆底功能障碍性疾病治疗仪;治疗团队成员均获得盆底认证证书,专业性强,具有丰富的临床经验。每年完成盆底功能筛查200余例,盆底功能障碍性疾病康复治疗100余例,流产后子宫复旧600余例,术后预防肠粘连2000余人次,尿潴留50例,下肢淋巴水肿100余例,均取得良好疗效,获得患者一致好评。

“压力性尿失禁是沉默的疾病,在人群中非常普遍,对病人的身心会造成巨大伤害,但却仅有约3%的患者因此去就诊。”张主任最后提醒广大女性患者,遇到这种尴尬情况,请不要隐藏或退缩,要通过积极预防和治疗,保持身心健康!希望大家以后遇到高兴事都能开怀大笑,而不用再担心“笑尿了”!

(本部妇科 葛伟平)

以过硬作风和举措助力「创城」

我院大力做好争创全国文明城市典范城市和迎接国家卫生城市复审工作

本报讯 为做好争创全国文明城市典范城市,迎接国家卫生城市复审工作,我院在全院进行了部署,组建了组织领导班子,出台工作方案,分解目标,责任到人,迅速实施,以过硬作风和举措助力提升创城工作水平。

医院出台了《青岛市市立医院2021年创建全国文明城市典范城市工作实施方案》,从文明服务、诚信服务、医院环境等九个方面对创城工作进行了责任分解,细化制定了《2021年青岛市市立医院迎接全国文明城市测评责任分解方案》《2021年青岛市市立医院迎接全国文明城市测评督导检查记录表及监督排班表》。7月19日院周会上,医院党委书记杨九龙对创城工作进行了再次动员和部署,要求各总支、各科室要高度重视,严格按照工作实施方案做好工作落实。各科室要进一步规范医疗服务,提升服务质量;做好分管区域内环境卫生整治工作,无卫生死角,无积存垃圾、纸屑、烟蒂、污物等;对于存在的问题,要对照各项工作标准,认真地整改,并做好日常维护,确保各项工作落实到位。各类健康教育宣传栏要保持卫生整洁,医院标识设置要清晰规范等。同时,要求各院区做好职责区域划分。

为使创城工作有组织有效进行,7月20日下午,杨九龙书记亲自主持了党总支书记会议,根据(医院各院区区域卫生及控烟责任分工)和《分解方案》要求,建立二级督导落实机制。一是党总支书记每天天下到所辖区域明察暗访、督导检查工作,建立工作台账,实施销号管理。发现问题及时处置、督促改进,对不能马上整改的问题,进一步明确责任人和整改时限,持续跟踪落实,确保问题在最短时间整改到位。二是每天的督查工作台账由党办负责汇总,报院党委书记总督导,做到工作底数清、情况明、问题准,保障创城工作的进度和成效。

(党史学习教育办公室 曲文)

深化医改 推进医院高质量发展

国家卫生健康委体制改革司司长许树强来我院调研



许树强司长(左三)在我院麻醉手术科实地调研

本报讯 7月30日,国家卫生健康委体制改革司司长许树强一行到我院调研深化医改和公立医院高质量发展工作并进行座谈交流。山东省卫生健康委党组书记、副主任庄严,青岛市卫生健康委主任薄涛、党组副书记赵宝玲,我院党委书记杨九龙、院长长管军等参加调研。

许树强司长一行先后到我院麻醉手术科、心脏中心、文化展厅等实地调研,现场观看了TAVR手术、达芬奇机器人手术和双向转诊系统、智慧医疗管理系统演示,深入了解我院在高端医疗技术、舒适化医疗、急危重症救治、中心制管理模式、双向转诊、智慧医疗管理等方面的有关工作。

座谈中,薄涛主任介绍了全市深化医改工作的实践和取得的成效,分析了存在的问题和瓶颈,提出了下一步青岛市建立优质高效整合型医疗卫生服务体系和推进公立医院高质量发展的考虑。

我院总院长管军从现代医院管理制度

建设、“一院多区”探索实践、城市网格化医疗集团建设、学科综合能力建设、区域医疗中心建设、运营管理体系建设、人事薪酬制度改革、高质量文化体系建设等方面作了全面详细的汇报。

许树强司长充分肯定了我院近年来在深化医改中取得的成绩。他指出,青岛市市立医院要深入贯彻落实习近平总书记关于深化医改的重要指示精神,抢抓机遇,改革创新,推动医院改革发展迈进新的发展阶段。许树强司长提出两点建议和要求:一是深刻理解和把握公立医院高质量发展的内涵和核心要义,积极探索副省级城市公立医院高质量发展的模式,力争形成样板和示范;二是加快探索城市医联体建设的方法和路径,积累更多紧密型医联体建设的经验,要在医保支付方式改革等方面争取更大突破,支持紧密型医联体健康可持续发展。

(院长办公室 文化宣传部)

“八一”拥军慰问 共叙鱼水深情

关爱老兵军嫂 共建部队走访慰问



党委书记杨九龙(左七)带队走访慰问共建部队

本报讯 “八一”慰问走访双拥共建单位,是我院的优良传统。在第94个八一建军节来临之际,7月29日上午,为增进与部队官兵的情感交流,共话军民

鱼水情谊,医院党委书记杨九龙、工会主席丁海燕,副院长闫泰山带队分别走访慰问了共建部队845舰和92882部队官兵,向他们致以节日的祝福和崇高的敬意,并送上慰问品。

共建部队对医院慰问团的到来表示热烈欢迎,感谢我院几十年来对部队建设倾注深情,建立了深厚情谊,用实际行动拥军爱军强军,为部队官兵解难题、办实事,为部队建设做出了积极贡献。

军民共建旨在保证部队官兵的身体健康。医学康复科康复治疗室主任毛世刚为845舰部队官兵作了《军人常见运动训练损伤的预防、诊治和康复》专题讲座,并且现场为他们做诊断康复指导和实操演示,针对有运动损伤的军人

制定了具体康复训练方案运动损伤预防,官兵们表示毛主任讲解具有很强的实操性、针对性,收获良多。

(下转第4版)

导读

- “心”希望 我院完成 DragonFly 二尖瓣膜夹首次临床应用 >>2版
- 治“创伤” 我院牵头组建的青岛市创伤中心联盟成立 >>3版
- 解“血荒” 我院开展夏季无偿献血活动 缓解用血紧张 >>4版
- “助”金牌 我院为帆船帆板队提供国际一流运动康复保障 >>5版
- 新征程 我院8名专家奔赴西、陇南开展东西部协作工作 >>7版

全省首例！心脏手术再获突破

我院心脏中心团队成功完成 DragonFly 二尖瓣瓣膜夹首次临床应用



本报讯 近日，我院东院心内一科主任邵一兵和心外科主任牛兆倬率团队应用经导管二尖瓣瓣膜夹系统(DragonFly™)，成功为两位高龄外科手术高危患者实施了经股静脉二尖瓣修复手术，这是 DragonFly™ 二尖瓣瓣膜夹在山

东省的首次应用，标志着我院在二尖瓣介入治疗领域取得重要进展。
两位患者年龄分别为 76 岁和 79 岁，因急性压榨性胸痛伴胸闷憋气入院，STS(美国胸外科医师协会)评分分别高达 9 分、8 分。考虑到两位患者均属高龄，身体虚弱，外科手术风险较高，而介入治疗可更快恢复，减少住院时间，经心脏团队讨论，并与家属充分沟通后，计划行经导管二尖瓣修复术。经过术前充分的超声评估，团队决定为患者进行 DragonFly™ 介入微创二尖瓣修复。
术前，我院东院心内一科主任邵一兵、东院心外科主任牛兆倬团队和美国弗吉尼亚大学医学中心 Scott Lim 教授及香港亚太医学中心林逸贤教授进行了详细的讨论并制定了最优的手术策略。
在浙江大学医学院附属第二医院王建安教授团队、刘先宝教授、蒲朝霞教授指导下，同时术中视频连线获得 Scott Lim 教授、林逸贤教授的技术支持，我院心脏中心团队采用股静脉途径，为患者顺利进行了二尖瓣修复，术后患者反流即刻显著减少，左房压下降，血流动力学改善明显。

●新闻延伸

外科手术高危患者的新希望

DragonFly™ 作为我国第一款自主研发的经股静脉二尖瓣修复器，它的早期探索性临床试验研究结果显示，DragonFly™ 安全性和有效性皆达到了较高标准。
邵一兵主任介绍，随着我国人口老龄化日益严重，心脏瓣膜病患者人数逐年递增，其中有相当一部分患者因高龄，合并其他脏器功能障碍等原因无法耐受外科手术而无法得到有效救治，经导管二尖瓣修复手术等新技术的发展，为这些患者带来了新的治疗选择。不仅是二尖瓣，近几年主动脉瓣、肺动脉瓣、三尖瓣均逐渐发展出介入治疗方法，为更多手术高危患者带来了希望。
(心脏中心 夏伟)

危急！揪出肺炎背后「元凶」

我院成功救治一名罕见且病情极为凶险的 MDA5 抗体阳性肺炎患者，我院副院长、本部呼吸与危重症医学科主任刘学东带领团队拨开层层迷雾，揪出肺炎背后威胁生命的“元凶”，及时使患者转危为安。

凶险！持续高热原因不明病情恶化

69 岁的王先生(化名)近日不明原因持续高热，体温接近 40℃，并伴随乏力、食欲不振、短时间内消瘦、周身酸痛等症状，服用感冒药后也不见好转，来到我院本部呼吸与危重症医学科就诊。

由于持续 1 周高热不退，王先生身体虚弱无力，长时间的进食减少，入院后出现了明显的电解质紊乱。李文飞医师接诊后，结合其胸部 CT 表现以及相关化验结果，初步诊断为肺炎，给予抗感染治疗、营养支持及纠正电解质紊乱等相关治疗。令人困惑的是，尽管抗感染治疗方案已覆盖常见的肺炎病原体，王先生每天仍反复高热达 39℃，并且逐步出现活动后气短、乏力，就连上个厕所都会出现严重的喘憋。

疑惑！医护团队多管齐下找“真凶”

面对急转直下而又凶险的病情，当务之急必须尽快找出病因，否则后果不堪设想。副主任魏东及赵伟业副主任医师意识到这个肺炎可能并非一般的肺炎，是否为罕见病原体感染或者非感染性疾病？带着疑问，他们迅速展开病例讨论。经过反复与家属及患者沟通，建议行气管镜检查明确肺部情况，并通过宏基因组测序(mNGS)检测，明确致病病原体，为治疗争取时间。

气管镜检查后取标本，经 mNGS 检测并未检出致病病原体，基本排除了病原体感染的推断。医护团队一边给予精心照料，鼓励患者树立战胜疾病的信心，一边继续深入研判病情。

真相！竟是凶险的皮炎在作怪

病情如此凶险，必须尽快确诊为治疗赢得时间。副院长刘学东敏锐地发现患者额面部、肘关节生出了皮疹。此时，病人病情也迅速发展，病人出现了呼吸衰竭、肺部间质性改变。凭借着多年的临床经验，一连串的线索在刘学东副院长的脑海中迅速组合串联，诊断逐渐清晰：皮炎相关间质性肺炎。因这种疾病的确诊需要特殊检验，立即抽取血液标本，外送肌炎谱化验进一步明确诊断。(下转第 5 版)

1 厘米小切口！微创技术大跃升

我院首次成功将 UBE 技术应用于腰椎间盘突出治疗

本报讯 近日，我院东院脊柱外一科副主任刘海飞团队完成医院首例 UBE(关节镜辅助下单侧双通道)技术下腰椎间盘突出切除术，用微创技术为患者解除痛苦。这也是我院首次将 UBE 技术应用于腰椎间盘突出治疗，标志着我院在 UBE 这一先进微创技术的应用上再次实现新突破。

保守治疗无效 微创给惧怕手术患者新选择

49 岁的柳女士(化名)，有长期慢性腰痛病史，入院 1 个月前活动后出现腰痛加重，并出现左下肢麻木疼痛，去当地医院拍片发现是腰椎间盘突出压迫神经导致的疼痛。

因畏惧手术，柳女士选择进行了保守治疗，但效果均不理想，麻木疼痛症状已影响日常生活。经亲人介绍，她慕名来到我院脊柱外科中心寻求帮助。刘海飞接诊后，详细查阅患者病史资料并完善检查，在了解患者惧怕手术的诉求后，他提出可以通过为患者实施微创手术治疗。

两个小切口 解决疼痛大问题

为给柳女士制定最适合她的手术方案，脊柱外科中心主任王德春组织团队进行术前讨论，详细评估患者病情后，认为患者适合应用 UBE 技术行椎间盘切除术。

在王德春主任指导下，手术团队制定了周密的方案，保障手术顺利开展。术中刘海飞通过背部两处仅约 1cm 长的小切口，在关节镜辅助下，清晰显露神经根及突出椎间盘，操作空间自由灵活，轻松完成了突出椎间盘切除，对神经干扰极小。术后柳女士左下肢麻木疼痛症状明显缓解，术后 3 天顺利康复出院。

UBE 技术：为狭窄而生

随着微创技术的快速发展，以脊柱内镜为代表的脊柱微创技术，已经在临床上广泛



应用，取得了满意的疗效。UBE 技术是单侧双通道内镜技术的缩写，它采用两个通道，一个是内镜通道，一个是器械操作通道，这也是与椎间孔镜的单通道技术最大的区别。
“UBE 是近些年来国外广泛开展应用的一项新兴脊柱微创手术技术，主要用于椎管狭窄、颈椎病、胸椎病变及腰椎退行性病变的内镜微创治疗，同时也可应用于颈椎、胸椎退变性疾病。”刘海飞介绍，传统的椎间孔镜手术是单孔道操作，手术可处理的范围小，手术适应症局限，相比较下，UBE 技术通过单侧双通道操作，操作器械不受尺寸的限制，可视范围广，操作范围大，应用常规手术器械可大大提高手术效率，缩短手术时间，对脊柱骨性结构破坏小，能够保留脊柱的稳定性，具有创伤小、出血少、恢复快、并发症少、疗效确切等优点，对术后活动几乎没有影响。
(东院脊柱外一科 陈龙伟)

救死扶伤

奉献社会



本报讯 7 月 28 日上午，我院 8 名临床医技科室中坚力量启程，奔赴定西、陇南，开展为期三个月到一年的东西部协作工作。
“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”。今年是“十四五”规划开局之年，也是实现巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接的起步之年。此程，他们作为新一轮东西部协作的“排头兵”，开启了我院东西部协作新征程。
努力实现“双向协作、多方共赢”新局面
总院长管军为队员们送行，希望队员们深刻认识到开展东西部协作的重大意义，切实增强责任感、使命感，把先进

●援藏手记

发扬“老西藏精神”，青岛援藏医疗队在行动



此次援藏恰逢西藏和平解放 70 周年。70 年来，在党的坚强领导下，西藏各项事业发生了翻天覆地的变化，创造了“短短几十年跨越几千年”的人间奇迹。如今，360 多万高原儿女正蓄势待发，开拓创新，以新的跨越发展实现新的辉煌。
青岛医疗队援藏近 3 个月，队员们在各自领域努力开展工作。作为队长，我在科室接二连三成功开展了腹腔镜微创腹部外科手术。微创手术具有痛苦小、出血少、手术时间短、术后恢复快等优点，手术的成功开展使当地医院在技术水平、团队配合和多学科合作等方面的能力有了显著提升，藏族同胞们也充分体会到微创带来的好处和便利。
高原烈日缺氧环境下，青岛医疗队员们深入条件更为艰苦的乡村，全面开展义诊和筛查，将健康送到百姓家门口，为藏族同胞们的健康保驾护航，得到当地百姓一致好评，见证了藏汉一家亲！
7 月 21 日至 23 日，习近平总书记来到西藏，看望慰问西藏各族干部群众。广袤的高原大地上，处处涌动着建设祖国美好边疆的澎湃热潮。老西藏精神，就是“特别能吃苦、特别能战斗、特别能忍耐、特别能团结、特别能奉献”的精神，总书记对于这一精神也提出了新时代的注解，那就是：“缺氧不缺精神、艰苦不怕吃苦、海拔高境界更高”。青岛援藏医疗队备受鼓舞，我们将遵循总书记的要求，充分发扬“老西藏精神”，为西藏医疗卫生健康事业奉献自己的青春和力量！
(东院普外一科 刘璞)

确保高质量完成轮值进驻

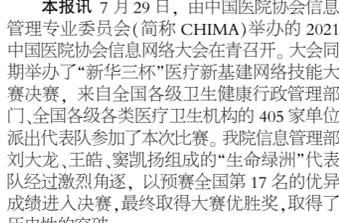
我院顺利完成市公共卫生应急备用医院轮值医疗队院前培训



本报讯 8 月 7 日，我院 96 名青岛市公共卫生应急备用医院医疗轮值梯队成员顺利完成轮值医疗队首次院前培训。本次培训邀请公共卫生应急备用医院宋军等 5 位专家，针对应急医院概况、医务培训、负压病房使用及仪器设备、院感防护、二级防护现场穿脱等多个模块进行系统培训。副院长刘学东出席本次培训。
副院长刘学东表示，在目前的复杂严峻疫情形势下，医院高度重视定点医院派驻工作，从各个岗位抽调了一线“精兵强将”，就是要确保高质量完成轮值进驻，打硬仗、打胜仗，也希望大家抓住院前培训的难得机会，认真学习培训，为日后的工作打下坚实的基础。
市公共卫生应急备用医院培训组组长宋军主任，介绍了医院基本情况并进行各模块培训。他着重强调了备用医院轮值工作的思维逻辑和工作重点，既包括出院离院、防护区域等基本概念，也涵盖院感防护、人员动线等医院管理运行的各个方面；市公共卫生应急备用医院院感科韩丽主任进行了院感专项培训。她介绍了轮值期间院感防护要点，以教学视频讲解和真人示范的方式，现场演示了二级防护的标准穿脱流程，纠正了梯队成员心中固有的“非标准行为”，取得了良好的培训效果，并在会后发放防护练习物资，择期集中进行全员考核。
经过此次系统培训，梯队成员对轮值工作有了深入了解，对各项标准、规范有了全新认识，以及更加充分的心理准备。接下来，我院将在市卫生健康委统一领导下，统筹做好院内公共卫生应急备用医院救治梯队的全面培训，抓好院前疫情防控，进一步细化入驻前的各项培训和协调准备工作，确保队伍随时进驻。
(医务部 高仲淳)

我院信息管理部团队获殊荣

荣获全国医疗新基建网络技能大赛优胜奖



本报讯 7 月 29 日，由中国医院协会信息管理部专业委员会(简称 CHIMA)举办的 2021 中国医院协会信息网络大会在青召开。大会同期举办了“新华三杯”医疗新基建网络技能大赛决赛，来自全国各级卫生健康行政部门、全国各级各类医疗卫生机构的 405 家单位派出代表参加了本次比赛。我院信息管理部刘大龙、王皓、窦凯扬组成的“生命绿洲”代表队经过激烈角逐，以预赛全国第 17 名的优异成绩进入决赛，最终取得大赛优胜奖，取得了历史性的突破。
此次比赛是我院第一次派出团队参加全国高水平的网络技能比赛，本着“以赛促学，以赛促练”的原则，提高了团队网络信息化技能水平，展示了医院风采，为下一步我院智慧医院建设的网络规划建设及安全保障工作打下了坚实的基础。
(信息管理部 王徽)



医林探秘

“笑尿了”是种病，得治！

妇科专家带你了解仿生物电刺激治疗盆底功能障碍

随着语言习惯的“进化”，我们早已习惯用“笑尿了”来替代“哈哈……”殊不知“笑尿了”丝毫不不是夸大其词，而是一种常见的存在——压力性尿失禁，这提示你的盆底肌不行了，需要康复治疗了。

“尿失禁”不是老年人的专属

提到“尿失禁”总觉得那是老了以后的事儿，离我们很远，殊不知，得“尿失禁”的人群不不仅是老年人，中年人、产后年轻人患病率都很高。你可以回忆一下，年纪尚轻的你，在大笑、咳嗽、打喷嚏、跑跳时，有没有尿液不自主流出的经历呢？

国内外报道显示，成年女性尿失禁的发病率在30%左右，并且随着年龄的增长，发病率也随之升高，50岁左右的女性中，50%的人存在不同程度、不同类型的尿失禁。常见不代表正常，是病！得治！

“水龙头”为什么会失灵？

膀胱的下方是尿道，尿道在我们不想排尿的时候是关闭的，你可以把它想象成水龙头。当我们上厕所排尿时，大脑命令“水龙头”打开，储存在膀胱里的尿液流出。

尿道周围有很多肌肉群，这些肌肉群属于盆底肌群的一部分，管理着尿道的开关功能。“水龙头”的好坏就是由这些肌群的力量决定的，如果盆底肌力量薄弱，“水龙头”控制力减弱，不能很好的关闭，就很容易发生压力性尿失禁。大笑、喷嚏、咳嗽的时候，尿液就会从膀胱经过尿道溢出来，所以“笑尿了”其实是腹压增加的时候



伴随尿液的不自自主溢出。

谁松动了你的盆底肌？

据本部妇科主任张萍介绍，妊娠、分娩、长期咳嗽便秘、还有更年期雌激素下降等原因都会导致盆底肌群受损薄弱，从而引起盆底肌群的障碍，诱发一系列的症状，压力性尿失禁就是其中很常见的一类。很可能还会伴随其他一系列盆底功能障碍性疾病的症状，包括盆腔器官脱垂、性生活不满意、腰酸背痛等等。

“社交癌”可能让你再次穿上“纸尿裤”

“压力性尿失禁”一开始只是打喷嚏、咳嗽时偶尔漏尿，之后逐年明显，行走快些、大声讲话、大笑或提重物时亦出现漏尿，且越来越频繁，想忍都忍不住，

欧美等发达国家和地区，已经普及，具有25年历史并经大量临床效果验证，可以减轻并明显改善尿失禁症状，预防盆腔器官脱垂加重，有效收缩盆底肌的肌肉，恢复肌肉的张力和弹性，提高生活质量。

治疗时，病人仅需平躺，将电极片贴在下腹部，阴道内放置治疗头，接受每次30分钟的适度电刺激。该治疗方法便捷、无创、无痛、无需服用任何药物，治疗过程有如游戏般轻松愉快，受到患者的欢迎。张萍主任介绍说：该治疗12次一个疗程，每周2次，经1-2个疗程的治疗后，病人还可以用盆底康复器进行家庭康复训练，保持长期疗效。治疗前医生会对病人的盆底功能进行筛查，治疗后再次评估治疗效果。

仿生物电刺激适用于以下盆底功能障碍的患者，包括：

- 产后42天恶露已净，常规盆底肌肉锻炼
- 压力性尿失禁
- 轻、中度子宫脱垂、阴道前后壁脱垂
- 阴道松弛、性生活不满意
- 反复阴道、尿道感染非急性期

禁忌症

- 妊娠女性
- 恶性肿瘤
- 阴道流血
- 盆腔、阴道、尿道急性炎症
- 装有同步心脏起搏器
- 神经系统疾病

让人特别尴尬，被称为“社交癌”。有的女性甚至可能需要随身带着纸尿裤，也不敢出远门，生活圈子只能在家和小区，严重影响生活质量。

仿生物电刺激康复治疗也可以很轻松

张萍主任告诉大家：当发现自己有压力性尿失禁的时候，不要着急，这个问题很常见，而且大多数患者早期都是轻度的压力性尿失禁，是可防可治的。治疗尿失禁的方法很多，可采用盆底康复治疗、盆底肌肉运动、改变生活方式等综合治疗方法。

盆底康复治疗就是使用仿生物电刺激治疗仪，改善血液循环，促进盆底肌肉组织的修复和生长。

这是一种无创的物理治疗方法，在

(下转第8版)

医院精神 (院训)

仁爱

和谐

奉献

卓越

我院牵头组建市创伤中心联盟

旨在降低青岛市严重创伤的病死率、致残率 将我市创伤救治工作提上新台阶

本报讯 为降低青岛市严重创伤的病死率、致残率，提高创伤救治水平与救治成功率，7月24日，青岛市创伤中心规范化建设研讨会暨青岛市创伤中心联盟成立大会在我院成功举办，由我院牵头组建的青岛市创伤中心联盟成立。

山东省创伤中心常务副主任李连欣教授、秘书长陶扶林教授，青岛市卫生健康委领导，我院总院长管军、副院长韩伟以及市、区(市)两级卫生健康部门及有关医疗机构的相关负责同志100余人参加。

总院长管军在致辞中介绍了青岛市创伤中心联盟的筹备过程。他表示，在青岛市卫健委和山东省创伤中心的领导下，青岛市创伤中心联盟将在“提高创伤救治水平”的建设宗旨下，实现“提高创伤救治认知、普及创伤预防知识，完善严重创伤救治相关条例，优化创伤救治流程，提高严重创伤救治水平，降低严重创伤的死亡率、致残率”的目标，将我市创伤救治工作提上一个新的台阶。



山东省创伤中心常务副主任李连欣教授详细介绍了山东省创伤中心的建设与规划。他指出，创伤中心的建设任务繁重，涉及的科室部门非常多，其成功的创建运营离不开卫健委领导及

医院管理层的大力支持，目前各市创伤中心的建设已初步完成，下一步将加大创伤中心的信息化及网络化建设，统筹区域内优质医疗资源，提高创伤患者救治水平。

青岛市创伤中心联盟主任、我院骨关节与运动医学中心主任滕学仁宣读青岛市卫健委《关于公布青岛市创伤中心联盟组成的通知》。

在学术讨论环节，来自山东省立医院、齐鲁医院、青岛市急救中心等专家分别围绕“创伤中心信息化建设、5G与创伤救治”“创伤中心质控指标及质控办法探讨”“院前急救在创伤中心建设的作用”“开放性骨盆骨折如何抢救”等进行了精彩发言。我院骨关节与运动医学中心戴世友教授就“如何做好市县级创伤中心建设”作了发言。

青岛市创伤中心联盟将以“提高创伤救治水平”为建设宗旨，强化“黄金一小时”救治理念，以信息化手段为支撑，将院前急救、院内急救、专科救治团队紧密结合，优化救治流程，建立创伤救治“上下联、信息通、速分流、快救治”的诊疗模式，为创伤患者提供高效、便捷、最佳的治疗途径及方案，保障广大半岛人民的生命安全。

(骨关节与运动医学中心 巩建宝 薛子超)

我省呼吸康复工作获广泛好评

中国康复医学会呼吸康复年会召开 我院唐华平教授作精彩汇报



本报讯 7月23日，中国康复医学会呼吸康复专业委员会第五届学术年会召开。中国康复医学会呼吸康复专业委员会常务委员、山东省康复医学会呼吸康复专业委员会主任委员、我院东院呼吸与危重症医学一科主任唐华平教授，代表山东省呼吸康复专委会作精彩汇报，受到中国工程院副院长、中国康复医学会呼吸康复专业委员会主任委员王辰院士和中国康复医学会会长方国恩教授的高度评价及与

会专家的一致好评。山东省康复医学会呼吸康复专业委员会于2018年成立，我院唐华平教授当选主任委员，其中15名副主任委员包括齐鲁医院、省立医院等三级医院的学科带头人，106名委员涵盖全省各三级医院呼吸专业的主任、副主任。我院作为山东省康复医学会呼吸康复专业委员会第五届学术年会中心山东分中心(山东省唯一)等，近年来一直致力于呼吸康复工作，搭建呼吸康复专业发展平台，不断促进我省呼吸康复事业的发展。近年来，山东省康复医学会呼吸康复专业委员会不断开拓发展，山东省呼吸康复工作有了显著提高，极大提升了学术影响力。

(东院保健科 贾贝丽)

进一步提升护理人员综合能力

护理部召开上半年外出进修培训护理人员学习成果汇报会

本报讯 为进一步提升我院护理人员综合能力，推动护理学科发展，护理部组织召开“2021年上半年外出进修培训护理人员学习成果汇报会”。护士长及护理骨干200余人参会。

43名外出学习护理人员围绕在北京协和、阜外、积水潭医院及华西医院等国内知名医院进修学习的经历，分别从专业理论课程学习、护理专科特色、质量与安全等方面作了汇报，并结合科室实际情况提出了下一步将要开展的工作计划。

医院护理部主任孙秀杰表示，此次汇报会议内容丰富，让大家增长了知识、拓

(护理部)

系列科普《放过他们的双脚，糖尿病足》(二)病因篇

糖尿病足，如何才能不“涉足”？



在第一期的《认知篇》中我们详细介绍了什么是糖尿病足，以及糖尿病足给患者造成的严重危害。本期《病因篇》，我们一起来了解糖尿病足究竟是怎样形成和发展的。

“糖尿病足的病因主要有两个，第一个是下肢血管病变，第二个是下肢神经

病变。”我院糖尿病足诊治中心主任贾楠介绍说。

下肢血管病变

糖尿病患者长期高血糖的影响下，下肢微小血管会出现硬化、狭窄甚至闭塞，也就是医学上的下肢动脉病变。

这种病变在糖尿病患者中的发生几率是非糖尿病患者中的2倍，而且糖尿病患者这种病变更容易累及小腿的中小动脉血管。正是这种病变导致了足部供血不足，表现为下肢发冷、疼痛、皮肤变薄、趾甲增厚、汗毛脱落等，当“糖友们”出现以上症状时就要引起高度重视了。

由于患者的不重视或者早期症状不明显，所以绝大部分患者并不会主动就诊。这就造成了很多患者直到发生了严重感染或坏疽后，通过检查才知道自己早已经发生了严重的下肢动脉病变，因为发现的很晚，往往最终治疗起来更加困难。

下肢神经病变

由于长期暴露在下肢缺血和高血糖状态，足部神经会受损逐渐产生病变。表现为肢体麻木、感觉减退等，患者会察觉不到足部皮肤发生外伤时的疼痛，甚至将脚放进开水中都完全感受不到。同时神经病变还会导致足畸形的发生，如弓形足、爪型趾等，异常的足形态会导致行走站立时局部皮肤磨损严重，最终导致皮肤破溃发生溃疡。

还有一类患者的神经病变还会表现为足痛觉过敏，如皮肤针刺样疼痛、烧灼

样、蚁行感、夜间加重，活动后可稍有缓解，这类患者长期受到神经痛的困扰，严重的甚至难以入睡，严重影响生活质量。

“当患者出现以上症状时，除了坚持控制血糖、坚持足部护理以外，最重要的是在症状发生早期及时进行治疗。”

由此可见：糖尿病患者在下肢血管病变和下肢神经病变的状态下，一旦足部皮肤发生破损、感染形成溃疡后，贫瘠的下肢血流将无法顺利帮助机体抵御感染的蔓延，也无法帮助组织进行有效修复，感染坏死会逐渐扩大，这种恶性循环会导致截肢的风险大大增加，就像遭受外力破坏的树枝无法得到树根的滋养而渐渐枯死。

我院糖尿病足诊治中心主任贾楠提醒大家：“糖尿病患者要有意识地区别发生下肢血管病变和神经病变时释放出的信号，早发现、早诊断，通过规范化的‘一站式’治疗，最大限度降低糖尿病足造成的伤害。”

早发现早治疗才能最大程度避免截肢，下一期，我院糖尿病足诊治中心专家将给大家带来《放过他们的双脚，糖尿病足(三)检查篇》，为大家讲解如何诊断糖尿病足。

(东院微创介入治疗中心 贾楠 刘家豪)

献礼建党百年 我为党旗添彩 我院组织夏季无偿献血活动



本报讯 夏季一直是用血比较紧张的季节,血液存储不足、偏型等情况时有发生。为缓解用血紧张状况,医院于7月28日在本部院区开展“献礼建党百年我为党旗添彩”为主题的无偿献血活动,全院干部职工特别是党员干部积极参加无偿献血,以实际行动展现了白衣天使救死扶伤的大爱情怀。

七月流火,“市立人”用迸发出的热血深情去点燃生命之光。早上7点刚过,异常闷热的气温挡不住职工前来献血的热情,在本部餐厅门前,挤满赶在上班前来献血的职工;本部儿科主任张瑞云早早赶来献完血,就匆匆赶回专家门诊;麻醉手术科副主任侯念果一早来献血时,由于着急手术导致血压增高,不符合献血条件便先回科里工作了两个小时,待血压正常后又返回献血;DSA的张祥林下夜班后直接赶来献血;心内二科护士苑莹下夜班来献血,因自己体重不符合要求,就说服她的爱人献血;泌尿外科副主任吴坤、妇科副主任葛伟平、张维娜因早晨有手术,便利用两台手术间隙献血;

医院宗旨

救死扶伤

奉献社会

1金1铜! 市立助力奥运健儿

中国帆船帆板运动协会发来感谢信 我院为其提供国际一流运动康复保障



2020 东京奥运会女子帆板冠军卢云秀(左),教练周元国(中),我院运动康复治疗师于观潇(右)

构建大康复医学体系 守护全生命周期

近年来,在“健康中国”战略背景下,我院积极响应人民对康复医学优质服务的需要,坚持预防治疗康复协同发展,全面开展运动康复、心肺康复、神经康复、盆底康复等康复亚专业建设,打造以临床医学为优势、康复医学为特色的“大康复学科体系”,为患者提供全面的康复专业服务。

为了获取前沿的康复医学理念和技术,医院多年前便联手美国纽约大学 RUSK 康复医学研究院、加拿大渥太华心脏病院等国际一流院校,积极发展我院康复医学。双方保持着密切交流,RUSK 专家曾数次派专家来院进行培训,讲述先进的康复理念及康复技术,尤其是在骨科运动康复、神经康复、心肺康复、孕产康复等方面进行了康复技术演示,为建立系统的综合康复提供了理论基础和技术支持。我院也曾选派多名医护人员赴美交流学习,并取得了国家 CPX 中心授予的心肺运动试验培训合格证、国家心脏康复培训合格证书、中国和美国梅奥诊所联合心脏康复培训的合格证,极大充实了医院康复力量。越来越多的患者在我院得到系统规范的康复治疗,市立康复力量不断惠及社会。

的训练方式,保障运动员在不损伤情况下加强力量练习。针对有些运动员会有一些脏器的损伤,例如脾胃或者月经不调,运用针灸或者手法治疗来给运动员进行调理。

“冠军方案”同样适用于普通人

“运动康复,无须吃药打针和手术,只是通过针对性的运动训练即可对运动损伤进行康复治疗。无论作为保守治疗的手段,还是作为术后康复方法,运动康复都是一种简便且有效的康复方法,是适用于竞技运动员和普通大众的先进康复手段。”于观潇介绍,运动康复主要分物理治疗和运动治疗,两者都需要在专业康复医师的指导下进行。物理治疗指的是用比较精准的手法,如神经松动术、关节松动术等,精准处理疼痛症状;运动疗法则是对肌肉、功能进行锻炼,让身体的运动方式得以改变,从而达到一个比较长远的治疗效果。



渐好转,顺利出院。

据刘学东副院长介绍,MDA5 抗体阳性皮肌炎作为一种自身免疫性疾病,具有典型的皮肤皮疹表现,常伴有快速进展性间质性肺炎,病情凶险且预后较差,并常常被漏诊和误诊,因此早期识别和治疗非常关键。她提醒,当出现颜面部、颈部、肘部皮疹,并伴有发热、进行性呼吸困难时,一定要及时前往医院就诊以免延误病情。

(本部呼吸与危重症医学科 李文飞 刘或展)

促进康复,请收下我的“膝盖操” 我院推出“还您一个健康的膝”保健操演示培训活动



本报讯 我院本部骨关节与运动医学科党支部将党史学习教育同推动医疗工作、解决病人实际问题结合起来,推出“学史力行,我为群众办实事——还您一个健康的膝”保健操演示培训活动,切实为病人解决术后康复锻炼遇到的难题,促进病人的康复,并向病人与家属普及如何保护膝关节的相关知识。

膝关节骨性关节炎是中老年人的常见病,55 岁以上发病率为 44%~70%。如何提前预防、延缓疾病的发生,做好膝关节保健尤为重要。本部骨关节与运动医学科党支部书记、护士长王升英运用丰富专业知识和多年的工作经验,研究了膝关节锻炼操,可降低中老年人膝关节骨性关节炎的发病率,提高膝关节的使用寿命,也可使膝关节置换病人术后更大程度地恢复膝关节功能。膝关节锻炼操曾获得 2020 年度山东省科普宣讲大赛三等奖,2021 年被卫生健康信息发布平台

《健康中国》录用,反响非常好。

为帮助膝关节手术病人康复,本部骨关节与运动医学科以推介膝关节锻炼操演示为主,在病房共开展了五期康复保健操培训。每场培训,病人和家属都认真地观看膝关节锻炼操指导视频,拍照学习,反复模仿动作,询问要领。医生、护士耐心讲解,示范具体做法,为病人解惑康复过程中遇到的疑难问题;根据每位病人的具体病情,就膝关节附近肌肉力量训练、关节活动度的锻炼等,开展一对一的指导,促进病人更好、更快康复。

该科利用专业视频演示和个性化指导相结合的培训方式,极大地提高了病人的学习效率和质量,成效显著。自活动开展以来,接受培训病人及家属达 200 多人,提高了病人术后膝关节锻炼的正确性和依从性,病人平均住院日较同期缩短 1.5 天,术后康复效率明显提升。病人送来表扬信、锦旗,纷纷对科室“办实事,接地气”的举措给予高度评价。

病人的赞扬极大地鼓舞了科室的党员和医护人员。该科开展的“我为群众办实事”实践活动,一方面让病人和家属得到最前沿的健康教育指导和更温馨的服务,在就医过程中增强了获得感、满足感;另一方面让医护人员更好地走近病人,了解病人的需求,解决病人急难盼问题,在诊治过程中得到更多的成就感和认可,进一步增强了切实为人民的健康保驾护航、为人民的美好生活不断奋斗的决心和信心。

(本部骨关节与运动医学科 王升英)

图片新闻 “世界母乳喂养周”公益义诊



本报讯 8月1日-7日是第30个“世界母乳喂养周”。8月2日,我院分别在本院部和东院区门诊大厅举行了公益义诊。产科医护人员现场帮助准妈妈解答怀孕期间、分娩前及分娩时的疑问和准备,科普了产后康复及新生儿护理等相关知识,疏解和安抚她们对分娩的恐惧心理,并手把手教授了新生儿护理实操。

(文化宣传部)

老年人口腔公益义诊



本报讯 为帮助老年人更好的预防和控制口腔疾病,7月21日,我院口腔医疗中心开展了主题为“关注口腔健康,品味老年幸福”的公益义诊,为老年人提供口腔健康检查、疾病防治咨询等爱心服务,帮助老年人及时走出牙齿护理治疗的误区,掌握科学的口腔保健方法。

(口腔医疗中心 刘梦园)

(上接第1版)

为进一步提升部队官兵的心理素质,促进人格发展,更好地适应部队生活,临床心理负责人王克副主任医师为 92882 部队官兵作了题为《军人心理健康》专题讲座。官兵们纷纷表示,通过讲座学习了更多心理健康知识,掌握了一些简单的自我调节的方法,今后将会更加关注个人和战友的心理健康情况,及时调整状态,以更为饱满的精神状态投入到部队的训练与生活中。

军民共建是一项长久的利国利民的事业,做好双拥工作,对巩固国防建设,维护社会稳定,推进经济发展具有极其重要的意义。今后,我院将一如以往

地以“组织健全、政策落实、活动经常、关系融洽”为基本要求,完善走访慰问工作常态机制,推进双拥工作扎实开展,成效显著,切实巩固和发展“军爱民、民拥军、军民鱼水一家亲”的良好关系。

另悉,7月28日,我院党委及工会组织开展“致敬老兵,关爱军嫂”慰问座谈会,共同迎接第 94 个八一建军节的到来,庆祝建党 100 周年,党委书记杨九龙,工会主席海燕等代表医院,向参加座谈会的 40 名退役军人和现役军属代表送上暖心的节日慰问和祝福,表达深切的敬意和诚挚的问候。

(工会办公室)