



昌宁县中医医院文化宣传 简 讯

厚德传承 博学创新

(内部资料)

昌宁县中医医院院办公室编

2015 年第 1 期(季刊)

昌宁县人民政府沈冰副县长到我院建设项目 新址实地调研

12 月 30 日昌宁县人民政府沈冰副县长莅临我院建设项目新址实地调研,主要协调医院建设项目工程施工推进慢、地方配套资金落实不到位、建设资金筹措难等主要问题,着力解决我院整体搬迁建设项目的实际困难。调研中,沈冰副县长听取了县卫生局局长、医院建设领导小组成员对项目建设的汇报后提出指示:一是医



院建设领导小组要尽快想办法协调组织资金,及时拨付施工方;二是施工方要克服一切困难,按工程进度、质量要求抓紧施工;三是春节将至,要提高安全管理意识,严防安全事故发生。对医院提出“由县人民政府及相关部门出面协调落实省级项目配套资金”的申请进行讨论,并提交县人民政府会议研究。确定了 2015 年 4 月 20 日完成工程建设并组织竣工验收,5 月 8 日以前完成整体迁建的目标。

医在精 精益求精 珍爱生命

护在爱 爱心相传 善待患者



2月15日，我院骨伤科主任赵应李和他的科室同事们收到81岁患者杨凤菊及其3名家属赠予“妙手回春 医德高尚”的锦旗。以此对该科室全体医护人员尽心、精心治疗护理杨凤菊老人表示朴实而诚挚地感谢。

1月17日下午，家住柯街镇沙坝村的高龄老人杨凤菊外伤急诊到我院骨伤科住院治疗。经医生检查，诊断为“左股骨转子下骨折”、“左桡骨远端骨折”、“左尺骨茎突撕脱性骨折”，因患者患“中度贫血”、“左心室舒张期功能减退、三尖瓣返流”等原发性疾病。主管医生将患者病情详细地告知本人和家属，并提出初步治疗建议与患者家属交流，左桡骨远端骨折和左尺骨茎突撕脱性骨折可行手法正骨复位小夹板外固定，包敷医院研制的“骨伤1号”可治愈。左股骨转子下骨折治疗方法可选择：保守治疗，此方法风险小，但易导致畸形愈合甚至以后从此不能走路，患者卧床时间长，高龄老人容易合并肺部感染、深静脉血栓形成、褥疮等严重并发症，2年内死亡率高。也可选择手术治疗，但高龄患者麻醉风险高，手术耐受性差，加之杨凤菊老人患有中度贫血等多种病症，增加了手术、麻醉风险。患者和家属在充分知情的前提下，经过商议要求手术治疗。主管医生赵应李针对患者身体、年龄、外伤实际情况，按医疗程序向医务科提出重大、特殊手

术（高龄）请示申请，医院“医疗技术管理委员会”及时组织麻醉医生进行会诊，并组织外科、麻醉科医务人员对手术方案、麻醉方法及术中、术后可发生的危急情况应急处置方案进行讨论，制定出手术、麻醉方案和补充应急方案。1月30日上午，医生对杨凤菊老人顺利实施了左股骨转子下骨折切开复位内固定术，术后经中药贴敷、针灸理疗康复、推拿按摩等治疗及护理，2月14日出院，为感谢骨伤科全体医护人员“医在精、精益求精、珍爱生命，护在爱、爱心相传、善待患者”的医者仁心精神，才出现了开头的那一幕。

杨凤菊老人在昌宁县中医医院骨伤科住院期间，医务人员充分尊重她的病情知情权和治疗选择权，顶着手术风险压力，精心研讨最佳治疗方案，助其身体康复。该科室自1987年成立以来，一直秉承医者严谨的工作作风，敬业的工作态度，以高尚的医德，精湛的医术守护着每位患者健康，在服务人民群众的过程中，自觉践行着“敬业、诚信、友善”的社会主义核心价值观，赢得了省级“重点专科”的荣誉，受到了全县人民的高度赞誉。

保山市医保中心对我院 2014 年度 城镇基本医疗保险工作进行考核

2015年1月13日上午，由保山市医保中心、昌宁县人力资源和社会保障局、昌宁县医保中心联合组成的医保工作考核领导小组对我院2014年度城镇基本医疗保险工作进行考核。以



定点医疗服务协议为依据，分行政、业务两组进行考核。通过听（医院医保协议执行情况汇报）、看（看医保政策宣传、组织及制度建设、价格公示等）、查（查病历、查处方及相关资料）、访（住院病人问卷调查）等方式对我院 2014 年度城镇基本医疗保险工作进行全面细致考核。反馈会上，考核组对我院 2014 年度城镇基本医疗保险工作的组织、宣传、治疗、服务等工作给予充分肯定，并提出加强合理用药、缩短住院时间等意见建议。

在下一年工作中，我院一定以这次考核为契机，严格执行医疗保险相关政策规定，加强对全院干部职工的医疗保险政策学习培训，不断完善医疗服务管理，自觉接受医保部门和患者的监督，不断提高医疗服务水平，努力为昌宁县广大医保患者服务。

昌宁县卫生局对我院 2014 年度卫生工作 综合目标进行考核



1 月 14 日，县卫生局党委书记管亚超率第一考核小组对我院 2014 年度卫生综合目标进行年终考核。院长杨永军汇报了我院 2014 年各项工作开展情况。考核组分“三好一满意”、党风廉政建设、行风建设、平安医院建设、医疗业务、新农合、公共卫生服务、妇幼保健等 10 个小组，以实地查看痕迹资料、翻阅病历处方、进村入户访谈群

众、下科室访谈职工及患者家属等方式对我院全年工作进行了深入细致的检查考核。

创建“服务型”党组织 开展“读书学习活动”

为认真贯彻落实党的十八届四中全会及县委十二届五次全会精神，深入扎实推进“三好一满意”活动，切实转变行业作风，创建服务型党组织，培育和践行社会主义核心价值观，提升我院中医诊疗服务水平和综合服务能力，根据卫生局党委安排布置，结合实际，医院支部拟在 2015 年内组织“读书学习



活动”，目的是通过学习，坚定干部职工理想信念、提高政治素养、锤炼道德操守、提升思想境界，营造医患和谐、廉洁行医、职业道德规范的新环境。1月15日，在医院大会议室召开全院干部职工150人参加的启动会议，安排部署“读书学习活动”工作。会议由杨永军院长主持，支部书记张会美安排活动方案。学习范围为全院干部职工及田园镇13个社区卫生室的医务人员。学习时间为9个月。学习内容《构建和谐医患关系、医护人员读本》、《医务工作者职业道德读本》、《廉洁行医、从我做起》。学习方式以自学为主，集中学习为辅。为强化学习效果，要求职工每天抽时间自学，学习后撰写读书笔记、心得体会。医院将组织心得交流、知识竞赛、演讲比赛等活动丰富学习内涵。杨院长在总结讲话时强调，全院干部职工要提高自觉学习的积极性，要将“要我学”转变成“我要学”；学习活动要结合个人岗位实际，做到学有所得、学有所获、学以致用。本次“读书学习活动”是全院正在开展“三严三实”、“忠诚、干净、担当”教育活动的重要载体，是创建“学习型”、“服务型”、“创新

型”党组织的主要抓手，是提升专业技术人员道德修养、服务质量和水平主要教育手段。

立足医院迁建新起点扬帆起航

谋求医院新发展再创辉煌



在新春佳节来临之际，我院第四届二次职工代表大会于 2015 年 1 月 30 日至 31 日在五楼大会议室胜利召开。

41 名职工代表及列席代表肩负着医院改革发展的历史责任，以饱满的政治热情，为谋划医院宏伟蓝图凝心聚力。大会得到上级工会的高度重视，县总工会杨文英副主席、卫生局系统工会主席鲍吴梅亲临会场指导工作。

与会代表认真听取并审议了杨永军院长所作的《2014 年医院工作报告》；《2014 年财务决算及 2015 年财务预算报告》；《2015 岗位目标责任制考核实施方案》；《工会 2014 年工作报告》；《工会 2014 年财务决算及 2015 年财务预算报告》；《2015 年医院绩效工资分配方案》、《中长期发展规划（2015—2020 年）》、《四届一次职工代表大会提案办复情况报告》。

会议充分体现职工当家作主的主人翁意识，职工代表站位医院发展大局，以医院迁建为跨越发展良好机遇，共商医疗业务发展大计，共谋突显中医服务特色良策，积极建言献策。会议收到医院管理、医疗护

理质量、财务管理、人事管理、医院发展、设备物资采购等方面的提案 25 件，立案 19 件。为开创医院各项工作新局面凝聚了智慧和力量。

以人民群众满意为根本

新常态下务实为民新举措

为顺应医院发展新形式，在强化治理医药购销领域中商业贿赂工作新常态，提高医院管理水平，降低医院运行成本，加强医院成本核算，切实控制医疗费用不合理增长，保障人民群众根本利益。经医院办公会研究决定，将医院 2015 年度医用耗材采



购在省市级中标配价基础上组织进行二次竞价谈判，在保证耗材质量、安全前提下，把采购价格降到最低，把让利部分全部实惠给患者，回报社会。2月5日下午，医院邀请2014年度与我院签订合同的9家医用卫生材料配送企业进行价格二次竞价谈判。成立以院长为组长，分管副院长为副组长，医院其他班子领导、药械科、医务科、财务科长为成员的谈判领导小组，成立了以支部书记为组长，党办主任、工会委员、部分职工代表为成员的监督小组。邀请手术室、骨外科、检验科主任及手术科室护士长列席会议。竞价谈判严格按照公平、公开、公正的原则，以2014年度医用卫生材料中标供货价格目录为基础，自主进行二次报价，围绕二次报价开展竞价谈判。以最低报价为医院采购价，供应企业可根据最终谈判价格来确定配送意愿。

与 9 家供应商进行多轮竞价谈判后，今年卫生材料实际采购价格在上年度中标价格基础上分别下降 5—20 个百分点，实际供货价格在院内进行公开公示。以 2014 年医院医用卫生材料采购总量为例，可节约资金 30.82 万元。谈判结束后，医院与有合作意向的供应商签订了《二次谈判价格确认书》；签订了廉政合同，完善了采购合同。

强化纪律作风教育

确保人民群众根本利益



2015 年伊始，昌宁县中医医院召开田园镇社区卫生室村医工作例会。支部书记张会美在会上安排了医院关于开展读书学习活动的实施方案，并结合“三严三实”教育和纪律作风整顿年的重点整顿内容，在纪律、行风建设、安全工作等方面对社区医生 2015 年工作提出了 5 条要求：一是严以修身，踏实做事，满足社区群众就医需求；二是踏实做人，严守值班纪律，不逾越纪律红线；三是扎实做事，不触碰新农合、公共卫生服务项目高压线；四是严以律己，自觉遵守中央 8 项规定和县纪委关于婚丧嫁娶事宜的相关规定；五是提高警惕，确保社区卫生室平安安全。强化社区医生纪律和行风教育，重点落实好基本药物制度和国家各项惠民政策、公共卫生服务，确保人民群众的根本利益。

廉洁行医，为民为家为患者；

德技双馨，利己利人利苍生。

医院建设施工管理领导小组对大理福安园林绿化公司进行实地考察

2015年2月7日受大理福安园林绿化公司的邀请，由杨永军院长带队，医院建设项目领导小组成员、施工方负责人组成的考察团赴大理对我院的绿化施工及文化建设进行实地考察。考察主要以现场实地调研绿化公司、实地参观该公



司苗木基地及召开现场座谈会等形式进行。此次考察医院领导高度重视，旨在加快新医院建设步伐、提升医院园林规划效果及保证绿化施工质量。此次考察现场确定了我院建设所需的景观石、大理石围栏、绿化苗木等，并完善了相关合作事宜。通过此次考察对我院提升景观文化及为实现顺利搬迁奠定了良好的基础。

创建“特色服务窗口”推进服务型党组织建设

我院党支部把狠抓针推科中医特色疗效为工作重点，将创建针推科“特色服务窗口”为党建项目，推进“服务型党组织”建设。将组建党

员服务团队、统一规范疾病诊疗方案、建设党员“温馨小屋”、建立贫困患者“就助基金”、“相约季度末”等措施作为工作抓手，以人民群众需求为出发点，突出中医治疗特色，突显党员“温馨”、“暖心”服务，提升服务质量。党支部把“特色服务窗口”创建作为示范标杆，再将创建经验向全院推广，以此逐步推进全院各科的医疗服务工作。抓实党建与医院中心工作相结合这个着力点，创新基层党组织的工作方法，提升基层党组织的工作活力。

存仁心 施仁爱 心系职工 情连百姓



我院工会委员会坚持“送温暖”活动，以“职工之家”建设为中心，把慰问生病、困难职工、慰问亲属病故、关爱退休职工等送温暖活动作为一项常规工作。新春佳节邻近，医院党政班子与工会委员再次携慰问款、慰问品，挨家挨户走访、看望了

院内 38 位退休职工，2 户困难职工，给他们送去新春的祝福。2 月 11 日，党政班子一行到挂钩龙泉社区的龙上、龙下、新地基 3 个村民小组慰问看望特困、五保、困难户，并与他们一起探索脱贫致富的新路子、新方法，询问他们生产生活及健康情况，鼓励他们振作勇气，勤劳致富。并承诺今后还会一如既往的支持、帮助他们，特别在身体健康方面，还

会通过义诊、免费上门服务等方式为他们提供服务。

强化医疗质量管理 确保医疗安全

3月25日，我院召开2015年第一季度医疗质量分析会议。

会议由分管医疗业务的李嘉平副书记主持，党政班子、二级班子参加。医务科、护理部、药剂科、感控办等职能部门对我院第一季度各项医疗业务指标完成情况进行总结分析，并对第一季度的医疗安全及医疗质量、护理质量、感控、合理用药、抗菌素使用等考核结果作了通报，指出存在问题，分析产生原因，提出整改措施。并对各科开展的中医诊疗技术项目、饮片处方、非药物中医诊疗人次等中医特色指标进行任务分解。对迎接“等级医院持续整改评估验收”工作进行了安排。第一季度我院未发生医疗差错事故，无纠纷事件。



并对第一季度的医疗安全及医疗质量、护理质量、感控、合理用药、抗菌素使用等考核结果作了通报，指出存在问题，分析产生原因，提出整改措施。并对各科开展的中医诊疗技术项目、饮片处方、非药物中医诊疗人次等中医特色指标进行任务分解。对迎接“等级医院持续整改评估验收”工作进行了安排。第一季度我院未发生医疗差错事故，无纠纷事件。

支部书记张会美针对医疗质量和医疗安全管理，病历书写，中医优势病种诊疗方案落实、临床路径、服务效率、中医特色等医疗工作提出严抓制度、严抓落实、严抓督导、严格奖惩的“四严”要求，充分发挥院、科、组三级质量管理体系，一级抓一级来落实。今后，我院将把每

季度一次的质量分析会议作为医院管理的一项长效机制，通过不断的质量监督、质量分析、质量整改，实现诊疗技术持续提高的目标。

中医文化

院内特色



中药熬制讲究多

自古以来，中药就有汤药及丸、散、膏、丹等多种剂型，近代虽又新增了冲剂、胶囊剂、气雾剂及注射剂等，但目前临床最为常用的，仍然是汤药。在临证过程中我们发现，许多患者对汤药的煎煮方法仍不甚了解。



煎药用具：以砂锅、瓦罐为佳，搪瓷罐次之，不锈钢锅亦可，忌用钢、铁、铝等器皿，因其性质不稳定，易与药物发生化学反应，影响疗效。

煎药用水：古时曾用长流水、井水、雨水、泉水、甘澜水或米泔水等煎煮，现多

用自来水、井水或蒸馏水等，但总体以水质洁净新鲜为好。

煎煮火候：有文火、武火之分。文火，又称慢火，即使药液温度上升、水液蒸发缓慢的火候；武火，又称急火，即使药液温度上升、水液蒸发迅速的火候。药物煎煮的火候与时间，需根据其性质而定。一般来说，解表药、清热药宜武火煎煮，时间宜短，煮沸后煎 3~5 分钟即可；补益药需文火慢煎，时间宜长，煮沸后再续煎 30~60 分钟。具体用火，需遵医嘱。

煎煮方法：先将药材浸泡 30~60 分钟，加水量以高出药面两指（2 厘米）为度。一般中药需煎煮两次，第二煎加水量与药平齐。两次煎取的药液去渣滤净混合后，分 2~3 次服用（煎两遍，对一起，喝三次）。某些药物因质地不同，煎法较特殊，处方上需加以注明，归纳起来包括：先煎、后下、包煎、另炖、烊化、冲服、泡服、煎汤代水等，详述如下：

（1）先煎：一些有效成分难溶于水的金石、矿物或介壳类药物，应打碎先煎，煮沸 20~30 分钟，再下其他药物同煎，以使有效成分充分析出，如磁石、代赭石、生铁落、生石膏、寒水石、紫石英、龙骨、牡蛎、海蛤壳、瓦楞子、珍珠母、石决明、紫贝齿、龟板、鳖甲等。此外，如附子、乌头等药力较强，毒副作用也较强的药物，宜先煎 30~60 分钟后，再下他药，久煎可缓和其药力，降低其毒性，更利于安全用药。

（2）后下：一些气味芳香的药物，久煎的话其有效成分易于挥发，从而降低药效，所以须在其他药物煎沸 5~10 分钟后放入，如薄荷、青蒿、香薷、木香、砂仁、沉香、白豆蔻、草豆蔻等。此外，有些药物虽不属芳香药，但久煎亦能破坏其有效成分，如钩藤、大黄、番泻叶等，亦须后下。

（3）包煎：一些黏性强、呈粉末状或带有绒毛的药物，宜先用纱布袋装好，再与其他药物同煎，以防止药液混浊、沉于锅底、加热时引起焦化、糊化或刺激咽喉引起咳嗽等，如蛤粉、滑石、青黛、旋复花、车前子、蒲黄、灶心土等。

（4）另炖：某些贵重药材，为了更好地煎出其有效成分，还应单独另炖 2~3 小时，煎液可以另服，也可与其他煎液混合后服用，如人参、

西洋参、鹿茸等。

(5) 烱化：某些胶类药或黏性较大的药物，为避免入煎后黏锅或黏附于其他药物上，可单用水或黄酒将其加热溶化后，用煎好的药液冲服；也可将其放入其他药物煎好的药液中加热烱化后服用，如阿胶、鹿角胶、龟板胶、鳖甲胶及蜂蜜、饴糖等。

(6) 冲服：某些贵重药物，用量较轻，为防止散失或浪费，常需研成细末用温开水或放入其他药物煎液中冲服，如麝香、牛黄、珍珠、羚羊角粉、猴枣、马宝、西洋参、鹿茸、人参、蛤蚧等；某些药物，根据病情需要，为提高药效，也常研成散剂冲服，如三七、花蕊石、白及、紫珠草、血余炭、棕榈炭、全蝎、蜈蚣、僵蚕、地龙、乌贼骨、瓦楞子、海蛤壳、延胡索等；某些高温容易破坏药效或有效成分难溶于水的药物，也只能做散剂冲服，如雷丸、鹤草芽、朱砂等；此外，还有一些液体药物如姜汁、藕汁、竹沥汁、荸荠汁、鲜地黄汁等也须冲服。

(7) 泡服：某些有效成分易溶于水或久煎容易破坏药效的药物，可用少量开水或放入其他药物煎液中趁热浸泡，加盖闷润，以减少挥发，半小时后去渣服用，如藏红花、番泻叶、胖大海等。

(8) 煎汤代水：某些药物为了防止其与其他药物同煎而使煎液混浊，难于服用，宜先煎后取其上清液代水，再煎煮其他药物，如灶心土等。此外，某些药物质地轻，用量多，体积大，吸水量大如玉米须、丝瓜络、金钱草等，也须煎汤代水用。

关于煎药的三个问题？

1. 为什么要自己煎药，不要代煎？

煎药机袋煎一般只煎一遍，且煎前多不浸泡，更不分先煎后下等，所以煎出来的药汁多是清汤寡水，药力极淡；更有甚者，药汁若多则弃之，若少则兑水，所以疗效极差。亦不推荐找人代煎，因自己煎药的话，鼻能嗅其味，目能观其形，耳能闻其声，肤能受其熏，且心亦随之而静，故疗效更佳。

2. 若嫌每天煎药太浪费时间怎么办？

可将两剂药同煎，水量增倍，煎好后的药汁分两天喝。喝不完的，

可用冰箱冷藏，再喝时加热。

3. 药汁太苦，难以下咽怎么办？

只需将药汁晾凉些，然后用吸管喝即可。



☆春季养生☆ 养生在动，养心在静

饮食养生原则：

1. 主食中选择高热量的食物。是指主食中除米面杂粮外，适量加入豆类、花生等热量较高的食物。

2. 保证充足的优质蛋白质。是指奶类、蛋类、鱼肉、禽肉、猪牛羊瘦肉等。

3. 保证充足的维生素。青菜及水果的维生素含量较高，如西红柿、青椒等含有较多的维生素C，是增强体质，抵御疾病的重要物质。

春季饮食分三时期

一、早春时期

为冬春交接之时，气温仍然寒冷，人体内消耗的热量较多，所以宜于进食偏于温热的食物。

饮食原则：选择热量较高的主食，并注意补充足够的蛋白质。饮食除米面杂粮之外，可增加一些豆类、花生、乳制品等。

早餐：牛奶1袋(250毫升左右)，主食100克，小菜适量。

午餐：主食150克，猪牛羊瘦肉(或豆制品)50克，青菜200克，蛋汤或肉汤适量。

晚餐：主食100克，蛋鱼肉类(或豆制品)50克，青菜200克，豆粥1碗

二、春季中期

为天气变化较大之时，气温骤冷骤热，变化较大，可以参照早春时期的饮食进行。在气温较高时可增加青菜的食量，减少肉类的食用。

三、春季晚期

春夏交接之时，气温偏热，所以宜于进食清淡的食物。饮食原则为选择清淡的食物，并注意补充足够维生素，如饮食中应适当增加青菜。



早餐：豆浆 250 毫升，主食 100 克，小菜适量。

午餐：主食 150 克，鱼蛋肉类(或豆制品)50 克，青菜 250 克，菜汤适量。

晚餐：主食 100 克，青菜 200 克，米粥 1 碗。

少吃酸比较好

每日除三餐之外，还要多吃一些水果，因为水果中所含的维生素和矿物质对增强体质有益。春季饮食宜忌生冷油腻之品，传统医学还认为春季为肝气旺盛之时，多食酸味食品会使肝气过盛而损害脾胃，所以应少食酸味食品。

教你识中药 白芍的功效与作用

苦、酸，微寒。入肝经。养血敛阴，柔肝止痛，平肝阳。

1. 用于月经不调，经行腹痛，崩漏，以及自汗、盗汗等症。

2. 用于肝气不和所致的胁痛、腹痛，以及手足拘挛疼痛等症。3. 用于肝阳亢盛所引起的头痛、眩晕。4. 美容养血。

白芍的食用方法

芍药通过不同的炮制方法，能够产生不同的功效。白芍生用敛阴平肝作用较强；白芍炒后长于养血和肝，多用于肝旺脾虚痛泻者；白芍酒炒后偏于养血活血，血虚兼寒凝血瘀之证最宜；白芍醋炒增强柔肝止痛之力



轻松一刻

（笑场一：板蓝根）

小时候每当我伤风，母亲都会为我冲一杯咖啡。她温柔地说：“外国人都是这样的。”可我总是害怕咖啡的味道，酸甜苦涩交错，人生亦如此。如今我走遍两岸、上岛、星巴克都见不到小时候喝的那个牌子，还依稀记得它有一个很洋气的名字：板蓝根！

（笑场二：无酒伤心）

医生：“您的肝脏问题严重，有没有听我的建议，不喝酒了？”病人：“是的，听从了。”医生：“那么您的肝区疼痛是否好点了？”病人：“好点了，但心里又难受起来。”医生：“为什么？”病人：“唉，您没听人说，有酒伤肝，无酒伤心嘛！”

印发：卫生局办公室，田园镇办公室，中医院各科室，各村（社区）卫生室