

用规范化诊疗造福肿瘤患者

山东省抗癌协会医院高质量发展研讨会齐鲁行(烟台站)在毓璜顶医院成功举行

本报讯(YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修 崔方荣 摄影报道)4月6日上午,山东省抗癌协会医院高质量发展研讨会齐鲁行(烟台站)在毓璜顶医院成功举行。中国工程院院士、山东省肿瘤医院院长于金明,以及来自临沂、淄博、潍坊等地市的10余家医院的书记、院长齐聚一堂,以“医院高质量发展”为论题,共同寻求新思路、拓展新途径、探讨新方法、分享新成果。烟威区域各大医院的专家、代表及毓璜顶医院的中层干部等,共400余人参会。

中国工程院院士、山东省肿瘤医院院长于金明,毓璜顶医院党委副书记、院长宋西成担任大会主席。

中国工程院院士、山东省肿瘤医院院长于金明详细介绍了中国癌症的发病率和死亡率现状,并通过与西方发达国家在相关数据上的对比分析,深入剖析了我国癌症发病率和死亡率高的原因。他强调,必须积极开展国际合作与交流,通过学习借鉴国际先进经验和研究成果,补齐临床研究、基础研究短板,才能有效提高我国肿瘤疾病的规范化诊疗水平,造福更多肿瘤患者,推进肿瘤防治事业的全面发展。

会议围绕“公立医院高质量发展”核心议题,精心设置了四个专题研讨板块。每一个专题都包含了“专家授课”与“名家对话”两大环节。“专家授课”环节以系统的理论讲解、前沿的知识传授、丰富的实践分享,为参会者提供了全方位的学习体验;“名家对话”环节则通过观点交锋、现场互



宋西成院长(右二)陪同于金明院士(左二)参观医院图书馆

动与共识凝聚,有力推动了相关议题的深度探讨与理解。

在“专家授课”环节,中国工程院院士、山东省肿瘤医院院长于金明作了题为《优秀科主任成长攻略》的精彩报告。他围绕“情怀、创新、格局、奋斗”等核心关键词,阐释了优秀人才应具备的品质、学科带头人应具备的精气神、人才团队建设要素等内容,并从品行胸怀、学术水平、管理能力、拼搏创新四个维度深刻解读了优秀科主任应具备的能力和素养,鼓励科主任要有成为战略科学家的远见卓识和决心魄力。于院士高屋建瓴,见解深刻独到,讲授内容发人深省,与会者均深受受益匪浅。

山东大学齐鲁医院副院长韩辉以《医疗质量管理提升助力医院高质量发展》为

题,分享了齐鲁医院在医疗质量管理方面的创新实践与成功经验;临沂市人民医院副院长张清华以《构建医药耗材管控全闭环,赋能行风监管新路径》为题,介绍了医院在规范医药耗材使用、加强行风建设方面的创新举措与成效;淄博市中心医院副院长张秀芳作了《深耕慢性病管理新模式,构建“三医”协同发展新格局》主旨演讲,探讨了在当前医疗环境下,如何创新慢性病管理模式,促进医疗、医保、医药三方面的深度融合与高效协作。他们的实战管理经验非常值得医院管理者借鉴与参考。

在“名家对话”环节,海阳市人民医院党委书记蒋峰、栖霞市人民医院党委书记张燕飞等,针对专家讲题,

结合各自医院的实际情况,进行了深度交流。

宋西成院长在总结发言中高度评价了此次研讨会的丰硕成果,肯定了各位专家和医院领导在推动公立医院高质量发展方面的真知灼见与实践经验。他强调,公立医院高质量发展不仅要关注技术与服务的进步,更要注重内涵建设,包括提升医疗质量、优化就医体验、强化科研教学、培养人才队伍、深化人文关怀等。他要求全院上下要深刻学习领会专家授课内涵,将研讨成果转化为实际行动,携手共创医院高质量发展的美好未来。

会议期间,宋西成院长还陪同于金明院士参观了医院泰山学者实验室、培训部和图书馆等。

天气转暖 外出游玩小心蜱虫叮咬

随着天气转暖,蜱虫及其相关疾病又开始进入活跃期。现值清明时节,北京市疾控中心提示,外出踏青、赏春时,一定要防范蜱虫叮咬。

蜱虫,俗称壁虱、草爬子、狗豆子,在我国约有110种。蜱虫属于蛛形纲寄螨目蜱总科,体型很小,形似蜘蛛,成虫仅有2至10毫米,宿主包括各种陆生哺乳类、鸟类、爬行类和两栖类等。蜱虫喜好栖息于草丛、灌木和鸟类巢穴等处,人们在户外遛狗、露营、园艺、采茶、耕种时,都可能会接触它。吸血后蜱虫身体会膨大,可长达30毫米。

近年来,随着环境的改善,蜱虫的生活区域逐渐扩大,越来越接近人类生活或劳作的区域,人类与蜱虫接触的机会也逐渐增多。

据北京市疾控中心介绍,蜱虫是多种传染病的媒介生物,常通过叮咬吸血传播多种病原体,包括病毒、细菌、寄生虫等,使人患病。蜱虫在吸血时无痛感,但可引起过敏、溃疡或发炎等症状,一般均较轻微,不易察觉。

专家提示,如果外出活动后发现被蜱虫叮咬,不要太过惊慌,一般情况自己就可以处理,处理得越及时效果越好。发现蜱虫叮咬在身后,一般可使用尖头镊子去除,操作时镊子尖端尽量靠近皮肤,紧紧夹住蜱虫头部或靠近头部的地方,缓慢用力拔出蜱虫,注意不要扭转或猛拉,否则蜱虫的头部就可能断在皮肤里。清除蜱虫后,可以用水清洗被叮咬部位的皮肤,如有条件,也可以用碘酒或者75%酒精消毒处理。

如果出现把蜱虫头拔断留在肉里的情况,可试着用镊子小心将蜱虫头部拔出来。如果实在无法去除,也会随着皮肤的代谢自行消除,不建议用蛮力去除,因为会增加皮肤的损伤,反而不利。

北京市疾控中心提示,防止蜱虫叮咬,在户外游玩或野外工作前,可使用含有0.5%氯菊酯的产品处理靴子、衣物和露营装备。应尽量避免在蜱虫的栖息地,如草地、树林等环境长时间坐卧。

户外活动后应对身体进行全面检视,可以通过目视、触摸等方式检查蜱虫常附着部位,包括但不限于手臂下方、耳朵内侧和周围、毛发之内或周边、肚脐内侧、膝盖后侧、腰部、腿根部等。蜱虫生存能力较强,衣物或者宠物携带进入居室后依然可以叮咬人。因此,野外活动衣物或用品等要单独存放清洗,宠物也要进行蜱虫检视。

专家提示,被蜱虫叮咬后,或在植被茂密的丘陵、山区、公园等地户外活动后1个月内,若出现发热,体温超过38℃,特别是有高热不退的情况,或者出现头痛、易疲劳、肌肉酸痛或关节痛等表现,或出现皮疹,特别是逐渐扩大的圆环状皮疹等,应及时到传染病医院或医院感染科就诊,并告知医生户外活动史或蜱虫叮咬史。

据新华社

清明时节易得情志病

这份防病养生秘笈请收好

清明,既是缅怀过去、抒怀感恩的节日,又是一个万物生发、踏青寻春的时节。市民出行时,也不要忘了防病、养生。记者昨日采访到毓璜顶医院中医科主治医师宋至诚。他提醒广大市民:“清明时节,除了要预防心脑血管疾病、过敏性疾病及各类传染病外,还要预防情志病。”

情志病,是指因七情而致的脏腑阴阳气血失调的一种疾病,如不及时诊治,常可进一步罹患其他疾病。尤其是“雨纷纷,欲断魂”的清明节。但适当地抒发思念缅怀之情,有助于排解平素内心中积压已久的忧愁相思之情,有利于人体的身心和谐、阴阳调和。祭扫过后能令人情志舒畅,内心也变得清静明了,故称“清明”。《黄帝内经》中说,“苍天之气,清静则志意治。顺之则阳气固,虽有贼邪,弗能害

也”,“这也启发我们,清明祭奠活动就如同一场大自然的的心理治疗,能令人‘志意治’‘阳气固’,即精神健康,免疫力强大。但,过犹不及。”宋至诚告诉记者,“市民还要注意避免一味沉湎于祭祖的悲伤情绪中不能自拔,在睹物思人中过度悲伤,进而引起情志抑郁、气机阻滞,可诱发或加重心脑血管疾病。鉴于此,我们可以在祭扫之外通过踏青、登山等活动来调适身心、清静心气,保持心情舒畅,有效防止情志病及相关疾病的发生。”

宋至诚还提醒市民,清明时节多雨水,湿气易伤脾胃之气,宜选择具有利水渗湿、疏散风热、疏肝健脾、滋养肝肾作用的食物与药物。如薏米、黑豆、冬瓜、赤小豆、山药、玉米须、莲子、菊花等。还要多吃柔肝养肺食物,如荠菜、菠菜、银耳、桑葚等。

“艾草青团具有温经散寒,柔肝补血,祛湿通便、止咳化痰等功效,适合清明前后进食,兼具美味和食疗作用。但糖尿病、消化性溃疡、胆囊炎、胆结石、胃肠道消化功能弱者、有食物过敏史者等人群,并不适合食用。青团主要成分是糯米,注意不要一次性进食过多,宜加热后食用,易于消化。”他说,清明节气虽然应该养肝护肝,但不宜猛补,否则适得其反。“清明以后,如关节炎、精神疾病、哮喘等多种慢性病容易复发,因此在清明

前后应忌食发物,如竹笋、羊肉、海鲜、咸菜等。”

此外,他还提醒市民,清明节气气温忽冷忽热,晴雨不定,换装时宜“下厚上薄”,宜早睡早起,保证充足的睡眠,不可行重体力的劳作。“清明时节适合的运动有踏青、登山等,能放松身心,调畅肝气,提高人体免疫力,预防疾病。但平时没有坚持锻炼的人群应注意运动前做好准备活动,谨防膝盖损伤在内的运动损伤。”YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修 姜宗延

