

市中醫院報

LIANYUNGANG CHINESE MEDICINE HOSPITAL NEWS

连云港市中医院
南京中医药大学连云港附属医院 主办

第5期 总第25期
2013年10月26日(内部发行)



优化结构 转型升级

推进医院发展再上新台阶

我院举办国家级继教项目暨 省中西医结合学会脑病专业委员会会议

9月14—15日,由江苏省中西医结合学会主办、我院脑病科承办的国家级继续教育项目中风病并发症的中西医结合诊治进展学习班暨江苏省中西医结合学会脑病专业委员会工作会议于在连云港召开,共有120余名来自省内外脑病专业的专家和学者参加。

江苏省中医药发展研究中心主任、江苏省中医药系统三会副会长、秘书长黄亚博,中华中医药学会脑病分会主任委员、广东省中医院副院长黄燕,连云港市中医药学会会长、连云港市卫生局党委书记周炜,江苏省中西医结合学会脑病专业委员会常务副主任姜亚军等领导、专家应邀出席本次国家级学习班开幕式。开幕式由我院党委书记李建军主持;黄亚博主任、黄燕副院长、姜亚军副主任、我院院长李秀连分别致辞和讲话。周炜书记、黄亚博主任分别向李秀连院长、脑病科主任李乐军教授连云港市脑病医院、连云港市脑病诊疗康复中心铭牌。

广东省中医院黄燕副院长、南京脑科医院原院长李作汉、北京市天坛医院杨中华主任、南京鼓楼医院徐运主任、苏州大学附属第一医院董万利教授、苏北人民医院陈应柱主任、通医附属医院柯开富教授、徐州市一医院周联生主任、江苏省中医院的姜亚军主任以及我院脑病科李乐军主任等12位省内著名脑病学专家作了专题报告。与会专家围绕中风病并发症的中西医



结合诊治进展主题进行了深入探讨、交流。本次学习班主题新颖、内容丰富、组织有序,不仅提升了脑病学相关领域的学术认知水平,也加强了各医院、各地区的临床经验交流,得到了省中医药系统三会领导的高度认可和与会专家的一致好评。

【又讯】10月12日,由市医学会主办、我院针灸科承办的市级继续医学教育项目《针灸治疗神经系统疾病的临床应用研讨班》在我院举行。天津中医药大学一附院副院长、针灸研究所所长王舒,市卫生局副局长陈志等领导应邀出席学习班开幕式;来自市内外的100余名从事针灸、

脑血管病、推拿及康复医学专业人员参加此次学习班。

10月19日,我院肛肠科成功举办了市级继续医学教育项目《肛肠疾病新进展研讨会》。我院副院长高慧、徐州市中心医院肛肠科主任杨光、南京市中医院肛肠科病区主任刘飞等领导和专家应邀出席研讨会开幕式;来自市内外的70余名从事肛肠病专业的医护人员参加此次研讨会。研讨会共举办了4场专题讲座,各位专家并就肛肠病最新进展进行了互动交流,研讨会取得圆满成功。

(办公室)

我院举行中医方剂歌诀大赛

为弘扬传统中医药文化,发挥中医药特色优势,提高医院青年医务工作者以及实习、进修生中医基础理论知识水平,10月10日下午,我院举办了方剂歌诀大赛。院领



导李秀连、李建军、丰广魁,我院部分国家级临床重点专科主任、全国中医优秀人才以及名老中医学术经验继承人担任评委。

经过前一阶段的笔试初赛,共有24名选手入围决赛。选手们3人一组,共8组,分别以“三仁队”、“斑蝥队”、“麻黄队”、“僵蚕队”等中药名称命名各代表队。本次大赛分为五个精彩的环节。首轮是必答题,每组参赛选手中每人均背诵一首方歌;第二轮是共答题,每组共同回答一题。第三轮是抢答题;第四轮风险题,各组选手分别选择相应分值进行作答;最后通过附加题角逐出名次。“三仁队”、“斑蝥队”和“冬虫夏草队”分别

获得本次大赛的一、二、三等奖,院领导李秀连、李建军、丰广魁分别为获奖队颁奖。

院党委书记李建军对此次活动进行了点评和总结,李建军书记认为此次活动非常有意义,不仅背诵了方歌,铭记了经典,也加强了互动交流,寓教于乐,相互提高。李建军书记勉励青年医务工作者要不断加强中医基础理论知识的学习,做到理论结合临床,不断提高自身业务素质,掌握真本领,更好的服务于病患。

院长李秀连指出,举办本次方剂歌诀大赛的目的就要培养每一位员工的基本从业能力,同时做好祖国传统医学的传承和发扬工作。李秀连院长还从牢固树立专业思想、夯实中医基础,加强思想道德修养、做到德才兼备,勇于探索中医新领域、力求有所创新等三个方面对医院今后中医药人才培养工作提出了要求。

(科教处)

日前,我院分四次召开科室工作会议,分析1—7月份医院运行情况,研究目标完成进度,部署第四季度主要工作。院领导班子,财务、医保等相关职能部门参加会议。

今年以来,我院以优化结构、转型升级为主线,各项工作运行总体良好,呈现质量效率提升、后劲持续增强的良好发展态势。会议本着有问题讲问题、无问题谈思路的原则进行。一是围绕效益效率指标分析研究。针对床位周转率、平均住院日、药占比、平均住院费用等相关指标,采用优化、控制措施。二是围绕绩效分配

我院召开运行情况分析暨目标推进会

指标分析研究。针对业务收入、成本支出、医保费用、单病种管理、中医药诊疗项目、服务满意度等相关指标,采用预算、调节措施。三是围绕综合管理目标分析研究。针对常规工作、政风行风建设、特色和亮点、表彰奖励项目等相关指标,采取跟踪、回效措施。四是围绕年度工作任务分析研究。针对附属医院复评、三级中医医院持续改进、学科和人才建设、优质服务竞赛

活动等相关工作,采取倒排、推进措施。

会上,领导班子成员及职能处室负责人就科室提出的问题给予答复,并就相关问题明确整改思路。党委书记李建军要求全院干部职工提振精气神,增强工作的责任感和紧迫感;要进一步找准定位、完善措施、强化服务,用务实高效的工作作风,推动医院在新形势下取得又好又快的发展。

按照市委文明办关于开展文明单位帮扶社会养老机构志愿服务活动的要求,结合我院工作情况,10月18日上午,党委书记李建军带领办公室、宣传处、人事处以及部分医疗专家等赴浦南镇敬老院慰问。

我院赴浦南镇敬老院慰问

据了解,浦南镇敬老院成立了7年,在这里生活着30余名孤寡老人,大部分患有高血压、糖尿病等疾病。李建军书记代表医院向敬老院捐赠了一批防治高血压、糖尿病、感冒发烧等近3000元的常用药品,医疗专家队伍还为老人测量血压、血糖、体格检查等,为他们讲解了日常生活养生保健知识,并送去100余本健康知识宣传册(书)。

敬老院的老人对李建军书记一行的到来表示热烈的欢迎和衷心感谢。李建军书记表示,医院以后将经常来看望老人,根据老人的需求,为老人提供帮助,让老人们感受到更多的社会关爱,在关爱下健康、快乐地度过晚年生活。(人事处)

工作简讯

9月25—26日,我院举办《医疗机构从业人员行为规范》知识测试。结合“三好一满意”、“夏季百优服务”等活动,对全院从业人员行为规范进行督查,针对存在问题,反馈相关科室整改。

(监察室)

10月10日下午,我院召开重阳节联谊会。党委书记李建军向老同志们致以节日的祝贺和亲切的问候,通报了医院发展情况和成效。老同志们纷纷表示愿意为医院的快速发展发挥余热。

(人事处)

10月16日下午,我院在八病区召开工休座谈会,听取病人及家属意见和建议。监察室、医务处、护理部、总务处等部门负责人现场解释答疑。会上,还为病人讲解了术前术后饮食注意事项。

(监察室)

10月22—23日,市卫生系统举行羽毛球比赛。杨爽副书记带队参赛。经过激烈角逐,我院荣获男双三等奖、男单三等奖和团体道德风尚奖。(工会)

院长李秀连指出,越是在特定形势下,越是要善于把握各种有利条件,坚定做好工作的信心。一是狠下功夫抓发展。一如既往的推进医疗工作,提高诊疗服务质量,发挥中医药特色优势,增强医院综合能力。二是狠下功夫抓创新。一如既往的创新管理模式,以开放的眼光,加强学科创建和人才开发,发展强项,扶持特色,打造医院特色品牌。三是狠下功夫抓稳定。一如既往的保持健康良好的思想状态,积极向上的精神状态,党政工团齐抓共管,实现医院健康持续协调发展。(江文)

市中医院集团第一届董事会机构设置

一、董事会成员

董事：李秀连、李建军、杨爽、丰广魁、李德勤、高慧、徐宏团、徐宗云、刘春雷、周延生、黄师昌、孙善东、卢峰、武旭。

董事长：李秀连

副董事长：李建军、徐宏团、

刘春雷、黄师昌、卢峰

秘书：江文

二、职能部门设置及负责人

集团管理办公室 主任：江文；

副主任：陈学建、陈家春、

陈美荣、曹锦雨

医管部 主任：刘希珍

科教部 主任：高元元

财务审计部 主任：张连超

信息中心 主任：王兆勇

中医药文化部 主任：王斌

九、晚期癌痛。

综合治疗技术

一、传统中医特色治疗技术：其优点是除了能够直接治疗疼痛并且无药物治疗所产生的副作用外，同时还能有效恢复正常生理体位和运动功能。包括针灸、推拿、蜂疗、埋线、蜡疗、整脊正骨、火罐、熏蒸、药敷、电疗、磁疗、热疗、冷疗、光疗、牵引、运动康复训练等。

二、神经阻滞治疗技术：其原理主要通过将药物注射到与疼痛区域相关的神经部位，阻断疼痛的恶性循环，降低周围及中枢神经系统的敏感性，消除炎症、减轻水肿、放松肌肉，同时可以增进局部血液循环，加速致痛物质的代谢，促进受损部位神经的修复，从而缓解或祛除疼痛。

三、微创介入治疗技术：它是利用影像学（CT、C-型臂、超声）定位下各种微创介入治疗术，如射频热凝术、臭氧注射治疗术、硬膜外腔粘连松解置管术等。治疗颈、腰椎间盘突出症、三叉神经痛、脊柱小关节病变、脊神经后支卡压综合症等。（阮强 胡鹏）

疼痛门诊介绍

疼痛作为继呼吸、脉搏、体温和血压之后的“人类第五大生命指征”，已越来越受到重视。疼痛诊疗不仅是祛除疼痛，更重要的还是恢复功能，改善生活质量。我院针灸推拿中心和麻醉科联合开设疼痛门诊，运用传统中医特色疼痛治疗技术，结合药物、神经阻滞和微创介入治疗技术，发挥中西医结合综合治疗优势，在最大程度上提高疗效，缩短疗程，降低费用，让广大患者达到“疼痛无忧，幸福相伴”的美好境地。

诊疗范围

一、脊柱相关疾病：包括颈椎病、颈源性头痛、腰椎间盘突出症、小关节紊乱综合征、椎间盘源性疼痛、强直性脊柱炎、肋间神经痛等。

二、骨关节疾病：包括风湿性关节炎、退行性骨关节炎、痛风性关节炎、创伤性关节炎、肩周炎、肋胸关节炎、

胸锁关节炎、骶髂关节炎、颞颌关节炎、跟骨骨刺等。

三、软组织疾病：包括肌肉劳损、韧带损伤及各种腱鞘炎、肌筋膜疼痛综合征。

四、神经源性疼痛：包括三叉神经痛、带状疱疹后神经痛、残肢痛、幻肢痛、坐骨神经痛、糖尿病性末梢神经痛、脑中风后遗症及其它周围神经卡压综合症等。

五、血管性疼痛：包括脉管炎、雷诺氏病等引起的肢体疼痛。六、内脏源性疼痛：包括盆腔炎、痛经、前列腺炎等引起的疼痛。

七、手术创伤后疼痛：包括颈腰椎手术及关节置换术后、周围神经损伤、运动损伤等。

八、疼痛相关综合症：包括慢性疲劳综合症、复杂性区域性疼痛综合症、更年期综合症、骨质疏松性疼痛、不定陈诉综合症。

谈医院综合目标管理

综合目标管理是在一定时间内，科学动态的评价和衡量一个单位或一个部门的工作行为和效果的过程，通过制定客观、有效的评价标准，反应单位或部门的工作效益和效率，是科学管理的依据。

建立综合目标，对管理水平、医疗质量、效益成本、效率指标等进行量化考核，进一步强化基础管理、深化内涵建设，促进管理要素的优化，达到完善医院管理体系的目的，实现医院发展持续上水平。

2013年度，我院承担了市卫生局综合管理目标61项，整个目标包罗了各个方面、涵盖了各个角落，涉及到医院学科、人才、科研、费用、行风管理，更多的是考核在医疗质量管理中的效率指标以及服务对象的评价等。我认为，综合考核目标是医院管理的抓手和标杆。说到抓手，是因为通过这种载体，能够将医院各种管理要素有效激活，并紧密结合起来，提高医院整体协调发展水平；说到标杆，是因为通过这样的载体，能够将标杆管理的“系统性、执行化、标准化”的优点应用到医院管理中，改善、提高医院的经营绩效、发展效率。

建立规范的考核体系是要解决医院存在的薄弱环节，要抓住医院发展的关键问题，如药品比例问题、平均住院日问题、成本控制问题、流程不顺问题、核心制度执行问题，等等。所有这些问题都要建立合理的指标评价监督体系，重在规范、贵在坚持，避免“管”、“做”分家。在体系建立和改进中出台必要措施，以激励机制促进管理方式的转变和实际问题的解决，保证医院良性发展。

（江文）



门诊大厅

我院雾化治疗受欢迎

近来天气逐渐转凉，患有呼吸系统疾病的病人开始增多。前日，笔者来到门诊雾化治疗中心，10多位患者正在接受雾化吸入治疗。据负责雾化治疗的刘爱明护师介绍，今年，我院对雾化治疗室进行了重新改建，雾化治疗服务水平也得到较大提升。

新的雾化治疗室占地面积约40平方米，配置了全新的气泵雾化机6台、超声雾化器3台以及氧驱雾化机2台，可同时容纳10名患者做雾化治疗。雾化治疗室与儿科、呼吸科等诊室相邻，患者在接受完门诊医师的诊断后可以直接前往治疗室接受雾化治疗；同时还为患者提供缴费、取药、治疗等一站式的人性化服务。雾化室采用统一领药的形式，患者付费后直接接受治疗节省了排队取药时间，同时按计量收费又为病人家属节省了费用。雾化室配备了必要的抢救药品和设备，以便及时处理病人可能发生的意外情况。

新的雾化治疗室的建立使我院呼吸系统疾病的治疗更加规范化。雾化吸入治疗主要适用对象是呼吸系统疾病患者，而呼吸系统疾病是秋冬季节最常见疾病。相对于传统的打针吃药，雾化治疗可以使药物直接作用于呼吸道，使局部药物浓度高，药效明显。这种治疗方法具有用药省、副作用低、起效快等优点，可以达到事半功倍的效果，尤其适用于儿童和老人。

（顾豪）

重视周围血管疾病的诊断和治疗

近年来，曾经不引起人们重视和注意的周围血管病变在临床上发生了较大的变化，其发病率明显上升，而且动脉硬化性闭塞症的发病年龄前移。

周围血管疾病，中医俗称为脉管疾病，近年来由于人们生活水平的提高，饮食结构不合理，人口老龄化，以及高血压、高血脂、高血糖病人的增多，周围血管疾病发病率逐年上升，病种也有明显变化。其中血栓闭塞性脉管炎（俗称脉管炎）发病率已明显下降，而动脉硬化性闭塞症明显上升，发病年龄由20世纪60年代的55岁以上前移为现在的40多岁，男女比例也由10:1变为5:4。另外，下肢静脉曲张、深静脉瓣膜功能障碍等发病率也有较大提高。

这一类血管疾病的存在和发展，直接导致的后果是下肢活动功能的障碍。以动脉硬化性闭塞症为例，这是中老年人最常见的血管疾病，它是因周围血管动脉粥样硬化斑块不断扩大和继发血栓形成，引

起动脉管腔狭窄、闭塞，使肢体出现急性或慢性缺血的一种疾病，好发于腹主动脉下端、髂股动脉及腘动脉。初期多表现为间歇性跛行，常伴有肢体怕冷、沉重无力、麻木感、刺痛感。病情进一步发展（尤其是糖尿病人）可出现肤色苍白、皮温偏低、疼痛及营养障碍性改变，甚至出现溃疡、坏疽。因早期症状不明显，不易被确诊而发展到晚期又会迅速出现下肢坏疽，甚至危及生命，这时候的治疗效果往往不佳，不少患者需截肢甚至高位截肢，而且术后伤口还不易愈合。

国际糖尿病联盟的资料表明，在全球范围内，每三十秒钟就有一人因糖尿病而失去足部，因为糖尿病人的血管病变发生和发展速度远比非糖尿病人的血管病变要严重和可怕很多倍。因此在早期患者的血管弹性还没法改善，还可增加肢体动脉供血和建立侧枝循环，阻止和延缓病情向坏疽发展。但由于个体差异致病原因及疾病发展阶段等发面的不同，而有不一样的临

床表现，因此在中西医的治疗中根据每人的临床症状也有治疗方法的差异。根据我们的临床经验，在早中期合理应用中西医结合的方法，全身治疗和局部治疗相结合，中药和西药相结合，中药的局部泡洗与口服相结合，可以改善患者血管弹性，增加肢体动脉供血及促进侧枝循环的建立，对阻止或延缓病情的发展，防止坏疽及坏疽的发展起到了积极的作用。

对于周围血管的疾病，这是一个随年龄而逐渐出现并加重的病变，是一个终身性的疾病，是不能治愈的。“治未病”的应用，并不是用来预防动脉硬化，而是指用中医治未病的概念用药，以维护血管一定的畅通度，防止或推迟发生肢体末端缺血性病变而可能出现的致残状况。“春治秋防”就是按照“天人合一”的理念，利用“春”的生发，“秋”的养收的方法来延缓和稳定周围血管疾病病变的发展和加重，这应该是有积极意义的。

（胡士春）

我院中药膏方走俏港城

我院今年的膏方工作将从11月上旬开始,中医养生大讲堂、市民走进中医院、省市名中医义诊等活动将会贯穿于整个膏方节始终,成为这个冬季我院送给港城市民的一份健康大礼。

一是宣传力度强。为做好今冬膏方工作,我院将继续加大宣传力度。医院将分别举办第三届膏方节、第五届健康节膏方展示以及市民走进中医院等宣传活动,让市民充分感受到中药膏方浓浓的氛围。医院将在立冬来临之前印制膏方知识宣传手册和膏方专家手册免费发放给市民,在《连云港日报》、《苍梧晚报》、连云港电视台和连网等港城主流媒体上连续刊登和报道膏方消息,让市民及时掌握我院膏方工作的第一手信息。

二是优势资源广。在港城,不管是人才、设备还是服务,我院的中药膏方都是首屈一指的。为了给港城市民提供更为优质的膏方服务,我院还将发挥中医预防保健中心资源优势。该中心分为中医辨识体检、健康调养咨询、中医疗法调养三个分中心,开展中医健康体检、中医健康咨询等,成为集中医预防、保健、养生、诊疗、康复于一体的特色医疗保健服务机构。中医预防保健中心为辨识患者体质、开具高质量的膏方提供多专业一体化的诊疗服务平台。

三是专家技术高。开好膏方的前提是好的医

术,为此,我院将严格筛选出一批具有高级职称并具备多年丰富临床经验的省市名老中医为市民号脉把脉。还会邀请大家、名家来院献方,使港城市民在家门口就能够享受到中医大家的高超医术。我院还会在今年膏方节开幕当天安排中医专家义诊,将会有来自市内、外的名中医现场坐堂问诊,为市民量身开具膏方,真正做到一人一方,帮助市民重新找回健康。

四是制作工艺精。“名医好药”是制作上等膏方的基础,今年我院严把膏方质量源头关,坚持“药材真、品种全、炮制精”三个原则,从正规中药饮片生产单位购买地道药材,并储备数百种药材,由资深质控员对药材质量抽检以保证膏方品质。除了药材重要,熬制工艺也非常关键。今年对膏方熬制设备更新、改进,并筛选经验丰富的专业药剂师对膏方的浸、煎、榨、化、滤、熬、收等步骤进行严格的质量控制,每项操作均制订操作标准,确保流程科学化、规范化,确保中医院每一份膏方都能达到馨香沁脾、锃亮鉴影、油润如玉、柔韧若脂、摇不起渣、压不染指、入口似饴、呷之透体的效果。(顾豪)

预约咨询电话 中医预防保健中心:
85407197 85574036

冬令进补话膏方

膏方,又叫膏剂,以其剂型为名,属于中医丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭八剂型之一。膏剂有外敷和内服两种,外敷膏剂是中医外治法中常用药物剂型,除用于皮肤、疮疡等疾患以外,还在内科和妇科等病症中使用。内服膏剂,后来又称为膏方,因其起到滋补作用,也有人称其为滋补药,广泛地用于内、外、妇、儿、伤骨、眼耳鼻喉等科疾患及大病后体虚者。

从服用膏方而发挥的作用来看,在中医的辨证施治原则指导下,合理服用,可以使少年儿童助长发育、增强智力;可以使中青年增强体质,美容健身,可以使老年人延缓衰老,精力旺盛。当然,膏方是因人而异,男女老少均有不同。切忌立一方面而各种人都服,必须进行辨证施治,严格遵照膏方的组方原则,配方并进行精制加

工,才能起到理想的作用。民间往往习惯于冬令进补,因为冬季气候严寒,自然界的动植物均处于收藏蛰伏的状态。人也同样顺应着自然界的变化,进入冬藏季节,正象中医古籍《内经》所说:“春生、夏长、秋收、冬藏,是气之常也;人亦应之。”又说:“冬三月者为封藏,”也就是说,一到冬三月,正是养精蓄锐的大好时期,这是人的皮肤肌腠比较致密,汗出较少,摄入的营养物质也容易贮藏起来,况且在冬令季节里,人的食欲也比较旺盛,所以这时进补正是最好的季节,冬至以后尤为相宜。在冬天内服滋补中药膏方,强壮身体,到了来年春天,精神抖擞,步履矫健,因此民间也有“冬令一进补,春来可打虎”的说法,是有一定道理的。(李建军)

你了解膏方吗

过了立冬节气,就要到冬令进补时节了,膏方热再次逼近港城。近几年随着居民健康意识的提高,越来越多的人关注自身健康,冬令进补的知识日益普及,许多市民摒弃了过去盲目自购补品的习惯,更倾向于去中医院膏方门诊请中医把脉,量身定制适合自己的膏方,取得更加良好的进补效果。

中医认为人处于自然环境中要与自然相应,自然界春生、夏长、秋收、冬藏,人体也有相应的变化,春夏气候渐热,人体阳气发散,因而属阳亢,阴虚。秋冬气候渐冷,天寒地冻,人体阳气内敛,属阴,病多阳虚。因此养生便有“春夏养阴,秋冬养阳”之说。膏滋作为冬令进补的方式,因其方便易服,疗效确切,价格合理,更受广大患者及养生者的追捧,为这一古老的中医治疗方式增添了经久不衰的魅力。使用膏方应当注意些什么呢?

驻寿养颜选膏方

驻寿养颜,永葆健康,是每个人都努力追求的目标,其途径多种多样,如运动、食疗、保健品等。市面上保健品层出不穷,且配伍成份固定,以固定之药,应用百种之人,盲目进补,是不科学的。中药膏方则没有上述弊端,是由中医专家针对不同人体质和临床表现“量身定制”的,符合中医的辨证施治思想。

《黄帝内经》认为“冬藏于精者,春不病温”。意思是说:冬天善于保养,贮藏精气的人,来年春天不易患各种呼吸道疾病和传染性疾病。这就是顺应冬天的气候,调养内藏之气的方法。从立冬开始的三个月,是人体生机、潜伏、阳气内藏的时候。晚上早点睡觉,早上晚点起来,使精神不要向外张

扬,让神气内藏。注意保暖,不要让皮肤开泄多汗,而导致体内阳气频繁地压入。

冬季养生,不宜从事剧烈、出多汗的体育运动,要善于葆养,潜藏体内的精气。所以服用滋补药调养人体精气最好不过,滋补药饵最好的剂型就是膏方。它是根据每个人的体质和临床表现,处以数十种药味的大型复方,将药汁浓煎加入中药辅料而制成的一种稠厚的半流质或冻状剂型。膏方充分提取了补药的精华,而避免了汤剂的口感不佳和丸散剂的不易吸收的缺点,口感甜润,服用方便,药力持久。膏方具有高级营养滋补和预防的综合作用,增强人体的免疫力,充分体现了古人“不治已病治未病”的思想。(曹青山)



女性进入更年期后,随着卵巢功能的逐渐衰退,雌激素水平不断降低,常会出现月经失调、眩晕耳鸣、烘热汗出、面红潮热、心悸失眠、烦躁易怒,或面浮肢肿、尿频失禁、腰膝酸软等症状,持续时间长短不一,短则数月半载,长可达数年之久。

虽然更年期综合症不是每个人所必然出现的,然而由于卵巢激素水平的下降,给机体带来多方面的影响是不可避免,并将伴随终生。如由于卵巢激素水平的下降,宫颈与阴道粘膜萎缩干燥,分泌物减少,容易患老年性阴道炎,膀胱炎,盆底组织筋膜松弛,易发生子宫下垂;心血管方面引起血脂改变,动脉硬化,容易发生冠心病与心肌梗塞;骨丢失加速,出现骨质疏松症,容易发生骨折;颜面皮肤和粘膜由于雌激素的降低而干燥、缺乏弹性、皱纹增多,这也是更年期妇女最为烦恼之事。

从更年期的种种临床表现分析,应该以衰退为主,并非是其系统的器质性病变,所以,如何使器官功能衰退减慢、恢复或保持神经内分泌的动态平衡,就可能不出现更年期综合症的表现。一般这个阶段的妇女要注意增加营养,排除思想顾虑,锻炼身体,保持心理平衡。如果神经精神症状明显,如头痛、失眠等可适当予以镇静安眠

药,为调节自主神经功能紊乱,可服用一些维生素。激素替代治疗是现在大家比较关心的话题,虽然雌激素治疗更年期综合症有一定的效果,但由于其有禁忌症及顾虑雌激素具有潜在的危险性,使许多人群不宜使用或不愿使用。

中医认为,妇女更年期与肾的关系密切,是由于肾气渐衰,精血不足,人体调节阴阳平衡的功能减退而致,调理的关键重在补肾,并根据体质不同,阴阳的偏盛偏衰,累及的脏腑而采用不同的方法给予调整,在某种程度上能精神充沛,延保青春。

中药保健调理,虽然效果肯定,基本无副作用,但由于煎药不方便,药苦难下咽等原因,影响了很大一部分人群的耐心,近几年来,市中医院以冬令进补中药膏方的方式弥补以上不足,膏方具有口感甜润、易于吸收、食用方便、效果持久的优点,不失为更年期妇女一种健康保健的好方法。(潘捷)

更年期与膏方保健

手拉手关注健康 心连心构建和谐

第五届健康（节）惠民公益活动掠影

连云港市第五届健康（节）惠民公益活动于10月19日在苍梧绿园拉开序幕。当天，我院派出了名中医专家团，组织义诊、推出了中药膏方让市民品尝，受到了港城市民的热烈欢迎。

——今年，我院强化健康节宣传和膏方品牌推介。“市民健康行”也将于11月上旬走进我院，市民代表将分别参观名医堂、门诊中医综合治疗区、膏方制作中心等，领略省市名老中医“望闻问切”的大家风范，体验中医药的博大精深和独特的特色诊疗。同时，我院还将组织市民代表一睹心脑血管介入、大型复杂手术、重

症监护救治、高档设备使用等现代医学的诊疗成果。

——根据组委会活动安排，我院将推出“名中医惠民行”，送医送药；心系白内障病人，推出“爱心免费手术”；关注弱势群体，发放“爱心医疗救助卡”；推出“情满港城”，走进儿童福利院，以及开展一些列中医药文化和科普健康讲座，组织“关爱一线劳动者、健康一路同行”等惠民公益活动。（办公室）

镜头一 院长寄语

“打造健康服务理念，提高全民健康素质”。秉承“仁爱、敬业、求实、创新”

的医院精神，着力实施“名医、名科、名院”战略，不断提高医疗质量和服务水平，持续提升群众满意度和认可度，努力将我院建设成为省内一流的特色化、现代化中医医院，为大众健康护航。

镜头二 领导关爱

市政协副主席曹佳鸣、市卫生局局长周伟等领导慰问我院义诊专家，了解中药膏方适用疗效。院长李秀连向曹佳鸣副主席介绍医院的中医药治疗手段、非药物治疗特色疗法等。

镜头三 媒体聚焦

我院10名中医专家团，在现场设立

了义诊咨询服务台3张、悬挂了宣传横幅、展版8块，开展免费量血压、测血糖和义诊宣传活动。一个上午，共发放市民健康保健知识读本等防病宣传资料600多份。连云港市电视台、连云港日报等媒体进行了采访报道。

镜头四 市民关注

在我院展区，我院展示了多种中药膏方，中医药人员演示了熏蒸、推拿等中医特色疗法；现场示教拔罐、针灸、按摩知识，让市民亲身感受到“简单、方便、灵活、廉价”的中医药服务。



李秀连院长向曹佳鸣副主席、周伟局长介绍中医疗法



李建军书记代表医院接受连云港日报社专访



曹佳鸣副主席、周伟局长看望我院义诊专家



我院名中医专家团现场义诊



市民品尝我院中药膏方



我院中医人员现场演示艾灸疗法



连云港电视台报道我院膏方



我院品牌宣传展示区



免费发放健康宣传册



选用上等名贵药材熬制膏方



精心熬制每一料膏方



我院熬制的不同品规膏方