



主办: 中国中医科学院江苏分院 江苏省中医药研究院 江苏省中西医结合医院 内部发行 2018年3月28日 星期三 第32期 (总93期)

巾帼风采

巾帼文明示范岗: 中药组与微生态 心血管科 内分泌科 骨科 妇产科 药库 眼科 放射科 医辅组 院办 门诊挂号收费组 巾帼文明岗标兵: 彭蕴茹 刘建琼 林秋 赵慧 赵敏 秦婉芳 薛美娟 王艳萍 张娟 樊欣钰 巾帼岗位明星: 孙晓艳 李慧 姜婧 罗梅 樊凤英 阮加萍 余淑珍 周志宏 赵巧燕 李杰 魏艳丽 李丽丽 单云云 陈浪 马娟娟 邵青 吴艳丽 刘维 郭洪玲 朱龙凤 王兰 沙如梅 徒成云 钱荣 刘敏 王春如 曹红 罗秀华



巾帼岗位标兵: 樊欣钰 医务处 林秋 肛肠科 刘建琼 血液室 彭蕴茹 中药药理室 秦婉芳 急诊病区 王艳萍 肛肠科 薛美娟 心血管科 张娟 骨伤科 巾帼岗位明星: 曹红 采购中心 陈浪 消化科 单云云 呼吸科 樊凤英 普外科 赵慧 急诊科 赵敏 病理科 李慧 消化科 李杰 超声科 李丽丽 肿瘤科 刘敏 儿科 洪玲 儿科 姜婧 神经科 罗梅 妇产科 罗秀华 基建科 马娟娟 神经内科 钱荣 骨伤科 阮加萍 麻醉科 刘维 普外科 罗梅 妇产科 罗秀华 基建科 马娟娟 神经内科 钱荣 骨伤科 阮加萍 麻醉科 沙如梅 妇产科 邵青 血液室 孙晓艳 细胞与分子生物学实验室 徒成云 供应室 王春如 团委 王兰 ICU 魏艳丽 急诊科 吴艳丽 内镜中心 余淑珍 药学部 赵巧燕 检验科 周志宏 儿科 朱龙凤 13区

诚实

——干净的心灵

无论贫穷富贵 一样的人生不一样的心灵 有的人宁愿骄傲的沉默 也不愿委屈的诉说 选择了隐忍 苦着自己撑着 面对难过 坚强地挺立 简单一句 让人寒透心 平常一事 让人领悟情 岁月可能会让我们经历许多 谎言 谣言 万恶之源 不是无知而是无良 不是不明事理 而是抖出内心的肮脏 我们应当保持一颗干净的心 诚实 是做人的根本 无问西东 做一个真实的自我 善良的自我 正义的自我 哪怕粉身碎骨 干净的心 通透而最美 心地善良才是高贵的品格 只有干净的心 才能拥有探索真理自我意识 人生平凡 但终将“立德立言” (财务科 杨建国)

一次难忘的生日

2018年3月1日,清晨第一缕阳光照进心胸外科医生办公室,生日祝福歌也在这里响起,这是我的同事们在为我庆祝生日呢!

这是我第一次在科室过生日,大家准备了可口的蛋糕,为我点燃生日蜡烛,让我许下自己的愿望……有大家和我一起共同度过这个生日,真的感觉很温馨。心胸外科是一个温暖的大家庭,这里有一群有情有义的兄弟姐妹!我们共同为了病人的健康努力奋斗,有汗水,有泪水,但更多的是感动和骄傲,每一位病人的康复都是对我们辛苦工作最大的肯定! 这次在科室过生日让我感触颇多,特别感谢石主任和护士长为我们考虑的这么周到,总是让我们感到我们的工作不仅仅是一份职业,更有一种救死扶伤地精神凝聚在里面,还有同事间彼此在生活中、工作中相互给予的温暖。 很庆幸自己是这个团体中一员,在以后的日子里,期待和大家一起,为了我们共同的理想而努力! (心胸外科)

播种希望,向春天许一个心愿

每年的3月12日,是我国的植树节。烟花三月,草长莺飞,恰恰是植树的大好时机。上周日,工会便组织了一次别开生面的植树活动。 一大早,医院门口好不热闹!很多同事带着家里的父母和孩子,看来这次活动还促进了亲子之间的交流。四辆大巴车也在静悄悄地准备着。大家依次领取了医院精心准备的零食后,井然有序地登上车,一路上大家欢声笑语,都对这次活动充满了期待。 经过了一个多小时的车程,我们到达了目的地——溧水傅家边农业科技园。下了车,看见了蔚蓝的天,嫩绿的树,真是心旷神怡!大家兴奋地拿着铁锹、水桶,从挖坑到栽苗到填土再到浇水,大家齐心协力,一气呵成,小朋友们更是忙里忙外,还建议要给小树苗起名字呢,丝毫不逊色于大人们。用植树来取代土台,不仅不失其标记和行程作用,还能为过往行人遮风挡雨,并且不需要修补。韦孝宽的这一做法造福桑梓。 时至今日,植树对于人们的意义更多的是种下“生态”理念。通过这次活动,我们以实际行动,为地球环境做出了自己的贡献,增强了我们的环保意识,同时也培养了我们的团队精神,增进了同事之间的友谊,亲子之间的互动!感谢医院给了我们这次机会,感谢工会组织者的辛苦安排,希望我们的小树苗茁壮成长! (心胸外科)

我是南医大康达护理学院的学生,我叫杜路。 来江苏省中西医结合医院实习已经11个多月,也轮转了11个科室。这段时间我收获了很多知识、技术、经验、师生之情,还有友情。 刚下临床实习时懵懂无知的我,对于护理工作还是比较陌生的。庆幸的是,轮转地每一个科室都有带教老师为我们介绍科室的环境,介绍各班的工作程序,让我们能够较快地适应各科室的护理工作,感谢各位带教老师! 在病房,接触最多的就是病人了。这让我深刻的感悟到沟通能力是多么的重要!它是架起人与人之间理解与信任的桥梁。我们要尽自己所能,给予他们最好的护理,建立良好的护患关系。 还有一个月就要结束实习,走上护理岗位。心情激动又紧张!希望接下来的日子里,本着对病人负责的心,继续为病人提供优质的服务,为以后的工作打下坚实的基础! (实习生 杜路)

我院荣获国家重大疑难疾病中西医临床协作试点项目

近日,由国家中医药管理局办公室、国家卫生计生委办公厅、中央军委后勤保障部卫生局联合发文(国中医药办医政发〔2018〕3号),确定58个项目为重大疑难疾病中西医临床协作试点项目。该专项经各单位联合申报、各省(区、市)初审推荐、形式审查、专家评审等程序确定。旨在提高重大疑难疾病临床疗效,并要求联合中、西医双方的资源,实现优势互补、协同攻关,探索中西医结合防治疾病的新思路、新方法和新模式。 我院内分泌科与中国医科大学附属第一医院内分泌与代谢病科共同申报的瘰疬(Graeves病,甲状腺功能亢进症)中西医结合协作项目位列其中,江苏仅有3家。 目前,全球超过3亿人罹患甲状腺疾病。项目负责人曾对南京地区进行甲状腺疾病流行病学调查,结果显示,南京地区甲亢、亚临床甲亢、甲状腺功能减退(甲减)和亚临床甲减的患病率分别为0.55%、1.74%、0.32%和4.82%。另外,女性人群的甲亢与亚临床甲亢的患病率均高于男性人群。在临床甲亢中,Graeves病(GD)是最常见的类型。对于老年人群,甲亢和亚临床甲亢的危害更为显著。 (内分泌科 宣传办)

我院科研成果获江苏省中医药行业科技奖项一等奖

江苏省中医药科学技术进步奖是江苏省中医药行业最高科技奖项,2018年共评选出一等奖4项、二等奖7项和三等奖17项。 我院此次获奖项目属于中药学领域,基础研究类研究,首次从生物药剂学角度(ADME),系统研究淫羊藿炮制前后活性黄酮成分的吸收、转运、代谢、转化规律和动力学特征,结合肠吸收屏障网络作用,阐明了淫羊藿“加热”炮制的作用机理。首次从药剂学角度,提出体内自组胶束形成机制,阐明了炮制辅料“羊脂油”的增效机理。对中药炮制机理现代研究起到示范和带动作用,促进了中药炮制学科的深入发展,具有重要的理论意义和应用价值。 项目发表论文65篇,其中被Drug delivery (IF=6.402) Journal of Cleaner Production (IF=5.715)等SCI收录29篇,被引658次,他引561次;授权专利3项,申请6项;获南京市科学技术进步二等奖等各类奖励8项;培养博士4名,硕士14名;组织国际性学术会议1次、国家级继续教育项目3次,参加学术交流40人次,作大会报告10余次。 关键技术应用于成都普菲德生物技术有限公司和国药集团同济堂(贵州)制药有限公司,产生良好的社会效益和经济效益。 贾晓斌教授还于颁奖典礼当天大会交流获奖成果,得到业内同行关注。此次获奖是对我院科研工作成果的肯定,为中药新药的开发打下坚实的基础。我院将为建成国际知名、国内有较大影响力的中医药研究院和现代化研究型医院继续努力。 (科技处)

医院绩效考核专题培训

3月14日上午,江苏省肿瘤医院廉副院长应邀来到我院,以《绩效考核体系的建立和体会》为题,为我院领导班子、相关职能部门负责人,以及绩效相关人员进行了专题培训。王佩娟院长出席并主持了讲座。 江苏省肿瘤医院在总结其他医院绩效考核实践的基础上,从顺应国家政策导向,分析行业发展走势,满足医院自身发展三个方面全新设计了医院的绩效考核方案,2017年10月全面试运行,半年来,取得了丰富的成果,也获取了许多宝贵经验。讲座中,廉副院长倾囊以授,他指出绩效是医院管理的核心,绩效是医院发展的灵魂。绩效考核要落到实处,领导重视是关键,信息基础是保障,尊重历史是起点,必须以人为本,积极与各科室进行充分有效沟通。他还指出,考核方案没有最好,只有更适合。在实施的过程中不断完善。 这次是绩效专题培训第二场讲座,从实施的角度为我们提供了具体参考做法,符合省内实际、接地气。 (绩效考核工作组/供图)

中国中医科学院刘德麟教授来我院进行学术交流 为营造我院浓厚的中医学氛围,促进青年中医的成长成才和专业发,2月28日上午,主题为“交叉思维:网络药理学的道路”的学术交流活动在院8号楼三楼会议室举行。本次活动特邀发言嘉宾为中医科学院刘德麟教授,由曹鹏主任主持。 交流活动中刘教授以交叉思维的一般路径为引,通过对包括中医疗效、药用部位、用量及炮制制剂等18个方面的详细讲解,结合自己丰富的研究经验,在场参会人员积极互动讨论,为大家重新梳理了古典中医学、生理学、中药化学、药理学、病理/生化与临床医学之间的内在规律与联系。大家纷纷表示刘教授的报告内容涉及广泛,很有趣味性,启发了大家的临证思路。刘教授严谨求实的科学态度,广阔的科学研究视角给在场人员很大的启发,赢得了与会人员的热烈掌声。 刘教授给大家带来的不仅是中医领域前沿的学术知识,更让大家对中医研究中的交叉学科之间有了更加清晰的认识。我们感谢刘教授给我们带来精彩的学术讲座。 (科技处)

本期面面观

- 我院荣获国家重大疑难疾病中西医临床协作试点项目 一版
南部院区成功完成首例心脏起搏手术 二版
春风十里不如健康伴你——新年伊始,我院已开展七场送健康活动 三版
巾帼风采 四版



扫二维码关注 江苏省中西医结合医院微信

# 南部院区成功完成首例心脏起搏手术和内镜下ESD手术



2月20日,南院(溧水中医院)心血管科收治了一位反复黑蒙发作的男性患者,经诊断是反复发作房颤长R-R间期造成的,需要植入永久起搏器。南部院区目前没

有导管室和DSA机,无法开展心血管介入工作,而且该患者是五保户,经济条件很差,不可能转到南京治疗。南院心血管科主任吴溧兴立即汇报南院副院长陆敏和本部心血管科沈建平主任。在陆院长亲自督办下,仅用1周内,就完成了起搏器

相关耗材、设备的采购以及医保收费的申请和开通。沈主任也亲自到溧水现场考察,反复论证技术的可行性。同时,考虑借助骨科小C臂机完成永久起搏器手术的方案,

也与南院院长助理康然、骨科主任贾晋辉进行充分讨论。

2月28日下午,在沈主任、吴主任和导管室原红护士长的共同努力下,克服种种条件困难,顺利为该患者植入永久起搏器,术后检测起搏器各项参数工作优良,目前患者恢复良好。

心血管科作为我院南院(溧水中医院)第一批融合性科室,吴溧兴主任着力科室医疗质量和人员能力培训,沈建平主任多次到溧水指导工作。本次成功实施心脏起搏手术,实现零的突破,也是力争做到真正融合,实现与本部的同质化发展。

“以后我们起搏器程控和更换起搏器都可以在溧水自家门口做了!”曾经在南京植入过起搏器的溧水患者听了后,高兴的回家把起搏器卡带来找吴主任登记。

(南部院区心血管科)

3月15日,南部院区(溧水区中医院,以下简称南院)消化科成功实施首例内镜下黏膜剥离(ESD)手术。

患者汤某因腹痛不适住南院消化科病房,后至本部内镜中心行超声内镜检查诊断为胃体上部黏膜下隆起(起源于固有肌层)。南部院区消化科主任李慧向本部消化科主任田耀洲和副主任医师奚肇宏汇报病情,经过详细病情评估及商讨,与家属充分沟通后为患者施行胃体黏膜下隆起内镜下ESD术。本例手术在南院陆敏副院长的大力支持下以及麻醉科同道的精诚合作下,由田主任及奚主任亲赴南院操作实施,成功为患者切除病灶,患者术后恢复良好。

ESD起源于1999年,由日本医生Gotoda首次成功操作,方法是使用内镜,在消化道黏膜下注射基础上,利用几种特殊的高频电刀将病变所在的黏膜剥离,从而达到治疗目的,通过ESD手术可完整的切除黏膜下及固有肌层的病变,达到根治

消化道肿瘤的效果。相比外科手术而言,ESD技术属于内镜下微创手术,具有患者更易耐受;经自然腔道进镜,不改变正常解剖结构;切除深度充分,病变切除完整;治疗创伤小、术后恢复快等优势。在十几年的完善成熟后,ESD手术已成为国际国内切除消化道早期肿瘤的首选手段,并成为衡量一家医院消化科水平高低的标志。此次手术的成功实施丰富了南院消化科的诊疗手段,更加提高了技术水平同时为今后各项业务开展树立信心。



(南院消化科)

南院自成立以来,捷报频传,我院也多次委派各科专家至南院开展诊疗技术交流,使溧水乃至周边居民能在家门口共享专家团队的优质医疗资源。

## 我院封亮和徐书杭获“第四届江苏省中医药十佳(优秀)青年之星”殊荣

日前,江苏省中医药(中西医结合)学会授予我院封亮同志“第四届江苏省中医药十佳青年之星”称号,授予徐书杭同志“第四届江苏省中医药优秀青年之星”称号。

此次评选旨在进一步促进全省青年中医药人才培养,激励广大青年中医药工作者更好地传承发展中医药事业,是给予我省中医药行业青年人才的最高荣誉。本届评选在全省中医药系统共限额分配推荐候选人50名,经评选办公室形式审查、专家评委会差额评审,评选出十佳青年之星10名,优秀青年之星26名。

近年来我院不断提高医院中医药人员的专业素质,加快中医药骨干人才队伍建设,每年均有青年才俊获此殊荣。今后还将着力打造医德高尚、技能全面、素质优良的中医药人才队伍,为单位中医药发展打下坚实的人力基础。

(教育处)



(罗鑫/摄)

### 医患心桥

## 2018年2月感谢信

1. 陈先生赠送锦旗“医术精湛,妙手回春”感谢普外科李明宏、王建华两位主任及全体医护人员。
2. 张先生赠送锦旗“医术精湛,医德高尚,服务热情,护理精心”感谢泌尿外科邹传兵、周翔及全体医护人员。
3. 曹先生通过“12345”热线感谢老年科徐重白主任。

4. 王女士赠送锦旗“医者仁心、医术精湛”感谢骨科谢林主任。

5. 肖女士感谢急诊科倪海滨、张晓霞、俞辰斌、冯仁余、周健、潘文婷、蔡书君、王口等医护人员:元月25日下大雪,我被120送到了你院的抢救室,一进抢救室在张主任的带领下医生护士对我进行了急救……2天平稳后,张主任又忙着联系病床,病区的倪主任几次去抢救室看我,4天后,我住进了急诊病区,在住院的日子里,主任医生护士长护士对我的病情很重视,面面俱到,手到病除,表示深深的感谢。

6. 徐女士赠送红梅赞“夜夜难眠病不消,晓来茫然求医道,巧遇专家名红梅,德高技精把病瞧,遥想今冬大雪梅,踏雪寻梅实难找,人间温情胜美景,别样红梅暖心桥”感谢妇二病区姚红梅医生。

7. 姜女士赠送锦旗“仁心仁术,妙手丹心”感谢方志军主任。

8. 田先生赠送锦旗“医术精湛品德优,服务热忱如亲人”感谢儿科阮为勇、苏婕、冯伟伟、王莹及全体医护人员。

9. 李先生表扬手术室张玲拾金不昧,我今天在医院取款机取钱,不慎将钱包丢失,贵院的手术室护士张玲拾到了,很快通过保卫科的同志联系到我。特此感谢,张玲同志的拾金不昧和保卫科同志们的认真负责,这种拾金不昧和助人为乐的精神值得弘扬!

10. 惠女士表扬皮肤科孙兆圣医生:孙主任看病负责、认真、有耐心,本人多年的老毛病,看了很多医院都没看好,有缘碰到孙主任,经过他的指导用药,治疗,再也没有复发过,由衷感谢!

(纪检监察室)

### 健康活动

## 春风十里不如健康伴你

——新年伊始,我院已开展七场送健康活动



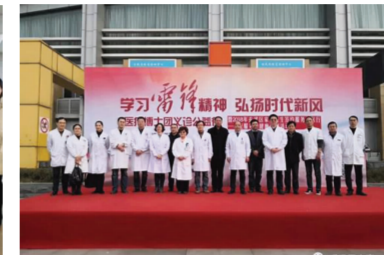
一年之计在于春,2018年农历新年里,三月开始不到十天的时间,我院医护人员已经马不停蹄的开展了七场活动,为百姓健康服务。

3月1日下午,我院门诊大厅举办“阳春三月防病于未然”主题义诊,妇产科、耳鼻喉科、眼科、神经内科、肾内科、感染科、小儿推拿等多名专家参与,解答患者咨询,传播未病先防知识。

3月2日下午,耳鼻喉科程向荣主任携科室成员走进迈皋桥中心幼儿园,他生动有趣的听力基础和听力保护的专题讲座,让孩子们和老师们在轻松愉快中了解耳朵的结构与保健知识,科室还专门准备了耳部知识绘本赠送给小朋友。

3月4日上午,由江苏健康广播、玄武区卫计局、玄武区文明办,玄武区志愿者协会联合主办医疗团义诊公益活动在玄武区体育馆广场举行,把医疗服务送到群众家门口。我院眼科副主任医师孙利和耳鼻喉科副主任医师滕华放弃休息时间参加义诊,认真为前来咨询的居民检查和回答问题。

3月5日上午,我院妇产科副主任黄美华受邀,走进省血液中心,为她们的女职工进行“关爱女性健康”宣教,围绕“宫颈疾病的筛查与预防”、“卵巢功能衰退的表现及保健”展开讲



课,生动趣味的科普讲座让各位女同志换个角度了解和关注自身健康,受到一致好评。

3月8日上午,“国际妇女节”当天,我院院长王佩娟亲自带队,组织省中西医结合学会妇产科专委会一行10余名专家,走进玄武市中医医院,开展“迎三八,关爱女性”义诊,有近200名患者来到活动现场,与专家零距离接触。此次活动,内容丰富、形式多样,紧贴基层一线需求,集义诊、咨询、教学、查房、科普宣教于一体,产生了较大影响,以实际行动,助力健康江苏建设。

同日上午,我院急诊科主任倪海



滨在门诊大厅,开展“健康生活方式”主题讲座。在院就诊结束还能听到专家的健康科普知识,让大家耳目一新,近一个小时的讲课吸引到近60人驻足听讲。课程结束还有不少患者围着倪主任互动咨询。

当天下午,肾科方立明主任带领科室医护人员在我院门诊大厅开展“关注肾脏病,关爱女性健康”主题义诊,发放宣传资料50余份。

3月8日,我院援疆专家——克州人民医院消化科副主任武科选随“组团式”医疗队,来到阿克陶县玉麦乡八村,九村开展免费义诊活动,并慰问了驻村干部。此次活动恰逢“三八妇



女节”,医疗队用义诊的方式为边疆各族妇女送去节日的问候,为村民们送去健康、送去温暖!武主任通过基本查体,并结合中医望闻问切,指导就医,发放药品。专家团队深入推进精准扶贫,脱贫攻坚,真正为基层各族群众做好事、办实事,营造人人关心扶贫、人人支持团结、人人参与稳定工作,传播正能量献爱心的社会氛围。

党的十九大报告提出,“人民健康是民族昌盛和国家富强的重要标志,也是广大人民群众的共同追求。我院将持续开展多种形式活动,全方位、全周期保障人民健康,助推健康江苏建设。

(宣传办)

## 抢救生命,我们刻不容缓

“护士护士,快来看看我们孕妇现在肚子疼,离预产期还早呢!怎么办啊?”3月1日23时,一阵急促地呼叫声划破了产科病房晚间的宁静,正在巡视病房的值班护士邢乐听见后立刻上前接待,问道:“孕周多少?有见红、破羊水吗?”坐在轮椅上的孕妇紧蹙着双眉答道:“30+5周,没有,就是感到肚子疼!”意识到情况复杂,护士在安置病人床位时立即通知值班医生陈思到达并查体,此时孕妇生命体征及面色尚平稳,但仅仅20分钟后,孕妇突然倒地肢体寒颤,呼吸加快,烦躁焦虑,面色苍白、出冷汗,监测生命体征血压骤降至

80/40mmHg,心率125次/分,此刻妇产科卢燕主任已经到场,外科医生曹晓龙会诊也已到场,考虑失血性休克原因待查,病情危急!值班护士见状立刻决定开放静脉通道,在血管弹性如此薄弱的危机情况之下,以过硬的专业操作技能帮助患者打开了第一条生命通道!随后的5分钟内血库备血,送手术室剖腹探查,妇产科卢贵平主任、邢玉霞主任即刻赶到手术室,在妇产科、外科、儿科、手术室所有医护人员经过3小时的共同奋力抢救之下,手术成功!术中发现腹腔内已经积血4000ml,生命岌岌可危!术中输血量14U、血

(妇产科)

## 我院组织全院职工观看纪录片《厉害了,我的国》

3月21日,院党委、工会、团委牵头组织全院党员干部职工观看了纪录片《厉害了,我的国》。

纪录片《厉害了,我的国》以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引,展示了近年来国家改革开放、创新发展,发生的一系列历史性变革和翻天覆地的变化,在片中,我们看到了中国桥、中国路、中国

车、中国网、中国港等一个个超级工程;看到了大飞机C919、墨子号量子通讯卫星、FAST射电望远镜、蛟龙号、蓝鲸2号海上钻井平台等一个个大国重器,集中展示了创新、协调、绿色、开放和共享新发展理念下中国五年来的伟大成就。片中还有很多的感人画面,展现了众多平凡人的拼搏场景和家国情怀。

此次观影活动,既是一堂生动的党课,又是一次爱国主义教育,大家从影片中感受到了激励和振奋,纷纷为影片点赞、为祖国骄傲,更加激发了立足岗位、努力工作的热情,纷纷表示要不忘初心、牢记使命,把从影片中得到的启示和力量转化为实实在在的行动,以时不我待、只争朝夕的精神,为单位的发展贡献自己的力量。

(党办)

## 我和春天有个约会



(工会/供图)

种一棵小树,绿一方净土。春光明媚的三月份,我们迎来了一年一度的植树节。为了让大家亲近自然,为我们的家园装点绿色,我院工会和团委3月11日组织开展了“我和春天有个约会——庆3.8妇女节迎3.12植树节”活动。

三月的天,已经渐渐转暖,阳光灿烂,如同大家的热情。植树现场,大家纷纷拿起铁锹忙活起来。你搭把手,我帮下忙,挖坑、落苗、填土、浇水,认真栽种好每棵树苗,现场气氛热烈融洽。大家齐心协力种下一棵棵树木,植下一片新绿,为生态文明建设贡献出一份力量。

植树活动结束后,大家又前往草莓园摘草莓。塑料大棚里一片生机勃勃,翠绿的叶子、鲜红欲滴的果实,芬芳的果香都让人感到春天到来的美妙脚步。大家一边摘草莓一边互相交流,充分感受到清新的田园气息,体验了采摘草莓、品尝鲜果的乐趣,陶醉于春意萌动的生机。

这次的活动,让辛勤的小伙伴们从繁忙的日常工作、生活中得到放松,在亲近大自然的同时,体会到劳动和收获的快乐,增进了同事之间的和谐相处。

(工会团委)

## 慢性咽炎、眼睛疲劳的有木有,清咽明目药茶泡起来



药茶由汉代始至今至少已有2000年的历史,经过历代医药学家和养生家的应用、发挥和完善,药茶已经成为我国人民防治病与养生保健的一大特色尤其对治疗慢性病具有一定的优势。

慢性咽炎出现咽部灼热感,使用电脑、手机、熬夜出现的眼睛疲劳不适、干涩有异物感,这些看似很小的慢性病也会让人焦躁。江苏省中西医结合医院耳鼻喉科、眼科推出清咽、明目药茶,三款分别是金匮清咽茶、清肝明目茶和养肝明目茶,冲饮这些药茶可有效缓解症状。

该院药学部主任曾白林介绍,药茶里配置的药材均为精选地道药材,药材质量好,确保疗效。药茶均为独立包装,一袋可冲泡一天。

饮茶期间有些讲究

1. 选择何种药茶调理身体,建议咨询中医师,服用剂量和时间请严格遵医嘱。
2. 正在服用其他药物的患者如需服用药茶应向医师或药师咨询,避免药物之间不良作用的发生。

3. 服药茶期间一般应忌食生冷、辛辣、油腻、腥膻、有刺激的食物;忌喝浓茶、饮料。

4. 特殊人群如:过敏体质者、儿童、老人、孕妇、低血压患者、糖尿病患者等请在中医师指导下使用。

如有需要可挂号至眼科、耳鼻喉科开具中药处方,缴费后至门诊中药房取药。

咨询电话:门诊中药房 025-85608690 (药学部)

## 我骄傲,我自豪

——《厉害了,我的国》观后感

党重要抓手,以建章立制为全面从严治党固本培元,展览中的一张张图片、一段段说明,一串串数据统计,验证了全面从严治党的伟大实践的成功,夯实了党的执政根基,提高了我党的旺盛生命力和顽强战斗力,为各项事业发展提供了坚强政治保证。

“少年强,则国强;少年智,则国智;少年进步,则国进步”。祖国今天的强大,还需我们去维护。全国两会的胜利召开让我们一起砥砺前行,让我们带着习总书记提出的中国梦,一起努力,一起拼搏。正如纪录片中所展示的一个个奋斗图景的中国人、一家家砥砺前行

的中国企业,才共同打造了中国桥、中国路、中国车、中国港、中国网这些伟大的中国工程,从而造就了中华民族伟大复兴的中国梦。三代人,再到细致做好人户工作的健康管理者和保家卫国的威武之师。生动记录了我国在扶贫、生态文明建设、医疗保障、国家安全体制等各方面取得的卓越成就,充分展现了中国人民在全面建成小康社会征程上的伟大奋斗。

同时,在树立“科技自信”的同时,我们也

要拒绝盲目自大。面对竞争日益激烈的国际科技发展新态势,我们要保持清醒头脑:许多关键核心技术仍然掌握在他人手中,原始创新能力仍然亟待提高,中国人的梦想不会止步于此,而是向着更深、更远、更高、更广的领域迈进。《厉害了,我的国》让我发自内心地明白:“幸福是奋斗出来的”。当然,一个又一个的“中国奇迹”更是奋斗出来的。

作为中华儿女我自豪,自豪的是我拥有这样强大的祖国;作为中华儿女我自豪,自豪的是我赶上了比以往任何时期都能接近实现民族复兴的好时代;作为中华儿女我自豪,自豪的是有了这样一个可以尽情发挥自己潜能,报效祖国的好时机;作为中华儿女我自豪,自豪的是我们拥有以“习近平同志为核心的坚强领导核心”,这样伟大而锐意进取的政党一定会带领我们实现祖国统一,民族复兴,国家兴旺的时代梦想!

(机关第三党支部)

