

激情五月白衣天使荣光闪耀 2023年度庆祝5.12护士节系列活动纪实

五月，丰收满满；五月，幸福荡漾；五月，激情万丈。在第112个国际护士节来临之际，我院为纪念“5.12”国际护士节，弘扬南丁格尔精神，提升服务质量、增强护理本领，关心爱护护士，发展护士队伍，为人民群众提供更优质的护理服务，组织开展了护士节主题系列活动。演讲比赛中的细雨拂面，技能操作赛中的阳光沐浴，护理品管圈竞赛中的精彩纷呈，颁奖典礼上的甜美硕果，依然历历在目。

一、护理品管圈成果汇报比赛

本届品管圈比赛从去年12月份开始启动，今年四月份结题。品管圈汇报中，可以发现各科室做了大量的工作，大家在工作中思考，在思考中改进，在持续改进中提高。品管圈的应用，能指导护理工作有序进行；定时进行质量分析，持续改进，提高了护理质量、工作效率和病人满意度，从外一科方晓的汇报展示中大家深有体会。

4月26日初赛，共23个科室参加，六支队伍脱颖而出进入决赛，第六到第十二名获得优胜奖。5月6日的决赛，经过激烈的角逐和评委领导的精心评选，最终一、二、三等奖各归其主。

二、夜班天使评选

各科室按照评选条件，积极组织推

荐，护理部对上报人员进行审核评选，评出夜班天使25人。

你们不愧为夜班天使。夜深人静的时候，你的身影从病床边闪过；病人在睡梦中时，你正在病房给病人做心肺复苏、静推肾上腺素；为了不打扰病人休息，你用手电筒观察输液泵输注情况；你温柔的给病人绑上袖带，轻声的和病人交流，所以夜班的你值得赞美和奖励。

三、演讲比赛

这次演讲比赛的主题是“爱岗敬业、实干争先、提升优质服务”。一等奖获得者刘瑞梦讲述到护理一名特殊儿童时，在场的人无不感动得流泪；赵护士回忆一次次的搬家，见证了中医院的发展；入职不久的曹护士（男护）说“爱岗是敬业的前提，敬业是爱岗的进一步升华。当一个人爱上了自己的职业，他的身心就会融合在工作中，就能在平凡的岗位上，做出不平凡的事业。我已经爱上了护士这个职业！……”万护士长说：“我要以身作则、做好榜样、带好队伍……”听着他们的心声，一幅朝阳普照、嫩芽出土的画面呈现在眼前。

4月27日初赛，共有26个科室参加，12名选手进入决赛；5月6日决赛，评选出一等奖一名、二等奖二名、三等奖三名及优胜奖六名。



庆祝“5.12”国际护士节系列活动先进集体和先进个人名单

5.12国际护士节

“爱岗敬业 实干争先 提升优质服务”
主题演讲比赛

一等奖：儿科《接过南丁格尔的提灯》
二等奖：肝病脾胃病科《心的温度，护理的温度》
血液透析室《为患者扬帆，为生命续航》
眼科《天使有爱没有怨》
产房《立足平凡岗位，绽放人生精彩》
外一科《提升护理服务，践行人文护理》
优胜奖：脑病科《不忘初心，勇于担当》
外二科《青春有梦，奉献无价》
急诊科《怀揣仁爱，守护生命》
肿瘤科《牵手安宁，温暖同行》
妇科《爱岗敬业 实干争先，优质服务从我们做起》
院前急救科《生命之托，重于泰山》

5.12国际护士节

护理技能比武大练兵竞赛

一等奖：儿科代表队
二等奖：外三科代表队
妇科门诊代表队
三等奖：耳鼻喉科代表队
肝病脾胃病科代表队
产二科代表队
优胜奖：骨伤一科代表队
产科门诊代表队
外一科代表队
产一科代表队
血液透析室代表队
脑病科代表队

新泰市五一劳动奖章

方晓 刘瑞梦 任为翠 杨晓 颜杰

5.12国际护士节

“夜班天使”

王怡 冯楠楠 刘旭 孙慧 杜金瞳
李光云 李艳 杨晓娇 宋红 张衍衍
陈秀秀 陈琦 范培文 范敬敬 和蓉
周芬 周丽丽 周蒙 赵玲 赵艳
胡月婷 徐学秀 郭英芳 常炳超 石文雯

办院宗旨

传承中医
创新实践
护佑健康

院训

大医精诚
仁和善行

核心价值观

爱院
敬业
诚信
友善

编辑部电话：0538-7253530
传真：0538-7251239

新泰中医医院

新泰市中医医院主办
泰安市内部资料准印证第129号
Http://www.xtzyy.com.cn

通讯

2023年5月31日 星期三
第5期(总第142期 内部交流、免费发放)
E-mail:xtszydb@163.com

新泰市中医医院
三级甲等中医医院
(2018.12—2022.11)
国家中医药管理局
编号：ZY5J415027

中国老科协“科学健康行动”走进我院科普义诊暨“四送四进四提升”健康促进活动欢迎会举行

5月31日，中国老科协“科学健康行动”走进泰安新泰市中医医院科普义诊暨“四送四进四提升”健康促进活动欢迎会在荣峰国际饭店举行。

应邀专程前来义诊的北京首都儿科研究所附属医院内科主任医师吴铁吉教授，北京同仁医院神经内科主任医师耿雅平教授、中医科主任张玲教授，北京中医医院内科主任医师王立教授、北京东城区社区卫生服务管理中心中医全科主任医师傅玉红教授，泰安市科协党组成员、副主席范宝品，泰安市科协党组成员、市科技创新服务中心党支部书记、主任华玉臣，新泰市市委常委、副市长李兴胜，新泰市科协党组书记、主席马桂前，新泰市科协副主席王彦飞，新泰市卫生健康局党组书记、市妇幼保健计划生育服务中心党总支书记朱秀宁，新泰市中医医院党委书记杨永勤等参加欢迎会。马桂前主持会议。

范宝品在讲话中指出，为深入贯彻落实党的二十大精神，围绕“推进健康中国建设”的战略部署，积极开展健康中国行动和爱国卫生运动，倡导文明健康生活方式，在中国老科协和省老科协的大力支持下，泰安市科协承办了这次中国老科协“科

学健康行动”义诊科普活动，旨在将先进诊疗技术带到基层，实现优势医疗资源共享，帮助基层医疗卫生机构提升医疗技术和服务水平，解决基层群众看病难、看病贵的难题，通过宣传卫生健康、健康教育等知识，提高群众重视生命质量和健康安全意识的意识，改善民众的健康状况。相信通过这次义诊科普活动，对提高广大群众防病治病能力，改善身体健康状况都会有积极的促进作用。希望参与活动的泰安市中医医院一定要珍惜这次与全国著名专家面对面学习交流的机会，虚心向专家请教，加强沟通交流，努力提高自身的医疗水平，为更多的患者提供更好的医疗服务。

李兴胜在欢迎辞中首先代表新泰市委、市政府向远道而来的领导和专家表示衷心感谢和热烈欢迎。他指出，中国老科协、山东省老科协、泰安市科协和老科协各位领导和专家齐聚一堂，发挥医疗领域专家作用，传经送宝，资源共享，一定能够有效提升医院管理和服务水平，更好地推动新泰卫生健康事业的发展和进步。新泰市中医医院要抓住这次难得的交流机会，以此义诊为新契机、新起点，不断提高医疗服务质量和水平，着力健全优质高效的医疗服务体系，更好地满足人民群众对优质医疗服务的需求，为推进“幸福新泰”建设做出新的更大贡献。

杨永勤在会上介绍了医院情况。他说，医院迫切需要高水平的专家引领学科发展，这对提高医院的综合实力具有重大意义。今天，通过上级领导的牵线搭桥，五位专家教授不远千里、不辞辛劳到新泰市中医医院义诊帮扶，一定能够对医院各学科专业建设、团队建设、平台建设和人才培养工作产生深远影响，为新泰及周边区域患者提供更加优质、便利、高效、安全的医疗服务。

据了解，北京五位专家将于6月1日至2日上午在我院相关科室坐诊，为当地患者提供优质服务。

(宣传办 展光保)

医院召开庆祝“5·12”国际护士节表彰大会

新泰市中医医院 提升护理服务意识 提高护理服务质量 庆祝“5·12”国际护士节表彰大会

5月11日，我院在1号会议室隆重召开庆祝“5·12”国际护士节“提升护理服务意识·提高护理服务质量”表彰大会。市总工会党组书记、常务副主席马云成，市卫健局党组成员、市妇幼保健计划生育服务中心党总支书记朱秀宁，市总工会党组成员、市职工服务中心徐西忠，市中医医院院长徐勤伟、党委书记杨永勤、副院长刘静、副院长吴修才、中层干部、部分护理人员参加会议。医院护理部副主任马驹主持会议。

会上，吴修才宣读《新泰市中医医院关于表彰庆祝“5.12”国际护士节系列活动先进集体和先进个人的决定》，与会领导分别为“夜班天使”、“新泰市中医医院第二届护理品管圈大赛”、“爱岗敬业 实干争先 提升优质服务”主题演讲比赛及护理技能比武大练兵竞赛的获奖团队颁奖。

马驹在讲话中首先代表市总工会向今天受表彰的优秀护理人员表示热烈祝贺，向日夜工作在护理岗位上的全市护理人员致以节日的问候。

马云成强调，市中医医院全体干部职

工要继续发扬“敬佑生命、大爱无疆”的职业精神。努力学习新技术、接受新知识、掌握新技能，脚踏实地，勤奋工作，以实际行动为全市卫生健康事业做出贡献。继续弘扬劳模精神劳动精神工匠精神，把专业知识和聪明才智全面展示出来，形成尊重劳动、崇尚技能的良好社会风尚。共同携手，以先模人物为榜样，聚焦市委市政府“登高望远、争创第一”的工作标准，以奋发有为的精神创造出无愧于时代的新业绩，向新时代现代化强市建设作出新的更大贡献！

朱秀宁在讲话中指出，市中医医院的广大护理人员，秉承和发扬护理事业的光荣传统，为神圣的事业奉献自己，树立了白衣天使良好的社会形象。尤其是在去年的疫情防控中，市中医医院的护理人员以严谨的工作态度规范开展每一项防控工作，为我市乃至整个泰安的疫情防控工作做出了突出贡献！进入后疫情时代后，广大护理人员更是以轻伤不下火线的担当和奉献，为维护患者身体健康、确保诊疗秩序稳定做出了积极贡献，树立了新泰市卫生健康工作的良好形象。

朱秀宁希望和要求大家，一是进一步强化服务理念，优化服务质量，把患者和社会的满意作为检验优质服务成效的“标尺”，为人民群众提供安全、专业、全面、优质的护理服务，为我市护理行业树标杆、做典范；二是加强学习，提升技能，持续改善服务态度，转变服务作风，提高护理质量；三是加强正面宣传，积极引导，营造全社会尊重护士、爱护护士、重视护理、支持护理的浓厚氛围。

徐勤伟在致辞中首先向全院广大护理人员致以节日问候。他说，一直以来，全院护理人员紧紧围绕医院总体工作部署和护理发展规划，狠抓护理质量及安全管理，强化专科及业务培训，推进优质护理及延伸服务，8S护理质量管理成绩斐然，护理管理体系不断完善，优质护理服务全面推行，中医护理全科化深入开展，互联网+护理服务取得显著成效，探索护理创新护理科研取得新突破。

最后，徐勤伟提三点希望和要求，一是要强化护理服务意识，提高优质护理服务的主动性；二是要加强护理安全意识，提升护理服务质量；三是要提升专业能力，强化实干担当。

据了解，今年4月份以来，我院护理部精心组织，先后开展了“夜班天使”评选、“新泰市中医医院第二届护理品管圈大赛”、“爱岗敬业 实干争先 提升优质服务”主题演讲比赛及护理技能比武大练兵等庆祝“5.12国际护士节”系列活动，整个活动历时一个多月，程序严格、操作规范、公平公正。在各项活动中，各科室和护理人员积极参与，最终评选出团体一、二、三等奖，五人被授予“振兴新泰五一劳动奖章”。

(宣传办 展光保)

医院举行安全生产述职和承诺专题会议



5月18日下午，我院在1号会议室举行医院安全生产述职和承诺专题会议。新泰市卫健局党组成员、副局长伊永军出席会议，医院全体班子成员及科室正职参加会议。医院院长徐勤伟作安全生产述职报告，医院党委书记杨永勤主持会议。

徐勤伟在述职中表示，医院高度重视安全生产工作，始终坚持“安全第一，预防为主”的安全生产方针，加强领导，完善制度，强化管理，常态化安全检查防患于未然。随后，他

从“提高认识，加强领导，层层落实安全生产责任制；完善制度，强化落实，安全生产工作规范开展；加大宣传，全员培训，安全意识不断增强；强化督导，定期检查，发现问题立即整改”四个方面对医院安全生产工作做了详细汇报。

述职结束，在伊永军副局长的监督下，徐勤伟院长现场签订安全生产承诺书。

本次会议是按照市卫生健康局《关于印发医疗卫生机构主要负责人安全生产述职和承诺活动方案》的通知要求，充分发挥安全生产第一责任人的示范引领和带动作用，发动全体干部职工严格落实全员安全职责任务，进一步推动安全生产主体责任落实，营造全院浓厚的安全生产氛围，从根本上预防和减少生产安全事故，推动全院安全生产形势持续稳定。

（安全办 马营）

齐鲁中医药优势专科妇科集群专家到医院开展巡查巡诊工作

为深入落实并加快推进齐鲁中医药优势专科集群建设，提高医院妇科的中医诊疗水平，充分发挥中医药临床诊疗优势，5月16日上午，齐鲁中医药优势专科妇科集群专家组——临沂市中医医院妇科主任赵良倩，临沂市中医医院北城医院妇科主任王晶，临沂市中医医院集群秘书张丽娜，泰安市中医医院妇科副主任焦坤、妇科集群秘书郭秀到我院开展巡查巡诊指导工作。医院副院长刘静，医务部主任张希华及相关科室负责人陪同巡诊。

座谈会上，医院副院长刘静首先对妇科集群专家组的到来表示欢迎，对妇科集群专家长期以来的支持帮助表示感谢，希望通过齐鲁中医药优势专科妇科集群的优势资源和平台，加强互联互通，持续提升医院综合服务能力，为患者提供更加优质高效的中医医疗服务。

我院妇科主任张灿菊就医院概况、科室队伍建设、科研教育、中医特色优势、集群建设情况及下一步工作计划等方面进行了汇报。

随后，专家组一行对医院妇科病房、妇科门诊、妇科中医外治室进行现场巡查指导，查



看了中医治疗室及住院病人妇科优势病种诊疗方案临床应用情况，对妇科开展的中医药适宜技术给予高度肯定。

通过本次巡诊巡查指导工作，齐鲁中医药优势专科妇科集群负责人赵良倩肯定了我院妇科集群建设工作成效，同时对下一步集群建设工作提出了建议。我院将针对专家组提出的建议和集群建设任务，丰富各项中医适宜技术，完善中医临床方案，全面提升中医药技术在妇科的服务能力，为广大群众提供更加优质的中医诊疗服务。

（宣传办 杨蓉）

医院妇科成功开展首例超声引导下剖宫产瘢痕妊娠人工流产术

近日，我院妇科张灿菊主任医师率领一组团队，联合麻醉科、超声科成功开展首例超声引导下剖宫产瘢痕妊娠人工流产术。

患者王某某，因“停经50+天，发现剖宫产瘢痕妊娠2天”入院，既往曾有2次剖宫产史。患者妇科彩超提示宫腔下段剖宫产切口处可见一大小为1.94cm*1.06cm的囊状回声，未见明显胚芽及原始心管搏动；磁共振提示瘢痕妊娠。张灿菊主任详细询问患者病史，将剖宫产瘢痕妊娠的风险向患者及家属讲明，征得患者及家属同意，并积极联系输血科备血，在超声辅助下成功完成我院首例剖宫产瘢痕妊娠人工流产术。目前患者恢复良好，已康复出院。

（妇科 张心月）

剖宫产瘢痕妊娠（CSP）是指受精卵着床种植在子宫剖宫产瘢痕处的一种少见异位妊娠。剖宫产瘢痕处的子宫肌层菲薄、瘢痕组织收缩力差，随着孕周的增加，常会出现子宫破裂、大出血，甚至危及生命等严重并发症。CSP的临床表现多种多样，且无特异性，因此建议有剖宫产史的孕妇积极来院就诊。一旦发现疑似剖宫产瘢痕妊娠，不建议采取期待治疗，一经诊断应积极终止妊娠。张灿菊主任医师建议广大孕妇积极恰当地行孕期检查，一旦出现孕早期或不伴腹痛的阴道流血，建议至正规专业医疗机构就诊。

（妇科 张心月）

齐鲁中医药优势专科肾病集群专家到医院开展巡查巡诊工作



为进一步推进齐鲁中医药优势专科肾病集群建设，加强集群单位交流合作，促进齐鲁肾病同质化发展，5月17日上午，齐鲁中医药优势专科肾病集群牵头单位、山东省中医院肾内科名誉主任米杰，肾内科主任苏珊珊、副主任刘迎迎，肾内科主任医师姜晓宇、王冬燕，泰安市中医医院肾内科主任赵平、徐万忠，主治医师吴俊燕、彭红萍组成的专家组到新泰市中医医院开展巡查巡诊。医院副院长刘静、医务部主任张希华、肾内科主任陈峰及相关科室负责人陪同巡诊。

座谈会上，医院副院长刘静首先对肾内科集群专家组的到来表示欢迎，希望通过齐鲁中医药优势专科肾病集群的优势资源和平台，加强互联互通，持续提升医院综合服务能力，为患者提供更加优质高效的中医医疗服务。

我院肾内科主任陈峰就集群建设工作的开展情况、科室队伍建设及中医特色优势等方面做了详细汇报，阐述了科室目前存在的问题、困难和下一步努力方向，并积极与各位专家交流、学习专科集群建设中的经验与成效。

会后，专家们来到医院肾内科门诊进行了实地巡诊，米杰主任对复杂的肾内科患者进行了会诊，针对患者病情进行了详细分析，并提出了下一步治疗方案，使患者得到了更专业的诊疗服务。

通过此次巡查巡诊，加深了集群成员间的沟通与了解，进一步明确了集群建设任务目标，为医院专科集群建设指明了方向。下一步，我院将以此次巡查为契机，发挥专科集群优势，积极开展业务，提高诊疗水平，依托专科集群的优质资源，提高我院肾内科服务能力，切实为患者提供更加优质、高效、便捷的中医药服务。

（宣传办 杨蓉）

医院联合龙池中学开展中医药文化主题活动



为传承中医药文化，培育青少年健康素养，增强青少年儿童脊柱健康防控意识，充分发挥中医药在青少年脊柱侧弯防治中的积极作用，5月25日下午，我院联合新泰市龙池中学开展“守护脊柱健康 中医药在行动”中医药文化主题活动。通过青少年脊柱健康知识讲座、五禽戏现场教学等形式，不断培育青少年文化自信和健康素养。

活动中，我院康复科主任翟树地通过形象的图片、有趣的动画视频、人体骨骼模型等向同学们介绍了脊柱、脊柱的作用及常见的脊柱相关疾病。接着引导同学们认识什么是脊柱侧弯、造成脊柱侧弯的原因和危害。并现场互动，通过六步筛查法，辨别是否有脊柱侧弯，同时从日常站姿、坐姿、卧姿、锻炼及饮食等方面讲解了防治脊柱侧弯的科普知识，整个讲解过程深入浅出、通俗易懂。

活动现场，全体师生和通过教学视频和现场示范观看和学习了国家级非遗“华佗五禽戏”，同学们积极互动，反响热烈，纷纷表示要纠正不良姿势，平时做到“站如松、坐如钟、行如风、卧如弓”，用健康的脊柱挺起美好的明天。

新泰市龙池中学副校长刘海涛表示，通过本次活动，同学们在新泰市中医医院专家的教学指导下，让师生了解了脊柱健康的相关知识，提高了脊柱保护意识，为养成健康的生活方式打下了坚实的基础。

（宣传办 展光保）

办院方针

中医立院
质量建院
科技兴院
人才强院
文化塑院
节俭办院

理念

中医保领先
西医跟前沿
中西医并重发展

奋斗目标

创建全国一流
县市级综合性
中医医院

关注健康
关注新泰市中医医院
微信公众号

纯中药保留灌肠治疗溃疡性结肠炎，疗效确切

刘先生患溃疡性结肠炎困扰已久，辗转多家医院治疗，多采用激素诱导缓解，但服用激素产生的体重增高、免疫力下降等并发症更让刘先生苦不可言，后经人介绍慕名入住我院肝病脾胃病科治疗。入院诊断：中医诊断：泄泻、脾胃虚弱；西医诊断：溃疡性结肠炎。住院期间常规给予抑酸、抗感染、营养支持等对症治疗的同时，科室在中医辨证论治的基础上，对患者进行中医体质辨识后制定了中医药独特治疗方案，以健脾止泻，敛疮生肌为法，选用泄泻1号方（科室协定处方）保留灌肠配合外用止泄散神阙、中脘、下脘穴位药物涂擦加中药封包治疗，治疗进程中，刘先生症状得到持续缓解，精神状态明显改善，也露出了久违的笑容。半月后，刘先生症状基本消失，出院回家。

我院肝病脾胃病科主任李明宝介绍，溃疡性结肠炎（UC）是消化内科的常见疑难病。近年来随着人们生活水平的提高，饮食结构、生活习惯的改变及环境的变化，我国溃疡性结肠炎（UC）的发病率逐年增高，目前每一千人就有一人患有溃疡性结肠炎，且大多是青壮年人。

溃疡性结肠炎（UC）主要限于大肠黏膜和黏膜下层，以腹痛、腹泻、黏液脓血便、里急后重等为主要症状。

其病因及发病机制尚未明确，目前认为和遗传易感性、免疫调节紊乱、感染及环境等因素有关。由于本病治愈难度大，复发率较高，并与结肠癌的发病存在一定的关系，已被世界卫生组织列为现代难治病之一，受到医学界的普遍重视。

医院肝病脾胃病科秉承求助古训、博采众方的仲景学术宗旨，依据该病在中医中属“泄泻”、“久痢”、“休息痢”、“肠风”等的范畴，采用中医辨证论治结合中医体质学说，因人而治，为UC患者采用绿色纯中药保留灌肠配合穴位贴敷治疗，使药物直达病灶，吸收完全，浓度高作用持久。治疗过程中，药物不经过胃与小肠，避免了胃酸对药物的影响，减少了对消化道的刺激，同时也减少了对肝肾的损伤。同时，穴位贴敷使局部血液循环加速，便于药物吸收，起效快，充分发挥药物的治疗效果，极大的避免了因长期服用激素等西药出现的胃肠道反应、骨质疏松、股骨头坏死等常见不良反应。该疗法中医药个性化治疗方案优势明显，毒副作用较小，复发率低，是行之有效的独特治疗手段。

（肝病脾胃病科 李明宝）

全民“三伏贴、三伏灸”活动开始预约啦~~~

炎热的三伏天即将到来，恰是“冬病夏治”最佳时机，为切实增强人民群众对中医药服务的获得感和幸福感，全市定于今年开展全民“三伏贴、三伏灸”体验活动，让广大人民群众认识、了解、体验、应用“三伏贴、三伏灸”，让身体更健康，让生活更美好！为保证“三伏贴、三伏灸”质量和功效，本次活动由新泰市中医医院提供技术支持。

为何在三伏天开展三伏贴、三伏灸？

夏季自然界阳气旺盛，人体阳气浮越，在一年中最炎热的“三伏天”选择特定的穴位进行贴敷和灸疗，可更好的发挥疏通经络、调节脏腑、扶阳祛寒、扶助正气、祛除冬病根因的作用，并可为秋冬储存阳气，阳气充足则冬季不易被严寒所伤。

三伏贴和三伏灸适用于哪些人群？

三伏贴、三伏灸主要适用于以反复发作、冬季加重为临床特点以及免疫力低的人群。包括呼吸系统、消化系统、骨关节疾病、妇科疾病、儿科疾病等。

关于“三伏贴”

（一）“三伏贴”类型主要有以下五种：

1. 增强免疫贴：适用于二岁以上的儿童及成年人。有助于提高免疫力、预防感冒、助消化，促进慢性胃病、肺病的康复。
2. 固金理肺贴：适用于慢性支气管炎、支气管哮喘、肺心病、过敏性鼻炎、过敏性哮喘、慢性咽炎等多种呼吸系统疾病。
3. 脾胃贴：适用于慢性胃肠疾病、慢性消化道溃疡、肠易激综合征等。
4. 妇科暖宫止痛贴：适用于痛经、慢性盆腔炎等。
5. 关节贴：适用于颈、肩、腰、腿痛等疾病。

（二）“三伏贴”贴敷时间：

强基贴：2023年7月01日～7月10日；

冬病夏治

伏前：2023年7月01日～7月10日
初伏：2023年7月11日～7月20日
中伏：2023年7月21日～7月30日
中伏加强：2023年7月31日～8月09日
末伏：2023年8月10日～8月19日

（三）“三伏灸”注意事项：

1. 三伏灸时忌吹风，灸前应关闭窗户和空调。注意保暖，避免着凉。
2. 饭后不能立即做三伏灸，饭后1小时后可以灸。
3. 有的人会出现红肿、发热、疼痛，如果皮肤出现水泡，应注意保护伤口表面，防止感染。
4. 三伏灸后半小时内不要用冷水洗脸，4小时后洗澡。
5. 三伏灸后当天饮食方面要忌烟酒；忌辛辣刺激食物；忌寒凉生冷食物，忌肥甘滋腻食物。

预约咨询电话：0538-7252557（治未病科）

（治未病科）

义诊服务

5月，我院组织内科、妇科、口腔科、治未病科、中医科、美容科等专家团队进行免费义诊、健康宣教等系列公益活动，义诊现场，医务人员耐心为前来咨询的群众介绍中医药特色疗法，发放健康科普和疾病防治宣传册。专家们详细询问居民们的身体健康情况，认真地听诊、测量血压、询问病史，针对糖尿病、高血压、腰腿疼等居民常见病，及恶性肿瘤早期筛查与预防等相关知识进行普及和宣传，给出专业的意见和建议，义诊活动受到广大居民热烈欢迎。

（外联办 蒋斌）



▲5月5日，青云中学义诊



▲5月8日，电视塔义诊



▲5月10日，清音公园义诊



▲5月13日，“红十字博爱周”龙廷义诊



▲5月14日，东城幼儿园义诊



▲5月19日，果都集贸市场义诊



5月26日，北师龙埠村义诊