



以“新质生产力”助推医院高质量发展再上新台阶

3月4日下午,我院在行政楼5楼2号会议室召开党委理论学习中心组学习会议,党委委员围绕“深入学习贯彻习近平总书记关于推动高质量发展的重要论述精神,落实省市高质量发展大会部署要求,以改革创新为动力,优化资源配置,全力推进医院高质量发展再上新台阶”的主题进行深入学习探讨,党委委员陈敦金作中心发言,党委书记苏广武主持会议并作总结发言。

会上,集体学习了习近平总书记关于推动高质量发展的重要论述精神。党委书记苏广武领学,深入学习了习近平总书记在中共中央政治局第十一次集体学习的重要讲话精神,学习领会“新质生产力”的深刻内涵和要求;围绕重点关键词,传达贯彻广东省高质量发展大会、广州市高质量发展大会精神。

党委委员、黄埔院区管委会主任陈敦金作中心发言。他以“行远自迩 踔厉奋发”为主题,对推动黄埔院区高质量发展发表心得体会。他深刻剖析了黄埔



党委理论中心组学习会议

院区发展现状和存在的问题,提出要提高服务效能,聚焦提质增效,重点提升专科医疗服务成效及辐射影响力,整体提升黄埔院区运作水平,以时不我待的状态推动医院高质量发展,助力医院进入新高度、新水平。

党委副书记刘丹作中心发言,她围绕“必须牢记高质量发展是新时代的硬道理”这一主旨,结合对《健康中国2030规划》《广州市医疗卫生设施布局规划》《黄埔区医疗卫生设施布局规划》等政策文件的深入解读,就推进医院高质量发展,尤其是黄埔院区的高质

量发展进行了路径思考,提出了结合政策谋规划、发挥优势促发展、资源优化增效能等学习体会。

与会中心组其他成员围绕会议主题分别发表了学习心得。

苏广武书记作总结发言,他提出两点要求:

一要深刻领会“新质生产力”的科学内涵。加快培育发展新质生产力的新动能,要进一步深化改革,推进医院管理的机制创新,打通堵点、卡点;要深刻认识到创新是第一动力,人才是第一资源,要拓宽引人渠道,加大人才培养,为发展新质生产力提供强大的支撑。

二要担当作为,马上就干,保障新质生产力落地生效。要发挥全院各级党组织和广大党员引领作用,充分动员全院职工的积极性和创造性,要“早出工、多下田、干累活”,要用改革创新激发干事创业的精神,形成比学赶超、赛龙夺锦的局面,推动医院高质量发展取得有说服力的成绩。(文/图:党委办公室)

中国医师协会 奚恒副会长一行 莅临我院调研

3月29日,中国医师协会常务副会长、老年医学医师分会会长奚恒教授一行莅临我院调研指导,在我院荔湾院区行政楼五楼举行调研会议。我院党委苏广武书记、安庚副院长及相关职能科室负责人参加调研会议。



奚恒会长莅临我院调研

会上,苏广武书记向奚恒会长汇报了医院历史、发展现状和妇产科学科建设的特色,并介绍了我院近年来参加国际培训的相关情况及相关经验和思考。

奚恒会长对我院百年发展历史和当前的学科发展特色表示肯定,并对我院未来如何加强国际培训,如何提升医疗人才培养水平,如何通过国际培训提升医院医疗技术水平、专科建设水平、科研水平等作出指导。

与会人员还就与国(境)外知名高校、医院建立合作交流的途径,国际培训参训人员的选派标准、国(境)外管理与质量控制以及回国后如何学以致用等内容进行深入交流。(文/图:医院办公室)

全国仅8家! 我院获“儿童生长发育健康传播示范 案例”优秀单位



医患共同参与揭牌仪式

3月10日上午,由人民日报社健康时报主办,我院承办的中国儿童生长发育健康传播行动-广州站暨“儿童生长发育健康传播示范案例”优秀单位揭牌仪式在我院举办。在此前的评比中,我院荣获“儿童生长发育健康传播示范案例”优秀单位荣誉,全国仅有8家。活动现场,与会领导与嘉宾共同为“儿童生长发育健康传播示范案例”优秀单位揭牌。

随着生活水平提高,儿童身体素质不断增强,但也有部分孩子存在生长发育迟缓、性早熟、肥胖、长不高、心理异常等问题。我院儿科一直致力于健康科普行动,为广大居民提供了科学的生长发育指导。作为“儿童生长发育健康传播示范案例”优秀单位,我院儿科将继续发挥专业优势,积极拓宽健康科普的传播渠道,定期举办各类健康科普活动,努力提升医疗服务质量,守护更多儿童的健康与未来。(文/图:儿科)

我院荣获2023年度“改善就医感受 提升患者体验” 主题活动“创新机构案例”

近日,由健康报社主办的全国公立医院高质量发展暨“改善就医感受 提升患者体验”总结交流会在福建厦门召开。我院“医患角色互换体验营”案例荣获2023年度“改善就医感受 提升患者体验”主题活动“创新机构案例”奖项。

据悉,全国公立医院高质量发展暨“改善就医感受 提升患者体验”案例征集由健康报社发起,面向全国各级卫生行政部门和医疗机构征集公立医院高质量发展案例作品、“改善就医感受提升患者体验主题活动”案例作品,共有1144个案例参与征集。我院参与申报的“医患角色互



市民患者体验医护工作

体验营”案例在众多案例中脱颖而出,荣获“创新机构案例”。

医患角色互换体验营活动聚焦加强医患沟通、增进医患了解与信任、持续改进医疗服务的目标,我院自2013年起,连续十年开展“医患角色互换体验营”项目。项目创新“体验式”医患沟通新模式,通过医患双方“角色互换”,设身处地体验彼此之难,换位思考患者所急、医者所需,实现医患双方的有效沟通与理解信任。

在换位体验活动中:一方面,“患者”换位体验“医方”,市民志愿者进入医院各临床科室,与医护人员24小时同

行,零距离跟踪体验交班、查房、手术、门诊出诊、120出车抢救等真实医疗工作;另一方面,“医方”换位为“患者”,进行秘密地就医与陪同就医;深入体验患者就医全过程,主动为医院“找茬”,发现医院就医过程中存在的问题。

“医患角色互换体验营”运营十年,联动了政府机构、公益机构、大众媒体等社会资源,逐步形成“社会招募——医患换位深入体验——总结交流——社会传播”的项目运作与推广模式。项目被几十家媒体报道;项目纪录片获得“构建医患命运共同体,共享美好医患关系”作品征集(视频类)一等奖。

在真实的医患换位体验中,践行“以病人为中心”的服务理念,强化患者沟通和参与,关注患者需求和意见反馈,持续改善医疗服务、提高患者满意度,营造医患和谐氛围,助力医院高质量发展。

我院将继续围绕公立医院高质量发展目标,持续改进医疗服务,切实改善群众就医体验,提高患者就医获得感,打造有特色、有温度的医院。(文/图:医院办公室)

广东省妇幼保健协会温伟群会长 一行莅临我院黄埔院区调研

3月26日下午,广东省妇幼保健协会会长温伟群、原会长黄庆道、副会长兼秘书长曲慧敏一行莅临我院黄埔院区调研。我院党委苏广武书记、安庚副院长、黄埔院区管委会陈敦金主任等接待并陪同调研。

调研活动中,温伟群会长一行走访参观了黄埔院区妇科、产科、儿科等科室环境和就诊情况,详细了解了我院黄埔院区医疗设施、技术水平和服务流程等。

随后,双方举行了座谈交流会。会上,苏广武书记向温伟群会长一行汇报了

我院发展历史、现状和未来发展规划,医院在妇幼保健领域的专业优势和服务特色,并表示将一如既往地致力于为广大妇女儿童提供优质、高效的医疗服务,为广东省妇幼保健事业作出应有贡献。

温伟群会长、黄庆道老会长高度评价了我院在妇幼保健方面所做的努力和目前取得的成绩,并强调了加强妇幼保健工作对保障妇女儿童健康、提高人口素质方面的重要意义,表示协会将一如既往地支持我院的发展,勉励我院能继续发挥专业优势,进一步提升医疗技术水



温伟群会长一行参观调研

平、提高医疗服务质量,为全省乃至全国妇幼保健事业做出更大贡献。

与会人员还就当前妇幼保健领域的热点问题、发展趋势以及面临的挑战、如何进一步加强医院与协会之间的合作、如何更好地推动妇幼保健事业进行了深入交流。

(文/图:黄埔院区综合办)

我院组织召开涉采购等部门集体廉政谈话会

为持续推进医院医药领域腐败问题集中整治，做好物资采购重点领域廉政风险防控工作，敲响“关键少数”、关键岗位的廉洁从业警钟，营造风清气正的工作氛围。3月14日下午，我院组织召开涉采购等部门集体廉政谈话会。医院党委苏广武书记及医院办公室、医疗设备科、信息科、科研科、审计科、财务科、总务科、基建科、药学部、纪检监察室班组长以上干部共24人参加会议。

会议首先组织大家观看了廉政警示教育片《交易中心的“生意经”——汕尾市公共资源交易中心腐败窝案警示录》，并传达学习了广州市教育局制发的《广州市教育系统信息化、科研、科普及装备工作



集体廉政谈话会

人员廉政守则》。

会上，苏广武书记作集体廉政谈话，提醒大家采购工作跟钱、财、物打交道，极其敏感，廉政风险高、责任大，大家在做好工作的同时，也要有“如履薄冰”的

意识，要时时刻刻给自己敲响警钟，告诫大家：一是加强学习，提高认识。加强对相关法律法规的学习，规范采购行为。二是规范管理，防范风险。规范和细化采购管理制度，强化采购招标以及资产管理等环节，严把“立项关”“招标关”“合同关”和“验收关”。三是心怀敬畏，廉洁自律。始终绷紧廉洁自律这根弦，以案为鉴时刻警醒自己，做到慎初、慎独、慎微、慎交。

本次集体廉政谈话作为我院推动医药领域腐败问题集中整治的一项重要举措，切实加强我院党风廉政建设，提高拒腐防变和抵御廉政风险能力。

(文/图: 纪检监察室)

我院开展2023年度青年文明号院内考核答辩

为促进我院青年文明号深入、持久、健康发展，加强各级青年文明号的管理，同时为做好上级对我院青年文明号的复核准备，医院团委开展2023年度青年文明号院内考核工作。3月28日下午，在住院部19楼学术报告厅，2023年度青年文明



纪委会书记总结讲话

号院内考核答辩顺利举办，医院12个青年文明号集体同台PK，以汇报答辩的方式展示青号风采、岗位文明。这也是我院在今年雷锋月开展的青年文明号开放周系列活动之一。

我院纪委书记秦凯，我院团委书记张兆金，我院各级青年文明号号长、副号长、号手，以及参加答辩的青年文明号所在集体的科室负责人、科护士长等50余人参加活动。

目前，我院共有各级青年文明号21个，经过前期院内考核，遴选出了12个集体参加现场汇报答辩。在汇报展示环节中，各青年文明号集体展现了柔济青年集体立足本职、争先创优、蓬勃奋进的良好形象。南方医科大学第三附属医院团

委书记林浩，中国移动广州公司办公室主任邓庭俊对本次答辩做出点评。

我院纪委书记秦凯作会议总结。秦书记对青号创建工作提出要继续完善机制，让青号“活”起来；要努力深挖内涵，让号声“亮”起来；要更加聚焦青年，让青年“舞”起来等三点要求。

经过现场打分，结合各青年文明号汇报材料，重症医学科青年文明号获得2023年度青年文明号院内考核第一名的成绩。

未来，医院团委将继续以“青”字号品牌创建为载体，积极营造青年弘扬职业文明、引导岗位建功、建设先进集体、培育青年人才的良好氛围，为推动我院高质量发展贡献青春力量。(文/图: 团委)

我院党政干部参加广东省医院党建“四有”工程建设培训班

2024年3月，由省卫生健康思想政治工作促进会主办的“广东省医院党建‘四有’工程建设培训班”在广州举行。我院院领导、党支部书记、部分支部委员、党务工作者共30人分4期参加。



我院部分参培人员合影

本次培训班采用专家授课，理论与实践结合，知识与方法并重，指导医院提升党建工作质量，帮助医院更好地开展“四有”工程创建，实现党建与业务互融共促，为高质量党建引领医院高质量发展赋能。

通过本次学习培训，我院党政干部进一步坚定了理想信念，深刻领会了“四有”工程建设的意义，对如何通过党建工作引领医院高质量发展有了更为深刻的认识，同时学习到了省内优秀党建工作经验，将对我院持续加强党建工作，推动医院高质量发展具有重要的学习和借鉴意义。

(文/图: 党委办公室)

我院举办女性代表高质量发展座谈会

为深入学习宣传贯彻党的二十大精神，传达落实医院年度工作会议精神，进一步推动医院高质量发展，3月5日下午，医院工会、女职委召开医院女性代表高质量发展座谈会。医院党委书记苏广武，党委副书记、工会主席刘丹以及相关负责人、女职工代表50多人参加会议。

座谈会上，刘丹主席传达了医院年度工作会议精神，并通报了医院工会女职工成长平台的建设情况，指明了我院女职工在参与到医院高质量发展之中的具体方向，并表示医院党委和工会将进一步落实相关措施，更好地为女职工搭建成长和创新平台。



刘丹主席主持会议

接着，医院巾帼文明岗岗代表刘娟主任，职工创新工作室领衔人代表李映桃主任以及女职工代表高元妹主任分别分享了各自集体和个人在职工创新、技术革新、攻坚克难、团队建设等方面一些经验和心得。随后，与会人员围绕医院高质量发展中的女性力量等内容展开座谈交流。

苏广武书记在总结发言中充分肯定女性职工为医院发展的贡献，并为女性职工送上节日祝福，同时对女职工提出三点期望：第一，保持学习热情，不断提升新质生产力，提升业务能力和创新能力。第二，坚持以人为本，提高服务质量，理解和满足群众需求，做好让人民满意的医疗服务。第三，全力推进医院高质量发展，做好智慧医院建设，充分发挥女性的优势，勇于担当作为。(文/图: 工会)

我院331名职工无偿献血7.41万毫升

3月1日上午，我院举办了“捐献可以再生的血液，挽救不可重来的生命——广医三院2024年献血活动”，两院区共有331名职工积极参与，全院共计献血74100ml，刷新我院单次献血活动最高人数记录、最高献血量记录。

血液是生命之源，作为医务工作者，更清楚血液对于生命救治的珍贵和重要，我院作为广州重症孕产妇救治中心所在地，一直以来，“用



荔湾院区献血现场

血”问题在重症孕产妇的救治上显得尤为突出。为保证临床医疗急救用血的需

求和输血安全，两院区职工积极参与，热情高涨，进一步发挥医务工作者无偿献血的垂范作用，用实际行动奉献爱心。

此次捐献的血液将用于临床救治需要输血的患者，为生命续航。医务人员们的无私奉献，不仅彰显了崇高的品德，也会社会注入了关爱生命、助人为乐的正能量。

(文/图: 医院办公室、黄埔院区综合办)

我院开展纪念“三八”国际妇女节系列活动

为了纪念“三八”国际劳动妇女节114周年，医院工会、女职委联合医院办公室及临床科室等相关部门举办了



女职工在会上分享读书心得

“巾帼绽芳华 聚智谋发展”2024年广医三院纪念“三八”国际劳动妇女节系列关爱女职工身心健康的活动，为女性职工送上暖心祝福。

3月5日下午，依托柔济悦读协会、朗诵协会，工会在员工培训中心举办了悦读分享活动，以优秀女性的故事引领女职工立足岗位建功立业。妇幼办王小莉、消化内科范秀晶、重症医学科靳国青和高飞凤分别以自己的阅读和思考为出发点，与大家分享了自己的悦读体会和感悟。3月7日下午，工会举办了马赛克笔筒DIY活动，女职工们巧手妙思制

作了精美的笔筒。同时，工会联合中医科、康复科、心内科、美容科、皮肤科、盆底诊疗中心等临床科室在三八期间分别给予本院女会员及男会员太太一些专属福利，给予女性身心健康方面的关爱，提升幸福感。

本次医院工会牵头组织的系列妇女节活动，不仅丰富了女职工的精神文化生活，也加强了女职工身心健康的关注，被称为“半边天”的女性同胞们在丰富多彩的活动中获得全方位滋养，提升了幸福感与获得感。

(文/图: 工会)

我院举办徒步踏青活动

3月31日，由医院工会牵头、柔济文体协会承办的“健康你我行，相伴幸福路”徒步踏青活动顺利举办，医院工会会员和家属等共计160人相约走在柔济“家”门前的幸福路。

当天，参与人员在我院黄埔院区门

诊广场集合，并徒步黄埔南岗河幸福河湖绿道，最后到达真理广场。活动中还组织了有趣的集体游戏，同时大家也在登山游园路线中，重温中国共产党百年波澜壮阔的奋斗历程，在活动中也得到了精神的洗礼。(文/图: 工会)



徒步踏青人员合影

我院与社区共建 “未分化疾病与多病共存诊疗中心”

3月28日上午，“未分化疾病与多病共存”诊疗中心在荔湾区逢源街道社区卫生服务中心正式揭牌成立，荔湾区卫生健康局何一鸣副局长、我院安庚副院长、逢源街道社区卫生服务中心有关负责人出席揭牌仪式。

未分化疾病（MUD）是指医学上无法解释的躯体症状或疾病早期尚未归属于某一系统的疾病或健康问题。多数疾病在早期只有轻微症状和不典型体征，或只有整体感觉不适，尚未出现明确症状和体征。早期及时正确识别和处理未分

化健康问题，有利于疾病早期发现、早期治疗。作为“全科医学联盟成员单位”，我院全科与浙江大学医学院附属第一医院多年来在“未分化疾病”诊治方面一直加强合作，我院不断深入“未分化疾病”研究，解决很多老百姓的就医困难，大部分病人得到及时准确的诊治，预防疾病进展。

荔湾区“未分化疾病与多病共存诊疗中心”开创了综合医院与基层全科医生联合出诊模式，通过信息互通，发挥各自专业特长，防止社区因设备不足及



揭牌仪式

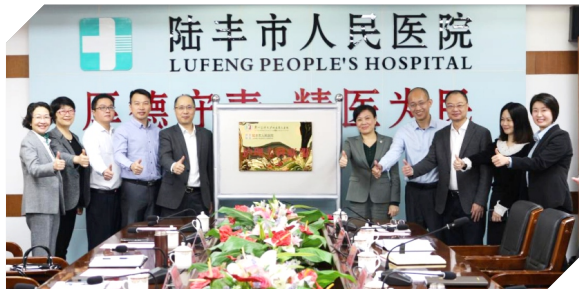
诊疗水平限制造成漏诊与误诊的情况，高效为患者解决各种健康问题。

（文/图：全科医学科）

“组团式”紧密型帮扶 我院与陆丰市人民医院护理专科联盟揭牌

3月22日，我院与陆丰市人民医院举办了护理专科联盟签约揭牌仪式，两院的“组团式”紧密型帮扶工作更加深入。广州市卫健委医政医管处副处长陈政庭、办公室二级调研员肖勇；陆丰市人民政府副市长叶君玉、陆丰市卫生健康局领导班子成员；我院党委苏广武书记、杨宁副院长、医务科科长黄东健及专家团队；陆丰市人民医院领导班子及相关职能科室负责人共同参加并见证签约揭牌仪式。

活动同时还举办了“组团式”紧密型帮扶座谈会。我院苏广武书记总结了过去的帮扶工作情况并表示下阶段将一如既往全力以赴开展帮扶工作。陆丰市



联盟揭牌

政府副市长叶君玉在座谈会上表示希望陆丰市人民医院珍惜机会，将帮扶当做孵化器和加速器，加强本土人才培养和学科建设。广州市卫健委陈政庭副处长在讲话中希望两院能进一步加强合作，发挥造血功能，促进精细化管理，促进

陆丰医疗水平再上新台阶。

会后，双方举行护理专科联盟签约暨揭牌仪式。我院临床护理作为广东省首批临床重点专科，2023年获广州市首批护理重点专科建设单位，结合【国卫医发（2021）27号】公立医院高质量发展促进行动（2021-2025年）的要求，发挥公立医院在医疗联合体中的牵头引领作用。未来，我院将进一步积极发挥主观能动性，抓住机遇，让高水平医院的先进理念、先进护理技术以及优质的护理服务在陆丰落地生根、开花结果，真正实现“大病不出县”的医改目标，更好地服务陆丰百姓。

（文/图：医务科社区办、护理部）

践行雷锋精神 黄埔院区 举办惠民义诊

学习雷锋精神，关爱居民健康。3月是“学雷锋月”，为以实际行动践行医者仁心，3月23日下午，由我院黄埔院区、黄埔区联和街道公共卫生委员会、开泰社区居委会以及萝岗万达广场联合主办的惠民义诊活动在黄埔区萝岗万达广场开展，为居民送上了特别的健康关怀。

义诊现场，我院黄埔院区妇科、产科、产前诊断科、儿科、小儿外科、全科医学科、综合内科、综合外科、医疗美容科、放射介入科等多个科室的专家齐聚一堂，耐心地为前来咨询的居民解答疑问，针对妇女、儿童常见病及老年人慢性病进行健康咨询和疾病的初步筛查，并根据个体情况提出专业的诊疗建议。现场秩序井然，气氛热烈。



义诊医护人员合影

除了专业的医疗咨询，活动现场还设置了免费测血压、血糖等健康检测服务，同时医护人员通过发放涵盖了常见疾病预防、健康生活方式等多方面的健康手册、宣传海报等健康宣传资料，为居民们的健康生活提供了有力的支持。居民们纷纷表示，这样的义诊活动不仅让他们提升了健康意识，更感受到了医者的温暖和关爱。

此次义诊活动不仅是对雷锋精神的一次生动实践，也是我院积极履行社会责任、服务社区群众的具体体现。未来，我院黄埔院区将继续组织开展形式多样的惠民活动，倡导健康生活方式，提高全民健康教育意识，让居民真正正得到方便和实惠，为广大居民的健康保驾护航。

（文/图：黄埔院区综合办）

我院携手黄埔职校 共筑HPV防治新屏障

3月6日下午，我院黄埔院区妇科李雨薇医生受邀到广州市黄埔职业技术学校，为该校女同学带来了一场关于“HPV感染及宫颈病变的筛查、预防和治疗”的科普讲座，也是三八妇女节系列活动之一。

本讲座旨在深化青年女性对HPV感染的认识，提高她们对此类健康问题的重视程度，进而有效减少因HPV病毒感染而引发的各类病变，切实保护她们的身心健康。



科普进校园

自2015年起，我院携手众多名医，走入广州市的多所名校，开展了“健康教育进校园”项目，通过系列活动，广泛普及健康知识，帮助学生正确对待身体和心理的变化。自广医三院黄埔院区开业后，我院健康教育进校园活动得以延伸到了广州东部地区，让更多的青少年从中受益。

（文/图：黄埔院区综合办）

我院肾内科举办“世界肾脏日”义诊科普活动

慢性肾脏病（CKD）是常见又严重威胁人类健康的疾病，据统计全世界每10人中就有1人患有CKD，且CKD导致的死亡率仍逐年上升。在我国，慢性肾脏病的患病率高达10.8%患者人数预估超过一



肾内科义诊

亿，其所造成的疾病负担正在不断增加，致残致死率排在所有慢病之首。

2024年3月14日是世界第19个肾脏日，当天，我院肾内科在门诊大厅开展“世界肾脏日”义诊咨询活动，并在三楼血透室对血透肾病病友们带来肾病和透析相关的专题科普讲座，两场活动同时举办，旨在提升群众对肾脏疾病的认知，提高肾病患者的自我管理能力，使人们认识到早期检测和预防慢性肾病的重要性。

门诊的义诊现场，肾病专家黄丽主任开展了健康科普讲座，讲解了肾脏疾病的相关防治知识，并对前来就诊咨询的群众进行耐心细致的问诊，为他们提

出适宜的诊疗方案，提供专业的用药指导，讲解肾脏相关知识。活动还免费给群众测血压，测尿蛋白，向群众发放肾病健康科普手册，给予一些饮食、作息、生活习惯等方面的合理化建议，让大家对肾病有更清晰的认识和积极的预防。

此次义诊共计为102位群众测量血压以及尿蛋白检测，其中有位高龄老奶奶血压高以及尿蛋白测出阳性，在医生的指导下开展下一步诊治。一位阿姨多年的咳嗽后遗尿现象，肾内科邓意琴护士长给患者作了相关的肾脏疾病相关宣教、饮食宣教以及盆底康复训练宣教，获得阿姨称赞感激。（文/图：肾内科）

我院开展“老年友善医院”系列活动之 静脉曲张科普义诊活动

下肢静脉曲张一直是老百姓常见疾病，常见诱因因为久站、久坐、肥胖、妊娠等。因为早期症状较轻而往往被老百姓忽视，静脉曲张病情加重可导致疼痛，随时间推移可导致皮肤硬化发黑、水肿、皮炎湿疹等，严重的静脉曲张还会出血、烂脚等症状，甚至严重者还会导致静脉曲张等并发症。

3月12日，为进一步深入基层，关爱老人，营造“健康、和谐、关爱、敬老”的社会氛围，增强老年人的健康保健知识，我院外科第三党支部、荔湾区白鹤洞街道社区卫生服务中心在二楼中医馆3诊室联合举办静脉曲张科普义诊活



静脉曲张科普义诊

动。

活动现场设有免费便民服务项目，如讲座、义诊与健康咨询、下肢静脉曲

张分期评估、彩超评估、血糖、血压检测等。活动现场，工作人员及服务站志愿者有序地引导老年居民到相关候诊区，我院第三外科党支部、白鹤洞社区卫生服务中心医护团队，仔细的询问老人家的身体状况及日常生活情况等，为其提供专业的问诊、体格检查、量血压、测血糖等医疗服务，并耐心解答老人们提出的各种问题。专家们认真仔细的工作态度得到了老百姓的认可与高度赞扬，希望通过此项活动，能为广大静脉曲张患者提供科学的健康管理及治疗方法，同时为老百姓科普静脉曲张的预防关键。（文/图：血管外科）

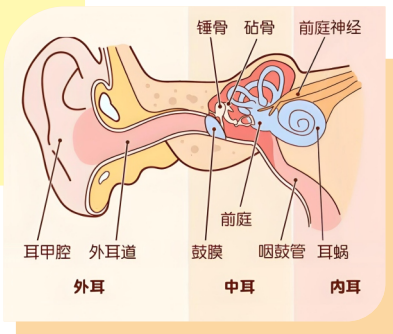
经常眩晕，元凶可能在耳朵

在生活中，许多人都有过头晕、眩晕的不适体验。大多数人可能会认为这是高血压、颈椎病或脑供血不足引发的问题，然而，事实可能并非如此。眩晕的根源，有可能与我们耳朵中的内耳病变有关。

什么是眩晕？

简单来说，眩晕是一种运动错觉，是人体空间定向能力紊乱引起的，它让人感觉自己或周围的环境在旋转或动摇，这种感觉可能伴随着恶心、呕吐甚至行走困难，走路踩棉花不穩感。

眩晕以病变部位区分的话，可以分为中枢性眩晕和周围性眩晕。中枢性眩晕主要是颅内疾病所致，这类疾病占比较少；约70%都是周围性眩晕，周围性眩晕则由颈性、眼性、前庭性以及循环系统疾病、内分泌疾病等所致，而其中前庭系统病变导致的眩晕占比高达80%以上。



耳部疾病与眩晕的关系

耳鼻喉科欧阳顺林主任介绍，人体的内耳分为两个部分，耳蜗部分主要负责我们的听觉，而另外一个非常重要的部分叫做前庭系统，它是我们身体保持平衡的基础，负责躯体运动时的空间定位感，所以当前庭系统出现问题时，人体的空间定向能力紊乱，就会出现天旋地转感，无法协调运动我们的肢体。

● 突发性耳聋、梅尼埃病、耳石症和前庭

神经炎是导致眩晕发作的常见耳科疾病。

● 突发性耳聋常常因为耳蜗供血不足，导致听力下降并且伴发眩晕发作。

● 梅尼埃病俗称“耳水不平衡”，涉及到内耳液体异常积累，这种积累扰乱了耳内的正常功能，引发眩晕、耳鸣、听力减退和耳闷塞感。

● 耳石症，又称良性阵发性位置性眩晕（BPPV），是因耳内的微小钙质颗粒（耳石）脱落，并在内耳内移动到非正常位置，进而干扰了平衡感应。

● 前庭神经炎则常在“感冒”后，病毒感染前庭神经，从而出现剧烈的眩晕感。

当眩晕发生时，我们应该怎么办？

一旦眩晕急性发作，人们往往不能自如运动，多伴恶心呕吐等不适，在静卧休息缓解后要及及时前往医疗机构。医生提醒，如果出现以下情形，要警惕内耳前庭功能出了问题：

● 突然发作的眩晕，特别是伴随着听力

减退、耳鸣或耳部感觉异常。

● 头部位置改变时引发的眩晕，例如当躺下或者坐起的时候。

● 反复发作的眩晕，且未合并心脑血管系统不适感。

自觉听力无异常，也需要去耳鼻喉科检查吗？

需要注意的是，人有两个耳朵，当一侧听力系统出现轻微异常的时候，人体往往不能敏锐的察觉，除此之外，人耳听力范围有多个频率，部分低频听力损失时，只有耳闷塞感，因此当头晕眩晕发作时，可能与内耳相关。大家可以前往耳鼻喉科进行相关检查，通过专业的诊断，医师可以帮助诊断病因，并提供针对性的治疗方案或者进一步就诊的指引。

当你的世界开始旋转，可能是你的耳朵正在向你发出求助信号！我们不仅要关注和保护我们的耳朵，避免噪音损伤和其他听力问题，还要意识到耳朵是我们平衡系统不可或缺的一部分。（文：耳鼻喉科）

平淡无奇三味药 甘麦大枣汤 围绝经期女性的八睡良方

进入围绝经期，女性身体会发生一连串的变化。由于体内雌激素水平出现改变，常常导致植物神经功能紊乱，许多围绝经期的女性朋友因此遭受着睡眠的困扰。她们可能会遭遇入睡困难、夜间频繁觉醒、晨间早醒等问题。这些睡眠问题不仅让她们感到疲惫不堪，还常常伴随着烦躁不安、眩晕、记忆力减退和心悸等症状。药学部主管中药师高珊珊带来一道治疗失眠的良方——甘麦大枣汤，帮助广大围绝经期女性朋友睡个好觉。

1994年，世界卫生组织将绝经前后妇女因内分泌紊乱引发的症状命名为围绝经期综合征，即更年期综合征。此症常见于40-60岁女性，症状包括月经紊乱、血管舒缩症状、阴道干涩、睡眠障碍及抑郁等，多由卵巢功能衰退导致雌激素和孕激素分泌减少引发。据统计，我国约11%的女性受此困扰，其中半数以上症状显著。失眠作为围绝经期常见并发症，因患者担忧西药副作用及依赖性而延误治疗，长期

失眠不仅影响免疫力、记忆力，还易导致恐惧、焦虑，甚至诱发高血压、神经衰弱等疾病，甚至猝死，对女性健康构成严重威胁。

早在2000多年前，中医就有记载治疗围绝经期妇女失眠的良方——甘麦大枣汤。在中医理论中，围绝经期综合征属于“脏躁”病的范畴，甘麦大枣汤出自医圣张仲景所著的《金匮要略·妇人杂病脉证并治第二十二》，为治疗妇人“脏躁”的专方，受到历代诸多医家的推崇。清代医家叶天士擅长运用此方，对此方很是赏识，谓“本方药似平淡，可愈疑难大症”，后世医家更是将其广泛用于治疗其他临床各科疾病。

【组成】甘草9克，浮小麦30克，大枣10枚。

【功效】养心安神，柔肝缓急。

【主治】心阴受损，肝气失和之脏躁。精神恍惚，常悲伤欲哭，不能自主，心中烦乱，睡眠不安，甚则言行失常，哈



欠频作，舌淡红苔少，脉细微数。

甘麦大枣汤组方简单，药性平和，使用安全，且对症使用后疗效显著，已有不少优秀医者在临床使用甘麦大枣汤成功治疗失眠。现代医家根据甘麦大枣汤的方证特点，对其进行加减，还广泛用于治疗神经精神疾病、儿科疾病、妇科疾病及其他病证，均取得较好的疗效。

最后，高珊珊主管中药师提醒大家，虽然甘麦大枣汤副作用很小，可是有痰火内盛癫狂症的患者还是要注意不宜服用本方。另外，建议大家在服用前建议遵中医师意见，希望大家都能早日摆脱失眠的困扰，拥有健康好睡眠。

（文：药学部）

沉默的“杀手”——骨质疏松离你有多远？

什么是骨质疏松？

“骨质疏松”顾名思义，就是骨的密度降低了。用通俗的话来说，就好比木头朽了、萝卜糠了，出现了许多孔隙。用医学的话来说，是骨钙量减少，骨的微结构退化，导致骨的脆性增加以及易于发生骨折的全身性疾病。

骨质疏松症有哪些危害

50岁以上人群总患病率：1/5的女性和1/7男性患病，女性一生发生骨质疏松性骨折的危险性是40%，而男性的危险性是13%。骨质疏松最严重的危害是骨折，有资料显示，如果发生髋部骨折1年内死亡率20-24%，存活者生活质量明显下降，在中国，发生骨质疏松性髋部骨折后，致残率和致死率>50%。

骨质疏松症的主要表现有哪些

腰酸背痛、弯腰驼背、身材变矮、骨折。

哪些人容易得质疏松？

绝经后妇女、中老年人、糖尿病患者、缺乏运动和日晒、抽烟、酗酒和咖啡因摄入量、慢性肝病、肾病和其他内分泌疾病患者、长期服用类固醇类药物、有骨松遗传因素、偏食、体重过轻者。

如何预防骨质疏松？

骨质疏松预防的三大法宝：补钙、运动和饮食调节。倡导健康生活方式，从儿童和青少年做起，我们推荐尽可能的通过膳食来摄入充足的钙，注意合理搭配膳食营养，多食鱼虾、牛奶等高钙食品，接受充足的日照，规律进行科学而适合个体的体育锻炼，不吸烟、不酗酒，少喝咖啡、浓茶及碳酸饮料。如果在饮食不足的情况下，可以通过服用钙剂及维生素D来维持骨骼健康。定期检查，防患于未然，人到中年，尤其是妇女绝经后应每年进行一次骨密度检查，有骨松倾向的高危人群重点

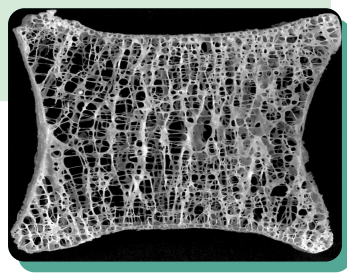
预防，早期治疗。

得了骨质疏松怎么办？

很多人认为，骨质疏松就是补钙，只要晒晒太阳补钙就行了。事实上，对于骨质疏松患者来说，只晒太阳是不够的，重点应是预防骨质继续快速流失，要从以下几点做起：

- 1、基础药物治疗——摄入足够的钙和维生素D
- 2、抗骨质疏松治疗——包括合理应用抗骨吸收药物和促进骨形成药物，这些专科用药要在专科医生的指导下因个人情况不同而针对性选用。
- 3、多参加体育运动，多晒太阳
- 4、注意合理营养
- 5、防止跌倒
- 6、培养良好习惯：不吸烟、不酗酒，少喝咖啡、浓茶及碳酸饮料。

（文：临床营养科）



主编：苏广武 副主编：刘丹 秦凯 范勇 安庚 夏勇 编辑：张兆金 白恬 王慧 罗培玲 张迅恺

编印部地址：广州市荔湾区多宝路63号 邮政编码：510150 电话：020-81292183 邮箱：gy3ybg@126.com 传真：020-81292949 网址：www.gy3y.com

发送对象：本单位内部职工 印数：1000份 印刷单位：广州市颐彩数码印刷有限公司 地址：广州市荔湾区紫荆道68号之10自编30、31、32、33号商铺 电话：13380095962