

将主题教育调研成果转化为推动医院高质量发展的实际成效 我院组织召开主题教育调研成果交流会

根据主题教育工作安排，7月10日下午，东方医院党委组织召开主题教育调研成果交流会，深入学习领会习近平新时代中国特色社会主义思想，全面落实习近平总书记关于调查研究的重要论述，交流研讨调研成果，深化学习思考，推动全面调研和联动整改，以调研开局，以调研开路，以调研促学习、促整改、促发展，持续保持我院主题教育“实”的势头、不断向纵深发展。



发挥作用的“路径研究”、张涛静副院长对“医院病房改造过程中的难点”、张勉之副院长有关“公立中医院多院区医疗质量管理模式研究”、程晓莉总会对“关于提升医院窗口自动化服务质量及运营管理水平”等调研主题，逐一交流发言。

刘书记强调，党的二十大报告指出“教育、科技、人才是全面建设社会主义现代化国家的基础性、战略性支撑”。事业发展，人才是关键。要打造大学一流的临床医学院，需要建立一支高素质的中医药人才队伍。通过本次调研数据显示，东方医院人才队伍总量和质量经过23年的发展有了长足的进步，但人才规模、人才结构仍不能满足医院高速发展的需要，针对这一问题，开展院内外广泛调研，分析问题根源，提出解决办法。探索通过创新学术团队设置、强化绩效考核

机制、高层次人才引进、补齐人员编制短板、加大人才培养投入力度、突出建设“防治重大疾病和疑难复杂医疗基地、推进中医药走向世界国际交流基地、高层次中西医结合中医药人才培养教育基地”三个基地等切实可行的举措，力争实现医院在国家A类人才项目上的突破，促进人才队伍协调可持续发展。各位院领导在发言中，一致认为，通过开展调研成果交流，进一步深化了对习近平总书记重要论述的理解把握、深刻感受到习近平新时代中国特色社会主义思想的真理性力量和实践伟力，明确了一系列事关东方医院高质量发展的重要举措。要完整准确全面贯彻新发展理念，始终坚持以患者为中心的发展思想，更好地服务百姓健康，助力北中医发展建设。

交流研讨结束后，刘金民书记作了总结讲话。他指出，调查研究是把脉问诊、解决实际问题的过程，也是提能力、推动科学决策的过程。通过调研成果交流，领导班子进一步统一思想、深化认识、坚定决心，下一步工作中要在深化应用、解决问题、落实措施、改良工作上下功夫，要把调研成果转化为推动东方医院高质量发展的具体思路举措，为开创“十四五”期间中医药振兴发展新局面贡献东方力量！

(孙银屏)

郭蓉娟副书记主持会议并做医院整体调研情况介绍，全体院领导班子、处级干部、调研组成员、大学主题教育调研组联络员张倩老师出席。主题教育开展以来，东方医院院领导、各职能部门、各支部认真贯彻落实关于大兴调查研究的要求，带头深入一线，察实情、找症结、解难题，杜绝讨论问题表面化现象，切实细化问题清单，加大力度整改落实，形成了一批高质量的调研成果，调研工作取得阶段性成效。

会上，刘金民书记围绕“公立中医医院高水平人才建设”、白俊杰副书记关于“以提高自主培养质量为导向促进临床学生学业自我管理与发展情况”、赵海滨副院长结合“智慧化中药房建设饮片调剂临时场地设置”、郭蓉娟副书记对于“全面从严治党背景下医院党支部纪检委员

我院开展“我尽心 您安心 党放心”主题义诊活动



精辅医疗暖人心，倾心服务庆华诞。在党的102周年生日之际，在北京中医药大学东方医院主题教育全面开展之际，东方医院周围血管科10多名党员医护人员和5名医学专业博士医师赴北京卫戍区朝阳第九离职干部休养所开展“我尽心、您安心、党放心”主题义诊活动，为部队离退休老首长、老干部和军人家属义诊。

东方医院医护团队合唱《没有共产党就没有新中国》庆祝党的生日。义诊现场开设了专家门诊、专科检查及中医治疗等多个诊室。曹建春、杨宝钟、曹刚、黄强、金潇等专家为参加本次义诊的部队离退休老干部进行详细的望闻问切并做中医特色养生宣教。杨宝钟主任医师作为有着30年临床工作经验的西医血管外科专家，用现代医学方法为疑难病患者提出诊疗建议；曹建春主任医师应用中西医结合的方法按脉，积极补益为老人提供养生方案；护理团队为老干部们提供全方位个性化、专业化、精细化的优质中医特色护理建议，包括中药膏药、穴位贴敷、耳穴压丸、皮内针等；牛少辉、杨俏丽博士在现场为有老干部进行了血管超声、血流图及ABI等无创检查；宓宝来、程亚清、刘羽飞博士为老首长们展示了推拿等中医适宜技术。天空骄阳似火，广场上党旗飘扬，诊室内明察秋毫，药房里军民鱼水情深！

体科所所长向东方医院医护专家团队的到来表示欢迎和感谢；杨宝钟主任、曹建春主任先后表示对本次七一活动能够在部队老干部所曾经参加过革命的老红军、老首长、老战士进行义诊，既是新时代医务人员职责，也是医疗战线老党员拥军优属的义务；既是青年一代中医药人对

为新中国的建立建设呕心沥血无私奉献的前辈们应尽的关爱；更是中医药大学青年学子课程思政的生动实践。科室和支部将尽全力为保障革命功臣健康做出自己的点滴贡献。此次“我尽心 您安心 党放心”主题义诊活动既是庆祝党的生日，温暖党的“红色能量”，又赓续了党的“红色血脉”，活动受到组织和参加活动的官兵、老首长们的热情赞誉，也得到东方医院党委的大力支持。

（智慧 郑雯 宓宝来）



活动首先以体科所全体老首长及工作人员与

“我的闺女，咱们相伴20多年了，妈妈的身体不如以前喽，记忆力也越来越不好了，手也不太听话了，戴着老花镜写字也看不太清楚了...好多事情也记不住了...但还想写，写下咱们之间发生的故事，我不想忘了你，不想记不起来你...”

7月10日，北京中医药大学东方医院血液净化中心护理负责人王丽伟参加2023年首都卫生健康系统“强国复兴有我”主题宣讲活动。她以一篇《你好，惠姑娘》深情讲述了东方医院血液净化中心医患间不是亲人、胜似亲人的感人故事。“有时候，我会全身出汗、腿脚抽筋，那叫一个疼啊，你总是站在我的床边，停超速、减流量、调机温.....弄完之后，还帮我揉腿揉脚，让我能够减轻疼痛，缓解的也更快一些；每次吐的时候，你帮我撑着塑料袋，帮我洗干净嘴；每次因为不听你话吃的水果蔬菜太多了，血糖高了，走路都摇晃，也是你把我搀到床上.....还记得那次吃坏东西拉肚子，屁股都拉的破了，你把家里孩子用的纸尿裤拿来，亲自帮我涂抹上，‘闺女，你不是我的亲闺女啊.....’她的宣讲感情真挚，戳人泪目，获得评委们一致好评，荣获北京市卫健委首都卫生健康系统组织开展的2023年“强国复兴有我”主题宣讲比赛二等奖！来自北京卫生健康系统的57位选手参加了比赛。

为全面贯彻落实党的二十大精神，深入开展学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育，北京中医药大学东方医院宣传科



照北京市卫生健康委员会要求，积极组织开展“强国复兴有我，讲好东方故事”宣讲活动，最终选派骨肾血液净化支部、护理部血液透析中心王丽伟老师代表医院参加北京市2023年“强国复兴有我”主题宣讲比赛。宣传科全力协助、配合完成前期筹备及各项协调工作，特邀请专业艺术指导老师对其进行演讲辅导。

“强国复兴有我，讲好东方故事”，用身边的先进人物事迹感召青年一代，用和谐的医患关系书写东方爱的精神，用责任担当谱写强国复兴重任。北京中医药大学东方医院将进一步推动学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育走深走实，凝心聚力，推进健康中国建设，守护人民健康，再创医院高质量发展新篇章。

(宣传科 闫妍/文图)

“博爱在京城 健康基层行” 我院参加北京市红十字会平谷义诊活动

为全面贯彻落实党的二十大精神，深入开展学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育，践行“健康中国”战略，提高群众健康意识和预防疾病的能力，帮助偏远山区老百姓营造一个“和谐、健康、温馨”的美好家园。近日，北京中医药大学东方医院治未病中心护理负责人张丽君和急诊科护理负责人周洁参加北京市红十字会“博爱在京城 健康基层行”义诊活动。服务队前往北京市平谷区金海湖镇韩庄北关村、金海湖镇东上营村、兴谷镇上纸寨村、南独乐河镇。



志愿者们早早来到活动现场做好准备，随着就诊村民的到来，义诊活动正式开始。本次活动持续三天，红十字会志愿者们为村民开展骨科、眼科、内科、中医科义诊。

每到一处，张丽君和周洁为村民测量血压、血糖，并耐心讲解常见病、多发病的日常保健知识，提供中医养生健康咨询，普及心肺复苏等急救常识。从中医治未病的角度指导群众如何进行自我管理，并现场给村民进行中医护理适宜技术耳穴贴压、穴位按摩等操作。

(护理部 周洁/文 张丽君/图)

王丽伟荣获北京市卫健委2023年“强国复兴有我”主题宣讲比赛一等奖

为医院各项事业的长足发展而努力奋斗

北京中医药大学东方医院 北京中医药大学第二临床医学院 三级甲等中医医院 东方月报 版权信息 编辑：《东方月报》编辑部 邮箱：dfybzbj@126.com 2023.07.30 第 08 期 总第 266 期 共 04 版 内部发行

北京中医药大学东方医院 召开庆祝中国共产党成立102周年大会

6月28日下午，北京中医药大学东方医院隆重举行庆祝建党102周年暨“两优一先”七一表彰大会。院领导班班子成员、各党支部书记、支部委员、党员代表、获得表彰的优秀共产党员、优秀党务工作者和先进基层党组织代表共180余人参加了会议。



大会在庄严的国歌声中拉开帷幕。会议由院党委副书记、纪委书记郭蓉娟主持。院党委副书记、副院长白俊杰首先宣读了东方医院北京市和北京中医药大学表彰的名单；内二党支部获得北京高校先进基层党组织；内二党支部、医务党支部、院办党支部、西院区党支部被评为北京中医药大学先进基层党组织；王璞、曹建春等6位同志被评为北京中医药大学优秀党务工作者；曹文婧、张涛静等15名同志被评为北京中医药大学优秀共产党员。



紧接着宣读了院级“两优一先”表彰名单：院级先进基层党组织：脾胃肝胆科党支部、眼科党支部、皮肤科耳鼻喉党支部、经开区院区党支部、妇科党支部、科研党支部、推拿理疗科党支部、药学党支部、儿科科医科联合党支部；院级优秀党务工作者：王革新、李捷、蔡玲玲等15人；院级优秀共产党员：王伟新、李以良、张玥等57人。

其后，由刘金民、白俊杰、郭蓉娟、程晓莉、柏立群五院领导和党委委员为获得表彰的各位优秀党支部代表、优秀党员代表颁奖。优秀党务代表郑春香、优秀党务工作者代表徐

6月7日至6月20日，由商务部主办、商务部国际商务官员研修学院承办的“西语国家管理研修班”在北京举办。来自多米尼加、智利、赤道几内亚、秘鲁、乌拉圭、巴拿马、玻利维亚、委内瑞拉等国相关领域官员24余人参加了本期研修班。为加强研修班对医院管理相关主题的了解，北京中医药大学东方医院党委书记、院长刘金民、副院长张涛静、张勉之、骨科副主任温鑫柱受邀参与本次研修班授课活动，并在研修班上做相关专题介绍。

6月13日上午，东方医院刘金民书记就“中国医改与学院性医院建设与管理实践”展开汇报，报告中全面梳理了我国医学教育专业类别、中西医发展史、中国医改制度、中西医医院诊疗模式和功能差异以及中医药学的独特优势。根据我院实际情况提出“医疗发展、专科引领”、“医疗发力、服务提升”、“管理为纲、医疗保障”等新型管理模式，体现了院“人心向善、以救为政”的管理施政理念，汇报图文并茂，生动形象。

6月13日下午，我院骨科温鑫柱副主任在汇报中提出“传承精华，普济众生”的发展理念。从中医骨伤的历史到现代中医骨伤科学发展应用现状娓娓道

70周年医疗保障、北京冬奥医疗保障和抗疫斗争中冲锋在前，带领全院职工为人民健康做出了重大贡献。医院党委号召全院各级党组织、全体党员干部和广大教职员工以受表彰的先进集体和个人为榜样，深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入学习贯彻党的二十大精神关键之年，东方医院要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻党的二十大精神，巩固深化各项工作成效，团结拼搏、守正创新，紧扣医院高质量发展主题，在新征程上创造新业绩、续写新篇章！

(张福春 曹强 王璞/文 闫剑坤 闫妍/图)

我院多位专家为商务部官员研修学院授课



来，并且展示了东方医院在中医骨伤影响下对骨伤治疗手法和中药膏散的临床运用。根据我院骨科技术发展规划提出“三个结合”——传统医学与现代医学相结合，专科与全科相结合，个性化治疗与规范治疗相结合，倡导“无为而治”的管理理念。

6月14日下午，20余位商务部研修班学员驾车来到北京中医药大学东方医院进行实地考察。在医务处副处长赵长超、张辰晖老师和皮肤科副主任蔡

药研究院附属医院副院长张勉之在汇报中提出充分利用双轮和双院优势资源，建立一体化平台，为提供健康服务、培养医学人才、传播中医药文化等做出贡献。展望了在中医院管理模式下中医药学的继承与发展。报告中提到现代医学竞争的激烈，强调“突出中医特色，发挥中医疗优势”，对中医院要做到系统完整地传承，进行科学创新发展。

6月15日下午，张涛静副院长就“医院安全运行与管理分享”展开汇报，汇报伊始，张涛静副院长简要介绍了关于东方医院的基本情况，根据习近平总书记二十大报告中提出的“推进国家安全体系和能力现代化，坚决维护国家和社会稳定”方针，以安全运行作为整体思路，在党委的领导下，加强安保建设和团队防范意识，提高医院安全设施和管理水平，推动公共安全从治理向防范转型。

活动最后，各国官员对本次活动汇报十分赞赏，表示了对北京中医药大学东方医院管理模式的认可。本次活动圆满成功，展现了东方医院对中医药的传承与发展中付出的努力与汗水，激发了医院建设与管理模式新思路，积极借鉴各国医院建设和管理建设高水平高质量发展。

(蔡玲珍 聂磊)

我院组织承办北京中医药大学纪检系统主题教育专题辅导报告会

学习了。报告会由东方医院党委副书记、纪委书记郭蓉娟主持。

冯新舟以《当前党风廉政建设和反腐败斗争形势与任务》为题，从新时代坚定不移推进全面从严治党、当前党风廉政建设和反腐败斗争形势与任务以及党纪法规、争做新时代新征程上忠诚干净担当的干部。冯新舟同时指出当前全面从严治党、党风廉政建设和反腐败斗争形势依然严峻复杂，我们在履行全面从严治党方面还存在一些短板弱项，表现为方法途径单一、落实机制制虚化、监督职能弱化、监督机制滞碍等问题。这些时刻提醒我们，全面从严治党永远在路上，党的自我革命永远在路上，要时刻保持解决大党独有难题的清醒和坚定，牢牢把握自我革命这一跳出治乱

兴废历史周期率的第二个答案。

冯新舟强调在新形势下深入推进党风廉政建设和反腐败斗争，全体干部要牢固树立廉洁勤政和服务群众意识，树立正确的价值观，严格遵守党的纪律和法律法规，争做新时代新征程上忠诚干净担当的干部。冯新舟同时指出当前全面从严治党、党风廉政建设和反腐败斗争形势依然严峻复杂，我们在履行全面从严治党方面还存在一些短板弱项，表现为方法途径单一、落实机制制虚化、监督职能弱化、监督机制滞碍等问题。这些时刻提醒我们，全面从严治党永远在路上，党的自我革命永远在路上，决不能有松劲歇脚、

疲劳厌战的情绪，必须把严的基调、严的措施、严的氛围长期坚持下去。

冯新舟教授的讲解内容既高屋建瓴又贴近实际，进一步帮助纪检监察干部队伍提高政治站位，准确把握、深刻理解当前党风廉政建设和反腐败斗争的严峻形势与主要任务，增强推进医院文化建设政治责任感、历史使命感和现实紧迫感，激发了纪检干部队伍胸怀全局、奋发作为、勇于担当、廉洁自律的积极性和主动性。下一步我们要将学习成果转化工作实绩，推进医院纪检监察工作和医疗建设工作高质量发展。

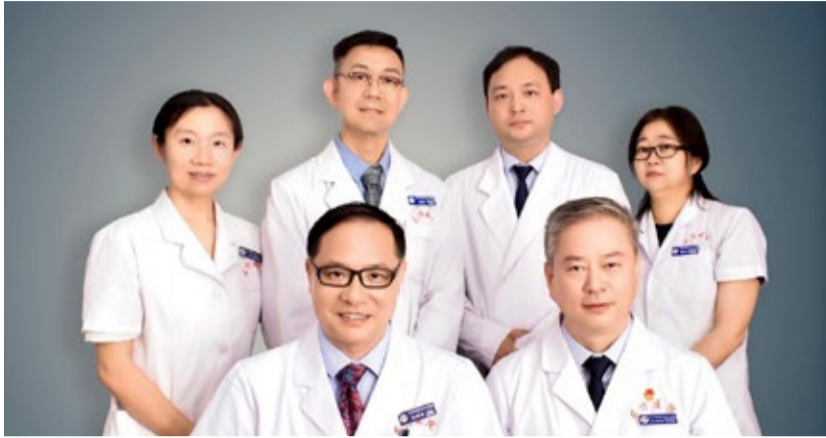
(纪监审计处 王晓彤)

脾胃肝胆科团队入选 丰台区“丰泽计划”发展潜力团队

承岐黄之火，扬中华文化。根据《丰台区实施“丰泽计划”引才聚才暂行办法》相关规定，丰台区于2023年2月1日正式启动第二届“丰泽计划”人才申报工作，人事处经过广泛动员、自主申报、专家评审、综合评议及公示，以李军祥主任为学术带头人的东方医院脾胃肝胆科团队入选丰台区“丰泽计划”发展潜力团队。

北京中医药大学东方医院脾胃肝胆科（消化内科）是中华人民共和国教育部中医科学重点学科、国家中医药管理局高水平中医重点学科—中西医结合临床（消化病学）。同时也是中华人民共和国国家卫生健康委员会国家消化病临床重点专科、国家中医药管理局脾胃病重点专科、北京市中医脾胃病特色诊疗中心、北京市消化内镜学会 ERCP 培训基地等。

近年来，团队加快医疗、教学、科研创新，并取得了丰硕的成果。脾胃肝胆科现为中国中西医结合学会消化系统疾病专业委员会和北京中西医结合消化内科学专业委员会主任委员单位，在医教研等方面有较大影响力。目前脾胃肝胆科拥有床位60张，年门诊量15余万人次，年出院量1600余人次，消化内镜手术共1.5万余例，其中三级、四级内镜技术手术1600余台，中医外治技术约2.1万人次，拥有院内制剂2种，极大促进了学科发展及人才培养。



团队学术带头人及主要骨干：

李军祥教授，男，医学博士，主任医师，博士生导师，现为北京中医药大学消化病研究所所长、中国中西医结合学会消化系统专业委员会主任委员、国家中医药领军人才首席岐黄学者、国家重点研发项目首席科学家、中国中西医结合杂志主编、首都名中医、全国老中医药专家学术经验传承指导老师。主持承担国家重点研发项目、国家科技重大新药、国家自然科学基金等国家

部级课题30余项，获教育部和中华中医药学会科技进步二等奖等多项奖励。

王林恒教授，男，主任医师、硕士、博士后合作导师，是国内知名的消化内镜专家，北京中医药大学脾胃肝胆科主任，北京市中西医结合学会消化内镜专业委员会主任委员，中国中西医结合学会消化内镜专业委员会副主任委员，ERCP专家委员会主任委员，并作为专家组成员发布了中华医学会消化病学分会消化医学影像协作组《中国内镜消化病学临床应用共识意见》（2023）。

孟捷教授，男，医学博士，主任医师，硕士生导师，北京中医药大学东方医院消化内科副主任。国家第四批中医临床优秀人才，现任北京中西医结合学会消化内科学专业委员会副主任委员，中华中医药学会脾胃病委员会委员，北京中西医结合内镜委员会委员等学术任职。

王志斌教授，男，主任医师，医学博士，硕士生导师，北京中医药大学东方医院脾胃肝胆科副主任。现任中国中药协会消化病药物研究会副主任委员、中国中西医结合学会消化系统疾病专业委员会委员、世界中医药学会联合会消化专业委员会理事等学术任职。

韩海啸教授，女，主任医师，医学博士，硕士生导师。现任北京中医药大学脾胃病专业委员会委员，中西医结合学会传染病专业委员会，中西医结合学会消化内镜专业委员会委员等学术任职。主持国家自然科学基金、北京市自然科学基金、首都卫生发展科研专项等7项，参与国家级、省部级课题10余项。

史瑞教授，女，主任医师，医学博士，硕士生导师，北京中医药大学东方医院脾胃肝胆科副主任。现任中华中医药学会脾胃病分会委员、北京医学会消化病学分会青年委员、中国医师协会科学普及分会消化学组委员、北京中医药学会脾胃病专业委员会委员。

（金潇 史瑞）

·最可爱的人·

护士果断施救 为患儿赢得“黄金时间”



舌头后坠，仍然没有呼吸脉搏，危在旦夕！徐雅洁立刻将男童平放在硬板地上，头偏向一侧，用两个手指伸进男童口中，开放气道，进行心肺按压及口对口人工呼吸。此时男童鼻子周围涌出少许分泌物，她立即为男童清理，并再一次进行第二组心外按压及人工呼吸。同时呼喊周围群众迅速拨打120急救电话。

“不用谢，这一切都是我应该做的。”因为抢救他人而忙出了一身汗的她淡然地对孩子的家人说。

端午假期，正在逛街的北京中医药大学东方医院呼吸热病科护士徐雅洁突然听到一个焦急的声音“宝宝、宝宝，你怎么了？怎么了？”“救命呀、快救救我的孩子呀！”她闻声寻去，发现一位年轻爸爸怀中的男童意识丧失，口唇极度紫绀，四肢瘫软，没有呼吸。

见此情景，她飞奔过去询问情况并判断为进食后引起的误吸。她立即采取海姆立克急救法施救，两分钟过去了，发现孩子并没有缓解的迹象。男童口唇变黑，脑门及眼周周围已经出现大面积青紫，孩子

反应了，有一点意识了，呼吸脉搏也逐渐恢复。因为牙关紧闭口唇都破出血了，徐雅洁将自己的两根手指塞进男童口中充当牙垫，以防孩子咬着舌头，直到救护车的到来将男童交由急救人员继续医治。

看着孩子被送上救护车徐雅洁默默转身准备离开，家属和商场工作人员纷纷请她留下联系方式以便感谢，她说：“不用谢，一切都是应该的……”

胡凯文团队入选 北京市首批行业大模型典型应用案例

6月27日，北京市人工智能策源地引领推介活动的启动仪式举行。市科委、中关村管委会发布了北京市首批10个行业大模型典型应用案例，北京中医药大学东方医院副院长胡凯文团队研发的数字中医大模型成功入选。

在推介会上，东方医院胡凯文副院长和北京智谱华章科技有限公司张鹏首席执行官分别从医、工两个方面介绍了大模型在中医行业的赋能和应用前景。

截止目前，项目已初步研发了医疗垂直领域的问答功能，支持对医疗、健康问题进行智能化知识问答；同时开发了根据症状生成中医处方，并提供处方主治症候医学解释等辅助诊疗功能。未来，项目将依托北京中医药大学及东方医院的优质医疗资源，抢抓大模型发展机遇，探索通用人工智能在中医领域的发展路径，发挥积极的示范效应。

（高磊）

情暖夕阳红 久别又重逢

为丰富退休职工精神文化生活，近日，北京中医药大学东方医院人事处组织44名退休职工到平谷金海湖一日游，人事处处长方洁、副处长张峰等陪同参加此次活动。退休老教师们摆脱城市的喧嚣，纵情于山水之间，有久别重逢的喜悦，更为大自然的山水壮美而感怀。

（人事处 张峰）

医疗发展专科引领 医疗发力服务提升 管理为纲 医疗保障

我院生殖中心顺利通过 2023 年度评审



7月12日，北京市卫健委领导与国家辅助生殖技术评审专家组一行到东方医院生殖中心对医院夫精人工授精技术等项目进行两年一度的校验评审。经过专家组全面、严格、细致的评审，生殖中心各项技术项目得到校验专家的认可与好评，顺利通过两年一度的国家级现场校验评审！

东方医院党委书记、院长刘金民、院长助理柏立群、医务处副处长赵欣陪同评审。首先，刘书记代表医院热烈欢迎评审专家组的到来，肯定了生殖中心在楼筱英主任的带领下发展迅速的大好局面，同时指出本次评审是对生殖中心工作的一次最好的检阅，通过校验评审促进技术水平的提升，更好地为不孕患者提供优质医疗服务。刘书记表示，医院将一如既往地支持生殖医学专科的建设。

随后，生殖中心主任楼筱英教授全面汇报了生殖中心的临床工作，向专家组展示了中心严格的临床和实验室管理，总结了近两年中心各项治疗工作的改进措施及取得的成果，并对专家提出的问题进行了详细地回答。详实的数据和满满的成绩单均获得专家的肯定和好评。

各位专家根据汇报材料及卫健委要求的各项技术指标、临床数据标准条款、辅助生育

·专家说·

郭蓉娟：好睡眠是一味良药



没有良好的睡眠就会导致很多其他的疾病，睡眠是人体最基本的母节律，如果紊乱了，会发生很多其他疾病。对于疾病的治疗，首先要恢复母节律即睡眠，很多疾病才能向好。

古人也非常重视睡眠，睡眠不仅是睡一觉，更是一味药，治好失眠还能帮助改善其他疾病。

失眠是什么表现呢？郭蓉娟介绍，有两个方面，一是睡眠的时间和不好，比如，入睡困难，入睡超过30分钟以上，觉醒次数大于2次，早晨，不能再入睡，睡眠时间短于6个小时等。二是伴有日间功能障碍，第二天精力不充沛，心情郁闷，记忆力下降，工作效率下降。一定是影响了第二天的状态才能作为失眠的一个诊断。

现在国际上对于睡眠的诊断分两大类，小于3个月的是短期失眠；超过3个月以上，而且每周失眠超过3次以上，是慢性失眠，临床上以治疗慢病失眠为主。

失眠的发病机制可以用“三因说”解释：一是易感因素，包括年龄、性格、体质等个人特质，使个体对失眠易感；二是促发因素，指各类生活应激事件，即工作中可能遇到的诸如疾病、生活事件之类的困扰；三是维持因素，是指失眠得以持续的行为和信念，包括不良睡眠行为、错误睡眠认知。

根据三因学说，首先要调心，寻找失眠原因，根据医生的方法去实践，让患者学会管理情绪，让神态宁静。

第二要调身，主要是药物治疗，可通过中药“白黑调身方案”来调理，白天自身精力充沛，晚上用药镇静，实现昼精夜寐。郭蓉娟强调，中医治疗失眠是同时关注白天和夜晚，效果比西药单纯治疗晚上睡眠要好。

（东方医院）

·科普常识·

离歌李致离开大家已经有10多天了，相信仍有不少人沉浸在悲痛和惋惜中。刚得知消息的时候怎么也不敢相信我们会带来这么多欢乐的一代唱跳天后竟然会因为抑郁症离世。在她灿烂笑容的背后，究竟隐藏了多少不为人知的痛？面对阳光、微笑型抑郁症，我们能够做些什么？

在绝大多数人的认知中，抑郁症患者往往存在典型的情绪低落、精力减退、社交减少、社会功能严重退缩，甚至自伤自杀。但是生活中，也有一部分抑郁症患者，他们在外人看来乐观、积极向上、是事业的强者，然而内心却痛苦不堪，执着不能自拔。从精神医学的角度，这种现象被称为“阳光型”抑郁，也叫“微笑型”抑郁。

在娱乐圈，这种微笑型抑郁症去世的明显不在少数。2003年4月1日，张国荣从酒店一跃而下，

相关链接：东方医院生殖中心

北京中医药大学东方医院是北京唯一一家开展辅助生殖技术的中医医院。科室在全国第五批、第七批名老中医药专家金哲教授的带领和指导下，以中医肾主生殖理论为指导，调经促孕，分期论治。我科通过中药内服+外治（中药

·专家说·

技术校验规范要求，从伦理与管理、妇科及男科临床、实验室技术等方面对科室工作人员进行提问，通过实地现场检查，对工作人员资质、SOP文件、病历及伦理管理等进行考核校验。

（秦露雷文 / 图）

外一科顺利完成首例 超声引导下腹腔肿物穿刺活检术



近日，北京中医药大学东方医院外一科成功完成了首例超声引导下腹腔肿物穿刺活检术。该项技术的成功运用标志着东方医院在肿瘤微创穿刺诊断领域又取得了新的突破。

此次手术的患者为一名63岁的女性，腹腔内出现不明原因的巨大实性肿块，经过完善检查、严密评估以及患者的充分沟通后，外一科决定采用超声引导下腹腔肿物穿刺活检术进行诊治明确性质，然而该肿物将腹主动脉搏紧密包裹，这无疑给穿刺增加了不小的操作难度与风险。手术中，医生根据超声引导定位，准确穿刺肿瘤组织，顺利完成活检，并将标本送往病理科进行进一步检测（后病理诊断为小圆细胞恶性肿瘤，考虑软组织肉瘤），患者穿刺术后状态良好，无术后并发症等，为后续进一步治疗提供有力依据。

【链接】
超声引导下穿刺结合了超声成像技术和穿刺技术，通过超声图像来引导医生准确地定位和穿刺体内的特定区域。在穿刺过程中，医生会将超声探头放置在患者的皮肤上，并使用超声成像来定位目标区域。通过实时显示的超声图像，医生可以清楚地看到目标器官或组织的位置、形状和结构，从而准确定位穿刺点，对肿物进行活检，以便判断肿物的性质和病情。

对于对微创穿刺确诊特定患者群体，如女性和儿童。超声成像来定位目标区域。通过实时显示的超声图像，医生可以清楚地看到目标器官或组织的位置、形状和结构，从而准确定位穿刺点，对肿物进行活检，以便判断肿物的性质和病情。为临床医生提供快速、准确和可靠的诊疗手段，对于一些深部肿瘤的诊治将具有重要的临床应用前景。

【链接】
1、实时引导：超声引导下穿刺提供实时

的图像引导，医生可以在穿刺过程中实时观察目标区域的结构和位置，并及时调整穿刺角度和深度。这有助于提高穿刺的准确性和成功率。

2、无放射线：超声引导下穿刺不涉及放射线，适用于对放射线敏感或特定患者群体，如孕妇和儿童。目前外一科在杨成城和巨邦主任医师的带领下，在超声科的大力支持下已开展数百例超声引导下甲状腺细针穿刺活检、超声引导下浅表淋巴结及肿物穿刺活检、超声引导下经皮经肝胆囊穿刺引流等多项技术。今后外科还将继续探索、推广和深化超声引导下穿刺活检、引流以及消融等多项技术，为广大患者提供更好的医疗服务，为中医药现代化进程做出积极贡献。

（外一科 安佳琳）

“阳光型”抑郁 可能就在我们身边

得不到宣泄，累积到一定程度就会爆发。最终造成内心日益虚弱的“坚强自我”与不断增加的“无能自我”之间强烈的对立与冲突，日久导致心理防线进一步坍塌。到最后，或许就会因为一件微不足道的小事，成为压死骆驼的最后一根稻草。那么，面对“阳光型”抑郁症，我们能够做些什么呢？

首先，卸下微笑的面具，接纳自己的种种负面情绪。我们享受愉悦、分享快乐，但同时也要接纳自己的负面情绪。压力也好、委屈也罢，或是脆弱、旅行等等，选择一些让身体和心理都能放松下来的事情做做。最后，积极接受专业治疗。抑郁症不是情绪不好，不是笑一笑就过去了；而是一种疾病，属于精神障碍，需要专业治疗。希望生活中的我们都能从心微笑，拥抱阳光！

其次，改变认知，要学会接受不完美的自己。从某种程度上来说，过分追求完美可能是一种伤害自我的武器，零容错率、满足所有人的期望，不断

的赞赏和鼓舞会在内心塑造出一个虚假的自我，并陶醉其中，从而忽视自己真正的内心。然而并无十全十美之事，一旦挫败，或者在别的方面不如意，就会带来强烈的内心冲突甚至自我毁灭。因此，要学会适当放低对自己要求的标准，学会放过自己。再次，建立积极的支持系统。朋友、家人、亲友都是我们可以求助和倾诉的对象。但自己意识到有情绪问题，我们可以和朋友、家人等倾诉，有时候真的说出来会好很多。同时，还可以进行运动、旅行等等，选择一些让身体和心理都能放松下来的事情做做。最后，积极接受专业治疗。抑郁症不是情绪不好，不是笑一笑就过去了；而是一种疾病，属于精神障碍，需要专业治疗。希望生活中的我们都能从心微笑，拥抱阳光！

（心身医学科 丁一莹）