

2024年江苏省老年综合评估技能竞赛举行 我市代表队获佳绩

■通讯员 孙梦悦

本报讯 为加快老年健康服务体系，提升全省老年医学医疗服务能力与水平，提供更高质量的老年综合评估服务，近日，江苏省卫生健康委与江苏省老龄工作委员会联合举办2024年江苏省老年综合评估技能竞赛，我市代表队

现优异，取得良好成绩：市第一人民医院老年医学科医师倪怡与刘露获个人三等奖，护士朱兰兰与张坦获评“表现突出个人”，充分展现了我市在老年健康服务领域的整体实力。

随着人口老龄化的加速，老年健康问题已成为社会关注的焦点。老年综合评估以多维度评估老年人的躯体情况、心理健康和社会环境

状况等为核心，通过多学科协作，制定个性化诊疗与干预方案，旨在改善老年患者的功能状态，提高生活质量，延长健康期望寿命，为推动健康老龄化提供重要保障。此次竞赛既是对全省老年医学从业者专业水平的一次全面检阅，也为广大医护人员搭建了宝贵的学习与交流平台，有力推动了老年医学核心技术和老年医学医疗服务能力提升。

在此次竞赛中，我市代表队的4位选手以扎实的理论功底、过硬的专业技术、积极向上的精神面貌，展现了淮安市在老年医学领域的综合服务水平。

我市将以此为契机，推进老年健康服务体系，促进老年医学医疗服务规范化发展，增进老年人健康福祉，为实现健康老龄化作出更大贡献。

2023年度市级事业单位信用等级评价结果揭晓 市二院获评最高等级A+

■通讯员 王思雨

本报讯 近日，市第二人民医院在2023年度市级事业单位信用等级评价中取得最高等级A+的好成绩，是全市497家参评事业单位中唯

一获得A+的单位。

事业单位信用等级评价工作是社会信用体系建设的重要组成部分，是衡量事业单位诚实守信开展业务活动、公正高效提供公益服务的重要指标。市二院高度重视信用等级评价工作，严格实行事前报备、

事中协调、事后干预的动态跟踪管理机制。根据市委编办《关于开展2023年度市级事业单位信用等级评价工作的通知》要求，市二院加强组织领导，完善信用体系建设工作机制。

此次成绩的取得，体现了市二

院党委对信用等级评价工作的重视，是全院上下践行“诚信行医”理念，将“悬壶济世”“救死扶伤”的医德医风内化于心、外化于行的结果。市二院将以打造“诚信”医院品牌为目标，为保障人民群众健康而努力奋斗。

市五院新增高级职称63人

■通讯员 朱言兵

本报讯 近日，2024年度江苏省卫生高级职称评审委员会评审结果揭晓，市第五人民医院63名医务人员通过评审，其中正高级职称19人、副高级职称44人。这不仅体现了他们个人职业生涯中的高光时刻，也体现了医院的整体实力与专业水平。截至目前，该院共有高级职称353人。

市五院坚持“科技兴院、人才强院”战略，通过大力实施千人轮训计划，引进专业领域学科带头人，邀请知名专家授课、选派技术骨干到国内外知名三甲医院进修及搭建多元化学术交流平台等，打造人才梯队，助力医务人员成长、成才，为医院成功创建三级甲等综合医院筑牢人才根基，努力为淮安地区百姓提供更加优质、高效、安全、便捷的医疗服务。

清江浦区疾控中心 推行“邀约式”检查服务模式

■通讯员 张磊

本报讯 近年来，清江浦区疾病预防控制中心坚持“指导在前、执法在后”，推行“邀约式”检查服务模式，即根据企业自主申请，在正式执法检查前，对企业进行服务式检查，提升企业本质安全水平，持续优化营商环境，助力经济社会高质量发展。

立足大局，助企纾困。清江浦区疾控中心积极推行“邀约式”检查服务模式，帮助企业整改有关问题。此举不仅减轻了企业迎检负担和压力，还提高了企业职业卫生管理水平，帮助企业进一步深化认识、了解不足，做好职业卫生管理工作。

企业“点菜单”，按需服务。清江浦区疾控中心坚持以服务企业为宗旨，以助力企业发展为中心，增加走访频次、拓展服务深度，持续优化营商环境，提升企业获得感。中心以“邀约式”检查服务为抓手，全面梳理职业卫生涉企检查事项，并通过区政府门户网站发布《“邀约式”执法检查通告》。

企业可以通过多种方式向区疾控中心提出“邀约式”检查服务申请，中心收到申请后，会在3个工作日内回复申请企业，并指派执法人员按照承诺时间和内容，对申请企业开展“靶向式”检查，并为企业提供指导服务，提出整改意见。

谋划长远，成效初显。随着经济和社会的发展，只重管理不重服务的工作理念和方式，已不能适应新的形势。为此，清江浦区疾控中心积极转变工作理念和方式，适时开展“邀约式”检查服务，把工作重心从“重管理”转移到“重服务”上来，以适应经济和社会发展的需要。

清江浦区疾控中心坚持把惠企服务标准化、规范化、便利化建设作为硬任务、硬指标、硬要求，不断创新服务模式，优化惠企服务事项，完善惠企服务体系，让广大企业和群众充分享受优质、高效、便捷、暖心的服务，以惠企服务“小举措”释放经济发展“大效应”。

筑牢免疫屏障 守护儿童健康

淮东社区卫生服务中心宣传脊髓灰质炎疫苗和含麻疹成分疫苗查漏补种工作

■通讯员 王玮玮

本报讯 为有效控制脊灰野病毒的输入传播风险，进一步巩固无脊灰和消除麻疹工作成果，守护广大儿童身体健康，日前，清江浦区淮东社区卫生服务中心开展“脊髓灰质炎疫苗和含麻疹成分疫苗查漏补种”宣传活动。

活动中，工作人员通过发放宣传单等方式，向辖区居民宣传接种脊髓灰质炎疫苗和含麻疹成分疫苗的重要性，并耐心讲解查漏补种工作的补种对象、补种时

间、补种地点及相关注意事项。本次活动共发放宣传资料近200份，直接受益人群50余人，不仅让居民们深入了解了接种脊髓灰质炎疫苗和含麻疹成分疫苗的重要性及预防接种知识，还激发了居民参与预防接种的积极性，为脊髓灰质炎疫苗和含麻疹成分疫苗查漏补种工作打下坚实基础，为营造更加健康、安全的社区环境作出积极贡献。



中医药文化体验活动走进马耳他大学

■通讯员 卫建华 申琳琳

本报讯 近日，中国第20期援马耳他医疗队走进马耳他大学，开展一场别开生面的中医药文化体验活动，让师生们近距离感受中医药的独特魅力和博大精深。

活动中，医疗队队员李梅梅开设专题讲座，围绕“小耳穴、大作用”主题详细讲解耳穴知识，通过现场展示耳穴模型，帮助师生们更好地理解和记忆，并传授一套具有缓解焦虑功效的耳穴保健操。

“原来，我们的耳朵隐藏了这么多健康密码。”学生阿尔法兴奋地说，“我已经迫不及待地要把学到的耳穴知识分享给家人。”师生们纷纷表示，这是他们第一次直观感受中医的神奇，对中医产生了浓厚的兴趣。

讲座结束后，医疗队在马耳他大学举办义诊活动，现场展示针灸推拿、拔罐、刮痧等中医传统疗法，吸引了众多师生前来体验。独具中国特色的中药香囊，备受欢迎。值得一提的是，本次活动还吸引马耳他大学外交学院的11名研究生参加。他们对中医药文化表现出极大的兴趣，称要将其传播到世界各地。



医疗队队长、市中医院针灸科副主任杨礼白表示，此次活动是“中医药走进学校”系列活动之一，它的成

功举办为医疗队继续深入当地学校、社区等传播中医药文化打下坚实基础，增强了医疗队开展中医药文化国

际传播的信心，有利于越来越多的国际友人认识中医、了解中国。

聚焦康复前沿 分享临床经验

省级继续教育项目“基于循证医学的现代脑瘫康复技术培训班”暨淮安市医学会物理医学与康复分会学术年会举办

■通讯员 崔燕

本报讯 日前，由市妇幼保健院、市医学会主办的省级继续教育项目“基于循证医学的现代脑瘫康复技术培训班”暨淮安市医学会物理医学与康复分会学术年会在市妇幼保健院白云路院区举办，来自省内各地的近200名专家学者、临床医师、护士、治疗师等，共同探讨康复医学领域的新进展、新技术。此次培训围绕儿童康复、神经康复、运动康复等深入探讨和交流，以最新的理念和前沿的技术为切入点，聚焦康复前沿，分享临床经验，邀请中国康复医学会儿童康复专业委员会名誉主任委员李晓捷、安徽医科大学儿科系主任唐久来、江苏省医学会物理医学与康复分会候任主任委员陆晓、江苏省康复

医学会常务副会长兼秘书长刘元标、江苏省康复医学会常务理事王骏、江苏省康复医学会运动康复专业委员会候任主委赵彦、江苏省康复医学会儿童康复专委会副主委范亚莹、淮安市医学会物理医学与康复分会副主委祁玉军分别围绕“孤独症谱系障碍的行为及精神问题”“学习困难的诊疗进展”“无创脑调控在神经重症康复领域的应用”“肌痉挛的诊疗进展”“严重手部创伤康复干预模式的构建”“体卫融合下糖尿病合并卒中运动处方研究进展和实践”“任务导向训练在儿童康复中的应用”“腰椎间盘突出症中医康复干预”主题授课。此外，市妇幼保健院儿童康复科医生、治疗师就脑瘫、孤独症、脊柱侧凸等疾病的诊疗进展及新技术作报告与分享。此次培训还设置康复护理专场——

淮安市继续教育项目“特殊儿童的康复指导及延续性护理学习班”，旨在提升护理人员对脑性瘫痪、孤独症谱系障碍、注意缺陷及多动障碍等特殊儿童的康复护理专业水平，交流康复护理理念。市第一人民医院护理部主任张青、市第二人民医院护理部主任徐芳、市妇幼保健院儿科护士长成步梅等，分别围绕“评判性思维在临床护理工作中的应用”“质量管理工具助推护理高质量发展”“特殊儿童家长情绪与心理管理”等主题作报告与分享，课程精彩纷呈，兼具理论高度和实践意义，为学员带来满满干货。此次培训紧扣国际最新康复理念与技术，具有很高的临床应用价值，得到康复专业同仁的广泛关注，进一步提高了我市康复专业水平，有力地推动了康复事业发展。

市妇幼保健院成立儿童罕见病多学科诊疗团队

■通讯员 王文婷

本报讯 近日，市妇幼保健院在人民南路院区成立儿童罕见病多学科诊疗团队。

罕见病又称“孤儿病”，是指那些发病率极低的疾病。根据世界卫生组织(WHO)的定义，罕见病为患病人数占总人口的0.65%—1‰的疾病。近年

来，随着人们对罕见病认识的不断提高，越来越多的罕见病被发现。

市妇幼保健院是江苏省罕见病诊疗协作网医院、江苏省罕见病质控成员单位，此次成立儿童罕见病多学科诊疗团队，旨在让更多罕见病患者得到更加规范的治疗。

该院儿童罕见病多学科诊疗团队由儿童神经、儿童遗传内分泌、儿童血液、儿童心血管、儿童呼吸、儿童消化等

亚专科专家，联合新筛中心、遗传科、小儿外科、儿童康复科、超声科、影像科、中医科等科室多位专家组建而成，通过协商诊疗，制定最优的综合治疗全程管理方案，提高诊疗效率和患者生存质量。

市妇幼保健院目前已开展一些儿童罕见病的筛查及诊治，如脊髓肌萎缩症、进行性肌营养不良、结节性硬化症、黏多糖症、糖尿病累积病、先天性肾上腺发育不全、神经纤维瘤、庞贝病、血友病等。

关于抑郁症，你了解多少？

“没有人觉得我病了，他们都认为是我想太多了。”“父母什么都不理解，却说是为我好。朋友也会说，‘你就是心情不好，想开点，过一阵子就好了’。”……抑郁症患者在说这些话时，眼中充满无奈、迷茫、无助。父母的偏见、朋友的嘲笑、世人的误解……无形中，在他们不堪重负的内心里又添了一块沉重的石头。

在我国，由于心理学发展较晚，许多抑郁症患者无法得到及时的医疗救助。大多数家长对抑郁症的危害缺乏足够的认识，常常将其简单归因于青春叛逆、孩子不听话，忽视了孩子内心深处的痛苦挣扎和求救信号。那么，什么是抑郁症？又该如何调节抑郁情绪呢？让我们一起来了解一下抑郁症相关知识。

什么是抑郁症

抑郁症又称抑郁障碍，以显著而持久的心境低落为主要临床特征，是心理障碍的主要类型，包括重度抑郁、持续性抑郁、季节性抑郁等。患者从闷闷不乐到悲痛欲绝甚至悲观厌世，可有自杀企图或行为，甚至发生木僵。

多数孩子的抑郁源于家庭教育的一个误区——孩子渴望安全感、渴望被尊重，但家长只关注学习成绩，往往以爱为名，将诸多要求加于孩子，忽视孩子的内在需求。殊不知，在任何一种关系中，尊重往往比爱更重要。

如何调节抑郁情绪

学会表达情绪。不要将情绪和不满压抑在心里，尝试着向信任的家人或朋友倾诉，适当哭泣和交流可以有效缓解内心压力。

合理设定目标。凡事尽力而为，不强迫自己追求不切实际的目标，学会接纳自己的能力和局限性。

适量运动。选择跑步、健身操或跳舞等，通过流汗释放压力，同时改善身体状态，有助于缓解负面情绪。

保持均衡饮食。摄取富含营养的食物，避免过度依赖高糖、高脂肪饮食。这不仅对身体有益，也能对情绪管理起到积极作用。

保证充足睡眠。规律作息，尽量避免熬夜。高质量的睡眠是调节情绪的基础，有助于恢复心理弹性。

培养兴趣爱好。做一些让自己感到愉悦的事情，如绘画、听音乐、阅读，找到情绪的出口，提升生活的满足感。

学会放松。尝试练习冥想、深呼吸、瑜伽等，有助于缓解焦虑情绪，恢复内心平静。

寻求专业帮助。如果情绪持续低落，影响到日常生活，建议及时寻求专业人士的帮助。

(叶媛 丁华珍)

巨石集团淮安有限公司开展无偿献血活动

■通讯员 赵霞

本报讯 为弘扬奉献精神，展现企业担当，日前，巨石集团淮安有限公司开展“爱心献血、情暖寒冬”无偿献血活动。集团各部门积极响应、踊跃参与，共有32人成功献血11700毫升。

当日，尽管天气寒冷，但干部职工们热情高涨。他们在医务人员人员的引导下，逐一进行填表登记、血压测量、血型检验、健康征询等流程。符合献血标准的干部职工挽起衣袖献血，为有需要的人点燃生命的希望。

献血队伍中既有生产一线的职工，也有党员干部；既有初次参加无偿献血的人，也有多次献血的“爱心达人”。大家纷纷表示，无偿献血是一种“我为人人、人人为我”的行为，只要大家不断地奉献爱、传递爱，就可以为更多生命带来希望。献血过程中，医务人员全程暖心陪伴，为献血者讲解献血注意事项。

该集团组织干部职工无偿献血，传递温暖与希望，展现了负责任、有担当的良好企业形象。

