

微信预约挂号 操作简便 患者称赞



四季青医院微信预约挂号系统运行一段日子了，操作简单又能方便患者规划就诊时间，受到众多患者的称赞。

为合理分配号源，门诊现场挂号的号源相对减少，有时候部分科室的门诊号可能在一两个小时内挂满，所以为了不影响广大患者及时就诊，建议您提前办理预约挂号，四季青医院现有的预约挂号方式很多，比如网上预约挂号、114电话

预约挂号和微信平台预约挂号。

在微信平台预约挂号，患者需先关注四季青医院官方公众号，即微信APP中搜索北京四季青医院（微信号：syqyy_gzh），然后查看公众号内预约提示，按流程操作即可轻松完成预约。同时我院新版四季青医院就诊卡在设计时，特意印制了四季青医院微信公众号的二维码，便于您添加微信公众号，添加后可以随时在线查询四季青医院信息、科室设立情况和周边交通环境，还专设预约挂号业务，建议您预约前仔细阅读预约挂号内的预约须知，确保您成功预约。

收费处 芦欣

洗牙后，牙齿会脏的更快吗？

洗牙后，牙齿周身会变得非常干净，口腔环境、牙周健康程度也得到了极大改善，虽然它没有美白的功能，但是牙齿卫生变好了，颜色看起来也会比之前白些，但是对于洗牙后的效果，还是有人产生了疑问，洗牙后，牙齿会不会脏的更快？

洗牙后，牙齿只会变得比之前干净，尤其是洗牙后的一周内，给人感觉很清爽，但是我们的牙齿每天都在吃东西使用，变脏是正常的，但是不会因为之前洗过牙而加快变脏速度。

牙齿颜色上的变化，有色素沉积，就是吃到易掉色的食物，或者是抽烟在牙齿上留下的污渍，即使洗牙洗掉了，后期不注意，再次黏上也是很正常的，和是否洗牙了没有关系。不想牙齿变脏，平时刷牙是必不可少的一项工作，还有一个很重要的就是，坚持定期洗牙，比如每隔半年洗一次牙，加上平时刷牙，牙齿基本就能一直保持洁净，口腔卫生也会大大的转好。

那么，如何正确的刷牙呢？

刷牙齿外表面

将牙刷的刷毛与牙齿表面成45度，斜放并轻压在牙齿和牙龈的交界处，轻轻做小圆弧状来回刷，上排的牙齿向下，下排的牙齿往上轻刷，注意轻刷牙龈，适当按摩可促进其血液循环。

刷牙齿咬合面

平握牙刷，力度适中来回刷牙齿咬合面，保健型牙刷的动感刷毛可发挥不同部位的独特作用，分别深入清洁牙面及牙间缝隙；灵活纤薄的刷头，令难以触及的后臼齿也被清洁干净。

刷牙齿内侧面

竖起牙刷。利用牙刷前端的动感刷毛轻柔地上下清洁牙齿内表面。

轻刷舌头表面

由内向外轻轻去除食物残渣及细菌。让您保持口气清新。另外，建议不论大人还是孩子，每半年应进行一次口腔检查，以便及时治疗无症状的早期龋齿，定期清洁牙石，保持口腔软硬组织的健康。

口腔科 周籽含

夏季代煎中药该如何保存

随着现代社会生活节奏的加快，越来越多的人使用中药时会选择方便的代煎服务。真空密封的代煎汤药，携带服药都比较方便。但是，中药从稳定的固体状态变成了不稳定的液体状态，保存就有讲究了，特别是随着盛夏季节的来临，需要代煎的朋友一定要注意保存问题。今天，四季青医院中药房药师王茜艳为您介绍“夏季代煎中药该如何保存”？

一般情况下中医师会开7天剂量的汤药，慢性病的话会延长至14天。在冰箱0-5℃冷藏情况下，一般代煎汤药不宜超过14天，而夏季保存时间要相应缩短。所以，为了保证疗效和安全，我

们建议患者，及时领取代煎汤药，并将密封包装的汤药冷却后及时存放至冰箱0-5℃冷藏室保存。夏季应尽量减少单次的煎煮付数，以不超过7付为宜。如果药袋鼓起或者药液变味、有气泡时，药液很可能已经变质，最好不要服用。

加热时，袋装中药从冰箱里拿出后，可放在一个稍大些的容器里加500ml左右开水浸泡5分钟，再换一次水，使药液“热透”，而不是用微波炉加热。

中药和食物一样容易变质，若服用变质的中药不仅对疾病无治疗作用，可能还会造成肠胃疾病。所以，在夏季，我们一定要多加注意，保证服药安全。

中药房 王茜艳

生命的奇迹

——四季青医院妇产科成功抢救一子宫破裂患者



2017年6月27日下午3时，阵阵爽朗的笑声在四季青医院妇产科病房传出，十多天前还躺在手术台上命悬一线的患者陈海艳，现在正容光焕发的站在妇产科护士站前，手里捧着的是一面鲜红的锦旗。

“是你们给了我又一次生命！”陈海艳一边说着，一边将锦旗送到副院长刘会、妇产科副主任王利敏和护士站高健的手中。时间回到2017年6月12日，早上6时50分，王利敏副主任手机铃声响起，当日值班高春雪主治医师急切的说：“主任，26床患者12周引产，服用米索后出现严重的过敏性休克，胸闷、憋气，现在血压血氧极低！”

“瘢痕子宫吗？”
“不是！”

“地米20mg入壶，肾上腺素1mg肌注，立即请急诊、内科、麻醉科会诊，我很快到院。”

5分钟后，内科医师崔建双、麻醉科主任赵春英及急诊科医师芦婷到场，此时患者感胸闷、憋气加重，血压急剧下降，一般情况欠佳，烦躁，神志清楚，初步考虑为“过敏性休克”，继续补液，并继续抗过敏治疗。

7点10分，患者休克状态进一步加重，王利敏副主任到场，立即启动院内抢救预案，并向患者家属交代病情。

7点15分钟，刘会副院长，内科李秀云主任、张全英主任医师到达抢救现场，由刘会副院长指挥抢救，立即请超声科曹雅静医师行床旁超声。

经过综合检查评定，

刘会副院长、王利敏主治医师初步判断为子宫破裂并失血性休克、腹腔内出血，病情危急，建议急诊开腹探查术，同时刘会副院长启动医联体内抢救预案，联系了航天中心医院医务科调派专家参与抢救，并立即备血、签字、转移患者至手术室。

上午9点，手术室里，麻醉师赵春英、王玥快速为患者行全身麻醉深静脉穿刺，刘会副院长、王利敏副主任以及助手们立即开始手术。术中证实为子宫破裂，腹腔内出血。

手术在进行，血液在输注……患者情况逐渐稳定。正是因为有了四季青医院多学科及时、正确的处置措施，患者的生命终于保住了！据统计，患者共出血达4000ml，如此大量出血，保住生命可谓是奇迹！

抢救成功后，副院长刘会感慨：“作为医生，只要看到患者的生命被抢救回来，看到她们身体一天好转，看到患者和家属开心的笑容，那么就算辛苦都值得！而这也正是我们医务人员的价值所在。”

妇产科 唐娟



四季青医院报

张念慈

北京四季青医院主办

医院网站: http://www.sjqyy.com

2017年第6期 (总第117期)

2017年6月30日

四季青医院召开纪念建党96周年暨党员表彰大会



为纪念中国共产党成立96周年，四季青医院党委围绕“两学一做”学习教育活动，深入学习贯彻习近平总书记系列重要讲话精神，结合医药分开综合改革等医院中心工作，激励全院广大党员、干部拼搏进取，为实现四季青医院的跨越式发展做出更好更大的贡献，2017年6月23日，四季青医院召开纪念建党96周年暨党员表彰大会，会议由党委副书记宋杰主持，党委班子成员及全院党员、干部参加。

大会在庄严的国歌声中拉开帷幕。纪委书记王倩宣读了《中共四季青医院委员会关于表彰“优秀共产党员”和“先进党支部”的决定》，此次共评选出2个优秀党支部及15名优秀共产党员。优秀共产党员崔国锋、危春生、于文红、路焯萍、黄维依次上台发言。

党委书记张晓新代表院党委致辞，她简要



回顾了中国共产党走过了96年的光辉历程，阐述了中国共产党在长期革命斗争和建设实践中，一切从实际出发、密切联系群众、坚持为人民服务的宗旨；坚定正确的政治方向、自力更生、艰苦奋斗；事不避难、勇挑重担、敢于担当优良作风等形成了自己独特的优良传统。并希望全体党员要继承和发扬党的优良作风，树立正确的世界观、人生观和价值观，每一位党员同志，都要永远牢记自己是一名光荣的中国共产党党员，不论何时何地，与党同心同德，终生实践自己的誓言。要充分发挥共产党员的先锋模范作用，敬业奉献，为党旗增辉添彩。

随后，来自全员五个支部的党员分别用自己独特的演出形式表达了对党、对国家的热爱之情，让现场气氛高涨，也让在座党员深感自豪和骄傲。

马念慈

如何做一个好的中层管理者？



为进一步加强医院内涵建设，提升中层干部的管理水平和领导能力，2017年6月5日，四季青医院开展“如何做一个好的中层管理者”培训，副院长刘会主讲，全院中层

干部参加。

刘院长从员工的重要性、影响员工凝聚力程度的因素等进行深入浅出的讲解，并结合医院在医药分开综合改革工作中以及目前医院实际，阐述了收入、工作满意度、亲和力、个人发展和管理者的个人魅力五方面内容的重要作用。

成为一个好的管理者需要各方面的能力，最基本、也最重要的就是你能否热爱这份工作。此次培训不仅有助于医院干部队伍提升管理效能，拓展管理思路，加强创新能力，更进一步推进医院精细化管理，提高工作质量和效率。

马念慈

《党务公开栏》

深入贯彻落实“九不准”
树立卫生行业新形象

防微杜渐 警钟长鸣

——四季青医院组织干部参观海淀区看守所

为进一步加强干部职工反腐倡廉的意识，加强对领导干部和重点岗位人员的廉洁自律教育，提高廉洁从业、拒腐防变能力，2017年6月26日下午，四季青医院组织全院中层干部赴海淀区反腐倡廉教育基地开展廉政警示教育活动。

在看守所警官的带领下，穿过双重互锁的“警示之门”，进入到看守所内部。大家首先参观了模拟监舍、模拟审判室，身临其境地感受了被监管人员的生活起居，了解了他们失去自由后的生活，并在模拟监舍中观看了警示教育视频。

在警示展厅中，大家跟随讲解员从警示篇、忏悔篇、剖析篇三个篇章了解了近年来中央和市区查处的多起腐败案件展板、陈列物等警示资料，观看了原北京地税局原



局长、党委书记王纪平、北京市门头沟区原副区长闫永喜等堕落轨迹的案件警示录及落马官员的忏悔录像，他们发自内心的哭诉与忏悔让大家为之震惊、为之惋惜，深切感受到了“手莫伸，伸手必被捉”，践踏法律必将受到法律的严惩。

通过此次生动的警示教育，进一步加强了干部的法制观念，自觉抵制各种腐败思想的侵蚀，增强自我净化、自我完善、自我提高的能力。大家纷纷表示在今后的工作中一定要廉洁自律，警钟长鸣，在本职岗位上做经得起考验的合格人员。

马念慈

认真贯彻中央八项规定精神 严格禁止80条行为

为进一步贯彻落实中央八项规定精神，2017年6月19日，四季青医院党委书记张晓新以“中央八项规定精神出台，严格禁止80条行为”为题，为全院党员干部进行培训。

培训中，张书记对经费管理、公务接待、会议活动、公务出差、公务用车改革等规定进行了详细解读，以切实加强全体党员的纪律教育，增强纪律意识，严格落实财务制度，加强经费管理和审核把关，强化监督检查，严肃责任追究，预防违纪违规问题的发生。

根据文件精神，四季青医院将进一步加强制度建设，健全内控机制，加强重大集体决策，有效防范风险，坚持用制度管人、管钱、管事，结合医院实际情况，





河边的苹果

一位老和尚，他身边聚拢着一帮虔诚的弟子。这一天，他嘱咐弟子每人去南山打一担柴回来。弟子们匆匆行至离山不远的河边，人人目瞪口呆。只见洪水从山上奔泻而下，无论如何也休想渡河打柴了。无功而返，弟子们都垂头丧气。唯独一个小和尚与师傅坦然相对。师傅问其故，小和尚从怀中掏出一个苹果，递给师傅说，过不了河，打不了柴，见河边有棵苹果树，我就顺手把树上唯一的一个苹果摘来了。后来，这位小和尚成了师傅的衣钵传人。

故事的哲理：
世上有走不完的路，也有过不了的河。过不了的河掉头而回，也是一种智慧。但真正的智慧还要在河边做一件事情：放飞思想的风筝，摘下一个“苹果”。

历览古今，抱定这样一种生活信念的人，最终都实现了人生的突围和超越。

四季青医院顺利通过爱婴医院复核



2017年6月28日下午，由北京市妇幼保健处、北京优生优育协会会长陈清宇带领的专家组来到四季青医院进行爱婴医院复核工作，四季青医院院长曾清、医务科、护理部、妇产科主任、护士长参加此次复核。

曾清院长首先代表医院对专家们的到来表示欢迎，妇产科副主任王利敏对医院开展爱婴医院的具体工作向专家组作了汇报，介绍了医院被评选成为“爱婴医院”以来，认真执行世界卫生组织和联合国儿童基金会提出的“促进母乳喂养成功的十点措施”、“国际母乳代用品销售守则”和医院促进母乳喂养的有关规定，健全组织机构，保证爱婴医院工作的有效管理。日常工作中始终加强母乳喂养政策的健康教育宣传，通过巩固爱婴医

马念慈

倡导节能低碳生活方式 四季青医院开展爱心捐赠活动



为进一步倡导创新、协调、绿色、开放、共享的发展理念，宣传节约资源和保护环境的基本国策，培育和践行节约集约循环利用的资源观，大力倡导勤俭节约的社会风尚，根据海淀区2017年公共机构节能宣传周活动安排部署，2017年6月8日、9日，四季青医院组织开展2017年四季青医院节能宣传周系列活动之捐赠活动。

马念慈

院成果，认真落实母乳喂养，提高认识并以此促进产科、儿科医疗质量的提高。随后，专家们分别对医院爱婴工作进行了全面、认真、细致的检查，对相关人员进行问卷考核，并到妇产科门诊、病房、孕妇学校、儿科、新生儿病房进行实地检查，指出了工作中存在的问题和薄弱环节，并提出整改建议。最后，专家组组长宣布四季青医院通过爱婴医院复核评审。

四季青医院自成为“爱婴医院”以来，一直严格遵守和执行爱婴医院的各项标准及规定，不断加强爱婴医院管理，全员爱婴医院多项培训，不断提高儿科、产科医务人员专业技能，积极营造爱婴医院氛围，坚持开办孕妇学校，大力宣传母乳喂养知识和技巧，促进了母乳喂养的成功。通过检查，医院将进一步加强内涵建设，在未来的工作中，继续落实爱婴医院管理相关规定，加强日常工作环节管理，创新举措，有效巩固爱婴医院各项工作成果。

检查后，四季青医院立刻组织相关科室召开了问题汇总反馈会。

支气管哮喘急性发作急救演练

“大夫！大夫！快来一下，有个病人喘不上气啦！”分诊护士张艳梅一面搀着病人往抢救室走，一面高声呼叫值班医师……不要紧张，这是一场急诊科的急救演练。



随着值班医师张俊杰和护士李晓青等人快速到位，演练正式开始！询问病情快速查体迅速判断病人为支气管哮喘急性发作，且属于中度哮喘发作，张俊杰医师有条不紊的指挥护士进行抢救：进行高流量面罩！上监护！开通静脉通道进行输液，给甲强龙80mg静点，给喘定0.25入壶！抽血查血气分析！护士分工合作全力配合，经过第一次用药后，病人好转不理想，张俊杰医师立即请二线芦婷副主任医师会诊指导抢救。芦婷副主任医师立即来到抢救室，进行全面快速检查后指示病人支气管哮喘诊断明确，病情较重，再次给甲强龙及呼吸兴奋剂，呼吸机备用，并向家属交代病情……，经过治疗，病人的呼吸终于平稳下来，查体双肺呼吸音明显减少啦，抢救成

急诊科 吕因因

党员当先锋 义诊送温情



2017年6月21日，七一来临之际，四季青医院党委副书记宋杰带领医院党员志愿服务队伍，来到四季青敬老院开展党员义诊志愿服务活动，受到老人们的热烈欢迎。

上午9点，党员志愿者们就来到敬老院，在敬老院刘中丽书记的安排下，大家迅速做好准备工作。义诊现场，志愿者们亲切地与老人们交谈，仔细

马念慈

关爱老党员 传递党的温暖



为迎接建党96周年，发挥党员先锋模范作用，更好地为群众健康服务，6月20日，四季青医院临床第二党支部部分党员来到西冉村村委会开

手术室 赵春英

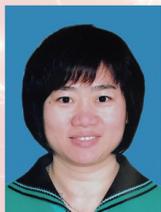
功！张俊杰医师随后联系病房准备收住院进一步检查治疗……

急救演练顺利结束，科主任孟宪斌主任及肖如新护士长针对演练过程中的不足提出意见和建议，我们的医护人员针对这些建议再次把急救流程演练了一遍，强化记忆！

其实，我们急诊科经常进行各种危急重症的急救演练，特别是急性心梗、心源性猝死、心肺复苏、急性左心衰、支气管哮喘急性发作等的抢救，正是这样反复演练反复强化熟练度，才使得我们急诊科医护人员在实际工作中不急不乱配合默契的严格按照诊疗流程为患者争取最快最有效的治疗。

北京四季青医院 月服务明星——2017年6月名单

根据《北京四季青医院关于开展评选“月服务明星”活动的实施方案》，2017年6月评选出月服务明星9名，他（她）们是：



姓名：陈绪红
科室：医务科
职务：主任
推荐支部：临床第一党支部



姓名：李秀云
科室：内科
职务：主任
推荐支部：临床第一党支部



姓名：段凤云
科室：妇产科
职务：医生
推荐支部：临床第二党支部



姓名：李琳
科室：妇产科
职务：护士
推荐支部：临床第二党支部



姓名：庄思远
科室：供应室
职务：员工
推荐支部：医技第三党支部



姓名：马彦如
科室：总务科
职务：科员
推荐支部：医技第三党支部



姓名：杨柳迪
科室：田村社区卫生服务站
职务：会计
推荐支部：社区站第四党支部



姓名：康玉莲
科室：常青园社区卫生服务站
职务：医生
推荐支部：社区站第四党支部



姓名：李海江
科室：安保组
职务：组长
推荐支部：后勤第五党支部

坚守岗位 确保医院安全度汛



正值汛期，北京接连降下大雨，根据气象部门预警，四季青医院于6月初启动防汛应急预案，并做好物资准备、人员排班值守、广泛宣传等各项工作。

根据防汛应急预案，防汛小组在暴雨来临之前，就多次进行了防汛应急预案的演练，全面排查了全院排水设施，储备的多台抽水机随时处于可用状态，同时，防汛小组人员定期查看院内的重点防汛区域，检查位于医院地下室药库、总务、车库等重点空间防汛情况，观察污水站等重点管道及排水情况，确保医院防汛工作正

常。

6月21日，大雨如约而至，四季青医院领导带班值守，防汛小组成员全员待命，及时发现漏水等问题，及时做好应对处

置，确保医院医疗安全。6月23日，副院长庄昆、纪委书记王倩与相关科室人员再次巡视检查医院内各科室防汛工作，检查防汛物资准备情况。

23日下午，医院组织后勤各班召开防汛工作专题部署会。会上，基建科长王庆喜传达了上级单位防汛抗洪紧急会议精神，庄昆院长再次强调各科室一定要高度重视，严格落实责任，加强排查监管，消除度汛隐患，突出重要领域，落实防范措施，同时强化信息报送及时处置应对，确保安全度汛。

基建科 王庆喜

图片新闻



田村社区卫生服务站 姜娜



常青园北里社区卫生服务站 孙剑齐

5月31日是“世界无烟日”，田村社区站为辖区小区居民开展了“创建无烟单位营造和谐文明健康的生存环境”宣传活动。活动中，社区站的医务人员告知居民：戒烟一天，给心脏、血压和血液系统带来的益处便会显现出来。戒烟1年，冠心病的超额危险性比继续吸烟者下降一半，并发

放宣传资料、免费中医咨询、测血压、测血糖，宣传家庭医生式服务。

2017年5月19日是第7个“世界家庭医生日”，常青园北里社区卫生服务站携手常青园居委会和高庄村委会积极行动，6月6日开展“我与家庭医生有个约定”服务活动。

在现场，社区家庭医生团队人员向居民宣传控烟条例、讲述吸烟害处、介绍戒烟小技巧，向居民发放宣传资料。并通过宣传挂图向居民展示吸烟对人体的危害、包括：致癌作用、对心脑血管的影响、对呼吸道的影响等吸烟的危害。同时，为居民提供了免费的量血压、测血糖、心理咨询，健康咨询等服务。

常青园北里社区卫生服务站 孙剑齐