

免费服药 收获健康

海淀区自 2014 年 5 月 1 日开始执行《海淀区严重神障碍患者免费服用精神类药品管理办法》，共有五十余种精神类药品免费为患者提供。自该办法实施以来，四季青社区卫生服务中心已为 335 位患者办理了免费服药，减轻了患者和家属每月去各大医院开药的不便利以及家庭经济负担。

可接受办理免费服药的群体：接受四季青社区卫生服务中管理的海淀区户籍的重性六类患者（精神分裂症、双向情感障碍、分裂情感障碍、持久的妄想障碍、躁狂发作、精神发育迟滞伴发精神障碍、癫痫伴发精神障碍以及强制入院的所有精神患者），有无残疾证均可办理。

需要提交的材料有：确诊医院的诊断证明和底方、户口薄主页和和患者本人页复印件 2 份、患者 1 寸照片 2 张、监护人身份证复印件 1 份，每月 6 号之前办理当月领药，之后办理下月领药。具体事宜请咨询四季青医院预防保健科精防人员，电话：88449018。

防保科 吴朝霞

煎药那点事儿



日常工作。而我们，一直坚持着，没有畏惧。

夏季如约而至，由于天气燥热，大部分患者都选择了在医院代煎药，而这时的煎药室更加热闹。为了让广大患者尽早的吃上药，尽早的解除病痛，每个周末，中药房都会安排人员加班煎药。同时，为了保证煎药的质量，让患者在喝药后有效果，我们的工作人员都

会认真核对药包和患者姓名、性别、年龄、剂数、号牌和临床诊断等，并登记备册，确保患者用药无误。

也许，记不起加过多少次班；

也许，数不清熬过多少锅药；

也许，身上的白衣被浸湿了一次又一次……

但，我们心中的信念不变。那就是，我们希望患者们健康，这就是我们最大的幸福。

中药房 王茜艳

做 B 超为什么要空腹？

常常会有患者问：“大夫，为什么这个检查不能吃饭？”其实做超声检查，有的要求空腹，有的不限饮食。今天，四季青医院超声科张希为您简单解释这个问题。

超声诊断对内脏组织结构有较高的分辨率，而在固体－气体或液体－气体等反差很大的界面上，超声波则难以透过，几乎全反射。如进食后，一些气体随食物下咽，使肠道气体增加，有些食物也容易产生气体，在进行超声波检查时，限制了声波穿透，图像显示不清，影响判断。所以在腹部超声波检查时，常需空腹。而具体要求要根据所检查疾病的部位来定。

1、做肝、胆囊、胰、腹膜后、肾上腺 B

超声科 张希

荷叶的妙用

夏天到了，池塘中正是荷花绽放的季节，除了观赏美丽的荷花，“接天莲叶无穷碧”也是很令人赏心悦目的。很多人不知道，其实荷叶也是一味良好的中药材。

荷叶，味苦，涩，性平。功能清暑利湿，升阳止血。可以治疗暑热病症，湿热泄泻和多种出血症，非常适合在夏天服用。常用的方法有泡水和煮粥。

荷叶能够平稳降低血压，分解脂肪，以及利尿的作用，甚至可以治疗便秘，有效地保护肝脏、脾胃、心脏等器官。

具体应用：

一、荷叶泡水的降脂作用主要表现在降低胆固醇，可以和山楂一起服用，达到降脂减肥的作用；

二、莲子心，是莲子中的青嫩胚芽。荷叶与莲子心一同服用，可以清心安神，交通心肾，调整失眠；

三、荷叶与藿香、西瓜翠衣同用，可以清暑益气，

治疗夏季暑热症，避免伤津耗气，降低免疫力；

四、荷叶与决明子、菊花、枸杞子同用，能够通便降压，治疗高血压、头痛、眩晕等症状。

荷叶虽好，服用也有一些禁忌，把握分寸才能达到最好效果。

一、月经期女性慎用。女性在月经期免疫力下降，服用寒凉属性的荷叶会影响内分泌，导致痛经、月经不调等问题发生；

二、脾胃虚寒以及气血虚弱的患者应当慎用，寒凉刺激会加重虚寒症状，更会耗气伤血；

三、尽量避免自己采摘荷叶，防止农药残留。在处理荷叶时，也不能只是单纯的晾干，应该暴晒。最好购买已处理好的干荷叶为宜。

四、单纯服用效果单一且寒性过重，可以考虑和别的搭配使用，增加药效同时平衡阴阳。

中医科 曹阳剑

奉献健康 创造和谐

四季青医院报

北京四季青医院主办 医院网站: http://www.sjqyy.com

2017 年第 5 期 （总第 116 期） 2017 年 5 月 31 日

四季青医院开展支部书记讲党课活动 助推“两学一做”持续有效开展



2017 年 5 月 15 日，四季青医院开展支部书记讲党课活动，临床第一党支部书记李煜同志首当其冲，以“如何做一名合格共产党员”为题，为全院党员干部上了一堂生动的党课。

李煜同志围绕合格共产党员的基本要求、怎样成为一名好共产党员、共产党员的含义党章党规以及合格党员的七个方面，结合习近平总书记系列重要讲话精神深入浅出的讲解，让参会党员进一步了解合格党员的真实含义，树立共产党员的先锋形象。

此次活动是四季青医院继 2016 年领导班子成员讲党课之后又一长期活动，2017 年，医院五个支部书记讲陆续为全院党员讲党课，助推“两学一做”持续有效开展。

课后，全体党员干部共同观看了警示教育片《迟到的敬畏》。

马念慈

四季青医院党委领导带队开展“一带一路”国际合作高峰论坛专项安全生产大检查



为保障“一带一路”国际合作高峰论坛期间四季青医院安全生产工作的稳定，院党委领导高度重视，精心组织，周密部署，2017 年 5 月 8、9、10 日利用三天时间，曾清院长、张晓新书记和几位院领导分别带领 4 个小组进行安全生产专项检查。检查小组分别深入全院各科室和 12 个社区服务站，对医疗设备、水、电、暖气站管理、毒麻药品、精神药品、学生宿舍用火用电安全、消防安全管理等多项内容进行检查，排除各项安全隐患。检查过程中，各科室领导和安全员积极配合，高度重视，严格按照检查标准进行落实和实施；通过检查，科室安全自查情况良好，能够及时建台帐，排除隐患，及进整改到位置；院安委会传达的安全生产文件精神都能够做到及时传达落实，档案资料留存完整，新入职职工安全生产

做 pizza 摘樱桃 开心过六一



为丰富医院员工子女节日生活，促进亲子之间的沟通与交流，让孩子们度过一个快乐难忘的六一佳节，

《党务公开栏》

深入贯彻落实“九不准” 树立卫生行业新形象

四季青医院召开 2017 年护士节表彰大会



岗位付出的辛勤努力，并对她们所取得的成绩表示祝贺。

优秀护士代表庞红莲、黄悦华、徐龙花分别做了发言。总护士长赵立春做护理工作总结。

曾清院长代表领导班子向护理人员致以节日的问候，感谢护士姐妹们一年来辛勤工作与无私奉献，希望大家继续以爱心、耐心、细心和责任心服务病患，为四季青医院的美好明天作出努力。

表彰大会上，刘会副院长宣读了优秀护士表彰决定。来自医院各科室的 33 名护士获得“四季青医院优秀护士”称号。院领导们为获奖人员颁发奖状，感谢一年来她们坚守岗位，感谢一年来她们坚守

护理部 盛楠

源头止污 四季青医院与药品经营企业签署廉洁协议书



为贯彻落实各级政府有关治理商业贿赂的文件精神，切实纠正医疗行业不正之风，2017 年 5 月 24 日，四季青医院与 16 家药品经营企业分别签订了《北京四季青医院药品购销廉洁协议书》。药剂科主任石磊主持，纪委书记王倩、副院长刘会及相关科室领导参加。

会上，纪委书记王倩首先肯定了各供药商对医院工作的大力支持，使药品质量得到有效保障，并提醒各供药商代表要认清当前党风廉政建设和反腐败斗争的严峻形式。通过上海、湖南、天津的医疗腐败案件，要引起高度重视，并进一步表达了四季青医院加强反腐倡廉，拒绝行贿受贿的决心，强调了签订廉洁协议的重要性，要求药品经营企业及其工作人员切实履行廉洁协议相关条款，坚守法律法规底线，合法经营。参会药品经营企业代表与王倩书记签订了《北京四季青医院药品购销廉洁协议书》。

党风廉政建设是和行风工作建设是我院长期开展的一项工作，今后，四季青医院将不断推进廉政建设工作，共建廉洁阳光的医药购销环境，促进医院的和谐发展。

马念慈



院长讲故事

一个人去买鸚鵡，看到一只鸚鵡前标：此鸚鵡会两门语言，售价二百元。

另一只鸚鵡前则标道：此鸚鵡会四门语言，售价四百元。

该买哪只呢？两只都毛色光鲜，非常灵活可爱。这人转啊转，拿不定主意。

结果突然发现一只老掉了牙的鸚鵡，毛色暗淡散乱，标价八百元。

这人赶紧将老板叫来：

鸚鵡

这只鸚鵡是不是会说八门语言？店主说：不。这人奇怪了：那为什么又老又丑，又没有能力，会值这个数呢？店主回答：因为另外两只鸚鵡叫这只鸚鵡老板。

故事的哲理：

这故事告诉我们，真正领导人，不一定自己能力有多强，只要懂信任、懂放权、懂珍惜，就能团结比自己更强的力量，从而提升自己的身价。

美化医院 服务患者

——四季青医院开展“城市清洁日”活动



为进一步提升环境卫生水平，营造整洁、优美、和谐的城市环境，以干净整洁的面貌迎接“五一”国际

劳动节的到来，4月28日，四季青医院组织全院科室开展“迎五一城市清洁日”活动。

在接到清洁日活动通知后，四季青医院各科室及下属社区站积极响应，组织科内医务人员打扫科室卫生，后勤部门分组进行院外围栏杆、宣传栏等公共设施的擦洗。

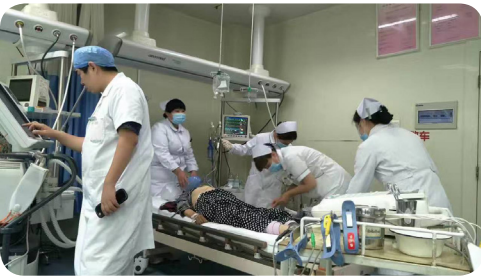
此次活动不仅美化医院环境，更为患者营造了干净整洁的就医环境。

马念慈

与死神博弈

2017年5月21日，一个炎热的周末下午，在急诊科的诊室里，张俊杰和胡正剑医生正在有条不紊的接诊患者，谁也不会想到，就在这个安静的时刻，突然传来了紧急的呼救声：“大夫！大夫！我们家老太太喘不上来气了，快给我们看看啊！”听到这声呼叫，张俊杰和胡正剑医生就像军人听到了集结号一样立即放下手头上的工作，争分夺秒的奔向患者！经过简单快速的初步检查，迅速判断患者已经没有呼吸，心跳及颈动脉搏动等生命体征，必须立即实施抢救，一场与死神之间的博弈正式开始了！

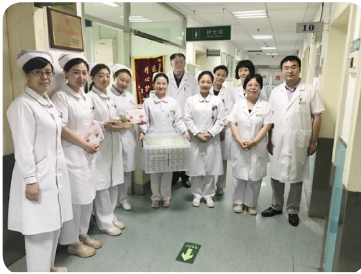
为了争分夺秒的从死神手里挽回患者的生命，我们急诊科全员上阵！张俊杰医生进行心外按压，胡正剑医生从旁协助，麻醉科医生进行气管插管，就连本应该休息的夜班医生崔志杰也被紧急叫了起来参与到了抢救当中！医护人员密切配合！急诊护士荣蓉建立静脉通路，樊泽



蕾进行心电监护，柴冬梅准备除颤仪，杨琪琪记录……抢救工作紧张有序的进行着！时间一分一秒的流过，所有医护人员坚持不懈，并没有因为这是一位复苏极其不易成功的高龄患者而有丝毫懈怠！患者是幸运的，我们也是幸运的，在患者成功恢复了心跳和自主呼吸的一瞬间，所有疲惫全部消失，自豪感油然而生！这场没有硝烟的战争我们赢了，无愧于我们“治病救人”的使命！无愧于急诊人的职责！

急诊科 张俊杰 吕国因

5·12护士节前夕 四季青医院领导慰问一线护理人员



2017年5月9日，在“5·12国际护士节”来临之际，四季青医院院长曾清、副院长刘会、庄昆、刘玮、纪委书记王倩、总护士长赵立春一行，代表院党委亲切看望慰问辛勤工作在临床一线的护士姐妹们，为她们送上节日的祝贺，祝全院护士姐妹们节日快乐，阖家幸福！

慰问过程中，院领导与各病区护士亲切握手，



暖了护士姐妹们的心，也大大激发了大家的工作热情。

护士姐妹们纷纷表示，一定不辜负院领导的期望，爱岗敬业，踏实工作，继续在平凡的护理岗位做出不平凡的业绩，为把四季青医院建成“全体员工骄傲、地区人民首选的特色医院”而努力奋斗。

李春光

救死扶伤 创造生命的奇迹



2017年5月27日下午13:00，四季青医院内科收入了一名老年男性患者，由于有咳嗽、咳痰、发热等症状，加上各种检查辅助诊断，医生考虑患者为重症肺炎、呼吸衰竭，随时可能呼吸骤停，危及生命，建议家属立即去上级医院插管使用有创呼吸机。但家属在了解患者病情后，任然拒绝转院。

在这一个多小时的抢救过程中，医院内科的医护人员每个人轮流按呼吸机，时刻观察患者病情，维持患者血氧饱和度和心率稳定，

进行吸痰，维持患者呼吸道畅通，升高血压，维持患者生命体征的平稳……没有人顾忌是否是自己当值，来不及擦去额头的汗水，唯一的信念是希望患者平安。在内科主任的指挥和大家的共同努力下，大家平安将患者的护送到航天中心医院进一步治疗。

四季青医院内科的医护人员把患者的安危放在了第一位，当患者有需要时，她们全神贯注、全力以赴，她们为又抢救回一条鲜活的生命而激动不已，再次创造了生命的奇迹。

据了解，目前患者病情已经平稳。而准确的操作、及时的措施以及共同的努力也得到了上级医疗机构的肯定和赞赏，给上级医院对病人进行更有效地施治奠定了良好的基础。

内科 赵德萍

四季青医院“白衣天使”合唱团成立了！



“总想对你表白，我的心情是多么豪迈……”

2017年5月11日下午，四季青医院“白衣天使”合唱团首次排练火热开展。

训练过程中，韩老师向大家讲授了在合唱中演唱时的发声方法和技巧，训练员工们的专业技能。从朗诵歌词到跟着

音乐哼鸣，逐步调整气息和发声方法。除此之外，韩老师还向大家传授了合唱中的一些小技巧，让大家对合唱有了更进一步的了解。

四季青医院“白衣天使”

合唱团由来自医院各科室的40名员工组成，此次训练是医院合唱团成立以来的首次排练，今后也将持续进行，以更好地提升合唱团成员们的演唱能力和水平，丰富员工的业余文化生活。

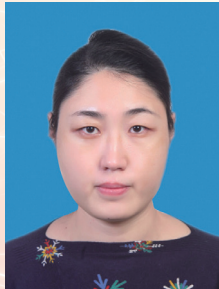
马念慈

北京四季青医院 月服务明星——2017年5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5月评选出月服务明星9名，他（她）们是：



姓名：丁翠萍
科室：儿科
职务：主任
推荐支部：临床第一党支部



姓名：芦婷
科室：急诊
职务：医师
推荐支部：临床第一党支部



姓名：赵雪娇
科室：妇产科
职务：护士
推荐支部：临床第二党支部



姓名：敬环
科室：妇产科
职务：医生
推荐支部：临床第二党支部



姓名：郑薇
科室：药库
职务：药剂员
推荐支部：医技第三党支部



姓名：常文华
科室：体检中心
职务：科员
推荐支部：医技第三党支部



姓名：寇亚平
科室：西井社区卫生服务站
职务：医生
推荐支部：社区站第四党支部



姓名：李淑英
科室：曙光社区卫生服务站
职务：医生
推荐支部：社区站第四党支部



姓名：刘影
科室：司机班
职务：班长
推荐支部：后勤第五党支部

图片新闻

5月26日、27日，常青园社区站6名医护人员分别到郦城小区、常青园小区进行“家庭医生宣传月”暨“世界家庭医生日”宣传活动，现场共与213户家庭进行了签约。

常青园社区卫生服务站 杨桂红



为全面落实好政府惠民政策，提升老年人生活质量，四季青社区卫生服务中心与门头村社区站启动了老年人免费体检工作，为辖区65岁及以上老年人提供了血常规、尿常规、血脂四项、肝肾功能、B超和心电图等项目的免费检查并建立健康档案，从而掌握老年人的健康状况，做好老年人常见病的防治工作。

体检活动通过询问和填写《老年人健康档案》，全面提高老人们的保健意识，提升生命生活质量。体检结束后，工作人员将体检结果及时发送到居民本人手中，对体检异常者及时通知家属或本人复查，到医院进行进一步检查，确诊用药治疗，促使老人们真正做到有病早发现早治疗。

慢病科 张君



5月19日是第七个“世界家庭医生日”，四季青社区卫生服务中心和烟树园社区站共同在烟树园居委会举办了一场义诊暨家庭医生签约服务活动，宣传家庭医生签约服务的意义和内容，传播以签约服务促进健康管理理念，提高居民签约的积极性，为推进家庭医生签约服务营造良好的社会氛围。

四季青社区卫生服务中心还派出了全科、中医科为签约人员提供义诊咨询以及免费测量血糖、血压服务。不少来自辖区内大爷大妈在现场接受义诊的同时，与社区卫生服务中心签订了家庭医生服务协议，签约后他们将拥有自己的家庭医生，享受个性化的健康管理服务。活动持续近两个小时，现场有30名居民签约了家庭医生式服务。

慢病科 张君

做好健康体检 呵护幼儿快乐成长

幼儿健康是关乎家庭和社会的一件大事，根据北京市《托儿所幼儿园卫生保健工作规范》的规定，每年一次的幼儿园大体检已成为保健科一项重要的工作内容。

5月17日，北京四季青医院保健科和早教中心抽调了有资质的精干人员组成体检小组，来到常青幼儿园耐心、细致地为孩子们进行了健康检查。体检中，医生们分工明确，态度认真，轻柔为每个孩子听心肺，做触诊、听力筛查、血常规检查等，在幼儿园老师的积极配合下，整个过程井然有序，顺利完成了650名幼儿的体检任务。

一年一度的幼儿健康体检活动，受到众多家长的欢迎和支持，让幼儿园及家长对幼儿的身体健康情况有了更深入的了解，更为幼儿的健康、快乐的成长提供了依据。为孩子们拥有一个健康的身体保驾护航。

预防保健科 翟娟

