

关爱健康——北京四季青医院开展“国家心血管病高危人群免费筛查”



心血管病是威胁我国居民健康的重大公共卫生问题之一，已经成为导致我国居民生命受损、因病致贫的主要疾病，而高危人群的早期发现和有效干预管理是一项成本效益好的防控项目，它的有效实施可以延长国民期望寿命，提高国民健康水平和生活质量、降低疾病带来的经济负担。

2019年1月14日上午，北京四季青医院慢病科在四季青镇门头村村委会的帮助下，抽调下属门头村、常青园、郟城、玉泉、田村等社区卫生服务站医护人员，在门头馨村南区对年龄在35—75岁（1940年1月1日至1980年12月31日之间出生），居住在海淀区6个月以上的居民进行“国家心血管病高危人群免费筛查”。

3个月及1年后，工作团队会继续为高危对象进行短期、长期随访，动态监测高危对象健康状况。

虽然寒流来袭气温骤降，但筛查现场充满了暖暖的温情。前来筛查的居民络绎不绝。医务人员高度热情为前来接受筛查的居民进行登记，初步询问心血管状况、免费测量血压、身高、体重、腰围、呼气峰流速及快速血糖血脂检测、尿常规等检查和评估心血管病相关危险因素情况，确定是否为心血管病高危对象。广大居民对医务人员为心血管病人的关怀深表感谢。

此次活动旨在更好预防心血管疾病，提高居民对高血压、高血脂、高血糖等疾病的知晓率，提升人民生活质量。

慢病科 张君

北京四季青医院周六新增中医门诊!

进入深冬时节，风寒邪气加大了人体患病几率，为了满足广大患者，特别是工作日没有时间就诊的患者对中医的就诊需求，经医院讨论决定，自本周起（1月12日），中医馆每周六加开中医门诊服务。

门诊时间：上午 8:00-12:00，下午 13:00-17:00。

中医科为我院特色科室，由老、中、青三代医生组成，具有经验多、学历高、思路新的特点，针对常见疾病，如：呼吸道疾患、脾胃病、妇科病及小儿病等，均有良好疗效，同时也全面诠释了中医“治未病”的诊疗特点，从防病到治病一条龙服务！

至此，中医科周一至周六全天门诊，欢迎广大患者前来我院就诊，我们将竭诚为您服务！

针灸科 郑月

安全意识不放松 节前消防演练为员工“敲警钟”

“低头弯腰捂住口鼻！按顺序撤离！”在疏散组人员的指引下，北京四季青医院的员工们从医院食堂迅速撤离安全区域。

冬季是火灾高发期，为了全面提高员工消防安全应急救援能力，牢固树立安全责任意识，2018年12月27日，北京四季青医院开展2018年末消防应急演练。副院长庄昆担任总指挥、医务科主任陈绪红、护理部主任赵立春担任副总指挥，来自各科室70余名员工参加此次演练。

下午3:40，演练按照预定方案进行。模拟医院员工就餐过程中食堂操作间发生火情，监控室在接到报警后立即上报总指挥，启动应急预案，各应急小组接到通知后迅速到达任务区，组织员工撤离，积极灭火，同时医疗应急小组抢救伤员。整个演练20分钟，各小组分工协作，演练过程井然有序，高效快速，取得了圆满成功。演练结束后，副院长庄昆、医务科主任陈绪红、护理部主任分别对此次演练做了细致的点评。

此次演练提前谋划筹备，科学确定消防安全紧急疏散预案，合理设置紧急疏散演练程序，安排疏散逃生路线，进一步增强全院职工的防范意识和应急逃生自救能力，检验了消防预案的可行性，在元旦节前为员工们再次敲响警钟，提升消防安全意识，从实际行动上确保了安全生产的有序进行。

安全办 刘艳艳



产后宝妈伤不起

“生完宝宝一笑就漏尿，好尴尬！”“产后性生活不和谐，他不开心，我也不开心……”“反复阴道炎，老是去医院，又得请假还花钱。”“生完有痔疮，排便没感觉”……产后门诊的大夫们常常听见宝妈们各种不爽，各种抱怨，便质问小编，孕妇学校怎么宣教的，盆底康复都不知道呢？对此，小编表示冤枉了大人，每次孕妇学校课可是兢兢业业、苦口婆心的反复讲讲呢。

啥？什么是盆底康复？简单的说就是：产后42天的妇女常规进行盆底肌肉检测及训练，从而大大减少盆底器宫脱垂以及尿失禁等盆底功能障碍性疾病的发生。同时，唤醒盆底的神经及肌肉，使阴道更好

的回复紧缩状态，从而提高性生活的质量、快感及高潮，而且还能增厚子宫内膜，增加子宫内膜容受性，提高受孕率。响应国家号召准备生二胎的同志们看这里！看这里！

盆底康复主要有盆底肌锻炼，生物反馈疗法及电刺激疗法三大法宝，可以使受损的肌肉、神经得到真正的纠正，具有长期疗效。刚开始训练的时候会像接触一项新游戏一样找不到规律和窍门，但是不用担心，会有专门的大夫在旁边一对一详细指导练习哦，几分钟就可以掌握锻炼的速度和频率，学会正确控制盆底肌肉。电刺激治疗听起来挺吓人，其实既不会造成创伤也没什么痛苦，还不费力，躺着就可以帮助盆底肌组织被动

收缩。但体内有心脏起搏器、避孕环等金属物质，以及有尿道炎、阴道炎等情况不适合做电刺激治疗。

为啥要做盆底康复？

因为不管顺产还是剖腹产，怀孕十月，重力及激素对女性盆底功能都会造成不同程度的损伤，导致盆底肌肉功能障碍。一开始只感到阴道松弛、性生活不满意、或小腹坠胀、尿频、便秘等不适，到了中老年就会出现尿失禁、子宫脱垂、膀胱直肠膨出等症状，心情很痛苦，生活质量不美好。

盆底康复的优点是多样的！

绝对安全，没有任何创伤或副作用；

比较简单，可以坚持；

将来需要其它治疗，不会有任何

影响。不仅对刚生过孩子的女性，而且对有漏尿、盆腔脏器脱垂等盆底功能障碍表现的中老年女性，盆底康复训练和治疗也很有效。而且最大的一个优点就是可以医保报销哦，重要的事情说三遍：医保报销，医保报销，医保报销。好了，小编表示宝妈们为了现在及以后的幸福，一定要来听孕妇学校课啦！不但免费，而且好多实用的内容可以帮到你们。啊！说岔了，一定要到产后门诊做一个盆底功能测评哦，如果存在问题，早发现早治疗，及时进行盆底康复，产后宝妈要幸福！

北京四季青医院妇产科咨询电话：88446071-8069

妇产科 牛继红



四季青医院报

张君 题

北京四季青医院主办 医院网站: http://www.sjqyy.com

2019年第1期 (总第136期) 2019年1月31日

北京四季青医院召开2018年度领导班子民主生活会



2019年1月24日上午，北京四季青医院召开2018年度领导班子民主生活会。会议由院党委书记张晓新主持。

此次民主生活会以强化创新理论武装、树牢“四个意识”，坚定“四个自信”，坚决做到“两个维护”，勇于担当作为，以求真务实作风坚决把党中央决策部署落到实处为主题，联系思想和工作实际，进行自我检查、党性分析，开展批评与自我批评。

会上，首先由副院长刘玮带领班子成员学习了十九大以来党员干部应知应会“新名词”，党委副书记宋杰通报了2017年度民主生活会整改措施落实情况。张晓新书记代表医院领导班子进行对照

检查发言，从思想政治、精神状态、工作作风三个方面，查找班子存在的突出问题，如思想政治学习深度研讨少、党建创新方式不够多、党内生活质量不高，并认真分析了问题存在的原因，列出了整改措施和努力的方向。

在个人对照检查中，班子成员逐一进行对照检查，作自我批评，其他成员对其提出批评意见。大家聚焦主题、直面问题、剖析原因、推心置腹开展了严肃认真的批评与自我批评，坚持把自己摆进去、把职责摆进去、把工作摆进去，把整改摆进去，做到见人见事见思想，达到了预期目的。

曾清院长在总结中表示，此次民主生活会主题明确，准备充分，会风严谨，程序规范，班子成员均认真准备个人对照检查材料，体现出较高的理论水平，会议气氛融洽，每位成员都能打开心扉、直言不讳，并且自我剖析准确，接受意见态度诚恳。并要求大家对征求到的意见和查摆出来的问题再次进行梳理，立行立改，加强自我管理，争做党员干部表率，团结一心，为扎实推进医院发展进步而不懈努力。

马念慈

北京四季青医院召开2019年春节、“两会”期间安全生产工作部署会



1月28日下午，北京四季青医院召开2019年春节及两会期间安全生产工作维稳部署会。会议由副院长

庄昆主持，全院中层干部参加。会上，庄昆副院长传达了区

卫生计生委关于春节及两会期间安全生产工作会议精神，并部署了医院春节及两会期间安保、消防、用电、危化品等安全维稳工作。要求各科室按照要求进行对照自查、隐患整改，继续抓好安全大检查，落实好春节、两会期间值班带班制度，确保责任到人。随后与科室代表签订了安全生产目标责任书。

安全办 刘艳艳

区卫计委领导到北京四季青医院开展节前安全检查



春节的脚步已经渐渐来临，慢慢沉浸在喜庆的气氛之前，往往因此容易造成人的思想麻痹、防范意识下降，为认真贯彻落实海淀区卫计委安全生产工作会议精神，强化安全生产工作责任，做好安全生产防范工作。

2019年1月11日下午，海淀区卫生计生委副主任赵成芳带队到我院进行节前安全生产工作检查，院长曾清、副院长庄昆及安全办刘艳艳陪同检查。

检查组先后到医院职工食堂、供氧中心、中控室、西药房等重点区域进行了检查；认真检查油烟道清洗记录、消防器材是否完好及按规范放置等各项安全隐患，并要求切实做好防火安全工作，避免引起火灾等事故。并叮嘱各科室要强化安全意识，

安全办 刘艳艳

《党务公开栏》

深入贯彻落实“九不准” 树立卫生行业新形象

亮家底 找差距 拓思路

——北京四季青医院召开2018年度党委班子述职会

为全面客观地总结2018年医院各项工作，为2019年工作开好头、起好步，2019年1月21日，北京四季青医院召开2018年度医院班子述职测评会。党委书记张晓新主持会议，海淀区委卫生计生委规划与改革科秦思参加述职会，医院班子全体及职工代表参加。



党委班子成员分别从政治思想、分管工作、廉洁自律等方面进行了述职述廉报告，全面真实地总结了一年来取得的成绩，客观分析了工作中存在的问题和不足，既谈了自己的思想认识廉洁自律、履职履责情况和取得的成绩，也谈了存在的不足及今后努力的方向等内容，既结合自身职责，又突出切身感受，开诚布公，实事求是，使与会人员对领导班子成员的工作有了比较全面深入的了解，同时感受到医院稳步发展取得的成果，也明晰了医院的发展方向。

随后，参会人员就医院领导班子及成员本年度的重点工作完成情况、落实党风廉政建设责任制等情况进行民主测评。

此次班子述职报告会既是总结会，又是交流会，更是一次鼓劲会和动员会。回顾2018，展望2019，北京四季青医院将以“永恒的目标，提升医疗质量，保障患者安全”为服务主题，在新时代奋力拼搏，创造“四医”更加美好的明天！

马念慈

北京四季青医院“三项举措”确保廉洁过节



为确保节日期间风清气正、廉洁过节，北京四季青医院党员领导干部率先垂范、开展廉政教育和加强监督管理等措施，有效提升党员领导干部廉洁意识，助推行业党风廉政建设常态长效。

加强重点岗位风险防范，念好紧箍咒。

2018年12月26日，纪委书记王倩为财务科全体人员开展廉政警示教育，通过列举身边发生的“农大附中原会计王喜禄贪污案”、“90后女会计为男友挪用公款”的腐败案件，警示大家“手莫伸，伸手必被捉！”进一步严明政治纪律和政治规矩，切实筑牢拒腐防变思想防线。

同时，北京四季青医院还充分运用微信、微博等发送廉政信息，组织参观“清风伴医行——海淀区卫生计生系统廉政文化展”，做到警钟长鸣，进一步提高党员干部廉洁意识，自觉防止不廉行为发生。

马念慈

宿舍安全无小事 节前检查不放松



为杜绝安全隐患，确保春节期间宿舍安全，2019年1月31日晚，北京四季青医院开展节前安全检查。党委副书记宋杰带队，电工班、维修班相关人员参加。检查过程中，检查组人员对宿舍安全隐患，对发现的开关、灯泡、水龙头等损坏进行维修和更换，并详细了解目前宿舍存在的问题并详细记录。宋杰副书记特别提醒员工们在春节前夕要进行宿舍安全隐患自查和整改，做好环境卫生清理，回家前要看管好宿舍门窗、切断电源、关好水龙头、携带好个人贵重物品，防止被盗窃事件和火灾事故的发生。

节假日前开展员工宿舍安全检查是北京四季青医院的一项常规管理工作，是切实将员工宿舍安全工作落到实处的一项具体举措。通过本次检查，进一步增强了员工安全用电意识，及时消除了安全隐患，为员工创造了一个更舒适、更安全、更温馨的住宿环境。

马念慈

北京四季青医院召开《个人所得税专项附加扣除暂行办法》培训会



为了让全院员工准确把握2019年1月1日施行的《个人所得税专项附加扣除暂行办法》的相关政策，享受到税收红利，2019年1月14日，北京四季青医院开展《个人所得税专项附加扣除暂行办法》专题培训。副院长刘会主持，财务科王晶主讲，全院中层干部参加。

培训会上，王晶介绍了新出台的个税相关政策及具体操作，重点讲解专项附加扣除政策，并用条文与案例相结合的方式。深入浅出地介绍了子女教育、赡养老人、继续教育、大病医疗、房贷利息和住房租金等扣除要点。培训以现场讲解、答疑的方法，破除了员工对个人所得税政策与申报操作的盲点和难点，提高了参会人员对于税收政策的认识，切实提升了纳税人“获得感”。同时提醒大家要如实申报，以免对个人信用造成负面影响。

刘会副院长要求各科室主任务必将办法精神传达到每一位员工，合理安排相关工作，确保申报工作及顺利、顺利完成。

马念慈

支部党员做先锋 窗明几净过新年



春节将至，为以崭新的面貌迎接新的一年，2019年1月30日、31日，北京四季青医院后勤第五党支部联合办公区职能科室开展办公环境卫生大扫除活动，对办公环境卫生“再清理”。

党员、干部身体力行，职工干劲十足，认真打扫办公室内外环境卫生，擦拭玻璃、文件柜、值班室微波炉等，全面清除办公室内卫生死角。通过开展活动，积极发挥党员干部先锋模范作用，为医院办公区创造一个良好的办公环境，欢欢喜喜、干干净净迎接猪年到来。

后勤第五党支部 李春光

北京四季青医院开展甲型流感暴发应急演练

为规范、及时、有效做好医院甲型流感暴发应急演练，提高医务人员组织指挥、快速响应及处置能力，加强各部门之间协调配合，保障医疗安全，2019年1月29日，北京四季青医院开展甲型流感暴发应急演练。

演练在康复科病房举行，医务科、护理部、院感办、急诊科、防保科、化验室、传染病管理专职人员、药剂科、采购科及康复科医护人员参加。

演练模拟16点，康复科发现5例发烧患者，其中3例甲型流感病毒检测阳性，疑似甲型流感医院感染暴发病例。康复科主任孙智干立即向医务科、护理部、院感办进行了上报。随后医务科、护理部、院感办主任立即赶赴康复科病房，初步确定为疑似流感感染暴发，按照上报程序报告主管院长，启动应急预案。

医务科、护理部、院感办通知急诊科、检验科、传染病管理专职人员5分钟内到达现场，并统一在康复科办公室集合，布置应急处置工作。3例甲流疑似患者已采取消毒隔离，其近几日的密切接触者也已采取隔离措施，并予磷酸奥司他韦胶囊75mg 2/日口服，连续服用5天预防甲流。

16:10，院感办携带监测物品立即到达康复科病房，戴好帽子、口罩、手套，对康复科病房工作人员手、病房空气、床栏、氧气管道进行物体表面采样监测，明确感染来源。同时做到隔离病人、专人护理、血压计、体温表、听诊器等专人专用。医务人员佩戴一次性外科口罩，

康复科 李潇潇



对采取咽拭子、医用防护口罩等产生的医疗废物双层包装并进行有效封口。做到切断传播途径，保护易感人群。

随后，相关科室人员对本起事件进一步调查。通过会诊查看病例，研究治疗方案积极救治病人，及时跟踪病人情况，做好复查工作。

演练结束后，医务科陈绪红主任、护理部赵立春主任、院感科张海霞主任分别对本次应急演练进行总结，指出演练准备工作充分，各部门人员反应迅速，各项流程井然有序，通过演练使我院工作人员认真熟悉和掌握院感暴发处置方法及流程，达到了演练目的，并提出进一步要求。希望通过此次演练提高了医务人员对医院感染暴发事件的识别，增强了医务人员对医院感染暴发事件的应急处置能力，确保诊疗活动得到安全、有序实施。

康复科 李潇潇

又是一年收获时，他们来“晒成果”啦！

为更好展示一年来医院各科室发展变化，扎实推进医院高质量发展，2019年1月18日，



北京四季青医院各职能科室主任纷纷走上讲台，展示自己的“成果”。纪委书记王倩主持，班子成员及全院中层干部参加会议。

会上，各职能科室主任分别围绕“德、能、勤、技、廉”五方面进行述职述廉，他们以本职工作为出发点，从多方面对上一年度工作进行展示，并就各自存在的不足提出了改进措施和工作计划。并组对各科室主任2018年度的重点工作完成情况、落实党风廉政建设责任制等情况进行民主测评。

曾清院长提出，全院中层干部要提升服务意识，加强学习，全面提升自身素质，争做行业内的专家。职能科室干部更要做好医

马念慈



伴随着冬日里温暖的阳光，猪年如约而至。2019年1月24日下午，北京四季青医院“砥砺前行六十载，不忘初心再起航”年终表彰大会暨2019年迎新春联欢会隆重举行。医院领导与员工们齐聚一堂，喜迎新春佳节。

《Good time》

青春是最美的颜色、青春是最靓的风景。急诊科的靓女们走上舞台，为大家送上一段时下最流行的舞蹈。她们舞步轻快、旋律动感，让台下的观众们也忍不住跟着动起来。



《赞颂改革开放40年》

40年，承载了国人厚望的重托、塑造了一个民族的崛起。40年的辉煌是一部厚重的历史画卷、一曲高亢的世纪颂歌。内科带来的诗朗诵带我们领略改革开放40年国家的变迁。



《追光者》

“如果说你是海上的烟火，我是浪花的泡沫。”儿科黄丹、葛鑫莹用一首耳熟能详的歌曲，唱出了医院青年职工的朝气和进取心。



《吉祥谣》

自2016年起，海淀区先后派遣两批技术骨干到西藏拉萨市当雄县人民医院进行援助，我院马宏艳和王雪莲医生也是其中的佼佼者，去年十月份，当雄县人民医院两位藏族同胞来到我院，和我们同吃住，共学习，大大增进了汉藏同胞间深刻的情谊，中医科和中药房的姑娘们为大家带来藏族舞蹈。



《我的中国心》

外科主任李煜用歌声带领我们重温当年脍炙人口的歌曲。



《爱在妇产科》

妇产科是一个充满希望的科室，每一天都有新生命的诞生，每一个医护人员都是新生命的守护者，妇产科用舞台剧的形式，展示出科室娘子军们爱岗敬业、无私奉献的精神，感动台下所有观众。



《吉祥嗬儿》

内科带来的三句半，他们用语言幽默风趣，让台下观众捧腹大笑。



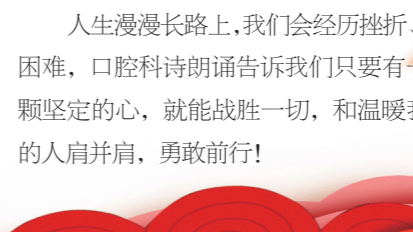
《万水千山总是情》

春去春来，新的一年来临，2019年将带给我们更多收获和惊喜。只要我们拥有一颗积极乐观的心，万水千山都是好风景。手术室为大家带来了优美的女生合唱。



《在路上》

人生漫漫长路上，我们会经历挫折、困难，口腔科诗朗诵告诉我们只要有一颗坚定的心，就能战胜一切，和温暖我的人肩并肩，勇敢前行！



《向往》

体检中心、心电图合唱用歌声点燃希望的星火，把梦想照亮。



《健身舞》

由班子成员及职能科主任带来的精彩健身舞，再次点燃大家的激情。



《明天会更好》

阳光总在风雨后，没有风雨的洗礼，又怎能拥有沐浴阳光的感受，康复科清脆悦耳的歌声唱出了我们全院职工的心声！相信明天会更好！

新时代赋予新使命，新目标开启新征程。2019年是改革开放再出发的一年，我院建院60周年，更是中华人民共和国建国70周年。希望在新的一年里，我们每个“四医”人都张开理想的翅膀，不忘初心、牢记使命，用实际行动体现对祖国的忠诚，用不懈奋斗诠释对事业的热爱，以优异成绩为共和国70华诞献礼！

