

# 冬日里的温暖

助人乐己是中华民族的传统美德,也是一个人高品质和崇高社会责任感的体现。南昌市第九医院工作人员用自己的实际行动展现了当代医者的个人品质和精神面貌,树立了良好的社会形象。

11月25日早上,医院肝五科患者黄某刷牙时不慎将自己戴在中指上的金戒指滑落到洗漱池里,并顺着水管掉下去了。家属焦急万分,这个戒指买来花了近万元,可不方便,心急如焚的家属急得团团转,肝五科护士长冯引凤见状后耐心地询问了事情的经过,随后立即打电话联系到院后后勤部门,并在第一时间告知同病房的其他患者暂时停用洗漱池。

负责医院后勤工作的金师傅迅速赶到了病房,虽然天气寒冷,但是金师傅直接跪在冰冷的瓷砖上,用手在下水管里捞取。在家属及医护人员的配合下,在金师傅的努力下,戒指最终被捞出来了。面对失而复得的戒指,黄某感慨万分,非常感谢南昌市第九医院工作人员急患者所急的责任,尽心尽力为他排忧解难。

赠人玫瑰手有余香。在寒冷的冬季,南昌市第九医院工作人员用实际行动为和谐社会做了最好的诠释。肝五科护士长冯引凤说:“疾病无情,医院有爱。我们坚持以患者为中心,给病人提供最好的服务。帮患者解决问题是我们份内的事,希望这些细小的行为能够让医患关系更加融洽,让医院更加和谐有爱。”

(肝五科 供稿)

# 同心协力 载梦启航

10月14日,已愈患者张阿姨的儿子将一面“医德高尚,医术精湛”的锦旗送到了妇产科,再三感谢妇产科医护人员在他母亲住院期间对他母亲的精心治疗和热心服务,感谢医护人员像对待家人一样的照顾。这面锦旗是对我们妇产科医护人员工作的肯定,也为妇产科医护人员注入了前行的动力。

张阿姨,因“异常子宫出血、重度贫血”在南昌市第九医院治疗四天效果欠佳,辗转找到唐习文主治医师,要求转入我院进一步诊治。在各科室的配合下,患者入院后顺利输血纠正贫血、控制血压后,唐习文医师带领何霞、胡建容两位医师,顺利为患者实施腹腔镜全子宫切除+双侧输卵管切除术,术中出血少,术后美容缝合切口。在医护人员精心诊疗下,术后四天患者顺利出院,现恢复良好。

自妇产科新大楼门诊及住院部病房投入使用以来,我科已为多位患者顺利完成诊疗及手术,患者术后恢复好,切口愈合良好。刘小红主任细致耐心的诊疗,唐习文医师娴熟的医疗技术,科室医生、护理人员术后密切观察,及时沟通,规范诊疗,降低了并发症的发生,减轻了患者的痛苦。

患者李某,因“异位妊娠待排”就诊我院妇产科门诊,经检查后,我科医生根据病史及检查结果立即做出判断,行后穹窿穿刺明确诊断,唐习文主任以精湛的手术技巧,克服手术条件限制,顺利完成腹

腔镜探查+患侧输卵管切除术,术中出血少。在科室护理人员的精心护理和治疗下,术后患者恢复良好,监测各项指标正常后顺利出院。因为病情判断准确,手术及时,避免了患者异位妊娠破裂风险的发生。腹腔镜微创手术为患者减轻了开腹手术伤口大,恢复慢的痛苦。

患者张某,因“输卵管粘连,结婚7年不孕”辗转多家医院。患者因病情特殊就诊我院,经陈峰青主任介绍转诊妇产科门诊。患者辗转多家医院,怀孕意愿强烈。刘小红主任根据患者各项检查结果,向患者详细解释病情,给出相应的治疗建议,并同时告知患者手术存在的风险和预后情况。患者在充分了解了治疗方案、风险及预后,几经考虑,决定在我院治疗。在充分了解患者病情,根据患者各项检查结果进行讨论后,唐习文主任带领何霞、胡建容两位医师顺利为患者实施腹腔镜输卵管粘连分解术+输卵管通液术,并总结之前的治疗经验,制定术后治疗方案,避免并发症的发生,护理人员密切观察,精心、规范护理,及时将患者情况反馈给主管医生。患者术后四天复查各项指标正常,顺利出院,使患者获得了一线希望。

人言东方欲晓,需要的是一种勇气,冲破黑暗的勇气;更需要的是,一种力量,齐心向前的力量。妇产科作为医院的一分子,秉承人民至上、视群众为友、与健康同行的理念,在长久的沉寂中,扬起梦想的帆,凝聚起齐心之力,鼓起勇气,随着九院腾飞的浪潮,载梦启航。

(妇产科 何霞)



# 不忘初心 向党 脱贫路上帮帮忙

为响应组织号召,积极投身脱贫攻坚工作。2019年11月初,我来到省级定点贫困村——新建区昌邑乡坪门村进行驻村扶贫工作。

坪门村位于鄱阳湖畔,这里地理位置偏僻,距离南昌市区近七十余公里,曾经是有名的血防地区。初到坪门村,给我的印象是:民风淳朴,村民待人热情,但村庄环境较差,基础设施薄弱。村民主要以水稻种植、水产养殖和外出务工为主,经济结构单一。

“精准扶贫的关键在于精准识别”,为及时、准确地掌握全村贫困户的基本情况,做好贫困户的信息采集动态填报工作,我带领队员积极深入贫困户家庭,对往年填报的信息重新进行梳理、核实,力求精准入户、精准识别,通过入户调查,在与村民拉家常中,了解村民意见及村民的诉求,在家常里短中理解民生。

村庄要脱贫,发展特色产业,增强“造血”功能是关键。面对脱贫这块“难啃的硬骨头”,作为驻村第一书记,我感到有一份深深的责任和沉甸甸的压力!但我没有退缩,我积极地配合当地村两委大力发展村级产业,谋求好项目,用以增加村集体收入,团结带领当地群众摸索并发展适合本村特色的产业,切实增强“造血”功能。

在参加扶贫工作期间,正值全市掀



起广泛学习黄文秀同志先进事迹的工作。和她一样,我也是一名普通的基层扶贫工作者,但和她比起来我做的还远远不够。我要学习她埋头苦干、无私奉献的工作作风;学习她迎难而上、主动作为的担当精神;学习她情为民所系、利为民所谋的公仆意识;学习她一心为民,做群众最贴心的好公仆。当前,我国的脱贫攻坚工作正处于冲刺阶段,唯有能担当、敢担当、勇担当,才能真正不辜负使命,用实际行动来赢得当地群众的信任。

作为一名普通的基层扶贫工作者,我深知扶贫工作的不易,我会时刻牢记“对党忠诚,积极工作”的人党誓言,把脱贫攻坚作为检验自己“不忘初心、牢记使命”主题教育的主战场,以责任化担当,从村民最关心、最迫切的问题入手,用绣花精神要求自己,为打赢脱贫攻坚战而努力工作。

(“连心”工作队 章海)

# 扶贫手记

习近平总书记说:“不忘初心,方得始终。中国共产党人的初心和使命,就是为中国人民谋幸福,为中华民族谋复兴……”为人民办好事,为人民办实事,急群众之所急,想群众之所想,为人民群众排忧解难。这是一个共产党员的基本准则,也是评判一个共产党员的金标准。

驻村已有半月,在走访过程中给我触动最大的就是村医陈其菊,他的一生真实实地将“不忘初心”体现的淋漓尽致。他自1965年从医开始,一直干到现在,没有豪华的房屋、轿车,没有高额的收入,仅仅只有一幢老屋和一块屋后的菜地。

有史以来鄱阳湖畔就是血吸虫病的重点疫区,而在新中国成立后的一段时间内,我国医疗技术不发达,尤其是在偏远地区,血吸虫病更是猖獗,往往整村的人都会被感染,大多数人应没有得到有效救治而死亡。1965年,年仅14岁的陈其菊立誓不让乡亲们再受血吸虫病的困扰,他毅然放下学业,选择从医,毫无医学基础的他,为了尽快掌握医学知识和技能,一边向老医生学习,一边工作。而这一干,就是54年。

(“连心”工作队 王博)



医院已通过 ISO9001:2000 质量管理体系认证

# 医院精神

厚德 博爱 创新 奉献



“掌上九院” 安卓系统二维码

医院地址:南昌市洪都中大道167号  
邮编:330002  
电话:0791-88499677  
医院地址:www.ncdiy.com  
E-mail:ncdiy\_zck@163.com  
主 编:熊少云  
副 主 编:刘蔓珍  
执行编辑:张小芳 李 欢  
编辑:梁青 刘 峰 谢淑华 张子婷  
美术:吴余红  
印刷:南昌方正彩印制版输出中心  
电话:0791-86252526

电话:0791-88499677

责任编辑:刘峰



内部资料 免费赠阅

医院地址:南昌市洪都中大道167号

邮编:330002

2019年12月

第12期

总第179期

# 江西省医院协会传染病医院管理专业委员会第二届二次学术年会在昌召开

11月15日—16日,由江西省医院协会主办,我院承办的江西省医院协会传染病医院管理专业委员会第二届二次学术年会顺利召开。来自全省各级传染病医院和综合医院感染科的200余名医院管理者和传染病领域专家齐聚省城南昌,共同探讨交流传染病医院管理发展的新观点、新理念和策略。

江西省医院协会传染病医院管理专业委员会主任委员、医院院长熊少云致开幕辞。他代表医院向大会的召开表示祝贺,向与会代表表示热烈欢迎。他说,传染病医院和综合医院感染科是政府构建公共卫生防控体系的重要环节。近年来,在大家的共同努力下,我省传染病医院无论是管理水平还是救治能力都取得了长足进步,传染病防治体

系不断得到完善,取得了有目共睹的成绩。但是,随着社会发展和疾病谱的不断变迁,行业发展又面临着新的难题和挑战,这些难题与挑战需要大家不断探索与钻研,寻求破解的良方。大会给13篇优秀论文的作者代表颁发了荣誉证书。

会上,苏州市立医院副院长、党委副书记倪琪峰教授以《医用材料管控路径的设计与实践》为题,从医用材料的供应链到管理链进行了层层剖析,展示了信息化在医用材料管理领域的应用系统,给大家提供了良好的借鉴;广州市第一人民医院副院长刘朝晖博士以《开展精细化管理 持续改进医疗质量》为题,从优化医疗流程、建立电子病历质量控制系统等八个方面,全面精彩地阐述了医院的精细

化管理措施,带来了前沿的管理理念和学术思想。南昌市第九医院副院长刘蔓珍以《工作量为基的绩效分配改革实践》为题,就医院绩效分配改革的实践过程与体会进行了精彩报告,让与会人员受益匪浅。与会代表在会议期间还分组参观了南昌市第九医院。

本次会议从提高我省传染病医院的综合管理水平,提升传染病防治队伍的专业素质和学术水平出发,为促进全省传染病医院和感染科领域的沟通与协作搭建了一个优质的交流平台,为全省传染病医院和感染科管理者创造了良好的学习和交流机会。与会代表加深了友谊,分享了经验,开阔了视野,获取了前沿信息。

(院务部 李欢)



# 江西艾滋病学科 发展有了新起点



11月29日,江西省中西医结合学会传染病专业委员会艾滋病学组成立大会在宜春召开,会议宣告江西省中西医结合学会传染病专业委员会艾滋病学组正式成立。该学组的成立,将为全省艾滋病学科发展搭建起一个各级医疗机构相互取长补短的技、学、研交流合作平台,成为江西艾滋病学科发展的新起点。

江西省中西医结合学会传染病专业委员会艾滋病学组组长为南昌市第九医院艾滋病科科长带头人、感染二科主任陈峰青。陈峰青教授是南昌市感染病学会副主任委员、江西省性病艾滋病防治协会理事、中国医院协会艾滋病专业学组常委,有多项科研课题与省市医疗机构和疾控中心合作,并有1项技术列为江西省星火推广项目。

据悉,早在2000年,医院

就成为江西省艾滋病治疗中心,是江西省艾滋病防治的排头兵。近20年来,医院累计收治患者量居全省前列,期间也积累了丰富的诊疗经验,同时也培养锻炼了一支敬业奉献、技术优良的抗艾队伍,可为艾滋病患者全面开展合并各种慢性病的综合治疗。医院对艾滋病患者的人文关怀也得到国家各级政府和国际公益组织的高度认可,艾友“温馨家园”是省市两级劳模创新工作室。艾滋病学组将为进一步推进我省艾滋病防治领域的中西医结合临床研究和学术进步承担应尽的职责,为促进艾滋病防治水平的提升作出应有的贡献。

医院副院长刘蔓珍出席成立大会并讲话,来自全省各级医疗机构的传染病相关专业技术人员120余人到会。

(感染二科 朱冬红)

# 江西省中西医结合学会传染病专业委员会举行换届选举

11月29日,江西省中西医结合学会传染病专业委员会在宜春举行了第三届换届选举。会议由江西省中西医结合学会副秘书长吴跃进主持,来自全省各级医疗机构的委员共计87人参加了换届选举。

会上,吴跃进宣读了省中西医结合学会关于同意成立传染病专业委员会的批复,并介绍了江西省中西医结合学会组织的概况。主任委员陈宏义就第二届传染病专业委员会工作向大会作了详细汇报,大会按选举程序进行民主选举,产生22名常务委员。常务委员一致推选陈宏义为委员会主任委员,万勇为副主任委员。

新当选的第三届主任委员、南昌市第九医院感染一科主任陈宏义在会上做了发言。他表示,将利

用传染病专业委员会这一学术团体,搭建良好的交流合作平台,加强学习交流,活跃学术气氛,进一步推动我省中西医结合传染病学科的发展和建设。加强与国内肝病学术界的沟通、交流与合作。加强对本省相关医务人员的业务培训,提高本省专业技术人员的业务能力,整合全省传染病的各种资源优势,做到资源共享,争取科研课题再上新台阶。

全会结束后,召开了第一次常委会。会议由陈宏义主持,讨论了今后学会的工作计划和设想。决定每年召

开一次常委会,每两年举办一次学术研讨会。常委们认为,今后要进一步加强对各医院之间的联系和交流,组建传染病协作网络,利用现代化信息技术,建立专业委员会QQ群,发挥专家团队的优势,组织疑难病例讨论,以促进全省传染病医务人员的业务水平提高。

(中医科 万勇)



# 我院成为华中区域中医肝病诊疗中心建设联盟副理事长单位



11月2日,国家华中区域中医肝病诊疗中心建设联盟成立大会暨授牌仪式在杭州隆重举行,华中区域中医肝病诊疗中心建设联盟

理事长赵文霞,上海中医药大学附属岳阳医院原院长、华中区域中医肝病诊疗中心专家委员会主任委员王灵台,首都医科大学附属北京佑安医院、中华中医药学会肝病分会主任委员李秀惠,以及来自河南、湖北、湖南、江西的37家联盟成员单位代表出席会议。

医院中西医结合肝病科主任宗亚力被推荐为华中区域中医肝病诊疗中心建设联盟副理事长,并代表江西发言。宗亚力向大会介绍

了江西“肝江医学”这一学术流派的历史和中医药资源,对江西8家联盟单位的基本情况也作了简要介绍。

据悉,华中区域中医肝病诊疗中心联盟的建立旨在搭建区域范围内中医肝病发展的学术与技术交流平台,通过深度合作,辐射带动周边区域医疗水平整体提升。大会希望联盟成员单位之间相互学习,相互融合,在不断的沟通交流中相互取长补短,通力合作,更好的服务于华中区域肝病患者,为践行“健康中国”战略作出应有的贡献。

(中西医结合肝病科 宗亚力)

电话:0791-88499677

责任编辑:张子婷

# 传染病护理天使齐聚南昌共话学术新进展



2019年11月15日至17日江西省护理学会传染病护理专业委员会第五届第二次学术会暨传染病护理新进展学习班在南昌顺利召开。本次会议由江西省护理学会主办、南昌市第九医院承办。来自江西省护理学会传染病护理专业委员会的委员和全省各级医疗机构护理管理者、从事传染病护理工作的业务骨干等150余人参加了此次会议。会议期间举行了专业委员会年会、专题讲座和学术交流。

16日上午会议在南昌市第九医院学术报告厅隆重开幕。江西省护理学会传染病护理专业委员会主任委员、南昌市第九医院护理部主任胡敏华致开幕词。她表示南昌市第九医院作为江西省护理学会传染病护理专业委员会的主委单位，非常感谢省护理学会及兄弟单位对专委会工作的支持，希望通过此次会议能增进交流、开拓视野，全体传染病护



理人员共同携手，以学术为契机，以创新为发展理念，不忘初心、砥砺前行。本次会议期间共邀请了11位专家授课，共收到论文28篇，并安排了优秀论文进行了大会交流。

近年来，随着突发公共卫生事件日益增多，传染病护理更突显出它的重要性。此次学习班的成功举办，不仅为省内传染病护

理同仁们搭建了更广阔的学习交流平台，拓展了学术视野，也让大家在诸位专家的实践总结中获得了宝贵的临床经验，为提升传染病护理奠定了坚实的基础，有利于进一步提高我省传染病专业护理的业务和学术水平，为推动我省传染病护理事业的健康发展做出更大贡献。

(传染病护理专业委员会 周志金)

# 江西省第五次中西医结合传染病学术会顺利召开

11月30日，江西省第五次中西医结合传染病学术会在宜春顺利召开。大会由江西省中西医结合学会、南昌市第九医院、宜春人民医院共同主办，江西省中西医结合学会传染病专业委员会承办。参加会议开幕式的领导有省中西医结合学会副秘书长、宜春市人民医院党委书记、副院长陈宏义，宜春市卫健委学会办主任辛坤红等，来自我省的200余位同行参会。

宜春市人民医院党委副书记、副院长彭致致欢迎词。吴跃进秘书长做了简短的发言，他指出，近年来，由于新发、突发以及重大传染病的抬头趋势，国家对传染病出台了系列方针政策，要求加强卫生应急能力建设，做好重大疾病防控工作，同时要积极推进中医药事业发展，贯彻落实《国务院关于扶持和促进中医药事业发展的若干意见》，提高中医药应对重大疾病和应急救治防治能力；要推动中医药防治手足口病、禽流感、艾滋病等重大传染病工作，加快推进中医医疗机

构应急救治能力建设和中医药防治新发突发传染病应急体系建设，组织开展中医优势病种临床协作，提升中医诊疗能力。希望学会和医院建设和利用好传染病专业委员会这一个平台，打造全省范围内的传染病临床、科研协作网络，共同促进全省中西医结合诊治传染病工作的健康发展。陈宏义和辛坤红分别讲话。宜春市人民医院肝病科主任任龙庆华主持开幕式。

会议还进行了一系列学术讲座，邀请了上海华山医院陈明德教授、上海东方肝胆医院万旭

英教授、江西省人民医院陈建勇教授、省一附院鄧小萍教授、省二附院孙水林教授、宜春人民医院龙庆华教授、宜春人民医院外专家做专题报告，此外南昌市第九医院专家陈宏义教授、陈缘青教授、陈川英教授、王淑梅教授也做了精彩的学术报告。主要内容有：发热待查疑难病例解析，2019江西省登革热爆发疫情流行病学及临床分析，中西医结合治疗肝癌的研究与思考，从《慢乙肝临床治愈策略专家共识》谈抗病毒的策略、中药逆转纤维化现状，进展及新证据、慢

性乙型肝炎长期综合管理策略、登革热诊疗指南解读、肝硬化上消化道出血内镜下治疗、乙肝肝硬化中西医结合治疗体会、乙型肝炎免疫调控的“阴”与“阳”、WHO2019HIV指南更新解读，此外还进行了一系列病例分享报告和讨论。

学术会内容精彩、丰富，既是对解决临床工作中的难点问题提供了极大的帮助和思路。会议的举办获得与会代表的一致好评，大会取得了圆满成功！

(中医科 万勇)

由江西省中医药学会肝病分会主办的江西省中医药学会肝病分会第九次学术年会于11月15日至17日在南昌隆重召开。会议期间进行了江西省中医药学会肝病分会换届选举。国家中医药管理局重点专科、南昌市第九医院中西医结合肝病科主任余亚力当选为江西省中医药学会肝病分会第九届委员会副主任委员，徐如龙当选为常务委员，林云华、张智、朱冬红、欧阳兵、熊云蓬当选为委员。

本次会议参会代表达300多人，人数之多、规模之大，创下了江西省中医肝病和脾胃病学术会议历史之最。大会以“不忘初心、守正创新”为主题，在开幕式之后，举行了首届全国名中医张小平教授第四批全国优秀中医人才拜师仪式。会议邀请了省内知名专家进行授课，包括全国和省级名中医、岐黄学者，设立博士优才论坛，详细介绍了张小平教授的脾胃气化学说在脾胃病和肝胆病的广泛运用，对脂肪肝、慢性肝炎等也有精彩论述。本次学术会议内容新颖广泛，不仅有经典学术，亦有前沿进展，期间具体讲述了大数据时代下的临床科研问题。

与会代表表示，肩负着中华民族伟大复兴的使命，身为从事中医的医务工作者，大家要不忘记承中医、牢记发展中医、紧紧围绕“守初心、担使命、找差距、抓落实”，守正创新，要努力提升中医技术能力，不断学习古今中外的理论知识及国内外各种学术前沿，把理论学习成果转化到临床工作中去，要始终保持继承发扬、与时俱进、开拓创新的精神，不断提高临床、科研及教学水平，提高自身工作能力，为健康中国建设作出更大的贡献。

(中西医结合肝病科 徐如龙)

# 守正创新 发展中医

——记江西省中医药肝病、脾胃病年会



江西省中医药学会肝病分会第九次学术年会

# 社区动员同防艾 健康中国我行动

## ——世界艾滋病日主题宣传系列活动



2019年12月1日是第32个“世界艾滋病日”，今年我国宣传主题是“社区动员同防艾，健康中国我行动”(英文主题为“Communities make the difference”)。医院围绕这个主题开展了系列宣传活动。

**相互学习，共同进步** 11月27日，北京性病艾滋病防治协会福燕副会长、周红玲秘书长等专家及社会组织一行八人来到医院温馨家园交流指导工作，副院长刘意珍及医务部主任叶德强出席了活动。刘意珍副院长致辞，对专家们的到来表示热烈欢迎。护理部主任胡敏华介绍了医院艾滋病防治志愿服务团队的发展及未来展望。感染二科医生朱冬红介绍了科室工作，江西彩虹之家志愿者晓曦介绍机构情况。医院志愿者团队在艾滋病防治工作方面所做出的努力也得到了福燕副会长等专家及社会组织的一致认可。专家们及社会组织志愿者在一起座谈交流，相互学习，取长补短。随后，专家们一同参观医院史馆，了解医院的发展史。下午，专家一行和南昌市疾病预防控制中心的工作人员座谈交流。

**携手抗艾，你我同行** 11月28日，医院护理部主任胡敏华带领医护志愿服务团队一行五人来到赣州，与赣州市第五人民医院感染科联合举办了“携手抗艾，你我同行”主题宣传活动。胡敏华主任与赣州五院护理部主任王芳芳共同探讨、交流工作中遇到的各种难题和困惑。志愿者们为赣州友友进行知识讲座，在一起交流互动。并为艾滋患儿发放基金温暖包。志愿者们为小小友友穿上温暖衣，他比同龄人要矮小一些，但不失天真活泼，还把长大后的心愿写下来，赢得了在场人的喜欢。此次活动，加强了志愿者与地医护人员之间的交流合作，促进当地友友对艾滋病的认识，提高生活质量，共享健康。

**社区动员同防艾** 11月29日，江西省2019年世界艾滋病日主题宣传活动在南昌市八一公园举行。医院护理部主任胡敏华、公卫部主任周亚岚、感染二科护士长欧阳水明及江西彩虹之家志愿者参与此次宣传义诊活动。江西省卫生健康委宣传美副主任、省疾控中心车达平主任及南昌市卫生健康委万鹏副主任亲切慰问了医院艾防

医务人员。

**社校联动齐防艾** 11月30日，江西省高校红十字会世界艾滋病日宣传活动及防艾知识竞赛在南昌航空大学举行。本次活动的主题是“社校联动齐防艾，健康江西我行动”，内容包括五个一，即一个捐赠仪式、一个闯关游戏、一位专家宣讲、一场知识竞赛、一轮防艾科普培训，旨在号召社区和高校发挥自身优势和作用，共同参与艾滋病防治工作。医院护理部主任胡敏华、感染二科护士长欧阳水明及江西彩虹之家志愿者参与本次活动。胡敏华主任作为宣讲专家，讲述自己18年来奋战在艾一线的心路历程和所见所感。她呼吁所有人，特别是青少年，要树立正确的生命观、价值观，珍爱生命，提高防范意识，用正确的知识保护自己和他人的健康，共建健康中国。最后，胡敏华主任带领全场500余名大学生集体宣誓，承诺为防艾宣传员，主动学习防艾知识，积极参与防艾活动，开展大众宣传，关爱受艾滋病影响的同伴和家庭，为保护人的生命和健康贡献力量。

(胡敏华劳模创新工作室 涂云霞)

# 艾滋病的预防控制及治疗

**1.什么是艾滋病?**  
艾滋病全称是“获得性免疫缺陷综合征”，由人类免疫缺陷病毒(HIV病毒)引起。这种病毒破坏人体的免疫系统(抵抗力、CD4减少)，到晚期使人体丧失抵抗各种细菌、真菌及病毒的能力而引起机会性感染和肿瘤的发生。

**2.艾滋病的传播途径?**  
性传播：包括同性、异性性行为；血液传播：静脉吸毒，共用注射器；输入HIV污染的血液、血制品(如血浆、血友病8因子等)；母婴传播：HIV阳性的母亲在妊娠、分娩和哺乳期传播给婴儿。

**3.艾滋病高危人群及人群?**  
1) 高发年龄：青壮年较多，发病年龄70%在18-45岁，即性生活较活跃的年龄段；  
2) 高危人群：多性伴、同性恋、商业或非商业性行为；静脉吸毒者、血友病患者；HIV阳性的母亲所生的孩子；消毒不严的美容操作、纹身；职业及社会暴露者。

**4.感染 HIV 临床表现分三期**  
1) 急性 HIV 感染期：2-4周，如同普通感冒、流感样，可有全身疲乏无力、食欲减退、发热等，可以自愈，不会引起大家的注意。  
2) HIV 感染无症状期：(2-8年)，无症状或可以出现皮肤单纯疱疹、带状疱疹、结核病、轻度的肺炎等；治疗疗效较好，是 HIV 传播的主要传染源，不查 HIV 抗体，无法发现 HIV。2年是指发病毒快速进展的，男多见，异性传播传6至8年。

**3) 艾滋病期：**随着免疫力即抵抗力的下降，病情的加重，症状日渐增多，如皮肤、黏膜出现白色念珠菌感染，口腔有厚厚的白膜，严重的单纯疱疹、带状疱疹；出现原因不明的持续性发热，可长达1-4个月，还可出现咳嗽、气促、呼吸困难、持续性腹泻、便血、头痛、呕吐、抽搐、昏迷等症，临床症状复杂多变，但每个患者并非上述所有症状都出现。艾滋病晚期如肺孢子肺炎、弓形虫病、非典型性分枝杆菌与隐球菌感染等，严重的患者危及生命；到晚期住院一定会被发现，所以提倡早检测、早发现、早治疗，提高生存率和生活质量，减轻疾病负担。

**5.如何发现艾滋病呢?**  
高危行为后及时检测，从艾滋病病毒进入人体到血液中产生足量的、能用检测方法查出艾滋病病毒的这段时期，一般3月内，称为窗口期。这就意味如果有高危行为，你可以检测 HIV 初筛试验。(2周后可以检测 HIV-RNA 病毒量提高早期诊断)如果阳性，进一步做 HIV 确诊试验阳性和 HIV-RNA 病毒量就可以确诊，如果阴性需在高危行为后的3月末再次检测 HIV 初筛试验阴性就可以排除了。

**6.艾滋病的预防**  
1) 抗各种机会性感染和肿瘤的治疗，需要住院治疗。  
2) 抗病毒治疗，门诊治疗，目前世界上已有8大类36种抗病毒药物，我国

目前免费有7种，联合抗病毒治疗效果很好，为了彻底清除隐藏在染色体中的病毒，目前医学发展需要长期坚持服药，定期复查，坚持治疗，可能可以达到未得艾滋病的寿命。

**7.如何预防 HIV 感染?**  
树立安全的性观念，正确使用安全套；避免吸毒，不共用针具；预防母婴传播(抗病毒治疗)，人工喂养；严格消毒的美容操作、纹身等；高危暴露前预防性用药；男用 HIV 预防药物的运用、治疗性药物，包皮环切等；社会、职业高危暴露后的抗病毒预防(最好2小时内服药)。

2019年12月1日是第32个世界艾滋病日，今年我国宣传主题是“社区动员同防艾，健康中国我行动”。艾滋病预防着每一个人，预防艾滋病是全社会的责任。

南昌市第九医院 HIV 咨询电话：0791-88499548(白)，88499608(夜)

(感染二科 陈缘青)

每年11月份第三周的周三为“世界慢阻肺日”。慢性阻塞性肺疾病在全球疾病死亡原因中位列第四。今年的“世界慢阻肺日”活动主题是“齐心协力终结慢阻肺”。为提高群众对慢阻肺的防治意识和水平，11月13日上午南昌市第九医院呼吸科在门诊大厅组织开展了“世界慢阻肺日”义诊咨询和讲座活动。医院通过门诊大厅门口的电子滚动屏播放宣传主题和义诊消息，吸引群众前来参加义诊活动。咨询台前，向专家咨询呼吸系统的疾病，群众络绎不绝。对有慢阻肺既往史和有疾病隐患的人员，医护人员为他们免费进行肺功能检测。

11月14日是第13个“联合国糖尿病日”，今年的宣传主题是“防控糖尿病，保护你的家庭”。2019年“联合国糖尿病日”以家庭和个人健康为中心，以健康生活方式和定期检测为重点，提倡全社会共同参与行动，防控糖尿病。为了提高群众糖尿病及其并发症的防治意识和水平，11月14日上午，南昌市第九医院于在门诊大厅开展了糖尿病日义诊并举办了健康大讲堂。

(公卫部 龙燕春)



# 慢性阻塞性肺疾病

慢性阻塞性肺疾病(COPD)简称慢阻肺，是以持续性气流受限为特征的可以预防和治疗的疾病，其支气管和肺组织的损害是不可逆的，且呈进行性发展，导致肺功能进行性减退，严重影响病人的劳动能力和生活质量。

**一、COPD 离我们有多远?**  
目前或曾经吸烟；年龄40岁以上；和同龄人相比容易气急；大部分时间都有咳嗽 大部分时间都有痰咳。

目前已明确的 COPD 病因或危险因素：吸烟、空气污染、职业暴露、反复气道感染或过敏、出生时低体重、遗传。

**二、如何预防 COPD?**  
1.戒烟：戒烟是预防 COPD 的重要措施，也是最早最易行的措施，在疾病的任何阶段戒烟都有益于防止 COPD 的发生和发展。  
2.呼吸锻炼：(一)腹式呼吸训练：取立位(体弱者取半卧位或坐位)，左、右手分别放在腹部和胸前，全身肌肉放松，静息呼吸。吸气时用鼻吸入，尽力使腹部隆起；呼气时用口呼出，同时收缩腹部，保持持续小幅度、慢呼吸，增加肺通气量。每分钟呼吸7-8次，如此反复训练，每次10-20分钟，每天2次。熟练后逐步增加次数和时间，使之成为不自觉的呼吸习惯。(二)缩唇呼吸训练：用鼻吸气，用口呼气，呼气时口唇缩紧成吹口哨状，持续缓慢呼气，同时收缩腹部，吸与呼时间之比为1:2或1:3。缩唇的程度与气流速度由病人自行选择调整，以距口唇15-20cm处水平的水筒火焰随气流倾斜又不致熄灭为宜。

3. 营养与饮食：本病与身体的气血关系密切，故调节饮食尤为重要，食物尽量做到多样化，给予高蛋白、高维生素、清淡易消化饮食，少食多餐，新鲜水果、蔬菜，避免吃辛辣刺激性的食物，避免抽烟喝酒，避免摄入高盐高脂肪食物，避免喝浓茶。热量比例糖类占50%-60%，脂肪20%-30%，蛋白质占15%-20%，其中优质蛋白占50%以上。避免熬夜，注意休息，避免情绪变化大，有适量的运动。  
4.运动：坚持运动。适当的户外运动对身体只有好处而没有坏处。患者可以根据自己的身体情况选择适合自己的锻炼方法，像是散步、慢跑、打太极拳、做中老年健身操；身体状况较好的可爬山、游泳，但要循序渐进，持之以恒，运动后以自我感到舒适为度。

(呼吸科 王玉龙)

# 医院举办世界慢阻肺日及联合国糖尿病日义诊