### 创新之道,唯在得人

策划: 林洁 蒋铮 统筹:黄海昀 执行:张华 林清清 汪芳 廖俊杰 出品:羊城晚报大健康研究院

文/羊城晚报记者 张华 通讯员 魏星

# 曹杰院长:对人才,需贵之、敬之、富之、誉之

百廿年市一医院打造高水平医院建设的特色之路



墨子说过,贤良之士 ……此固国家之珍而社稷之 佐也,亦必且富之、贵之、敬 之、誉之……古人任用贤士 的理论深深烙印在市一医院 的人才管理体系中。十年砥 砺前行,十载春华秋实。广 州市第一人民医院(简称市一 医院)励精图治、高速发展,连 续10年派出近百名青年骨干 赴国(境)外学习,引进高层次 人才担任学科带头人。

在人才的培养和引进 上,市一医院提前10年布 局,由于有了充足的人才储 备和研究力量,如今临床医 疗水平得到迅猛发展。担 任市一医院十年领航者的 曹杰院长向记者表示,市一 医院已经规划出四个院区 发展的宏伟蓝图,力求将这 所百年老院带上国际知名、 国内一流的现代化研究型 医院的发展之路。

#### 10年前实施"人才培养计划" 年轻骨干成长为中坚力量

隐藏在广州老城区的这 座百年老院——市一医院一 向低调,但近年来厚积薄发, 在消化疾病中心、老年病科、 血液内科、心脏大血管外科 以及科研上取得的成绩让人 惊叹,而且无论员工还是病 人,都对医院评价颇高,有一 股"用众人之力,则不无胜 也"的气势。

古人云,不谋全局者,不 足以谋一域。在当今社会,高 水平医院建设离不开医院班 子的果敢判断以及超前的思 维方式和发展布局。据记者 了解,市一医院的掌门人曹杰 院长对医院人才发展战略运 筹帷幄。早在10年前,市一 医院就启动了人才培养计划, 其中就包括送近百名骨干去 国外研修学习。

"我当了11年的院长,最 欣慰的、做得最对的一件事情 就是在2012年医院出台在职 人员出国(境)研修管理办法, 医院投入了近4000万元解决 他们的后顾之忧,98位年轻 骨干相继被送到国(境)外去 进修学习,他们学成归来对医 院的建设做出了巨大贡献。我 预计,在未来的5-10年,这批 医院自主培养的人才一定会 成为医院高水平医院建设的 中坚力量。"曹杰院长说。

据统计,市一医院5年来 全球柔性引进66位专家;从 哈佛大学、中科院等知名院校 全职引进了20余名高层次高 科技人才。科研方面获得很 好的成绩,2019年市一医院 拿了17项国家自然科学基 金,2020年就有22项,到 2021年就上升到35项。"这 几年,教授们对医院的学科建 设、学术氛围的提升起到至关 重要的作用。'

#### "赏贤""用贤"理念深入人心 用赤诚之心做到"人尽其才"

在采访间隙,曹杰院长手 机微信传来一则消息。看到消 息,曹院长一脸开心,"解决 了,太好了,我要立即把这个 好消息告诉李程亮。"原来,全 科医学科副主任李程亮是医院 最近引进的人才,为了安排好 这位主任的子女就近上小学, 曹杰院长亲自四处张罗,最终 顺利帮其解决了后顾之忧。

"最近有什么困难?"这是 曹杰院长面对医务人员经常挂 在嘴边的一句话。提供科研平 台、购买先进设备、解决家庭 子女安家上学、甚至还为圆他 们结婚生子的愿望而协调调 岗。对于人才的运用之妙,存 平一心,就是一颗赤诚之心, 曹杰院长深知,人既尽其才, 则百事俱举。他特别认同墨子 对待人才的理念----"贤良之 士,亦必富之、贵之、敬之、誉 之",真心实意地为他们着想。

陈海生,广州市第一人民 医院大外科主任兼心脏大血管 外科主任,国内著名心血管外科 专家。在走进市一医院之前,他 在业内早已成名。"曹院长平易 近人,亲自与我谈了几次,感觉 这位院长很务实,对心脏大血管 外科的发展理念跟我也很契 合。"于是他就在2017年加盟了 市一医院,这几年市一医院心脏 外科发展迅猛,陈海生自己的价 值也得到了巨大体现。他说: "从内心里感谢曹杰院长的赏 识与提携。"

"陈海生主任去年做了 408台手术,85%的是四级手 术,去年他也被提拔为大外科 主任。今年还荣获'全国五一 劳动奖章'。他很争气,各个 科室的主任都很服他。像康 复医学科兰月、精神心理科张 璐璐、肝胆外科陆敏强、烧伤 整形科杨文华 …… 他们来了

市一医院就做科主任,我要让 他们最大限度地发挥带头引 领作用。"曹杰说,遴选学科带 头人,同时对于引进人才进行 合理的考核,建立相应的激励 机制。让他们人尽其才、人尽 其职,就是对医院发展最大的

实际上,医院已经对人才 的培养和引进形成了一整套机 制,市一医院专门成立人才 科,科长是留学博士,配备了5 名专职人员,他们每个月跟引 进的人才谈话,解决他们的困 难,同时进行管理考核。"更关键 是给医务人员努力的方向,特别 是让年轻人觉得有奔头,这是最 关键的。我始终觉得,留不住人 才就是我们关心不够,管理不 足,不然人才流失太可惜,我 不能对不起他们来到市一医院 的初心。"曹杰院长的一番肺 腑之言令人动容。

#### 百年老院,善堂之首 "仁心仁术,方便为怀" 不忘守善初心

市一医院建院超过120年,一直 秉承着"仁心仁术,方便为怀"的院训 发展。走在市一医院的林荫大道,感 觉不到医疗机构常有的紧张。这里 岭南园林式的建筑、音乐喷泉、钢琴 岛、星巴克咖啡馆、文化长廊,让人感 觉温暖而宁静

"没有想到在爸爸做手术时,我和 妈妈还能在星巴克里喝到一杯热咖 啡。"相信这位病友在星巴克的留言簿 写下这段话时,内心是感激市一医院 的。为了方便患者就医,市一医院在 硬件设施与服务上一点一滴都为患者 着想,其中就包括在院内开设咖啡馆。

为了填补老年人的"数字鸿沟" 医院特意设置了老年人专用自助服务 机,并安排志愿者为老年患者服务 近些年来,门诊和住院病人的满意度 得到大幅度提升。

仁心仁术,市一医院从没忘记自 己的初心使命,每年不断加大对口帮 扶力度。2018年至今,累计派出下乡 人员近400人次,覆盖广东、贵州、新 疆、西藏等8省(区)23个帮扶点。 2021年,作为广州地区唯一一家医院, 获评广东省委省政府"省脱贫攻坚先 进集体"荣誉称号。

曹杰院长自豪地说:"经过全国上 万名医生投票和评选委员会严格评 审,广州市第一人民医院从2700余家 参选单位中脱颖而出,荣获2020年度 医疗机构十佳雇主新锐医院荣誉称 号! 成为全国十家获此殊荣的医院之 一。这种人文关怀和温情医疗以及守 善如一的医院文化是市一人集体创造 的、逐渐形成的并为广大职工所认同 的一种群体意识以及社会公众对医院 的整体认知。'仁心仁术,方便为怀'的 守善文化,已经内化在医院的结构模 式、管理信念、价值体系、行为规范中, 以及全体员工对医院的关爱度、依赖 感、责任感和荣誉感中,映射出百廿老 院薪火相传,永葆活力,担当作为的精 气神。"

#### 医院差异化发展,走特色之路 四院区精准定位,勾画未来蓝图

以越秀区市一医院为中 心,半径3公里画圈,这里聚集 了至少18家医疗机构,其中不 乏部级、省级大医院。面对激 烈的竞争,市一医院该如何杀 出重围,走出自己的特色之 路?这是医院管理层需要高瞻

流水不争先,争的是滔滔 不绝。近10年来,市一医院在 发挥特色优势,打造品牌专 科,不断完善专科建设体系, 加强重点专科建设培育;推动 专科特色化发展,做到"院有 专科、科有特色",逐步探索出 一条差异化、特色化的研究型 综合医院发展道路。

曹杰院长说:"我们提出医 院的总体目标是打造国际知 名、国内一流的现代化的研究 型医院,勾勒出医院的发展宏 图,并且把四大院区作出了精 确定位。以点带面,走特色化 专科的发展道路。"

越秀区总院医疗资源丰 富,这里是医院发展的大本 营,即将建设的新门诊综合 大楼中,医院规划了5层楼用 于消化中心建设,并且获得 中央财政支持的公立医院高 质量发展专项基金8000万元 构建广州地区消化疾病临床

重症救治体系;南沙是粤港 澳大湾区的几何中心,市一 医院入驻南沙已超过10年, 未来考虑将血液科、心脏大 血管外科和核医学科重点人 驻,做一所服务珠三角居民 的临床医院;鹤洞分院的定 位是专科医院,重点发展五 官科,满足辖区内眼耳鼻喉 口腔服务需求。

白云湖院区则定位为医教 研综合体医院,集中火力产出 高质量科研成果并完成转化。 同时,白云湖院区借助国家临 床重点专科平台,建立老年医 学中心。

### 冬病夏治,传统天灸迎入伏

文/羊城晚报记者 林清清 通讯员 查冠琳

所谓"夏至三庚便数伏"。小 暑过后,迎来三伏天。除了酷暑蒸 烤外,此时正是冬病夏治的好时 机。天灸作为岭南传统的夏季调 养之道,在岭南地区广受欢迎。据 记者了解,今年广州各大医院中医 科普遍均有开展三伏天灸,可预约 前往。

由于今年仍是超长版40天的 三伏天,因此今年的三伏贴天灸, 有5次时间节点,分别为7月6日 (初伏加强)、7月16日(初伏)、7月 26日(中伏)、8月5日(中伏加强)、 8月15日(末伏)。

#### 传统天灸, 迎"超长版三伏"

2022年的夏季,多雨且炎 热。但三伏时节同时也是机体阳 气旺、体内凝寒易解的时间,因此 可借自然"温""热"之力,通过穴 位敷贴、艾灸等中医特色疗法,温 补阳气、利湿散寒、疏经通络,调 动人体免疫功能,以减轻风寒之

邪在冬季发作的症状和病情。 岭南传统天灸传承人、广东省 中医院针灸门诊主任李滋平介绍, 根据中医"冬病夏治"理论,对于一 些在冬季容易发生或加重的疾病, 如慢性支气管炎、支气管哮喘、肺 气肿、慢性阻塞性肺疾病、过敏性 鼻炎、过敏性哮喘、怕冷怕风、易感

冒、虚寒体质以及类风湿性、风湿 性关节炎、失眠、夜尿等,均可在此 时针对性调治,提高机体抗病能 力,从而使这些"冬病"症状减轻或 消失。

状,敷贴时间也有不同。具体可在 贴敷时,咨询专业中医师选择相适 应的种类。但不建议在网上购买 天灸贴或天灸粉,在家自行贴敷。 因为不同体质需要对应不同方,不 可"千人一方"。

贴药时间一般成人在1小时 左右,小孩10-30分钟。但两岁以 下小孩慎贴药,因为其皮肤娇嫩容 易烫伤。孕妇则不宜进行天灸。

#### 三伏养生, 仍要"春夏养阳"

三伏天有何保健要点?李滋 平表示,此时养生仍要遵循"春夏 养阳"大原则,可时常以简单的经 络拍打法、艾灸、穴位按摩和泡脚 等方式,进行居家保健。穴位按摩 可取天灸相应穴位,如足三里、三 阴交、关元、气海、大椎等常见穴 位。阳虚型体质可以配合艾灸,每

另外,此时也可适当进食一些 温性食物,如羊肉、鸡肉、胡椒煲 猪肚等补气助阳,切记不可贪凉

周一至两次。



图/视觉中国

肠胃健康

夏季,不少人喜欢凉拌毛豆、烧 烤、啤酒……享用生冷、辛辣的 食物甚是畅快。然而,过于刺 激的饮食使得急性胃肠炎、急 性胰腺炎等疾病成为三伏天的 高发疾病,中山大学孙逸仙纪 念医院消化内科陈广成主治医 师向羊城晚报记者介绍,最近 一个月来,消化科这两类病人 数目较往年同期有明显增加。 所以,专家提醒大众:虽然天气 炎热,但不可贪一时之"快"而 忽略了肠胃的健康。

小暑将至,热夏已盛。在

#### 入伏肠胃易不适 两类疾病须警惕

小暑,温风至,蟋蟀居宇, 鹰始鸷。虽然在传统的二十四 节气中,小暑过后才正式入伏, 但炎炎热浪早已袭来。冰淇淋、 西瓜、小龙虾、冰啤酒……这些 食物成为盛夏餐桌上的"常客"。

陈广成指出,"桑拿天"贪 凉而食、贪辣而食,不仅会加大 急性肠胃炎等感染性疾病发作 的风险,还会令原本患有慢性 胃炎、消化性溃疡、消化不良等 消化道疾病的患者病情加重, 如果平常生活不规律、身体健 康状态不好,甚至有诱发突发 急性心肌梗死的可能。

'最近一个月,急性胃肠炎 和急性胰腺炎病人较往年同期 数量明显增加。"陈广成说,"急 性胃肠炎和急性胰腺炎这两类 疾病都是人伏后多发的消化系 统疾病。'

1、急性胃肠炎:通常表现 为急性的上腹部疼痛或脐周绞 痛,伴呕吐、腹泻,严重者伴发 热、畏寒等。多数由于食用不 洁食物或者食物保存不当引 起,因为夏季食物容易腐败,加 上人们在这段时间喜爱海鲜、 生鲜或其他生冷食物,该病在 夏季尤为常见。

2、急性胰腺炎:为消化内 科常见急危重症,重症患者死 亡率高,一旦出现应及时就 医。通常表现为暴饮暴食、大

量饮酒后急性上腹痛,向腰背 部放射,多伴呕吐。

#### 冷冻辛辣勿常吃 宵夜尤忌暴饮暴食

不小心吃错东西,肠胃难 受怎么办?陈广成指出,一般 轻微的胃肠不适、餐后饱胀,可 以服用一些中成药,伴轻度腹 泻可使用黄连素及补充适当益 生菌,若出现急性胃肠炎甚至

是急性胰腺炎的表现,应及时 就医,切勿耽误病情。

民间有"小暑过,一日热三 分"的说法,进入小暑之后,胃 肠道也容易困倦,食欲下降,既 想消暑,又要保护肠胃健康,该 如何做呢?陈广成指出,保护 肠胃首先注意饮食,冷冻食物、 冷饮切勿过量,尤其是空腹或 剧烈运动后,否则会使原本充 血的胃肠道血管收缩,容易引 起痉挛,导致腹痛腹泻。最恰 当的做法是常温食用或饮用; 宵夜时切忌暴饮暴食或过量饮 酒,过饱或过饮均是诱发急性 胃肠炎和胰腺炎的重要诱因; 最后就是充足的睡眠和稳定的 情绪非常重要,注意高温天气 不要长时间地户外活动,肠胃 也需要规律地休息。

### 学区公科

## 灵芝孢子粉胶囊20元认购计划

关爱市民健康,"中科破壁灵芝孢子粉胶囊 20 元认购计划"真情起航。 符合条件的市民以 20 元的价格获得总价值 960 元的中科破壁灵芝孢子 粉胶囊 2 瓶。务必电话预约,否则无效! (领取条件:年满50岁及以上的人士)

1、广州中科健康服务中心地址:广州市越秀区东风东路850号锦城大厦16楼; 2、先烈中店地址:越秀区先烈中路81号洪都大厦一楼中科灵芝(省科学院对面,广发银行隔壁);

3、靖海路店地址:越秀区靖海路25号中科灵芝(广医一院住院部3号门对面); 4、百灵店地址:越秀区百灵路102号首层中科灵芝(广州市第一人民医院门诊部斜对面)。



据了解,空调病是指长时间处于 空调环境中的人群,因空气不流通,封 闭环境得不到改善,造成身体功能衰 退的一种病症,主要表现为鼻塞、头 晕、打喷嚏、耳鸣、记忆力减退等症状,

尤其多见于老人、儿童及妇女。

### "空调病"怎么破?三个建议! 文/羊城晚报全媒体记者 薛仁政 通讯员 南五萱

小暑将至,气温渐高。不少人直呼 "命都是空调给的"。然而,近日不少人 在吹空调后出现了鼻塞、头晕、打喷嚏、 耳鸣等不适症状,这是在吹空调的过程 中因多种原因患上了"空调病"。

为什么会患上空调病,空调病要如 何防治?记者专访南方医科大学第五附 属医院儿科主任刘金辉作出解答。

#### "救命"的空调也会致病?

'空调病其实并不指某种特定的疾

病。"刘金辉介绍:"空调病在医学上被赋 予的内涵是指长时间在空调环境中出现 的这些不适症状,医学上将其统称为'空 调综合征'。"

据介绍,空调病的成因主要有三: 首先是由于长期开空调导致的空气干 燥;其次,空调房中的环境过于密闭, 导致缺氧、头晕以及厌氧菌滋生;最 后,由于室内外温差过大,频繁进出造 成人体的不适。

#### 盖着被子吹空调? NO!

很多人都有盖着被子吹空调的习 惯,这样是否就能减少空调病症状的

"不建议盖被子开空调。"刘金辉介 绍,盖被子只能防止吹空调温度过低着 凉,并不能预防空调病。如果盖着被子 将空调温度调整过低,反而会对呼吸道 造成更大的损伤。建议将空调温度调 整至25℃-28℃的中性温度即可。

那么如何才能在享受凉爽的同时又 能避免出现空调病症状呢? 刘金辉介 绍,需要合理使用空调。

"首先,使用空调要将它调整在一 个人体适宜的温度。"刘金辉介绍,"通 常情况下我建议将温度设置为26℃, 在这一温度下人体皮肤水分蒸发是最 低的,引起的不适感也最弱。

'其次,建议不要频繁往返于空调房 内外。"刘金辉说道,室内外温差在5℃-8℃时人体尚能够及时适应,如果温差过 大、往返频繁则会引起身体不适。

此外,要注意室内外空气的流通, 并定期检查并清洗空调滤网。