



医者践初心 奋进新征程

创新之道，唯在得人

策划:林洁 蒋铮
统筹:黄海韵
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



曹杰

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。

A 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,则无不胜也”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

B “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,存乎一心,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。

D 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为患者着想,其中就包括在院内开设咖啡屋,同时进行管理考核。“更关键的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。

C 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,其中不乏国家级、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远瞩的问题。

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;推动中央财政拨款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入驻,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,满足辖区内耳鼻喉口腔科需求。

白云院区则定位为医教研综合医院,集中火力产出高质量科研成果并成果转化。同时,白云院区借助国家临床重点专科平台,建立老年医学中心。

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年度医疗机构十佳新院殊荣称号!”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、管理理念、价值体系、行为规范中,以及全体员工对医院的爱护、依赖、责任感和荣誉感中,映射出百廿老院薪火相传,永葆活力,担当作为的精神。

小暑温风至 肠胃健康莫“贪凉”

文/羊城晚报记者 张华 通讯员 黄睿 张阳

小暑将至,热浪已盛。在夏季,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,过于刺激的食物使得急性胃肠炎、急性胰腺炎等疾病成为三伏天的多发疾病,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。



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贴,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)。

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,每周一至两次。

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,切记不可贪凉冷饮。

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的中,小暑后才正式入伏,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、消化不良等消化疾病的患者病情加重,如果平常生活不规律、身体健康状况不好,甚至有诱发急性心肌梗死的可能。

“最近一个月,急性肠胃炎和急性胰腺炎病人较往年同期数量明显增加。”陈广成说,“急性肠胃炎和急性胰腺炎这两类疾病都是入伏后多发的消化系统疾病。”

1、急性肠胃炎: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其他食物保存不当引起,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,重症患者死亡率较高,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,向腰部放射,多伴呕吐。

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肠胃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。

中科破壁灵芝孢子粉胶囊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岁及以上人士)

预约电话: (020) 66361616

• 适宜人群:免疫力低下者 • 不适宜人群:无 • 保健食品不是药物,不能代替药物治疗疾病

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)。

“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,气温新高。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?

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出现?

“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,首先要合理使用空调。

“首先,使用空调要将其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,并定期清洗空调滤网。

中科破壁灵芝孢子粉胶囊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岁及以上人士)

预约电话: (020) 66361616

• 适宜人群:免疫力低下者 • 不适宜人群:无 • 保健食品不是药物,不能代替药物治疗疾病

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)。

南京中科药业有限公司 出品