

### 市领导深入我院对创城工作进行实地检查指导

5月29日,呼和浩特市市委宣传部常务副部长张东霞一行深入我院对创建全国文明城市工作进行实地检查指导,我院党委副书记赵岩、创城工作相关负责人陪同。

检查组一行先后来到医院门诊大厅、门诊二楼母婴室、门诊楼前广场等创城实测点,实地检查指导了各点位创建工作具体开展情况。在门诊大厅检查组就社会主义核心价值观、行业规范、卫生健康知识、传染病防控、急救救护等专栏的摆放位置提出建议,并针对无障碍卫生间有吸烟现象提出整改意见,我院已安排相关科室及时进行了整改。

创城工作启动以来,医院高度重视,成立创建文明城市工作领导小组,积极组织相关科室督导落实“创城”工作。同时,医院将发展与创城紧密结合,把握契机,充分发挥“以患者为中心”的宗旨,努力做到环境整治有序、标识清晰醒目,全体职工规范服务、文明礼貌,落实无烟管理细节等,不断提高患者满意度及医院形象。医院通过自查进行无缝隙全覆盖检查整改,推动创城关口前移,确保创城没有“盲点、死角”。针对薄弱环节以及自查过程中发现的问题,医院党委列好清单、明确要求、制定节点、责任到人,确保整改及时、到位,为创城工作作出医院应有的贡献。 党委办公室

【和谐医患 情暖人心】

### 患者向康复医学中心赠送手绘画集



近日,康复医学中心A区收到一位八十多岁患者赠送的特殊礼物——《陈正罗画集》,这本情深意重的画集展现的是患者陈奶奶对全体医护人员深深的感激之情。陈奶奶被腰部疼痛及左下肢麻木困扰三年之久,期间辗转多家医院就诊,均未获得理想的治疗效果。后经朋友推荐来我科就诊。门诊医生详细询问病史,查体及阅片后诊断为“腰椎间盘突出症,腰椎椎管狭窄”,随即住进了康复医学中心A区。

入院后,结合康复评估,医护康三方会诊后,医生为患者制定了个性化的治疗方案,包括蒙医拔罐放血、推拿等手法治疗和高频、超短波等物理治疗。一个星期后,陈奶奶的疼痛及麻木感明显缓解,又经过为期一周的巩固治疗,陈奶奶康复出院。

在治疗和护理过程中,医护工作配合密切,全程跟进,为患者提供了优质的康复服务。陈奶奶对此非常满意,将自己最珍贵的礼物——多年力作的手绘画集,送给康复医学中心医务人员表达自己的感激之情。

一幅幅栩栩如生的丹青,一声声饱含深情的感谢,是患者对康复医学中心医护人员仁心仁术的最大肯定,象征着医患情深。我们收获的不仅仅是一份荣誉,更是一份信任、一份期望、一份鞭策。康复医学中心将以此为动力,更加努力地为一位位患者提供优质的医疗服务。 康复医学中心A区孙文广

### 我院开展医知网外文数据库使用专题培训

为进一步方便我院职工及在读研究生查阅专业期刊文献,了解国外最新医学成果、动态信息、诊疗技术,继“中华医学网、万方医学网”后,医院为全院职工及在读研究生订购了外文数据库“医知网”。

5月30日下午,我院邀请医知网数据库工作人员开展线上专题培训,介绍了数据库检索方法和技巧,来自各临床、医技科室100余名医师参加培训。医知网上文数据库可以进行检索文献分析和评价,scopus引文和站内引文索引,同时可以满足广大职工及研究生对外文全文的参考需求。

通过培训,参训人员不仅学会了如何使用外文数

据库查询文献资料,还了解了许多特色功能和使用方法,大家纷纷表示受益匪浅。 科技部 李 宁



【力学笃行 履践致远】

### 麻醉手术中心护理团队创新学习模式



6月2日,麻醉手术中心示教室举办培训讲座,主讲人卢娜与大家分享学习《小儿麻醉配合要点》。讲座

结束后,按照惯例由当日点评老师阎胜娟护士长及王伟颖就讲课方式和课件内容等进行点评,同时就手术常见护理问题的处理进行了指导。

麻醉手术中心护理团队不断创新学习模式,护理人员每周四早晨都会进行业务学习和英文文献学习。以手术室护理人员的学习特点与学习需求为导向,以手术室护理工作流为学习路径,由一名护士选题授课,再由资深护士进行点评。

长期的知识积累对麻醉手术中心护理梯队的培养起到了至关重要的作用。特别在新医院搬迁后的新护士培训中,理论与实践相结合的学习模式为新入职护士奠定了良好的专业基础。通过培训,巩固了手术室护士的基础理论及操作技能,同时提高了护士的业务水平和授课能力。 麻醉手术中心 张文丽

### 重视疼痛 切勿忽略体态健康

——麻醉手术中心举办健康讲座

6月8日上午,麻醉手术中心邀请儿童骨科中心李岱鹤主任医师为科室人员带来体态健康系列讲座——《疼痛与体态》。

疼痛作为“第五大生命体征”,其对人体造成的负面影响难以估量,尤以慢性疼痛多见,不良体态造成的颈肩腿腰痛往往更容易被忽视。

讲座上,李岱鹤主任医师分别对颈肩部、腕部、足踝部的不良体态造成疼痛的原因进行细致阐述,是通俗易懂的语言讲述了“上交叉综合征、下交叉综合征”等专业问题,并以现场教学的模式普及多种纠正体态的方式。“上医治未病,中医治欲病”,他呼吁大家一定要了解自身身体结构,学会不良体态自查,保持正确

体态。通过这次讲座,大家获益匪浅,纷纷表示会及时关注自己和家人的体态健康,发现问题及时就医,科学锻炼,改善姿态。 麻醉手术中心 李敬宇



### 我院教学部圆满完成2019级硕士研究生毕业论文答辩工作

按照内蒙古医科大学的安排,6月7日上午,在医院五楼学术报告厅举行了2019级硕士研究生毕业论文答辩会。

答辩会邀请了内蒙古医科大学基础医学院李志军教授、内蒙古医科大学公共卫生学院高玉敏教授、内蒙古医科大学临床医学研究中心苏秀兰教授、内蒙古医科大学附属医院高斌礼教授、内蒙古自治区人民医院王爱桃教授担任现场评审指导。

参加答辩的研究生共计29人,其中外科学(骨科)专业23人,麻醉学专业4人,影像医学与核医学专业2人。现场答辩28人,线上答辩1人。各位同学着装整齐、准备充分,就自己的论文内容以图文并茂的PPT形式进行了客观详实的汇报,对评审专家提出的问题均能较准确地回答,取得了较好的成绩。



答辩结束后,答辩委员会主席李志军教授对本次答辩进行了总结性点评,其他评审专家分别就专业领域对同学们论文中存在的问题进行了点评指导。专家们对我院研究生在论文选题、学术研究、实验设计、数据分析等方面给予了高度的评价。 教学部 张福洋

### 胃真的会被撑越大越饿越小吗?

吃饭时,我们经常能听到有些克制的姑娘说“不能再吃了,不然胃要被撑大了!”

没错,很多人都认为我们的胃就像一个气球,经常往大了吹,就会越来越松,甚至有爆炸的危险,而如果总是不去吹它,橡胶会老化,胃也会渐渐萎缩。我们的胃真的和气球一样脆弱吗?首先我们需要来了解一下胃的结构。

我们的胃是一个肌性器官,意思是它是由肌肉构成的一个房子,而且是好几层肌肉。

胃壁最内层是各种胃腺体细胞,能够分泌胃酸、蛋白酶原及一些胃肠激素。胃壁层的几层平滑肌之间存在肌肉神经丛,一直在周期性地进行发电冲动,维持胃壁的收缩,使胃在平时就处于一种轻度收缩的状态。胃在完全空虚时食管管状,容量约为50ml,在高度充盈时呈球囊状,容量可达2L。

胃从上到下分贲门部、胃窦部、胃体部、胃底部,但其实我们进食的时候,大多也只是局限在胃窦部和胃体下部,其他部分是没有食物的,主要起到缓解压力的作用。

当我们进食的时候,胃会出现容受性舒张,就是胃的容积变大,为容纳食物做好准备,同时胃内腺体分泌增加,排空延迟,蠕动增强,为的就是让食物在胃内充分和胃酸混合,将食物形成食糜,一定程度上消化蛋白质,为下一步在肠道的吸收做好准备。含碳水化合物多的食物在胃内停留的时间较长,而含蛋白质和脂肪多的食物停留时间久,混合食物一般胃排空时间为4小时~5小时。这也决定了我们三餐的间隔。

当食物排空后,胃又恢复了原来的形态,胃壁内的肌肉神经丛不断的发放基础性的冲动,维持胃处于一个轻微收缩的状态。所以不管是经常吃撑或者饥饿,都不存在将胃撑大或者缩小的问题,因为胃的形态根据有没有食物,有多少食物,本来就是不同的,我们的胃具有非常好的伸缩能力。

经常吃撑或饥饿损伤胃 即使无论吃撑或者饥饿,胃容量既不会被撑大,也不会饿到萎缩,但这并不意味着我们可以放任自己的饮食,想吃就吃,想饿就饿。

相对胃本身的形态,我们更应该关注的是胃黏膜的问题。长期吃撑或饥饿对于胃黏膜和胃的功能是有明确影响的。

长期吃撑的时候,会明显影响胃的排空功能,出现腹胀,长此以往,导致慢性胃炎,引起消化功能下降。

总之,我们的胃并不会因为多吃或饥饿而导致容量的改变,但我们也应该尽量避免长期吃撑或饥饿,保持规律的三餐,你对胃好,胃才对你好。

主 审:刘万林

主 编:李晓涛

责任编辑:王静冰

程 妍

版式设计:刘 倩



# 内医二附院报

创刊于1985年

院训:崇德精医 信实济世  
2022年07月01日 总第282期

## 内蒙古自治区医学会会长杨成旺一行莅临我院调研指导工作

6月9日下午,原内蒙古自治区政协副主席、内蒙古自治区医学会会长杨成旺,内蒙古自治区医学会秘书长邓丹宇一行莅临我院调研指导工作并召开座谈会。医院领导班子成员、各临床科室负责人及相关职能科室负责人陪同调研。

座谈会上,党委书记刘万林代表全院职工对杨成旺会长一行表示热烈欢迎。党委书记、副院长邱颀从医院发展概况、新医院基本概况两个方面进行了详细汇报。邱颀副院长介绍,在各级领导的关怀和支持下,新医院实现搬迁后,门诊量和手术量屡创新高,在医院管理、医疗技术、学科建设、人才引进、服务质量等方面取得长足进步。希望在今后的工作中,继续依托自治区医学会的平台,积极举办和参与各类学术活动,提升医院在全国及自治区的学科学术影响力。

杨成旺会长充分肯定了我院经过近40年的发展所取得的突出成就。他强调,二附院从一个科室发展成为自治区首屈一指的骨科三级甲等专科医院,凝聚了几代二附院领导和职工的团结奋斗与辛勤付出,大家一定要倍加珍惜。他指出,医院实现搬迁之后,应步入高质量发展的轨道,学科建设和信息化建设

尤为重要。他对医院未来发展提出几点希望:

一是加强医院管理。进一步强化现代医院治理体系建设,强化医疗质量与创新,科学规划岗位薪酬激励机制,调动广大医务人员积极性,持续推进文化建设。二是加强学科建设。学科建设是医院实现高质量发展的基石和抓手,加强医学科创体系和人才培养体系建设,加大人才培养力度,提升核心竞争力,构建多学科交叉科技创新体系,不断扩大学科区域影响力和辐射力。三是加强信息化建设。推动医院信息化、数字化顶层设计及互联互通建设,推动信息化、一体化流程管理,提升医院综合竞争力。四是加强数字化骨科建设。大力推广骨科手术机器人技术,实现骨科手术人性化、智能化、微创化、精准化。五是在夯实大骨科专业基础之上,要把ICU、心内科、呼吸内科等其他支撑科室做大做强。六是担任自治区医学会各专委会的主任委员,要引领学科发展,规范学科行为,传播学科知识,要面向国际和国内医学前沿的新理论、新技术、新方法,面向老百姓对健康的需求,面向自治区卫生事业的发展,对学科建设作出应有的贡献。

最后,杨成旺会长希望全院职工凝心聚力,守正



创新,敢闯敢创,为推动自治区骨科事业高质量发展作出新的更大的贡献。

党委书记刘万林对杨成旺会长为医院建设发展提出的宝贵建议表示衷心感谢。他表示,全院上下要围绕杨成旺会长提出的几点建议,认真思考,仔细梳理,找短板,补不足,科学谋划,精准施策,为实现医院高质量发展努力奋斗。

座谈结束后,杨成旺会长、邓丹宇秘书长先后到麻醉手术中心、ICU、医学检验中心、康复医学中心等科室实地调研走访,了解科室运行、学科建设、人才梯队、设备设施等情况。 宣传部 王静冰

### 医院召开警示教育大会

6月2日下午,医院召开警示教育大会。医院全体领导班子成员、纪委委员、环节干部、护士长、临床带组组长、重点岗位、关键环节工作人员及全体纪检干部参加会议。会议由党委书记赵岩主持。

会上,赵岩传达了学校警示教育大会精神,学习了学校党委书记乌兰和党委委员、纪委书记、自治区监委驻内蒙古医科大学监察专员苏振荣以及党委副书记、校长赵云山在会上的重要讲话。

会上,纪委书记跟蹤通报了十九大以来党内政治生活庸俗化交易化方面的典型违规违纪违法案例,并剖析问题原因;结合医院纪委2021年收到的问题线索和医院2022年截至目前发生的医疗纠纷以及收到的投诉情况,从主体责任落实“一岗双责”责任,认真传达学习本次会议精神和,做好自我约束自我提醒,全院党员干部职工要以典型案例为镜,主动开展自查工作,不断提高拒腐防变的自觉性和坚定性;三是争做廉洁表率,做好履职尽责担当的模范,全体党员干部要远离“红线”和“高压线”,做新风正气的“践行者”,自觉维护好党员干部的良好形象。

最后,所有参会人员集体观看了警示教育片《围猎:行贿者说》。 纪委办公室 那日松

活庸俗化交易化集中治理和警示教育工作提出三点要求:一是正本清源,扛牢政治责任,广大党员干部要切实提高政治站位,认清党中央坚定不移推进全面从严治党决心和党内政治生活庸俗化交易化的现实危害;二是固本培元,加强思想建设,广大党员干部尤其是领导干部要践行初心使命,全面检视自身一言一行,做政治上的明白人、纪律上的清醒人;三是激浊扬清,涵养廉洁政治,广大党员干部要把廉洁自律的准则内化于心、外化于行,扎实推进党风清正、院风清朗、医风清新、行风清明的清廉医院建设。

赵岩就落实好会议精神提出三点意见:一是提高政治站位,各党支部书记、部门(科室)负责人要严格落实“一岗双责”责任,认真传达学习本次会议精神和,做好自我约束自我提醒,全院党员干部职工要以典型案例为镜,主动开展自查工作,不断提高拒腐防变的自觉性和坚定性;三是争做廉洁表率,做好履职尽责担当的模范,全体党员干部要远离“红线”和“高压线”,做新风正气的“践行者”,自觉维护好党员干部的良好形象。

最后,所有参会人员集体观看了警示教育片《围猎:行贿者说》。 纪委办公室 那日松

### 内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心揭牌仪式在我院举行

6月29日上午,我院与内蒙古自治区消防救援总队医院门诊楼前广场,举行了内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心揭牌仪式。内蒙古自治区消防救援总队总队长李俊丰,副总队长徐向东、邢凯毅,政治部主任马飞,总队专员李保平,我院党委书记刘万林,纪委书记魏锁,副院长邢文华、冯卫出席揭牌仪式。参加仪式的还有内蒙古自治区消防救援总队相关处室负责人及消防指战员代表,医院相关部门负责人及代表。仪式由医院副院长冯卫主持。

揭牌仪式前,医院领导陪同自治区消防救援总队一行,参观了医院康复医学中心治疗区,中心主任详细介绍了医院各类骨科手术、运动损伤、各类颈肩腰腿痛、神经系统疾病等方面的康复治疗,以及先进的康复治疗仪器设备。

刘万林书记表示,消防救援队伍作为同老百姓贴得最近、联系最紧密的队伍,在防范化解重大安全风险、应对处置各类灾害事故方面做出了突出贡献,内蒙古消防救援队伍是一支履行公共服务职能、救民于灾难,保一方平安的综合性、专业性很强的应急救援队伍。我院作为内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心建设的依托单位,在今后的共建中,一定立足自治区消防救援队伍实际和现状的基础上,坚持共建共促的建设思路,强化责任担当,定期研判分析,及时解决工作中遇到的瓶颈难题,确保各项工作高

起点、高标准、高质量落实。李俊丰总队长对我院长期关心和支持消防救援事业的发展表示感谢。他强调,建设内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心是贯彻落实习近平总书记重要训词精神,是聚焦“全灾种、大应急”任务需求,是提升消防指战员职业健康保障水平和应急救援卫勤保障能力的重要举措。消防和医疗两支队伍历来都有着为民服务的光荣传统,是灾难面前的“逆行者”和人民健康的“守护者”。双方一定会优势互补、共建双赢,在卫勤领域探索出有利于双方发展的“北疆模式”,为推动消防救援队伍战勤保障体系建设和构建新型卫勤保障体系提供有力支持。

仪式上,内蒙古自治区消防救援总队徐向东副总队长与我院刘万林书记共同签署内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心建设框架协议。内蒙古自治区消防救援总队李俊丰总队长与我院刘万林书记共同为“内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心”揭牌。 院长办公室 屈 普



内蒙古自治区消防救援总队李俊丰总队长与我院刘万林书记共同为“内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心”揭牌。

仪式上,内蒙古自治区消防救援总队徐向东副总队长与我院刘万林书记共同签署内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心建设框架协议。内蒙古自治区消防救援总队李俊丰总队长与我院刘万林书记共同为“内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心”揭牌。

仪式上,内蒙古自治区消防救援总队徐向东副总队长与我院刘万林书记共同签署内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心建设框架协议。内蒙古自治区消防救援总队李俊丰总队长与我院刘万林书记共同为“内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心”揭牌。

仪式上,内蒙古自治区消防救援总队徐向东副总队长与我院刘万林书记共同签署内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心建设框架协议。内蒙古自治区消防救援总队李俊丰总队长与我院刘万林书记共同为“内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心”揭牌。

仪式上,内蒙古自治区消防救援总队徐向东副总队长与我院刘万林书记共同签署内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心建设框架协议。内蒙古自治区消防救援总队李俊丰总队长与我院刘万林书记共同为“内蒙古自治区消防救援队伍职业健康中心”揭牌。

### 我院与呼和浩特市赛罕区分局 签订医疗救治“绿色通道”协议

为深入贯彻落实习近平总书记关于务必高度重视对医务人员的保护关心爱护、全面落实从优待警措施的重要指示精神,实现警医合作机制化、平台化、常态化,6月14日,我院与呼和浩特市赛罕区分局签订医疗救治“绿色通道”协议,旨在建立快速、便捷的医疗救助通道,切实提高广大民警、辅警的职业健康保障水平。

呼和浩特市赛罕区副区长、赛罕区公安分局党委书记、局长赵新龙,赛罕区公安分局党委副书记、政委郭震乾,赛罕区公安分局党委委员、政工办主任王艳荣,赛罕区公安分局政工办副主任姜鸿雁,赛罕区公安分局西把栅派出所主要负责同志及我院党政领导刘万林、银锁、邢文华、冯卫和相关部门负责人参加了签约仪式。

签约仪式由副院长冯卫主持。仪式上,双方就警医协作具体相关事宜进行了座谈并交换了意见。冯卫副院长表示,感谢呼和浩特市赛罕区公安分局一直以来对医疗卫生机构的贴心守护,内蒙古医科大学第二附属医院将以此次签约为契机,进一步主动作为,发挥职能优势,办实事、求实效,把警医合作推向一个新高度,更好地为公安民警和辅警的健康保驾护航。

党委书记刘万林表示,“绿色通道”的建立进一步巩固了公安机关和医疗卫生机构之间的合作桥梁,是一项惠及双方的好事、喜事,有利于双方深化沟通、密切合作。既要畅通紧急救治“绿色通道”,为公安民警、辅警的生命安全及健康保驾护航,也要畅通安全守护“绿色通道”,为医疗卫生机构和医务人员营造和谐安全的职业环境。此次“绿色通道”协议的签订将进一步提高警医队伍的凝聚力和战斗力,相信随着机制的建立和推进,必将会创建一个更加安全有序的医疗服务环境。

最后,刘万林书记与赵新龙局长签订了“医疗绿色通道协议书”,标志着警医共建“绿色通道”正式启动。

保卫部 朱宇

### 转变工作作风 提升服务意识

### 医院纪委召开各病区护士长、科室主任、 临床医技专家座谈会征求意见

为全面履行纪委监督执纪问责职能,进一步完善职能部门与临床一线的有效沟通机制,增强职能部门主动服务的意识,切实转变职能部门工作作风,提高工作效率与服务质量,6月16日至17

文化建设、对外宣传、人才培养、教学科研、工作方法和工作效率、物资和硬件设施保障、安全保障、节能降耗等方面存在的问题提出许多意见建议,中肯务实、有建设性,有些还比较尖锐,特别在临床



日,医院纪委分三次召开各病区护士长、科室主任、临床医技专家的座谈会。座谈会由党委书记、纪委书记银锁主持,纪委全体工作人员参加会议。

此次座谈会,主要围绕各职能部门及负责人履职、工作作风、对临床一线和医技部门及患者的服务和沟通、对存在问题的追踪和整改等方面进行。

座谈会上,所有参会同志全部发言,结合工作实际的遇到的问题,尤其是疫情防控、制度体系建设、思想政治建设、

减负、为医院增效方面讨论热烈,体现出了强烈的责任感,三次座谈会每次时长均超过2小时。

银锁表示,纪委高度重视临床医技部门提出的宝贵意见和建议,尽快梳理归纳,能立即立改得马上督促整改,无法立即解决的协调分管院领导及相关职能部门督促解决;希望大家一如既往地关心医院发展,做好引领和带动作用,发扬“主人翁”精神,共同为医院的高质量发展贡献力量。 纪委办公室 那日松

### 我院召开各党支部新一届委员会班子全体会议暨第二季度党支部工作例会

6月23日,我院党委组织召开各党支部新一届委员会班子全体会议暨第二季度党支部工作例会。党委书记刘万林,党委副书记赵岩,党委委员、纪委书记银锁及全体党支部书记、支部委员和党务部门负责人参加本次会议。会议由党委副书记赵岩主持。



会上,党委办公室主任隋佳昕通报医院各党支部换届选举结果,提出医院下半年党建工作思路。党委宣传部部长李晓涛部署意识形态工作。党委办公室副主任韩磊传达学校党委6月22日专题会议纪要。

医院党委委员、纪委书记银锁对各党支部新一届委员会班子进行集体廉政谈话,他从加强党支部建设、落实党支部书记主责和落实党支部纪检委员监督作用三个方面结合医院全面从严治党、党风廉政建设及反腐败工作,就新一届各党支部委员会在提升党建水平、廉洁从政、责任落实等方面工作提出几点提醒。

党委书记刘万林作重要讲话。他有力发挥党支部的战斗堡垒作用、着力

提升履职能力和服务意识及奋力推进科室高质量发展三个方面对各党支部新任书记、支部委员就如何履职尽责,积极展现支部新气象、新风貌提出几点要求和

刘书记强调,大家要借助新医院搬迁、干部队伍年轻化、医院影响力不断扩大、第七次党代会即将召开的新形势下,心系医院、勇挑重任、认清形势、顺势而为,为建设美丽二附院不断奉献。

最后,党委副书记赵岩对新当选党支部书记、支部委员提出几点要求:一是要强化政治意识,端正工作态度;二是要明确工作职责,做好分工配合;三是强化支部统战、群众和意识形态等工作,凝聚力量筑牢防线。

会后,党委书记刘万林作题为《党建引领聚合力 融合共进促发展》庆七一专题党课。 党委办公室 范慧敏

### 义无反顾 再次出征 我院紧急派出 19 名医疗队员驰援二连浩特



危急时刻显本色,越是艰险越向前。根据自治区新冠肺炎疫情防控指挥部统一部署,我院迅速响应,组织一支由医疗、护理人员组成的19人医疗队再次逆行出征,支援二连浩特市疫情防控一线。

6月7日中午,医院举办了简短而又庄重的出征仪式,医院党委副书记赵岩,党委委员、纪委书记银锁,党委委员、副院长邱颀,副院长冯卫及相关职能科室负责人为医疗队送行。院领导在动员讲话中指出,疫情就是命令,防控就是责任。医疗队全体队员要听从指挥、服从安排,与兄弟单位医疗队员紧密配合、协同作战、发挥专长、精准操作,全力以赴做好当地医疗救治各项工作,不辱使命,不负重托,圆满完成此次防控任务,充分展现我院医护人员的应有素质和风采。同时要做好自身防护,合理安排工作生活,平安凯旋。

本次出征的19人均均为医院中青年骨干,具有丰富的医疗救治和护理实践经验。其中8人为中共党员,他们召之即来、来之能战,充分发挥党员的先锋模范作用,勇敢逆行,我们期盼各位“家人”保重身体,平安归来。 宣传部 王静冰

### 体内有湿气身体 有什么反应

“湿气”这个词在我们生活中经常听到。朋友圈微商们经常会说,怎么样怎么样是湿气的表现,大家祛湿气很好等等。那体内有湿气到底是什么样的?

现在来说说大家体内有湿气身体会有什么反应。

刚开始身体内有湿气的人会觉得舌像异常,大便溏薄不成形、皮肤起疹起痘,重点的是感觉胸闷、身体容易困乏、咽喉肿痛等;再严重的,会出现关节疼痛、体型肥胖;到最后还会引发脂肪肝、哮喘、高血压、心脑血管等病。大家是不是觉得有点危言耸听啊,真的没有。

湿气其实还会影响的一个人的容貌,如皮肤上会出现斑斑点点,暗黄无光。或是身体出现水肿肥胖,大腿僵硬。还有的会经常无精打采,身体经常困乏无力。

说到这里,大家心里都有点犯愁了吧。那怎么样才能给体内的湿气祛湿?

由于现代人的不良生活习惯,大多数人或多或少体内都有点湿气。那怎么给身体内祛湿就成了大家关心的问题。现在市场上,或美容院都出现了大量的祛湿产品。那它们都能达到祛湿效果吗?当然,多多少少还是有点用的,要不然商家也不敢做广告。如果要祛湿效果更好点,那就要听从医生的安排了。根据自身的检查情况,再按照医生的就诊祛湿。

一般是中医祛湿,饮食疗法等。如:很多人都知道用红豆薏米粉煮着吃能达到一些祛湿的效果,但这也是根据个人体质而定的,不是吃一整碗就能解决问题的。但很多人坚持喝了大半年,效果也照样不明显,是什么原因呢,这是因为长期湿气困伤了脾,所以单吃红豆薏米粉就没什么大效果了。

红豆薏米只是众多祛湿配方中很小的一部分。严重祛湿还是要找更专业的医生来就诊。食疗祛湿还有很多,如:平时多喝生姜汤、百合莲子汤、大枣、银耳莲子羹等等都祛湿的效果。还有就是可以用刮痧、拔火罐都有祛湿的效果。

其实最好的办法就是:

- 1. 平时要多运动,让湿气有机会进入体内;
  - 2. 在饮食上要清淡适量,不要太多大鱼大肉、太多油炸食品、太酸辣或不容易消化的食物;
  - 3. 不要在经常在潮湿、阴冷的环境中呆久,因为这样就更容易使得湿气进入身体内了。
- 个人觉得只要平时有良好的生活习惯,就不怕有湿气入侵了!

### “喜迎二十大 奋进新征程”主题 系列活动之医院首届“启航杯” 职工男子篮球比赛圆满结束



5月26日,医院“喜迎二十大 奋进新征程”主题系列活动之首届“启航杯”职工男子篮球赛正式开幕。党委副书记赵岩出席开幕式并为首场比赛开赛。比赛经过6天的激烈角逐,于6月14日圆满落幕落下帷幕。本次篮球赛参赛队伍规模大、报名人数多,比赛共分为A、B、C、D、E五支队伍,从5月26日开赛到6月14日闭幕,经历了10余场的激烈角逐。队员们凭借巧妙的传球、华丽的转身、精彩的出手、完美的配合赢得阵阵喝彩。

期间,还举办了冠军队和其他球队成员组成的联队进行表演赛、个人三分大赛。最终,由重症医学科、康复医学中心、综合内科、脊柱外科中心、运动医学中心、综合外科、骨病骨肿瘤中心组成的A队获得冠军;麻醉手术中心、急诊急救中心、消毒供应中心、信息中心组成的C队和儿童骨科医学中心、门诊部、医学影像中心、超声医学中心、医学检验中心、药理学、临床药理学、医学工程组成的D队获得亚军;关节外科中心、手足显微外科中心、创伤外科中心、风湿免疫科、骨质疏松科组成的B队和党群、行政、后勤部门组成的E队获得季军。

工会 郭凯

### 我院举办打击欺诈骗保警示教育专题会

为维护医保基金安全,坚决打击欺诈骗保行为,强化医护人员法律意识和自律行为。6月15日下午,我院举办打击欺诈骗保警示教育专题会。自治区医疗保障服务中心医药服务科科长姚璐,医院党委委员、纪委书记银锁,党委委员、副院长邢文华,党委委员、副院长邱颀出席会议。各临床科室主任、护士长及部分职能科室负责人参加会议。

会上,全体参会人员观看了由自治区医疗保障局制作的打击欺诈骗保警示教育专题片——《织密基金监管网 共筑医保防护线》,通过观看警示教育片,切实推进医院廉政建设,坚决对医保基金使用领域违规行为持零容忍的态度。

党委委员、副院长邱颀要求各科医务人员要以典型案例为警示,引以为戒,吸取教训,坚守医保基金不能骗的理想信念,强化内部管理,不断规范医保基金使用行为,坚决杜绝欺诈骗保行为的发生。

医保基金安全关系着每一位参保群众的切身利益,欺诈骗保行为严重损害了群众的合法权益,同时也危害医保基金的安全。今后我院将继续深入开展打击欺诈骗保工作,持续规范医保诊疗行为,切实维护广大参保居民的根本利益,保障医院持续健康发展。

会后,所有参会人员签署了《维护医保基金安全承诺书》。 宣传部 王静冰



### 内蒙古医科大学专家团队 莅临我院调研指导工作



学校专家团队表示在今后的工作中对二附院本科教学发展规划给予更多的指导与帮助,共同推动医院医疗和教学事业的长足发展。

随后,专家组对我院重症监护病区(ICU)、综合内科及学生通勤车情况进行实地走访,全面了解了我院的本科教学工作开展情况。邱颀副院长代表全院职工对学校领导和专家的到来表示热烈欢迎和衷心感谢,表示要认真听取专家团队对药理学实践教学基地开展调研工作,努力促进我院教学工作再上新台阶,为国家和社会培养更优秀的医学人才。

内蒙古医科大学药学院从医院教学、科研、学科建设、临床药学工作开展情况等方面做了详细汇报。内蒙古医科大学药学院院长王焕云就我院教研室的成立、教师资格的认定和临床药学本科、研究生实习教学工作规划作了详细介绍。

内蒙古医科大学药学院临床药理学教研室主任韩瑞兰就临床药学专业简介、培养目标、实践基地标准、实践教学实施细则和档案管理工作做了详细介绍。

### “不负韶华 不辱使命”

### 我院荣获 2021 年度学生工作 先进集体及先进个人

6月2日上午,学校在金山校区交流中心多功能厅召开了2022年学生工作例会。学校党政领导、学生工作委员会全体委员,各学院分管学生工作领导、全体辅导员、班主任代表参加了会议。会议由学校党委委员、副校长伊乐泰主持。

会上,学校党委委员、副校长鲁海文作了题为《踔厉奋发担使命 踵事增华育英才 奋力谱写学生工作高质量发展新篇章》的工作报告。学生工作部部长苏雅拉图宣读了《内蒙古医科大学关于表彰2021年度学生工作先进个人和先进集体的决定》。我院荣获学

生工作目标考核优秀单位奖,2019级康复治疗学1班班主任侯红梅荣获2021年度优秀班主任荣誉称号,专职辅导员王圆荣获2021年度优秀辅导员荣誉称号。

2022年,我院将继续在学校及医院党委的领导下,深入学习贯彻党的二十大精神及十九届历次全会精神,始终坚持以总书记系列重要讲话精神,始终坚持以立德树人、扎实推进三育人工作,不负韶华之力,不辱使命之光,勇担时代重任,以优异成绩迎接党的二十大胜利召开,为培养有理想、有本领、有担当的社会主义青年而不懈努力。 教学部 王圆

### 我院在第八届中国国际“互联网+” 创新创业大赛决赛中荣获多项殊荣

为落实《教育部关于举办第八届中国国际“互联网+”大学生创新创业大赛》文件精神,更好的培养研究生创新创业实践能力,进一步激发研究生创新创业热情,近日,内蒙古医科大学研究生院举办了内蒙古第八届国际“互联网+”大学生创新创业大赛研究生赛道大赛。

我院教学部高度重视本次大赛,在研究生中广泛进行宣传与动员,组织研究生进行了专题培训,充分调动了研究生参与比赛的积极性,最终我院共选出了7个作品参加比赛。经过初筛、网评、院赛三个阶段的层层选拔,最终共有

6个项目脱颖而出,取得了优异成绩。

2020级研究生张丰荣获一等奖,2021级研究生康厚嘉荣获二等奖,2021级研究生王嵩、高承宇、韩明荣获三等奖,2021级研究生郝均荣获优秀奖。同时我院多名教师荣获“优秀指导教师”称号;我院也荣获“优秀组织单位”称号。

今后,我院将进一步加强创新创业教育的研究与探索,挖掘学生的潜能,激发学生创新创业的兴趣,积极培养研究生的创新精神和实践能力,以推动我院研究生创新创业教育工作再上新台阶! 教学部 张福洋