

重温党史忆初心 学思践悟聚伟力

10月20日，中关村医院组织党员走进中国共产党历史展览馆开展主题党日活动。中国共产党历史展览馆以“不忘初心、牢记使命”为主线，按照中华民族站起来、富起来、强起来的历史脉络，从革命、建设、改革开放、进入新时代四部分，系统、直观地记录了党的百年光辉历程，以2500余幅图片、4500多件文物实物，全方位、全过程、全景式，史诗般展现了中国共产党波澜壮阔的百年历程。

党员同志置身红色殿堂、穿越历史长河，全身心投入到这场党史学习教育的实践课堂中，认真聆听讲解，细致观看资料，不时驻足拍照，相互交流感受。一大会址、南湖红船、第一版中文版《共产党宣言》、开国大典升起的第一面五星红旗等让大家回顾了中国共产党开天辟地、改天换地、翻天覆地、惊天动地的革命奋斗史。走过白山黑水，穿过枪林弹雨……观看了沉浸式短片《长征》后，大家深受触动，对这段中国共产党

领导中华优秀儿女寻求中华民族复兴的伟大征程满怀崇敬，对“每一代人有每一代人的长征路，每一代人都要走好自己的长征路”有了更深的感悟。

党员们纷纷表示，通过参观更加深刻认识到了新中国来之不易、中国特色社会主义来之不易，要牢牢把握新时代使命任务，时时重温党史这本“教科书”，锤炼政治品格，赓续红色血脉。

中关村医院将牢牢把握“学思想、强党性、重实践、建新功”的总要求，

以学铸魂、以学增智、以学正风、以学促干，立足实际工作学做结合切实推动医院高质量发展。文/党办



锚定目标任务下真功 推动主题教育见成效

2023年是全面贯彻党的二十大精神开局之年，在学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育工作会议上，习近平总书记对主题教育各项工作作出全面部署、提出明确要求，强调“各级党委（党组）要扛起主体责任，把主题教育谋划好、组织好、落实好”。

党委书记陈峥郁在会上传达了海淀区委卫生健康工委主题教育部署会精神，强调主题教育要求，结合医院主题教育实施方案，解读具体工作内容。她强调，主题教育不划阶段、不分环节，要求严格落实党中央决策部署和医院具体安排，紧密结合工作实际，坚持问题导向、理论学习、调查研究、推动发展、检视整改、建章立制，做到边学习、边落实、边检视、边整

改等措施有机融合、一体推进，坚持主题教育和中心工作两手抓、两促进，切实把主题教育组织好、开展好，真正做到以学铸魂、以学增智、以学正风、以学促干，取得实实在在的成效。

党委副书记、院长富大鹏在讲话中结合主题教育“学思想、强党性、重实践、建新功”的总要求，要求党员干部：一要在理论学习上下真功、见实效；二要在调查研究上下真功、见实效；三要在推动发展上下真功、见实效；四要在检视整改上下真功、见实效；五要在建章立制上下真功、见实效。坚持“当下改”与“长久立”相结合，以身作则履行“一岗双责”，切实推动主题教育走深走实、见



六十六载薪火相传 凝心聚力共创未来

拼、速度的角逐、意志的考验、智慧的较量，希望大家把赛场上的拼搏精神转化为干事创业的动力，弘扬“更高、更快、更强、更团结”的奥林匹克精神。拨散疫情的阴霾，凝聚团队的合力、鼓足昂扬的势头，为医院高质量发展蓄力，为实现健康中国梦贡献中关村力量。

集体大合影开幕式后，各项比赛开始角逐。本届运动会设有单人项目、双人项目和集体项目，乘着亚运会的步伐，意气风发、精神抖擞地走进会场，每支队伍都呈现了精心创意的科室文化入场展演。入场式后，庄严升起鲜艳的五星红旗，全场起立奏唱国歌。

院长富大鹏、海淀区卫生健康委工会主席郭建华、海淀区卫生健康委书记、海淀区卫生健康委员会主任李劲涛分别致词：运动是力量的比

消安队获得总分第二名，口腔科队获得总分第三名。同时评比出五个开幕式展演奖，口腔科队获得最佳组织奖、检验放射队获得最佳创意奖、老年颌面队获得最佳风采奖、手麻妇科队获得最佳活力奖、红旗方阵获得精神风貌奖，院领导为获奖运动员颁奖。党委书记陈峥郁宣布运动会胜利闭幕。

体育凝聚力量，竞技振奋精神，活力展现风貌。今年是建院66周年，也是三级医院创建年，是医院高质量发展的重要战略时期。站在新的起点，中关村人将昂扬奋进，携手同行，共同努力书写更加精彩的医院发展新篇章！文/党办



捍卫纯洁 为“零”奋斗

第19届亚洲运动会，9月23日在浙江省杭州市盛大开幕，这一亚洲体坛盛会，带着喜悦与祥和，带着国人深深的家园之恋、爱国之情，为世界呈现“中国特色、亚洲风采、精彩纷呈”，承载着亚洲人民对和平、团结、包容的美好向往。

赛场上运动员奋勇争先、摘金夺银，他们的身后，是保证奖牌成色、保障比赛公平的兴奋剂检察官的付出。来自北京市中关村医院皮肤科/皮肤美容科荆欣就是其中的一员，作为国家反兴奋剂中心注册的具有国际兴奋剂检查官（IDCO）资格的兴奋剂检查官，受邀参与杭州亚运会兴奋剂检查工作，见证中国举办又一国际性体育赛事。

荆欣作为兴奋剂检测官多次参与大型国际赛事，2022年在冬奥会上度过了春节，本届亚运会恰逢“中秋、国庆”双节，举家团圆的日子，她依然义无反顾，愿为捍卫体育的尊严贡献自己的微薄之力。杭州萧山临浦体育馆又称为“柔立方”，荆欣作为这个场馆唯一的血检官，负责柔道、柔术及克柔术三个比赛项目的兴奋剂检查任务，注定要承担更多的责任。虽然操作流程早已烂熟于心，但她认真对待每一个细节，助力比赛公平公正，守护好反兴奋剂这片净土。

当中国队女子78公斤级运动员获得金牌的那一刻，现场的观众都在为中国队柔道项目的首金喝彩。在距离赛场不远的工作间里，国际反兴奋剂组织的官员对荆欣的工作进行检查督导，对她心中有数、沉着冷静，保持“零失误”的战绩，给予高度的赞许。

赛场上，运动员用自己最真实的竞技水平为国争光，反兴奋剂工作在幕后擦亮“干净金牌”，维护公平竞赛环境，中关村医院人将以高昂的工作状态、热情的服务意识，为人民的健康保驾护航。

文/荆欣（皮肤科 美容皮肤科）



主办单位：北京市中关村医院
中国科学院中关村医院

主编：陈峥郁

日期：2023年10月

总第262期

内部学习资料

www.zgchospital.com

地址 北京市海淀区中关村南路12号

电话/传真 010-82548888

邮箱 dangban9526@163.com

邮编 100190

督导评估明方向 真抓实改促发展

为贯彻中央和市委关于全面从严治党的各项要求，进一步完善公立医院药事管理制度和药品耗材采购遴选程序，加强医疗行业作风和医务人员医德医风建设，推进医疗机构及其从业人员廉洁行医行为监督监管，实现建立长效机制、完善管理制度、强化监督执纪、营造风清气正的行业环境，继6月27日海淀区卫生健康委药品耗材采购使用管理专项检查专家组督导检查后，9月21日，北京市卫生健康委药品耗材采购使用管理专项检查专家组来到中关村医院督导检查。

院长富大鹏代表医院向专家组的莅临表示诚挚的欢迎，希望专家组多提宝贵意见和建议；医院领导班子必尽责履职担当、切实改进行业行风；医院各个部门坚决强化环节管理，严防严管严控；全院坚持问题导向，加强医院监管，不折不扣抓好整改落实。

调研组一行来到药剂科、资产管理科、财务科等各个关键部门节点进行实地检查，通过现场座谈交流、查阅资料、数据分析等方式，重点对落实药品及耗材采购政策、网采率、药品及医用耗材采购、入库、出库、销售、资金使用等情况进行监督检查。

党委书记陈峥郁总结中说到：药耗关系患者的切身利益，医院将借此次督导工作正视问题、梳理差距，针对专家提出的建议逐步规范、完善、提升，教育为先、制度为基、规范为本，把整

治工作与全面从严治党、医药领域腐败问题集中整治、改善就医感受提升患者体验融合在一起，最终达到医院能发展，患者得实惠，提升管理水平，落实治理成效的目的。

中关村医院将以此次专项治理检查为契机，持续深入贯彻党的二十大精神，切实履行行业治理主体责任，落实二十届中央纪委历次全会精神，强化底线思维和红线意识，坚持“管行业必须管行风”“谁主管谁负责”，持续维护医疗行业公平正义，深入分析专项整治行动中发现的问题和暴露出的短板，举一反三，形成待提升事项

清单，并融入卫生健康行业下阶段工作任务，以“钉钉子”的精神，持续逐项提升各项工作，进一步提升群众看病就医的获得感，为医疗卫生行业高质量发展提供切实保障。文/李天曾（医务科）



老年友善持续推进 关爱银龄守护夕阳

创建老年友善医院是世界卫生组织提出的应对人口老龄化挑战和实现健康老龄化的公共卫生措施之一。中关村医院自2020年12月被确定为北京市老年友善医疗机构，一直致力于推动老年健康体系的建设完善。10月10日，北京市老年健康和医养结合研究室主任宋岳涛，北京市世纪坛医院干部综合科（老年医学科）副主任贾凯英，海淀区卫生健康委老龄健康科刘艳红、张姝静组成的专家组来到中关村医院进行“老年友善医院”区级复审。

副院长潘明康从医院简介、友善文化、友善管理、友善服务、友善环境五个方面向专家组进行工作汇报。医院自创建工作以来，推出一系列创新举措：组建老龄健康专家团队，行业引导规范先行；依托全科医学优势，对中重度失能老年人开展居家养老服务；开展老年重点慢性病三级预防管理；医务社工针对老年人群开展个案、小组、社区服务；发挥区老年及医养结合指导中心作用，

开展老年医学培训及老年人才培养，探索医养结合新模式等。评审专家从文化、服务、管理、环境四个方面深入医院门诊和病区进行现场考核，并逐条检查档案材料。评审组对医院老年友善工作充分肯定，给予汇报全面、资料详实、工作扎实、亮点纷呈的总体评价，特别是在“暖惠”文化、“十个一”的老年文化氛围、创建“健康促进医院”、老年综合管理、社工服务、营造适老环境等方面值得推广和借鉴，在老年病综合评估诊治中充分体现了康复理念、心理治疗、优质护理、老年营养等特色，评审组也中肯的提出了意见建议。医院将在未来加强内涵建设，深耕老年服务理念。

党委书记陈峥郁代表医院感谢专家组的认可，将把此次复审作为推进老年友善工作的调标尺、推动剂，持续完善老年友善医院建设。护佑老年健康是老年

友善机构责无旁贷的责任，健康老龄化是人们的美好银龄生活的向往，老龄工作是人生大事、家中要事、民生大事、国之大事，利国利民利家利己，医院作为海淀区老年健康和医养结合指导中心，将努力拓展医养结合、多学科共建、老年专诊建设。中关村医院将常怀敬老之心，践行尊老之行，持续完善老年友善医院建设，健全老年健康服务体系，更好地满足老年人的健康服务需求，用实际行动为建设健康中国贡献力量。

文/田欣（医务科）



筑牢安全网 平安度“双节”

管行业必须管安全；管业务必须管安全；管生产经营必须管安全。

为贯彻落实党中央要求，切实把安全生产责任落到实处，按照区委区政府、区安委会、区防火委和北京市卫生健康委关于“中秋”“国庆”双节期间安全稳定相关工作决策部署，依据“党政同责、一岗双责，齐抓共管、失职追责”的原则，海淀区卫生健康委副主任赵成芳来到中关村医院进行安全督导检查，对中控室、应急通道及危化品库房等重点点位督导检查，强调，医院要提升思想认识、加强组织协调、抓好隐患整改、做好信息反馈，确保医院节日平稳运行。

医院领导班子携各职能科长分组深入全院所有科室进行拉网式巡查，对医院的医疗安全、消防安全、水电安全、食堂燃气、特种设备、急救车辆、危险化学品管理以及应急值守等进行巡查。针对巡查中发现的隐患问题，督查组现场予以指正并要求相关部门、科室立即着手整改到位，建立“问题隐患和整改措施”清单台账，明确整改措施、责任人及整改时限，逐一销号，把各类隐患消灭在萌芽状态，确保不留死角。

医院将始终严格按照“时时放心不下”“始终把眼睛瞪得大大的”

要求，防范和遏制各类安全生产事故，营造安全和谐的诊疗环境，切实把安全生产责任落到实处，筑牢守稳安全屏障。文/院办



社会主义

核心价值观

富强
自由
爱

民主
平等
敬

文明
公正
诚

和谐
法治
友



为促进北京市海淀区与山西省长治市潞州区卫生健康一体化发展，更好地开展医疗卫生对口合作，近日，山西省长治市潞州区卫体局局长武文瑕、局办公室张雅倩，潞州区二院院长王宇、潞州区人民医院副院长陈宾在海淀区卫生健康委医院管理中心副主任马向涛、教育协作科科长周慧丽陪同下，来到中关村医院调研座谈。

海淀区卫健委医管中心副主任马向涛充分肯定中关村医院一直以来在对口援建工作上的突出成绩，未来两地医院建立协同发展，双方相互借鉴，一切为了人民健康。党委书记陈峰郁代表医院向远道而来的同行表示诚挚的欢迎，感

携手促交流 研讨话发展

谢海淀区卫健委及长治市潞州区同仁的信任。医务科科长王乐以“有光荣历史有温度 有爱心的中关村医院”为题，对医院的发展历程、基本情况、文化环境、康复专科协同发展及历年来医院对口支援工作开展情况进行介绍。

调研人员参观了医院文化阵地建设，文化走廊、院史馆和党建阵地、康复治疗厅及康复病区等，直观的了解中关村医院的发展历程，感受到浓厚的医院文化以及康复学科发展现状，在交流中促

进了解，在研讨中取长补短。

调研人员充分肯定医院在多方面取得的成績，介绍了当地就医情况及未来需求，希望加强与中关村医院特色专科的交流、合作，进而带动医院间的协同发展。

对口帮扶工作，中关村医院一直进行“组



团式”驻点帮扶，在海淀区卫健委的领导下，医院将继续贡献中关村智慧和中关村力量。文／田欣（医务科）

中关村医院自2012年起多次选派业务骨干赴疆，与和田卫健系统有了千丝万缕的联系和情结，结下了深厚的友谊。为共同推进医院高质量发展，构建卫生健康共同体，近日，新疆和田市卫健委及医疗机构一行12人，在海淀区卫生健康委继续医学教育协会会长闫晖陪同下，来到中关村医院参观交流。

副院长潘明康表示：国有嘉宾、院有高朋，代表医院向远道而来的领导表示诚挚的欢迎，并围绕医院的基本情况、发展历程、服务体系建设，特别是老年友善、康复专科、全周期健康管理、“暖惠”文化、“十个一”的老年文化氛围等进行介绍。

党委书记陈峰郁以“党建引领聚合力 同心共筑健康梦”为题，围绕落实“三

殷殷京和情 携手促交流

会一课”制度；对党员的教育管理；如何发挥党员作用；开展党日活动；党建和业务“双融双促”；党员活动阵地的标准化建设；把党的领导融入到医院治理的各个环节等方面进行分享，医院积极落实公立医院党建，以党建引领业务，以业务促党建。

医院文化是社会文化的组成部分，建设医院文化是精神文明建设的重要内容之



一。和田领导一行实地参观医院文化阵地，文化走廊、院史馆、党建阵地及职工之家，走进中医综合科、康复医学科、资产管理科切磋交流，对医院党建引领发展成效、特色科室建设、温馨舒适的环境等夸赞不已。文／党办

为进一步优化医疗服务，改善全过程就医感受，提升患者体验，保障人民群众享有公立医院高质量发展成果，中关村医院结合自身实际，制定《中关村医院改善就医感受提升患者体验主题活动实施方案（2023-2025年）》（简称《改善方案》）并全面启动。

医院将围绕《改善方案》中的六项重点工作精准发力，努力打造“一站式服务，便捷就医更智慧”“打通堵点淤点，为民解忧有温度”“挖掘拓展内涵，学科发展成体系”的亮点和特色。

党委书记陈峰郁表示，《改善方案》的制定与实施，是一次主题突出、形式生动、目标明确的“回归医者初心与使命”的教育实践课。医院将在全院范围内开展改善医疗服务能力和就医体验的优秀案例征集，临床科室要广开思路挖掘改善就医感受提升患者体验的实际举

聚力改善就医感受 着力提升患者体验

措；职能科室要立足临床、服务临床，深入科室，对接医患，查找医院发展中的问题与不足，形成“职能服务临床”、“临床服务患者”的良性模式。

富院长引用《礼记》中名句“大道之行也，天下为公……故人不独亲其亲，不独子其子，使老有所终，壮有所用，幼有所长，矜、寡、孤、独、废疾者皆有所养”来寄语医护人员要秉持公心与善心，扶危济困、救死扶伤既是医者的行业规范，也是我们中华民族传统美德



的内在要求，要将“老人以老、幼人以幼”的朴素道德要求，自觉地升华为“医者为民、医者仁心”的道德追求和人生信仰。

中关村医院将以改善就医感受提升患者体验主题活动为推手，努力为人民群众提供流程更科学、模式更连续、服务更高效、环境更舒适的医疗服务。

文／徐大钊（院办）

健康赋能 智慧养老

老年综合评估、安全管理、管路护理、气道管理、康复护理、中医护理、互联网+延伸护理服务等方面进行分享。学员纷纷表示培训内容精彩实用，专家们针对老年医学护理前沿进展的分享与深厚的理论功底、实践经验演示，特别是与现场学员的互动与答疑环节让大家获益匪浅、收获满满。

擘画未来，中关村医



携手同行二十三载 健康相伴乐享生活

在世界阿尔茨海默病宣传日，中关村医院以防治“阿尔兹海默症”为主题，开展健康大讲堂，增强老年群体对该病的认识，树立防病、治病的科学理念，延缓老年人的记忆力、思维判断力等被“脑海里的橡皮擦”慢慢擦去。

党委书记陈峰郁介绍了医院的整体情况及近年来发展变化，她指出，一直以来医院以老年、康复和全生命周期健康管理为特色，以更好地满足老年人健康服务需求为出发点，以切实增强老年人的幸福感、获得感为落脚点，在老年健康服务、医养结合等方面探索创新，扎实推进各项老龄健康工作，相信老年群体在社会各界的关心支持下，一定会乐享生活，健康常伴。

全科医学科主任杨源介绍科室基本情况、特色医疗、技术优势、合作共建等情况；趣味答题环节，帮助老年朋友正确认识健康、认识疾病，引导健康生活方式；神经内科医生李皓现场教授“健脑手指操”，不仅能放松手部肌肉又可以锻炼手脑协调性，长期锻炼能够改善大脑功能，有效预防阿尔兹海默症；神经内科主任刘欣用通俗易懂的语言和生动直观的案例分享《阿尔兹海默早期识别》，将阿尔兹海默症的典型症状、危险信号、临床表现以及如何甄别诊断等知识娓娓道来。

到场的居民无不追随中关村医院健康教育大课堂十余年的忠实“粉丝”，如学生般专注聆听，仔细记录，跟随老师的节拍口令，揣摩动作，努力跟学。93岁的宋爷爷和92岁的刘奶奶夫妇结伴而来，一同听课、一起做操，彼此分享学习的快乐。88岁的王奶奶即兴作诗一首“久盼健康大课堂，今日重啟倍欢暢，致敬中关村医院，医心为民保健康。”

二十三载携手同行，中关村医院将持续办好健康大讲堂，做健康促进的推动者，做居民健康的护航者。文／党办



全国自救互救日 急救白金十分钟

我国每年猝死发生数量由10年前的54.5万增加到100万人左右，其中65%发生在前10分钟，常常发生在家中、工作岗位等场所，；我国每年因创伤就医人数达6200万人次，致死70万人，其中25%约17.5万人是在10分钟内死于现场。

为了增强公众自救互助意识，普及自救互助常识，提高民众急救意识，

更好地守护生命，中关村医院、海淀医院及海淀区医学救援中心共同开展“急救白金十分钟·全国自救互救日”科普公益活动。

“急救白金十分钟”是指意外伤病发生后，在专业人员到达前，发展最快、救治最薄弱的早期十分钟，如果采取及时正确的应急救护措施，就能为进一步救治争取宝贵时间和条件，所以被称为“白金十分钟”。

活动现场，医务人员发放宣传材料，讲解急救知识，利用各种模拟道具，演示心肺复苏、电除颤仪的使用、解除呼吸道梗阻以及止血包扎等急救技能，并开展现场教学，手把手的教授、细致的讲解、直观的示范让在场人员听得懂、记得住、学得会。李爷爷全程录制了教学演示，他说：“之前看视频有人用心肺复苏法成功救人，一直想学却没有机会，今天不仅详细了解实用知识，还学到了专业技术，回家一定要把学到的内容分享给家人”。带着孙女的王奶奶和小孙女一起学习心肺复苏，她表示关键时刻可以帮助其他人，非常有意義，也会体会到了医务人员在施行抢救过程的不易。

学习急救知识，掌握自救互救技能，争分夺秒，守护健康。文／王经纬（急诊科）



注意皮肤清洁：

秋天风干物燥，环境的污染加上清洁习惯的不当，皮肤容易出现“黑头粉刺”等问题，这时可以选择含有果酸成分的医学功能性护肤品，帮助去除过度增生的角质细胞，便于油脂排出从而清洁毛孔。使用果酸的产品和有关果酸的一些治疗，一定要在专业医护人员的指导下进行，避免果酸浓度过高损坏皮肤屏障功能。

秋季保湿是关键：

秋天的天气干燥，皮肤容易失去水分，皮肤科医生建议选择含有保湿成分的医学功能性护肤品，如含有透明质酸的产品，将透明质酸通过微针进行注射，使皮肤的角质层和真皮层锁住更多的水分。当然，定期用保湿按摩霜给皮肤做

人民健康是民族昌

盛和国家强盛的重要标志，医院是守护人民健康的主阵地，承担着疾病预防、诊断、治疗、康复和健康教育等工作，为了更好地推动医院从“以治病为中心”向“以健康为中心”的转变，维护人民群众健康，促进医疗健康知识普及，改善医疗服务，提升患者体验，中关村医院开展以“服务百姓 健康行动”为主题的义诊周活动。

“护士，您看看我这样测血压正确吗？”

“医生，这几天我的血糖又高起来了，这是怎么回事？”

“大夫，这药我还要继续吃吗？”……

服务百姓 健康行动

门诊大厅，护士为前来义诊的百姓耐心的进行健康宣教，指导血糖、血压的日常监测；来自全科医学科、心血管内科、普外科、中医综合科的医生们凭借丰富的临床经验为现场群众开展健康咨询、把脉问诊、悉心查体、诊断治疗；

坐诊的药师为一些平常用药遇到困惑的患者进行答疑解惑，对常见病、多发病的药物治疗提供帮助指导。义诊共接诊120余人次，其中60岁以上老年患者84人次。活动开展期间各科室积极响应，口腔科、妇科、眼科、

耳鼻喉科、等科室，在义诊活动周期间免除半日医疗服务费，为患者提供更好的医疗服务。

义诊周活动的开展提供良好的医患沟通平台，增强群众健康意识，医护人员用实际行动推动健康中国战略的深入实施。文／胡盈佳（门办）



聚焦老年医学人才培养 助力医养服务深度融合

随着人口老龄化程度的日益加深，养老服务需求显著增加，解决养老服务供需矛盾受到社会普遍关注。为培育和壮大老年医学服务人才队伍，进一步探索与实践智慧康养体系建设，更好地为老年人提供多层次、连续性、整合型的特色服务，近日北京市中关村医院承办了“2023年海淀区第七届老年医学培训班（第二期）”，现场来自50余家医疗机构及养老（托老）机构的百余名医护人员参训。

副院长潘明康为开幕式致辞：医院作为海淀区老年健康和医养结合服务指导中心，一直致力于推动海淀区老年健康服务的差异化需求，扎实开展老年健康促进工作，做实做细老年健康和医养结

合服务，希望借此论坛推动学科发展，更好的服务于患者。

培训班邀请解放军总医院第六医学中心（海军总医院）内分泌科主任医师郭启煜、北京老年医院老年示范病房科主任王媛、首都医科大学附属北京朝阳医院内分泌科主任医师宁志伟、北京市中关村医院副院长潘明康等院内外专家，为培训班成员带来了《原发性骨质疏松诊疗指南（2022）》《老年高血压治疗特点和注意事项》《胃肠超声造影在老年胃肠道疾病诊断中的临床应用》《老年衰弱和肌少症的评估与管理》《老年人慢性便秘的评估与处理》《老年共病下营养综合管理》《老年骨质疏松的诊疗进展》《老年综合评估》八个专题，既有国内外最新的治疗理念，也有实用

的临床经验传授，与会专家详细解答、倾囊相授，为提高老年人获得感、幸福感、安全感奠定坚实基础。

中关村医院将积极老龄观、健康老龄化理念融入医疗保健全过程，探索建立特色的为老服务工作模式，为老年人提供更优质的健康服务。

文／韩萍（老年医学科）



以演促练 以练筑防

为进一步规范医院感染暴发报告的管理，提高医护人员应急处置能力，熟练掌握报告程序和控制措施，更好地保障医疗安全，近日，中关村医院感控办结合《医院感染暴发的报告与控制》《医院感染聚集/暴发事件应急预案》

开展医院感染暴发应急处置演练。演练由常务副院长顾延庆担任总指挥，相关科室人员共同参与。

演练以桌面推演的形式，围绕多重耐药菌感染引发多科室手术切口感染院感暴发事件，从院感病例报告、应急响

应、现场处置、后续处理四个方面考核临床医务人员对于院感病例暴发事件的敏锐度、上报意识及应急处置能力。整个演练过程有条不紊，按照医院感染暴发处置预案各部门分工明确、处置合理，发现问题、解决问题，落实整改。

常务副院长顾延庆对此次演练的设计、过程、效果进行点评，分析不足，指出“院感无小事，要时刻绷紧这根弦”。全院上下要高度重视医院感染管理工作，严格规范执行各项诊疗操作和手卫

生，把规范变成习惯，切断传播途径，消除医院感染暴发风险。

同时要加強医院感染防控知识的学习，将医院感染防控工作融入到医疗服务的全过程。文／张妍（感控办）



秋季四大护肤重点 让肌肤轻松随“季”应变

按摩护理也是非常有效的保湿方法。通过专业的按摩手法，刺激面部的穴位，让面部和眼部放松的同时，提升皮肤的水油平衡从而更好地展现水润。

秋季防晒不能忽视：

虽然秋天的阳光不像夏天那么强烈，但紫外线强度不减，过度的紫外线照射会导致皮肤老化，出现皱纹、色斑等问题。因此，出门时一定要涂抹防晒霜。防晒霜有物理防晒剂和化学防晒剂，化学防晒剂容易造成面部过敏，物理防晒剂又显得过于厚重，所以建议最好的防晒方

法是物理遮挡，比如戴口罩帽子。说起皱纹，以遇到太阳强光照射时，眯眼皱眉皱起的纵行纹理和眼角的鱼尾纹最明显，可选用“除皱针”进行改善。

保持良好的生活习惯：

饮食对皮肤的影响不容忽视。秋季应多吃富含维生素C和E的食物，如柑橘、猕猴桃、坚果等，这些食物可以增强皮肤的抵抗力，防止皮肤干燥。同时保持充足的睡眠是很重要的。手机刷到凌晨是常事，皮肤干燥、冒痘、黑眼圈和眼袋也就随之而来，为了尽快改善这些情

况，强脉冲光是一个不错的选择，这一技术通过将宽谱光照到皮肤，从而改善皮肤色素、炎症以及松弛的问题，被称作“午休式”疗法。

如您有皮肤等方面问题需要咨询或就医，请致电中关村医院皮肤科 / 美容皮肤科，电话：82548678/62628111

文／荆欣（皮肤科 美容皮肤科）

