

运动的人生最美丽

本报讯(党群办:万玲)6月16日,由福建省直机关老年人体育协会主办的“福建省直机关第十届老年人体育健身大会”在福建省老干活动中心进行。来自省直机关各厅局等15个代表队的126名选手参加了比赛。

我院选派出張联娜等7位老同志参加。她们最大年龄65岁,平均年龄62岁,这是一支奶奶级的队员组成的队伍。

该队队员大部分没有舞蹈基础和比赛经验,从组队到比赛仅近2个月的时间,为了这次健身操大赛,老干部们发扬吃苦耐劳、团结拼搏的精神,个别老干部排练期间腰痛、膝盖痛病发,但她们仍然选择佩戴护腰带、打封闭针来坚持参与排练。

比赛现场,我院张联娜等7位退休老同志身着统一服装,在节奏鲜明的音乐伴奏下,以鲜明的戏曲特色、娴熟的动作、饱满的热情、精湛的表现、较强的感染力赢得了现场观众和评委的热烈掌声。最终我院代表队以第一名的好成绩摘得本次比赛桂冠。



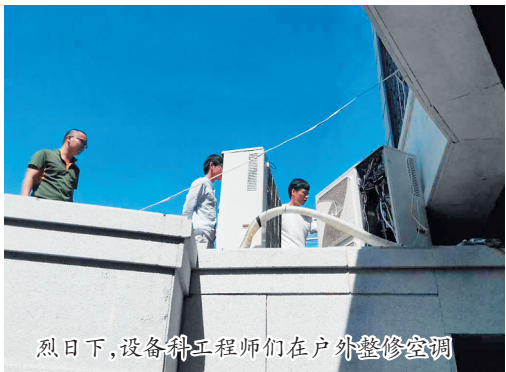
本次健身操比赛以健康与活力为主格调,充分展现了退休老干部热爱生活、积极进取的精神面貌以及精诚合作的团队精神,同时对丰富老年人的业余生活、提升老年人的文化素养起到积极的推动作用。

为了夏日里的那一缕清凉

烈日炎炎,恰逢医院所处路段的景观改造工程。施工期间,由于工程改造的需要和施工操作等各种因素,全院数十台空调出现了不同程度的故障,有的是排水管道破裂,有的是空调漏氨,有的是外机移位……

夏季里烈日炎炎,每天的平均温度都在35℃以上,站在户外不动都是浑身大汗淋漓。然而,设备科的各位帅哥,硬是顶着烈日,手持液氨瓶,在各个屋顶间像蜘蛛人一样的穿梭。他们所求不多,只是为了给医院里的“你”——无论你是患者,还是患者家属;无论你是医务工作者,还是路人。只是为了“你”,能在这个夏日里享受到那一缕清凉。

他们天天为别人小心伺候着空调,然而他们自己所在的小小维修间,不足五平方空间里的老空调却时时停,某天终于彻底“罢工”了。那么,谁来为他们送清凉呢? (设备科:黄琛)



烈日下,设备科工程师们在户外整修空调



一声温暖的感谢

一位刚刚做完血透的患者,双脚刚落地,就满怀感激的紧紧地握住护士长的手,说没有任何方式可以表达对血透室医生护士们在她血液透析期间的悉心关怀和照顾的感谢之情,只有简单的道声:谢谢,你们辛苦啦!

该患者是闽侯人,前不久刚被确诊为慢性肾衰,每周3次来我院做血液透析。刚开始透析时由于症状十分明显,双腿肿大、食欲不振、身体极度虚弱,每次来透析都需要轮椅接送,她的情绪十分低落,对生活失去了信心,经常自暴自弃。面对这位几近崩溃的患者,血透室医生护士们经常在透析过程中耐心的对她进行专科知识的宣教和心理疏导,教会她懂得怎样合理饮食,合理运动和休息,如何

控制水分,怎样保护自己的血管通路,配合治疗按时透析,帮她树立战胜疾病的信心。通过一个多月的透析治疗,她的病情逐渐稳定,身体逐步恢复,来透析也从坐轮椅到拄拐杖再到自己独自行走。随着身体的恢复,生存质量的提高,她对生活又重新燃起了信心。

血透室医护人员以自己的专业知识呵护着透析患者,以真诚和关爱赢得了患者及家属的心。这是一句简单的感谢话,但又不是简单的感谢话。它是我们年轻的血透室收到的最贴心最温暖的礼物!也是患者对医护人员工作最大的肯定!它将激励血透室全体医护人员奋发向上,努力工作。

(透析门诊:曾慧萍)

今年的夏天仿佛比往年来的更早更猛一些,持续数周的高温天气,福州城区街头,高温炙烤下的路面仿佛一个巨大的“蒸笼”。而此时,我院门诊四楼口腔科的升级改造也在如火如荼进行,随着口腔科升级改造的推进,配套的水、电、气、中心供氧系统等设备陆续到位,必须及时架设专用低压电缆,开始各种设备的调试。总务科林军科长多次召集爱迪升电力技术有限公司和医院水电班沟通协调,要求尽量优化停电及施工方案,减少对临床工作的影响,最后优化出从6月12日中午12时起,全院间隔停电2小时,部分科室停电5小时,采用部分切换及整体配套作业的方案,并做好各种预案准备。

6月10日下午3时,专用低压电缆架设工程开始,爱迪升电力技术有限公司工人开始挖沟清沟作业,我院水电班李卫光班长带领其他电工紧密配合。炎炎烈日下,李卫光班长来回穿梭协调、安排,林军科长到现场监督指挥。11日(周六),配电箱施工工人反馈,门诊楼配电间信息网络、安保监控等设施装置拥挤,空间受限无法施工操作,林军科长又顶着酷热来到现场协调。

6月12日(周日)12时,架设低压电缆最关键的工作展开,根据停电施工方案,电力技术有限公司工人冒着高温,在发电房、低压配电房、门诊楼配电间等来回协调施工,林军科长、李卫光班长带领水电班电工严阵以待,及时排除临床科室因切换停电出现的各种小故障,确保临床工作正常进行,施工按计划有条不紊开展。然而由于物流等意外原因,新购电缆直到下午4点多才到位,等到工人完成埋沟穿墙等作业时,已经夜幕降临,为了不影响病房治疗工作,电力技术有限公司工人以精湛的专业技能,带电作业,李卫光班长带领水电班电工克服疲劳,积极配合,一直协助操作到晚上10:30时,终于完成所有的架设工作,大家此时才发现一身工作服已经湿透。

低压电缆的架设工作如期完成,为口腔科升级改造后续的设备调试及其他工作扫清了障碍。在36℃以上高温下持续作业近11小时的工人及水电班电工们,无疑经历了一场巨大的“烤”验。

(总务科:黄焜)

我是一名采购员

担任总务采购部采购员已将近2年,在本部门领导和同事的帮助下,我已学习并熟练操作金士达软件,同时深入临床,了解每个科室的日常工作需求、数量、家电、相关五金配件等。近两年来医院每天都有采购单,必须根据临床的需要,及时将所需的家电、五金、配件购回,方可保证临床生产进度。

由于对家电、五金知识比较欠缺,我通过主动学习,主动提问,在一定程度上提高了自己的业务水平;完成了既定的五金类采购任务。

作为一个采购,并不像常规所想的那样,仅仅只需打个电话,签个合同,发个货那样简单。在采购过程中,我不仅要考虑到价格因素,做到货比三家,最大限度的节约成本,还要了解供应链各个环节的操作,明确采购在各个环节中的不同特点、作用及意义。

一个优秀的采购员必须拥有较强的沟通协调能力和采购经验,对价格影响因素要有敏锐的触觉,并且能够及时的做好预警及防范措施,切忌“从一而终”。这段时间来,我更加领会到总成本优先原则和灵活运用各种采购技巧的重要性。我知道自己距离一个优秀的采购还有很远的差距,因为采购经验是靠长期不断积累经验和自我启发,达到熟练程度后才能掌握的一种技术,要做到这一点是非常困难的,不过,我会更加努力地学习,不断地积累丰富采购经验。(总务科:陈少凡)



关键时刻,赤手空拳的你也能挽救生命!

本报讯(院办:陈宇娟)如果有一天,突然有人心跳骤停昏倒在你面前,做为现场第一目击者的你是虔诚地祷告?是匆忙地呼救?还是……?

紧急时刻,赤手空拳的你也能挽救生命!看我院章文杰主任如何手把手教你掌握“心肺复苏”技能。

7月20日下午,我院医教部主任、福建省红十字会急救救护师资培训讲师章文杰为省直机关工委离退休老干部开展带来一场急救知识专题讲座,重点普及了心肺复苏术的现场操作方法,受到了老干部们和相关工作人员的热烈欢迎。

章主任通过日常意外事件为实例,生动形象的引出突发呼吸心跳骤停患者的黄金救治时间及医学上常说的“黄金四分钟”;通过“急救生存链”的形象讲述强调了现场“第一目击者”对猝死病人第一时间救治的重要性;深入浅出的讲解了心跳骤停后的急救:心肺复苏术,并通过操作步骤分解详细讲述了操作过程中的技术要点和注意事项。



“让我也来试试吧!”现场老干部们纷纷自告奋勇地要求学习急救操作技能。在章文杰主任耐心的指导和纠正下,手把手教老干部一起练习急救操作技巧,胸外按压30次、2次人工呼吸、重复5组……

“正确的现场急救知识和心肺复苏急救技术可以为抢救工作争取到黄金时间,挽救更多生命。”章主任在培训中表示,“在意外伤害发生的时候,急救车和医护人员往往不能很快抵达。这时,‘第一目击者’才是距离伤病员最近的救命天使。”

在常温情况下,心跳停止3秒钟时病人感头晕,10~20秒钟可发生昏厥或抽搐,60秒钟后瞳孔散大,呼吸可同时停止或在30~60秒钟后停止,4~6分钟后大脑细胞有可能发生不可逆损害,也就是说,就算人救活过来也很可能成为植物人。因此,为使病人得救,避免脑细胞死亡,以便于心搏呼吸恢复后,意识也能恢复,就必须在心跳停止后立即进行有效的心肺复苏。复苏开始越早,存活率越高。大量临床实践表明,对于心跳呼吸突然停止的病人,如果4分钟内进行复苏,则可能有一半人被救活。”

本次我院“健康与您同行”公益系列活动为省直机关工委离退休老干部们普及心肺复苏现场救护的知识,希望通过这些活动在公众心中根植人人学急救,急救为人的理念与方法。在遇到突发状况的危急时刻,每一个“第一目击者”都能够勇于和善于伸出援手,科学有效施救,为挽救生命减少伤残贡献自己的一份力量。