

市中西医结合医院：药膳大赛展风采 清廉建设谱新篇

□本报记者刘菁 通讯员谢剑宇

近日，桂林市七星区第一届药膳（行业）职工职业技能大赛在桂林市中西医结合医院和桂林碧玉国际大酒店隆重举行。此次大赛不仅是一场药膳行业精英的技艺切磋，更是一次中医健康养生文化的盛大传播，同时，旨在通过活动推进清廉医院与多单元融合共建，共同为桂林市中医药文化事业的繁荣发展贡献力量。

本次大赛由桂林市七星区卫生健康局、桂林市七星区总工会主办，桂林市中西医结合医院、桂林碧玉国际大酒店承办，吸引了来自七星区11支参赛队伍的踊跃参与。

在比赛现场，选手们纷纷亮出各自的拿手绝活，精心烹制出各具特色的药膳佳肴。一道道色香味俱佳的药膳作品，不仅展示了选手们高超的烹饪技艺，更体现了中医药文化的博大精深。经过激烈角逐，桂林市中西医结合医院—桂林碧玉国际大酒店代表队凭借出色的表现荣获团体一等奖。

作为本次大赛的承办单位之一，桂林市中西医结合医院一直致力于中医药文化的传承与发展。医院建立了中药壮瑶药植物园，种植了一百多种广西特色中药，为群众提供了直观了解



▲桂林市中西医结合医院—桂林碧玉国际大酒店代表队获团体一等奖



▲参赛选手精心制作作品

中医药文化的窗口。同时，医院还在微信公众号开设“养生膳食、每周一膳”专栏，制作编写了《中药壮瑶药药膳食疗培训教材》和《药膳图册》，通过多种形式向群众普及中医药知识。

医院在推进清廉医院与多单元融合共建，打造中医药文化高地的同时，始终坚持“以病人为

中心”的服务理念，不断加强内部管理，优化服务流程，提高医疗服务质。院与清廉机关建设形成有机联动，通过多元化的共建活动，强化内部管理，营造风清气正的医疗环境。这种清廉医院的建设模式不仅为中医药文化的传承与发展提供了有力保障，也为该院医疗卫生事业的健康

发展注入了新的活力。

医院党委高度重视清廉医院建设，成立了工作领导小组，并制定了详细的实施方案，确保清廉建设与业务工作深度融合。通过多种形式，强化清廉意识。医院依托“五堂课”丰富廉洁教育活动，即新职工上岗第一课，确保职业生涯起点

正确；专题廉政教育课，邀请专家专题培训；党支部廉政党课，夯实基层思想教育；以案示警课，传达典型案例强化警示作用；警示教育实践课，实地廉政教育体验。通过“五堂课”将廉政警示教育延伸到临床一线，进一步筑牢党员干部的廉洁思想防线。

医院通过创新举措，打造“四清”医疗环境。利用多渠道宣传清廉成果，精心设计了清廉医院宣传册及廉洁书签，医院通过博大精深的中医理念与清廉元素的融合，营造出独具特色的中医廉洁文化长廊，开辟了“廉文网学”平台，利用办公局域网设立《清廉医院》专栏，涵盖“法纪课堂”“警示案例”“廉文荐读”以及“清廉小课堂”等多元化内容，使职工在日常工作能感受到清雅、清新、清廉的文化氛围。此外，医院依托古莲文化步行街和廉政教育基地，组织了一系列廉政教育活动，旨在进一步提升医院职工的廉洁自律意识。

下一步，该院将全面贯彻落实清廉医院建设提质增效三年行动方案，进一步深化理论学习，加强作风建设，为医院改革发展提供坚实的政治纪律保障，构建更加风清气正的医疗环境，为患者提供更加优质、高效满意的医疗服务。

(图片由桂林市中西医结合医院提供)

健康讲堂

乙肝应该如何预防？

□黄凤妹（桂林医学院附属医院消化内科）

方面：

1. 疫苗接种。疫苗接种是预防乙型肝炎最有效的方法。新生儿在出生后24小时内接种第一剂乙肝疫苗，1个月后接种第二剂，6个月后接种第三剂。对于高危人群，如乙肝病毒携带者的家庭成员、医护人员等，也应接种乙肝疫苗。

2. 切断传播途径。乙肝病毒主要通过血液、性接触和母婴传播。要切断传播途径，首先要做好个人卫生，如不与患者共用餐具、牙刷等生活用品，避免伤口接触患者的血液。其次，加强性教育，使用安全套，减少性传播的风险。最后，对于孕妇，应进行乙肝病毒筛查，确保母婴传播的风险降至最低。

3. 健康教育。提高公众对乙肝的认识和预防意识是预防乙肝的重要措施。健康教育应从以下几个方面进行：

（1）普及乙肝知识：通过宣传册、讲座、电视等渠道，让广大群众了解乙肝的传播途径、症状和预防方法；

（2）乙肝病毒检测：鼓励高风险人群进行乙肝病毒检测，及早发现感染者，及时采取治疗措施；

（3）消除歧视：加强对乙肝病毒感染者的关爱，消除社会歧视，营造良好的社会氛围。

通过以上三个方面的措施，我们可以有效预防乙肝，保护广大人民群众的健康。

三、得了乙肝需要治疗吗？

乙肝是一种常见的病毒性肝炎。许多人对乙肝存在误解，认为它是一种严重的疾病，但实际上，乙肝的症状和严重程度因个体差异而异。有些人可能感染了乙肝病毒，但并没有明显症状，这些人被称为慢性乙肝携带者。那么，当确诊为乙肝时，是否需要治疗呢？

首先，我们需要了解乙肝的治疗目的是什么。乙肝治疗的目的是抑制或消除病毒，防止病毒继续侵犯肝脏，延缓肝硬化进程，降低肝癌的风险。因此，对于乙肝患者来说，及时、有效地进行治疗是非常重要的。

那么，如何判断是否需要治疗呢？这需要通过一系列检查，如肝功能、病毒载量、肝硬度等。如果检查结果显示肝功能异常、病毒载量较高，或者已经出现早期肝硬化迹象，那么就需要进行治疗。此外，年龄、家族病史等因素也会影响治疗决策。

乙肝治疗的方法主要包括药物治疗和日常生活调整。药物治疗包括抗病毒治疗、免疫调节剂、抗纤维化药物等，这些药物需要在医生的指导下使用。日常生活调整包括保持良好的作息习惯、饮食调整、避免饮酒和吸烟等，这些措施有助于肝脏的恢复和预防病情恶化。

得了乙肝是否需要治疗取决于个人的具体病情。一旦确诊，应及时就医，并在专业医生的指导下进行治疗。同时，保持良好的生活习惯，加强自我管理，降低病情发展的风险。

通过早期发现、早期治疗，乙肝患者的生活质量将得到显著改善。

四、如何对待乙肝患者？

乙肝患者需要得到社会的关爱和尊重。在工作和生活中，我们不应该歧视乙肝患者，要关心他们的身体健康，鼓励他们积极治疗，帮助他们建立战胜疾病的信心。同时，我们也应该提高对乙肝的认知，了解其传播途径和预防方法，保护自己和他人的健康。

总之，乙肝是一种常见的传染病，但只要我们掌握了正确的预防和治疗知识，就能够有效地预防和控制它的发生和传播。让我们一起努力，共同守护我们的健康。

二、乙肝的预防措施

预防乙肝至关重要，不仅可以降低感染率，还能减少患者病痛和社会负担。以下是乙肝的预防措施，分为三个

如何应对儿童肺炎支原体肺炎？

□唐慧青（桂林医学院附属医院儿科）

疾病。

二、小朋友得了肺炎支原体肺炎一般会有什么表现呢？

肺炎支原体肺炎的临床表现轻重不一，咳嗽和发热是其最主要的症状，可伴有头痛、流涕、咽痛、耳痛等。咳嗽早期以持续干咳为主，呈阵发性加重，可有类似百日咳样咳嗽。后期可伴白色或黄色黏痰，部分患儿可出现喘息。发热以中高热为主，每个患儿发热的情况不同，重症患儿常以高热（体温≥39℃）为主，同时出现气促、发绀等表现。

婴幼儿临床表现多不典型，可以喘息、气促为主要表现。

肺炎支原体肺炎的患儿早期肺部体征不明显，肺部体征与影像学表现不一致是肺炎支原体肺炎的特征（也就是早期肺部听诊无异常，随着病情的进展，才出现呼吸音减低和肺部啰音，所以早期需要依赖胸片或者肺部CT等影像学帮助判断是否存在肺炎）。家长们需要注意的是，患儿有没有以下重症肺炎支原体肺炎的表现：是否持续高热（39℃以上）≥5天或发热≥7天，体温高峰仍然没有下降的趋势；是否出现喘息、气促、呼吸困难、

胸痛、咯血等症状；安静状态下，未吸氧时指脉氧饱和度是否>93%；部分患儿甚至可出现多系统的损害，如心肌炎、肝炎、脑膜炎、肾炎等（每个患儿的病情不同，医生会根据患儿的表现及一些检查结果进行判断）。

三、如果得了肺炎支原体肺炎，怎么办呢，能治疗吗？

家长们不要惊慌，国家卫生健康委员会制定了儿童肺炎支原体肺炎诊疗指南（2023版），肺炎支原体肺炎已具有规范的诊疗方案。治疗首选药物为大环内酯类药物，如阿奇霉素、罗红霉素。也可选择多西环素、米诺环素、左氧氟沙星、环丙沙星、莫西沙星等（特别提醒，以上药物均为处方药，需在医生或药师指导下使用，切勿自行购买和用药）。

轻症肺炎支原体肺炎多数不需要住院治疗，在抗感染治疗的同时，适当给予退热、祛痰、止咳平喘等对症支持治疗；重症病例在住院抗感染治疗的基础上，需根据病情酌情联合糖皮质激素、静脉用丙种球蛋白、可弯曲支气管镜、抗凝、呼吸支持等综合

治疗。

四、平时如何预防呢？

肺炎支原体主要通过呼吸道飞沫传播，咳嗽、打喷嚏、流鼻涕时的分泌物中，均可携带病原体。肺炎支原体感染患者和无症状感染者是支原体肺炎主要的传染源，潜伏期一般为1~3周，潜伏期至症状缓解的数周内均具有传染性。人群对肺炎支原体普遍易感。

目前还没有预防肺炎支原体感染的疫苗，聚集发病是由于飞沫传播，所以预防支原体肺炎最好的方式是戴好口罩，养成良好的个人卫生习惯，尽量避免去人群密集场所，以减少感染的几率。

居住场所常开窗通风，每次通风时间不少于30分钟，以保持室内空气流通；咳嗽、打喷嚏时用纸巾捂住口鼻或用手肘、衣袖遮挡，用过的纸巾丢入垃圾桶中；保持手卫生，建议使用肥皂、洗手液在流动水下洗手，勿用不干净的手触摸口、鼻或眼睛；经常清洁和消毒常接触的物体表面；注意保暖，避免受凉；当出现明显咽痛、咳嗽、打喷嚏、流鼻涕等呼吸道症状时，应佩戴口罩，及时就医。

健康动态

市人民医院一职工获全国病案信息与管理技能大赛二等奖

本报讯（记者徐莹波 通讯员廖国梁）近日，2024年全国病案信息与管理技能大赛在厦门举行。比赛中，市人民医院病案管理科编码员石文进与其他3名队员组成的广西队以全国综合排名第3的成绩荣获二等奖。

据悉，全国病案信息与管理技能大赛以省、自治区和直辖市为单位组队参赛，每个地区选派一支代表队，由3名三级医院和1名二级医院的病案管理人员组成。比赛内容包括病案管理、国际疾病分类与手术操作分类、病案质量监管、医疗统计、电子病案、随访及相关知识。在大赛前，

市中西医结合医院一职工荣获

全国青年医师脱垂性肛肠疾病案例大赛三等奖

本报讯（记者刘菁 通讯员谢剑宇）日前，全国青年医师脱垂性肛肠疾病案例大赛（中国南方10省份决赛）在贵阳举行。市中西医结合医院肛肠科陈博医生，作为广西赛区亚军参赛，凭借出色的现场解说、规范的操作和精湛的手术技术，荣获大赛三等奖。

在比赛过程中，陈博医生详尽地汇报了患者的病史情况，结合患者实际状况与脱垂性肛肠疾病的治疗共识，进行了全面而深入的考量。精心制定了治疗方案及手术术式，通过精

湛的手术操作技巧，最大程度地降低了对周围组织的损伤，有效避免了术后并发症的发生，展示了高难度的手术操作和独特技巧，并强调了术后的综合治疗和患者心理支持的重要性，结果提示患者术后恢复速度和生活质量均能得到良好的提高。

这一荣誉不仅是对陈博医生个人专业技能的肯定，也彰显了市中西医结合医院肛肠科的专业技术与服务质量。医院将继续努力，不断提升治疗水平，为广大患者提供更优质的医疗服务。

桂医附院一案例荣获

广西优质护理案例竞赛一等奖

本报讯（记者徐莹波 通讯员蒋荣婵 于江磊）近日，2024年广西康复医学会康复护理专业委员会优质护理案例竞赛暨中国康复护理专业委员会第二届优质康复护理案例竞赛广西赛区选拔赛在南宁举行。在比赛中，桂林医学院附属医院参赛案例《从“心”出发，康护随行》荣获一等奖，并晋级第二届优质康复护理案例竞赛决赛。

据悉，举办本次竞赛旨在促进康复护理领域学术交流，推广普及康复护理的新理论、新方法、新技术，提高广西康复护理人员的技术水平和服务能力；全区医疗系统共25个团

自治区南溪山医院赴

桂林监狱开展党风廉政警示教育

本报讯（记者刘菁 通讯员伍佳琪）近日，广西壮族自治区南溪山医院党委、纪委组织党员、干部赴桂林监狱开展党风廉政警示教育活动。

在参观罪犯劳动现场、观看警示教育视频后，医院纪委书记喻泽军以

“因果、忏悔、警示”六字作为总结，并强调党员干部要时刻警醒，拒绝腐败，廉洁自律。此次活动让党员、干部深刻认识到违纪违法的严重后果，决心以案为鉴，严守纪律，廉洁从业，共同营造风清气正的政治生态。