

凝聚强大合力 推动医院发展

市第二人民医院召开庆祝建党101周年暨“七一”表彰大会



表彰大会现场



李红在大会上讲话



卢占军讲话



重温入党誓词(组图为医院供图)

本报讯（记者 郭新星 通讯员 吴佩洋）6月29日上午，市第二人民医院召开庆祝建党101周年暨“七一”表彰大会，回顾党的光辉历史，讴歌党的丰功伟绩，庆祝党的101岁生日。市残联党组书记李红、市第二人民医院党委书记卢占军以及该院领导班子成员及各党支部书记、党员代表参加了会议。会议由该院党委委员、院长裴海青主持。

大会在庄严的《国际歌》声中拉开帷幕，市第二人民医院党委委员、副院长李敏宣读了《中共安阳市第二人民医院委员会关于表彰先进党支部和优秀共产党员的决定》。院领导分别为受表彰的集体和个人颁发奖牌和荣誉证书。随后，该院党办主任为按期转正的6名党员佩戴党员徽章。内科党支部书记带领预备党员进行入党宣誓，同时老党员重温入党誓词。预备党员和先进党支部代表分别进行了发言。

卢占军代表院党委向辛勤奋战在全院各个岗位上的党员和离退休党员致以节日的问候，并向受到表彰的先进集体和个人表示祝贺。他在发言中回顾了党的光荣历程及该院

一年来的工作，并对下一步的工作进行了安排部署。

卢占军指出，近一年来，在市委、市政府及上级党组织的正确领导下，市第二人民医院党委始终坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面落实从严治党要求，把握大局，突出重点，狠抓落实，为促进我院党务工作开展提供了作风引领和组织保障。扎实开展党史学习教育，开展理论学习中心组“带头学”、支部党员大会“集中学”和普通党员“自主学”，在深学细研中坚定理想信念。全力做好疫情防控工作，完成了方舱CT、检验等设备的配备及发热门诊验收工作。按要求接诊、留观发热患者，加强院内管理，防控疫情隐患。大力支持全市核酸采样工作，截至目前，先后派出核酸采样队4800余人次，完成核酸采样任务200余万人次，并圆满完成支援各县区及隔离点，市第五人民医院、市第六人民医院和上海的疫情防控任务。在防汛救灾方面，该院成立防汛应急救援队和“党员突击队”，充分发挥党员先锋模范作用，及时做好灾后防疫消杀及汛后传染病培训等工作。为支

持灾后重建，该院党委在汛后第一时间组织捐款活动，医院广大党员干部职工纷纷响应。在促进乡村振兴方面，该院始终发挥后盾支撑力量，关心关注帮扶村林州市原康镇申家洼村，组织开展党课宣讲、志愿者义诊服务、走访慰问脱贫群众等，并捐赠疫情防控物资，大力支持申家洼村疫情防控工作，并积极发动全院党员干部职工开展消费帮扶，促进集体增收。在志愿者服务方面，该院党委多渠道、多形式开展志愿者服务工作，充分发挥公益性质，服务百姓。2021年，该院共发布志愿者服务岗位14个，志愿者参与3000余人次。

“医院正处在发展的关键期，我们缅怀党的丰功伟绩，弘扬党的优良作风，目的就是动员和激励全院广大党员干部职工，以先进典型为榜样，团结拼搏，奋发进取，凝聚起强大的发展合力，为医院的再次腾飞提供坚强的组织保障。”卢占军强调，要坚定信念，对党忠诚，不断增强干事创业的新本领，坚持不懈用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑，增强政治定力，把增强本领作为推动落实的基础性工作，不断提升工作效

率、专业能力和创新能力，持续提升医疗服务能力。要勇于担当，主动作为，充分彰显新时代共产党员的政治本色，带头落实好常态化疫情防控各项任务，始终把人民生命安全和身体健康放在首位，精准研判形势，积极主动作为，充分发扬新时代抗疫精神，让党旗始终高高飘扬在疫情防控第一线。要崇尚实干，敢于攻坚，在不断推进医院发展中展现新作为，紧紧围绕党中央大政方针和省市委、市委决策部署，在市残联的领导下，积极投身医院发展建设，推动医院发展迈上一个新的台阶。

李红在大会上强调，要做到学政策、明方向、定方向，每一位同志都应接受党性教育，主动学、全方位学、全科学学，要结合自身学、结合实际学，要做一个善于学习、会学习的人，努力做到抓落实、见效果，促使工作落地见效。要强业务，医院职能是护佑百姓生命健康，医护人员要立足岗位苦练基本功，高标准学好技能，加强岗位练兵，不断提升业务水平和服务能力，更好地服务群众，更好地促进医院和行业的发展。要树形象，大家要提高主

人翁意识，深刻理解作风能力建设的重大意义，以更好的精神面貌为卫生健康事业发展作出自己的贡献。

李红指出，新冠肺炎疫情以来，国家对卫生健康事业更加重视，希望市第二人民医院抓住机遇，共同努力，以“能力作风建设年”为契机，以“大康复”理念为发展方向，高标准要求自己，各司其职，履职尽责，共同为卫生健康事业交上一份让群众满意的答卷。卢占军表示，市第二人民医院干部职工下一步将努力学习，强化业务，加快康复中心建设，不辜负群众的期望；他号召全体党员干部敢于做先锋，勇担医院改革发展使命，在医院高质量发展新征程上扬帆起航、破浪前行，在奋斗中推进医院高质量发展、跨越式发展。

会议在《没有共产党就没有新中国》的歌声中落下帷幕。与会人员纷纷表示，在今后的工作要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引，进一步坚定理想信念，强化责任担当，凝聚思想共识，充分发挥党员先锋模范作用，奋力推进医院各项工作迈上新台阶，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。



安阳市心血管病医院
安阳市第三人民医院

市第三人民医院

关爱老人健康 提供养老服务



相关领导看望慰问老人



护理人员教授老人拍手操



专家给老人检查身体

为庆祝中国共产党成立101周年，6月30日，受医院党委委托，市第三人民医院党委委员、副院长王固辉，党委委员、纪委书记尚红艳带领相关部门负责人来到夕阳红颐养院看望慰问老人。

夕阳红颐养院于2020年划拨至市第三人民医院，2021年被河南省卫生健康委员会命名为河南省老年友善医院，同年启动了医养结合医疗保障体系，该院为每位老人建立健康档案，定期查房，掌握健康状况，制作医养保障联系图、楼层医护联系卡，充分发挥医疗优势，以方便、及时的就医通道为老人健康保驾护航。

当天，市第三人民医院专家团队还为在院老人进行了查房，护理人员教授了拍手操。此次活动进一步激发了市第三人民医院党员先锋模范作用，大家以更加饱满的热情、更加务实的作风，凝心聚力，为老人提供医疗保障下的养老服务。

（本报记者 李海鹏 摄）

●专家话健康

浅谈脂肪肝

□韩阳

肝脏是以代谢为主的一个器官，是人体最重要的排毒器官。肝脏疾病不仅仅是单一脏器的病变，还会对心脑血管等其他组织产生各种影响。

随着我国生活水平的提高以及新生儿乙型肝炎疫苗接种的普及，2015年后我国乙型肝炎病毒（HBV）携带率降至6%以下，而肥胖症、糖尿病、高脂血症等代谢综合征的发病率日益增加，非酒精性脂肪性肝病（NAFLD）的发病率已超过15%，成为我国最为常见的慢性肝病。

那么，什么是脂肪肝呢？正常成年人肝脏的脂肪含量约占肝脏重量3%~5%。在某些异常的情况下，肝脏内脂肪含量超过肝脏湿重的10%，或在组织学上超过50%的肝实质脂肪化时，称之为脂肪肝。严重者肝脂肪含量可高达肝总重量的40%~50%。

根据有无过量饮酒史，脂肪肝在临床上可分为酒精性脂肪性肝病和非酒精性脂肪性肝病两大类，但病因诊断常不易确立：

1.酒精性脂肪性肝病，主要是由乙醇及其代谢产物所致，疾病进展快、预后差，重症肝炎和肝硬化死亡率高。

2.非酒精性脂肪性肝病，是遗传-环境-代谢应激相关性肝脏疾病，病理上包括单纯性脂肪肝、由其演变的脂肪性肝炎、脂肪性肝硬化等类型。

脂肪肝的症状有哪些呢？脂肪肝的临床表现个体差异很大，轻度脂肪肝临床上可以没有任何症状，重症者可有消化系统症状及肝功能异常等表现。

脂肪肝是如何被催生的呢？

1.不合理的膳食结构，人体热量和营养素的摄入量明显增加，且来自饱和脂肪、单糖、双糖的热量上升，高脂肪、高热量食品（包括含果糖饮料）消耗过多与肥胖和脂肪肝关系密切。

2.不良的饮食习惯，过量进食、频繁进食、吃零食、喜甜食和荤食、常吃夜宵、不吃早餐等不良饮食习惯，为肥胖和脂肪肝的发病提供条件。

3.多坐少动的生活方式，绝大多数脂肪肝患者习惯久坐，有些患者甚至从不参加体育运动，人体主要通过体力活动消耗多余热量，没有被消耗的热量可转化为脂肪储存，在肥胖的形成原因中，活动过少与摄食过多同等重要，当脂肪沉积于皮下时，表现为肥胖，当脂肪堆积在肝脏时，就出现了脂肪肝。

4.酒精滥用，当前，中国习惯性饮酒者数量不断增多，儿童和青少年饮酒已不少见，且人均酒精消耗量逐年增加，尽管少量饮酒并不增加脂肪肝的发病率，但过量饮酒肯定会导致肝损害。

5.遗传易感性，有肥胖症、糖尿病、高脂血症、高血压、冠心病、脑卒中以及脂肪肝家族史者，容易发生脂肪肝，家族中有上述疾病的成员越多，特别是母亲或双亲有上述疾病者，发生脂肪肝的风险越高，发病年龄越小，则发病后进展速度越快。

一般而言，脂肪肝属可逆性疾病，早期诊断并及时治疗常可恢复正常。那么，我们需要怎么做呢？

1.至少减轻体重10%，研究发现，体重减轻越多，肝组织改善越好，不仅可以改善脂肪变性，还能改善炎症、肝细胞损伤和肝纤维化，理想的减重目标至少要大体重重的10%。

2.减少能量摄入，饮食管理是核心，要求限制能量摄入，建议平均每天减少450kcal的能量，尽量食用低能量食物，杜绝零食摄入。

3.坚持地中海式饮食模式，循证医学证据表明，地中海式饮食模式可降低代谢综合征、心脑血管疾病、癌症、肥胖和2型糖尿病的发病率，对于非酒精性脂肪性肝病患者也有益处，即使在体重没有变化的情况下，坚持地中海式饮食也能改善脂肪肝、脂肪变性和胰岛素抵抗的情况，地中海饮食富含全谷物、水果、橄榄油和低脂乳制品，能提供大量单不饱和脂肪酸和抗氧化物质。

4.减少果糖摄入，果糖会增加脂肪合成，导致血脂异常，同时增加内脏脂肪堆积和胰岛素抵抗，因此不推荐选择添加果糖的加工食品和饮料等，添加果糖的量每天不应超过总碳水化合物总量的5%。

5.咖啡，可以适当饮用咖啡，咖啡中含有的咖啡因、双萜化合物和绿原化合物可以改善肝纤维，保护肝细胞。

6.戒酒，患者不应大量饮酒，男性酒精摄入量应控制在每天20g以下，女性酒精摄入量控制在每天10g以下。

7.运动可改善脂肪肝，运动可以促进能量消耗进而减轻体重；减少肝内脂肪堆积，增加胰岛素敏感性从而改善脂肪肝。

总之，健康饮食，加强锻炼，大家远离脂肪肝。

（作者系市第五人民医院肝病科三科主治医师）