

优秀“党建品牌”支部风采展示④

徐州市中心医院心研所党总支第二党支部

胸痛中心 护航生命

徐州市中心医院心研所党总支第二党支部坚持“党员和群众需要什么、就打造什么品牌”的原则，通过创建“胸痛中心，为生命护航”特色党建品牌活动，强化党建引领作用，发挥党支部战斗堡垒作用和党员先锋模范作用，推进科室高质量发展，赢得了广大群众的支持。



发挥党支部战斗堡垒作用 护佑人民健康

积极发挥党支部的战斗堡垒作用，以党支部党员为核心力量的胸痛中心，整合院内院外资源，参与区域协同应急救援网络建设，为胸痛患者救治提供强大的技术支撑。作为淮海经济区首家国家级胸痛示范中心，中心与各县区医联体医院和120整合，构建了全市胸痛区域协同救治网络，自成立以来成功抢救了近9000名胸痛患者。

同时，积极开展徐州市急性心肌梗死溶栓治疗培训班、胸痛健康宣教进社区、徐州市胸痛救治单元

线上培训等活动，深入基层助力胸痛中心建设。我院胸痛中心帮助睢宁县双沟镇中心卫生院成功开展胸痛救治单元首例急性心肌梗死溶栓治疗，获得了中国胸痛中心总部的报道。2023年，我院心脏病诊疗中心韩冰主任出席徐州市卫生健康委召开的“拯救生命，加速前行——11·20心梗救治日暨徐州市急诊急救‘五大中心’建设情况”新闻发布会，介绍了我院及徐州市胸痛中心建设情况，会上发布了徐州市胸痛救治地图，与百度地图进行实时更新。

主动“下沉”基层 造福更多群众

在院党委领导下，党支部通过合作、义诊、帮扶等方式深入基层，满足基层群众就诊需要。利用心脏宣传日举行义诊活动宣传心脏科普知识；定期参与主流媒体健康宣教节目，多渠道进行心血管疾病的科普宣传工作；建立“中国心血管健康联盟—徐州市中心医院冠心病关爱之家微信群”，定期向患者推送健康科普知识、进行定期随访、及时指导救治；与徐州站派出所党支部联合开展“警医同心、健康相伴”共建活动，共同探讨交流支部党建工作经验及向派出所民警开展胸痛相关科普活动。

我院胸痛中心工作获国家卫生健康委、省卫生健康委肯定。2021年，党支部获全国卫生健康系统庆祝建党100周年专题活动“先进基层党组织典型案例”，是徐州市卫生系统唯一获奖的基层党组织。

心研所党总支第二党支部将持续推进党建品牌创建活动，强化支部党建工作，发挥党支部战斗堡垒作用，为实现“健康中国2030”规划纲要既定的目标贡献力量。

来源：心研所党总支第二党支部
整理：鲍丹

加强理论学习 促进党建与业务深度融合

心研所党总支第二党支部通过加强理论武装，不断锤炼党性修养。认真落实“三会一课”制度、组织生活会制度、民主评议党员等，每月开展各种形式的主题党日活动。认真组织支部党员理论学习，提高党员自身的政治素养和站位。支部积极创新学习方法，通过个人自学、集体研学、基层讲习、红色观影、知识竞赛等，掌握理论精髓，理解内在规律。支部党员多次前往山东沂蒙党性教育基地、淮海战役烈士

纪念馆等红色教育基地开展现场教学，实地感受红色精神。

支部以“胸痛中心，为生命护航”党建品牌为引领，坚持将理论学习和业务研讨相结合，积极学习、探索和研究党建工作与临床业务工作的结合点和切入点，推动党建与医疗业务深度融合，将党建嵌入医疗工作各环节，在实践中引导党员强化党性修养，提高党员政治意识。

养生月历

9月中医养生，请查收

进入9月，也就进入了秋天。秋天天气渐渐转凉，万物收藏，是养生黄金期。此时应本着“阴阳平衡”的规律，使机体保持“阴平阳秘”原则，做好养生事宜。

节气·白露 小心着凉

白露是九月的头一个节气。白露是二十四节气中的第十五个节气。所谓“阴气渐重，凌而为露，故名白露”。此时白日尚热，夜间温度骤降，稍微不慎，夜间易受凉，导致免疫力下降而诱发疾病。白露也是典型的秋季气候，天气干燥，燥易伤肺。因此，时令养生要注意保暖，注重滋阴、润肺。

白露时节的养生重点是加强身体锻炼，注意早晚不要受凉，对过敏性疾病积极预防。要防止鼻腔疾病、哮喘病和支气管病的发生。特别是因体质过敏而引发上述疾病的患者，在饮食调节上更要慎重，平时要少吃或不吃鱼虾海腥、生冷炙烩腌菜和辛辣酸咸甘肥的食物。

在白露节气中要预防秋燥，燥邪伤人，容易耗人津液，出现口干、唇干、鼻干、咽干及大便干结、皮肤干裂等症状。可适当多服一些富含维生素的食品，也可选用一些宣肺化痰、滋阴益气的中药，如西洋参、党参、麦冬等，对缓解秋燥有良效。

中医学提倡根据四季变化，调整人的作息规律，并总结出“春生、夏长、秋收、冬藏”的四季调神原则，达到与天地同步，也就是所谓的“天人合一”。秋分之后，人们应该改变在夏天养成的晚睡早起的习惯，尽量早睡早起，并且为冬天的早睡晚起打下基础。这样第二天醒来，会觉得清爽、很解乏，人的新陈代谢会达到最好的效果。

节气·秋分 重点防燥

秋分从今年的9月22日开始。从这一天起，北半球开始昼短夜长。我国农历认为，这一天刚好是秋季90天的一半，因而称为秋分。

秋季的主要特点是燥，秋分前以温燥为主，秋分后以凉燥为主，二者伤人各有特点。

秋分之前连接着夏天之尾，气候还留有几分暑热余气，故燥邪伤人多见温燥病；秋分后连接着冬天之头，秋风阵阵，寒凉渐重，所以燥邪伤人多见凉燥病。温燥临床表现为头痛身热、干咳无痰、咯痰多稀而粘、气逆而喘、咽喉干痛、鼻干唇燥等症，这是肺受温燥之邪、肺津受灼而出现的燥热症状。而

防治温燥，即可多吃些能养阴润燥的食物，比如可多吃蜂蜜、莲藕、雪梨等。

而凉燥病不仅使人出现一系列阴津不足、干燥失荣的症状，例如唇燥口干、干咳连声、皮肤干痒等，还会出现类似于感受风寒的症状，例如头痛身热、恶寒无汗、鼻鸣而寒。

预防凉燥，首先要做好保暖工作。另外，继续坚持锻炼，增强体质，适应气候由温变凉再变寒的过程。应多吃温润、甘润的食物，如芝麻、核桃、糯米等。也可以多吃些口味酸甜的食物，如葡萄、猕猴桃等水果。

来源：中医科
作者：赵波（中医科）