

依托战略合作 追逐雄伟梦想

——记我院 2019 年度总结表彰暨等级医院评审动员大会



2019 年已悄然走过,崭新的 2020 年已经迎面而来。

1 月 16 日下午 2 时,我院在椒江剧院举行台州市中医院 2019 年度总结表彰暨等级医院评审动员大会。特邀出席的领导、嘉宾有市卫健委党委委员、副主任林伟胜,椒江卫生健康局党委书记、局长郑岳华,市卫健委体制改革与发展处处长林远巨,市卫健委医政处处长王敏峰,市卫健委医政中医处主任江志勇,台州市春雨公益协会秘书长潘玲群,路桥金清卫生院、仙居县

第二人民医院等中医医联体合作单位的代表。全院干部职工以及部分退休职工参加会议。会议由院党委书记徐雄平主持。

总结动员:2020 年上半年,医院迎来浙江省第四周期三级乙等中医医院复评。根据议程安排,职能科主任代表洪小兵,临床科主任代表何文全,护士长代表崔海青表态发言,呼吁大家在时间紧、任务重、困难多的情况下从我做起,以饱满的主人翁精神和严谨的工作态度,全面细化评审指标,明确责任分工,加强学习,坚定

信念,撸起袖子加油干,全力以赴迎复评!

院长张日初代表医院领导班子作题为《依托战略合作 追逐雄伟梦想》的 2019 年度工作总结汇报,报告从运营情况,收获亮点,聚焦难点,逐梦着力点四方面展开,并就等级医院复评作《只争朝夕,勠力同心,迎接三级医院等级复评》动员讲话,他指出 2020 年是医院与上海中医药大学及其附属医院的全面合作元年,全院干部职工要本着学习、尊重、服从的态度,主动对接,主动作为,实现医院跨越式发展。拉高标杆,以三级甲等中医医院的标准,刀刀向内,自我剖析,全面熟悉、理解、贯彻评审要求。注重基础质量,环节质量,综合质量的管理。在思想上,决策上,行动上保持高度一致,工作同步,落实有力,高标准通过三乙复评。

市卫健委副主任林伟胜高度肯定医院 2019 年所取得成绩。同时,就医院面临的发展短板、不足提出建议、希望。他指出,市中医院干部职工要统一思想,团结一致向前看,以“只争朝夕,不负韶华”的历史责任感和使命感推动医院各项事业高质量发展。奋发作为,借梯登高谋跨越。积极响应市委全面对接大上海的工作思路,在医疗、科研、教学和医院管理等开展全方位合作。明确目标,狠抓落实提升,以优异成绩通过三乙医院复评。做强特色,精益求精谋发展,担当起引领全市中医药事业发展的责任,站在全市域的高度来思考问题谋求发展,为全市中医药事业高质量发展贡献力量。

文章来源:院办/邱敏洁

守正创新,我院发挥特色优势,多措并举助力新冠肺炎防控工作

2 月 19 日消息,根据中央应对新冠肺炎疫情工作领导小组会议提出的“强化中西医结合,促进中医药深度介入诊疗全过程,及时推广有效方药和中成药”的要求,浙江省中医药管理局、浙江省医疗保障局联手推出“中药预防疫病推荐方”,并临时列入浙江省医保。

当天,国家卫生健康委员会发布的《新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第六版)》改善了中医治疗部分,使中医治疗更加贴近临床。

自新冠疫情开始以来,我院第一时间部署疫情防控工作,协助台州市公共卫生中心开展确诊病例的中医药治疗,积极探索新冠肺炎的中医防控与诊治工作。1 月 24 日,由浙江省名中医、主任中医师李伟林领衔医院中医药专家率先提出《关于新型冠状病毒肺炎中医治疗》,并向市民推荐高风险人群流感中药预防处方,广受社会各界的欢迎,截至目前医院累计开具病毒流感预防中药方 25600 余贴,共 3600 余人次受益。

2 月 4 日,医院根据自身防控需要,设立观察留观病房,为留观患者的提供个性化中医诊疗。积极参与椒江区观察隔离点的密切接触人员的中医药诊治,对感到些许不适的隔离人员及时心理疏导及中药调理预防。

与此同时,我院门诊常态化提供流感免费茶饮,提升市民健康免疫力。在台州市支援湖

北荆门医疗队中,我院派出中医业务骨干医务人员驰援湖北一线新冠肺炎救治工作,辨证施治,让中医药在本次疫情防控中发挥更大的作用。

伴随复工复产的来临,医院委派 8 名医疗业务骨干下企业知道复工,自 2 月 26 日以来,共走访企业近 200 家。我院健康管理中心设立复工专项健康安全体检,受理企业组团复工体检 30 余家,共计 2500 余人次。

运用多种信息传播手段,向市民宣教疫情相关知识。如:与台州交通综合广播 987 频道合作,推出《大医生说防疫》专题栏目,安排专业医生在线科普问答,前后共组织 12 期,向市民普



及中医药在新冠疫情防控、治疗中的积极作用,力求健康教育能够深入人心,人人都有防范意识。

春暖花开在开,疫情终将散,我们终将打赢这场战“疫”。

文章来源:院办/邱敏洁

【只争朝夕,不负韶华】
盘点 2019 硬核大事,
2020 初心不改,砥砺前行



亮点一:认真开展不忘初心、牢记使命主题教育系列活动



亮点二:上海中医药大学台州医院签约仪式



亮点三:医院顺利完成信息系统切换



亮点四:台州市中医院中医医联体正式成立



亮点五:4 个专科获评省中医药重点专科,12 项课题在科技局立项



亮点六:复旦大学附属华山医院陈星影像会诊中心台州分中心挂牌仪式暨长三角一体化影像医学创新发展高峰论坛



亮点七:推进清廉医院建设和网格化监管



亮点八:医院章程在职代会原则上通过



亮点九:“博爱·牵手”省民革“医卫服务基地、宋康全国名老中医专家传承工作室台州站授牌



亮点十:利奇马来疫,通宵抗台,快速恢复家园

我院感谢社会各界的爱心捐赠



自新型冠状病毒感染的肺炎疫情发生以来,全院干部职工为了保护人民群众的身体健康和生命安全,团结一心、众志成城,日夜奋战在抗击疫情的最前线,立志打赢这场没有硝烟的战争!

在此过程中,面对紧张的医疗物资供给,社会各界无论是单位、公司还是个人千方百计筹措物资,向我院伸出援助之手,共克时艰,他们是这场战“疫”的幕后英雄。

去年,民革浙江省委“博爱·牵手”台州市中医院医卫服务基地正式揭牌落户。作为项目的负责人,汤军主任虽然坚守在省中医院的门诊内科,但依然心系我院。在得知我院物资紧缺后,汤军主任的“益生靓汤”团队即刻发起捐赠倡议,以实际行动支持一线抗疫人员,并经所有捐赠者同意后,将团队1:1配套捐款换购成100副护目镜和1000包茶包捐赠我院。

2月4日,120个N95防颗粒物口罩,180

个FFP2级防颗粒物口罩,16瓶4KG84消毒液,6只2L喷壶整整齐齐地放在会议室,在当时物资非常紧张的情况下,台州市大众公益协会多方联系,雪中送炭解决了当下的燃眉之急,随后还捐赠了400只N95口罩。

面对新冠病毒也可通过气溶胶传播的可能,

我院预留的护目镜远不够临床科室的使用。社会热心人士徐洲铭、李艳丽各捐赠了100只防护眼镜。医院职工王才党、陆红日、葛超、陶阳菊等通过自身关系联系多个渠道,捐赠护目镜、一次性防护帽、手术衣、鞋套等一批防控物资。

类似这样的爱心,从四面八方汇聚而来,凝聚成一股强大的力量。台州市景福药品有限公司捐赠了1000只挂耳式(海宇潮)口罩;台州市椒江天宇科技有限公司捐赠了1000只民用口罩,日出实业集团送来了30个GW5防护眼镜,5件化学防护服;长春吉原生物科技有限公司送来了50包II型10CMx10CM水凝胶防压疮功能敷料;蒙牛台州分公司送来的2180提蒙牛纯甄酸奶,台州古茗奶茶送来的220杯温热的奶茶,台州华莱士送来的150份汉堡饮品,给医护人员注入身体上的能量。

2月19日,浙江省台州市红十字会的车呼啸而来。车内装载着浙江弦磁科技有限公司捐

赠的20只UVEX GOGGLE防护眼罩,200只Caspian Orange Safty Goggle防护眼罩,52只3M ANTI-F GOGGLE防护眼罩,29件Dupont Tyvek 500 Xpert防护服,8件3M 4565防护服,27件DU PONT Tyvek 600 PLUS防护服。他们表示,虽然大家物资都紧张,但是医护人员是战疫第一线人员,必须保障大家的防护安全。

一方有难,八方支援。有些爱心人士虽无物资,却有一颗炽热跳动的心,可虑医务人员长期奋战在一线无暇顾及自己的头发,原创美学缪小龙,完美人生邓艳霞,带上剪刀和推子,在医院开设了临时理发室,上门免费提供理发服务。

中国邮政集团公司台州市椒江区分公司在得知我院有防护物资驰援湖北后,两度免去快递运输费用,将160个50L的塑料桶,4件防控物资如期送达武汉。

由于篇幅有限,还有很多单位和个人的爱心没有一一表述,但我们郑重承诺,你们所捐赠的物资,我们都会一一做好登记,并合理利用,不辜负社会各界的期望。如果说病毒让我们的距离变远了,但因为有了你们的存在,心与心的距离更近了,是你们让我们医务人员觉得前路不再那样艰难。

台州市中医院全体干部职工对所有爱心单位及个人捐赠表示由衷的感谢和崇高的敬意!我们定将不辱使命,全力以赴!我们坚信,在大家的共同努力下,一定能打赢这场疫情防控阻击战!

院办/邱敏洁



众志成城,共战疫情

——台州市中医院几度调集防疫物资驰援武汉

这是一个特殊的春节,这是一场没有硝烟的战争,从武汉波及全国,牵动人心。与此同时,重疫区武汉医疗资源愈发紧张——医疗人员告急,口罩、防护服等防疫物资告急的声音不断传出……

1月27日,我院接市卫健委指令,重症监护室洪优优、杨海飞两名同志志愿驰援武汉抗击“新冠”。“驰援武汉有任何困难,医院都是你们坚强的后盾”,院长张日初在给他们奔赴武汉壮行前说道。

2月4日上午8时许,伴随着一声铃响,我院重症医学科主任余方宇接到前线洪优优护士长的求助电话,经过连续几日的坚守和抢救,面对严重匮乏的物资,她只能向医院申请调用科室里备用的耗材应急,尤其是可高效防止交叉感染的V60呼吸机配套呼吸管路和通气面罩。

深知呼吸机对患者抢救的重要性,余主任立即将困难向院部反应。张日初院长在了解情况后指示,马上筹集相关物资支援前线。另一方面,医院也即刻将前线情况汇报台州市医学会。医学会第一时间明确表示,一起筹集物资支援前线“将士”。

在得知前线医护人员紧缺人工鼻和密闭式吸痰管后,台州市景福药品有限公司主动提出公司可以力所能及地捐赠防疫物资去支援前线。

为确保当日快递能正常发货至武汉,医院与多个供应商联系,辗转数次,成功从几家医疗器械公司的仓库中拿到仅存的100套V60用无创呼吸管路组,100个V60用通气面罩,100套人工鼻,10根密闭式吸痰管。

当日,46个快递包裹,硬是赶在顺丰快递当天下午5点停运前最后一刻装车寄出。而杭州沛恩公司也被我们的善举打动,主动承担了全部的快递费。真真体现了一方有难,八方支援。

2月8日晚上,医院再次接到湖北驰援的“天使”关于急需一批塑料桶的需求,原因是医疗队衣服无法浸泡消毒。医院后勤保障部的采购员徐道德接到院部指令后,连夜联系供应商寻找货源,特殊时期寻找合适供应商也异常困难,电话一个接一个的打,店铺一家一家的问。最终在台州温岭大溪找到一家可以供应。深知温岭在全市疫情防控中最为严格,第二天还是早早起来与行政驾驶员丁奇立,义无反顾奔赴温岭。当下联防联控,去温岭路上是处处设卡要绕道通行,为支援武汉的物资能及时采购到,心急如焚的他们,不停查看各种路况信息,想以最快的速度为支援武汉赢得宝贵的时间。原本40公里(1小时)的车程,最后开了100多公里(3个多小时),才采购到支援武汉的160个消毒筒。

为提升运输的时效,他们两无暇顾及中餐,马不停蹄地赶往椒江EMS物流中心,中国邮政台州市椒江区分公司章远源经理得知物资是驰援武汉后,立即组织工作人员迅速打包装袋,并免去此次运输的全部费用。在国家危难之际,各行各业齐心协力,攻克时艰。

2月13日,在得知我市对口支援的新疆阿拉尔市医务人员驰援武汉后出现物资紧缺的情况,我院自身物资紧缺的前提下,再一次迅速筹集物资,将一批洗手衣,无纺布帽,一次性外科手套等物资迅速装箱打包寄出,助力“武汉”疫情防控阻击战,而这一次中国邮政椒江分公司再次伸出援助之手,免费送达。

共克时艰、人间有情。没有过不去的冬天,也没有不到来的春天,一切将会过去,祈愿朗朗乾坤,山河无恙!

让我们静候春暖花开!愿天佑中华!

文章来源:医学装备部/李楚楚
后勤保障部/徐道德
院办/邱敏洁

图片新闻



1月9日 市卫健委疾控中心主任蔡统利一行莅临我院督导检查疾病预防工作



1月10日 台州市中医院护理部进修护士工作汇报暨“世界咖啡馆”活动论坛圆满结束



1月21日 如日方升,药剂科的昨天、今天与明天 ——分包机带领临床药学新气象



2月7日 台州市中医院开通“新冠肺炎”线上咨询通道



2月12日 隔离不隔爱,这间特殊的“理发室”开张了

市卫健委副主任林伟胜一行莅临我院调研指导

1月9日,市卫健委副主任林伟胜,医政处处长王敏峰,医政中医处主任江志勇一行莅临我院调研指导。我院全体领导班子参与会议。

林伟胜一行详细询问了我等级医院复评进度,了解了我院中医药事业在基础设施建设、医疗服务能力、人才队伍建设、中医药产业发展、核心制度的落实等方面的情况,面对面了解遇到的困难和问题。

我院领导分别汇报了各自分管工作的推进情况,并就等级医院复评时间短,任务重的现状,就如何提升我院中医文化实力和顺利通过复评提出难点和诉求。

王敏峰肯定了我院领导提出的部分诉求与建议,他表示为了台州中医药事业更长远的发展,医院要尽力挖掘中医优势特色病种,并表示会将今天反应的情况整理后带回。

江志勇对此行调研深有感触,他看见了我院的发展潜力,表示今后将会把工作重心更多地向中医药建设倾斜,希望今后市本级医院能建立成真正一流的中医医院。

林伟胜对大家的想法和建议给予了肯定。他表示,2020年市卫健委将深入贯彻落实习



近平总书记对中医药工作重要指示精神和《中共中央国务院关于促进中医药传承创新发展的意见》,搭建平台,政策支持,希望我院今后的发展以三甲中医医院为目标前进,对照三甲医院的标准,高分通过此次三乙医院的复评,自查不足,列好时间表,规划好路线图,按三甲的规范去做。也希望我院能好好依托上海中医药大学及其附属医院的平台,实实在在地落实院校合作、院院合作,进一步加强人才队伍建设,清廉医院建设,信息化下网络安全建设,做好双下沉,两提升,扩大影响力,推动台州中医药事业可持续发展。

文章来源:院办/邱敏洁

台中医人在行动 ——呼吸道感染观察病房的记事



新年伊始,新型冠状病毒感染的肺炎疫情蔓延,牵动人心。院部领导班子审时度势,于2月4日将5楼儿科病房腾空,按照感控要求,设立了呼吸道感染观察病房。疫情就是命令,防控就是责任,陈永青、黄剑,金卫女护士长、王莹莹、周正精、金双双、王宇婷,还有一名保洁员主动请缨接管观察病房,当日晚上,就收治了4位病人。舍小家,保大家,一个周期就是三周时间。

于此同时,院感部第一时间组织医护人员培训

新型冠状病毒的防护,手卫生,穿脱隔离衣,做好自我防护。护理部提供功能敷贴、感冒药。后勤保障部门的工作人员,根据隔离病房要求,装修改造,在生活区安装了热水器,配备了取暖器、三餐配送等,多举措保障医护人员的日常工作与生活。

院部领导慰问观察病区医务人员,并送来医院官方推荐的中药预防肺炎一方号免煎颗粒,方便于冲泡喝茶,增加医护人员的免疫力。晚间休息之余,由陈永青副主任中医师,黄剑中医师,金卫女护士长组织科室的业务学习,并且对科室进行持续质量改进,完善工作流程。

在呼吸道感染观察病房设立临时党支部,他们中就有六名党员,大家纷纷表示“不忘初心,牢记使命,努力做好本职工作,打赢此疫”。

疫情无情,人有情,只要我们团结一致,医患合作,“战疫”终会胜利。春天已经到来,相信一切美好依然会美好!

文章来源:观察病区/周正精

官宣：推荐肺炎中药预防方，适合高风险人群



中医药,是中华民族瑰宝之一。中药疗效好,但煎煮不方便,特别对日常上班族来说,更是一件麻烦事。几千年来,中药的服药方法以汤剂

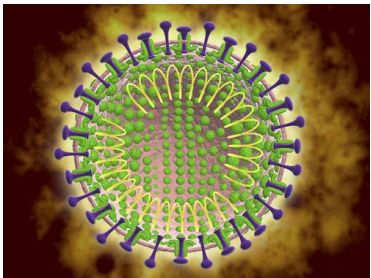
为主,汤剂的基础是中药饮片。“中药颗粒剂”是中药饮片加工炮制工艺及剂型改革研究的进展,是依据中医药理论和临床应用需要,对中药材及中药材饮片

进行特殊加工的一种便于携带和服用的新剂型。

新型冠状病毒感染的肺炎,中医将其归属于“疫病”范畴。根据《浙江省新型冠状病毒感染的肺炎中医药防治推荐方案》(试行第三版),台州市新冠医疗救治中医专家组李伟林等中医药专家,结合近段时间我市新冠病毒感染确诊病例诊疗实际,特向市民推荐高风险人群预防处方。

推荐处方:《病毒性肺炎、流感预防一号方》;免煎颗粒配方:黄芪、炒白术、防风、贯众、金银花、连翘、大青叶、陈皮、佩兰等;中药配方颗粒服用方法:建议:开水温度 90-100 ℃;根据颗粒量加水 80-200 ml,以颗粒溶解为宜;搅拌均匀稍稍凉后服用;每日两次,每次一包;请遵医嘱。注: 1.妊娠期妇女慎用。2.儿童在医师指导下应用。咨询电话:0576-88523792(颗粒剂药房)、88825687(中药房)咨询时间:上午 8:00-下午 4:30。

预防新型冠状病毒肺炎,中医中药有何妙招



中医古籍没有“病毒性肺炎”一词,新型冠状病毒肺炎属于中医学中的时行感冒、伤寒、温病、瘟疫等,这些病除感受了戾气外常夹杂着其它六淫之邪。古人在没有含氯消毒液、没有 75%酒精、没有口罩等等的情况下,运用中医药学与瘟疫展开激烈斗争,并取得了一次又一次的胜利。中国古代医生和人民在同各种疫病斗争的数千年间,通过不断的探索和实践,积累了丰富的经验。

一、中药预防

根据国务院《关于切实加强疫情科学防控有序 做好企业复工复产工作的通知》,助力我省复工复产,增强普通人群抗病能力,结合浙江实际,省中医药管理局组织专家组制定了普通人群预防“疫病”推荐方。

普通人群预防“疫病”推荐方如下:

生黄芪,生白术,防风,金银花,广藿香,生甘草等。此方适用于普通人群、年老体弱者。以上剂量均为成人用量,建议服用 5-7 天。

此方适用于普通人群、年老体弱者;

总体功效是益卫固表,解毒化湿。其中,黄芪甘温,内补脾肺之气,外可固表益卫为君药;白术健脾益气,助黄芪以加强益气固表之功;防风走表而散风邪,胜湿止泻,合黄芪以益气祛邪,提升正气以抵御外邪;金银花辛凉质轻,清热解毒,疏散风热;藿香芳香化湿,和中止呕,行气辟秽;甘草以清热解毒而利咽喉,又调诸药。



二、中药香囊

古语说:“佩香囊,避邪驱瘟、襟头点缀。”古人多以绢布包裹中药,悬挂于门户、帐前或者随身携带。“中国第一部临床急救手册”东晋·葛洪所著的《肘后备急方》就有记载“捣女青屑,三角绛囊贮,



系户上、帐前”,“马蹄木,捣屑二两,绛囊带之”。这本医书是不是很熟悉?没错,屠呦呦获得诺贝尔奖,灵感即来自葛洪的《肘后备急方》。而清代的《松峰说疫》中载老君神明散以“苍术、桔梗、细辛、附子、乌头共为细末,带于身边,可免瘟疫。”防疫香囊常用中药:藿香、佩兰、山奈、乳香、苍术、川穹、降香、檀香、细辛、甘草、白芷、石菖蒲、薄荷、紫苏叶等适量研成粉末,装袋佩戴使用。香囊具有芳香辟秽,疏风散邪的作用。

三、中药熏香



艾叶:民谚说:“清明插柳,端午插艾”。端午节很多人家都将一把艾叶插于门口。而古人更以艾叶烧熏,来预防瘟疫。东晋·葛洪认为,艾叶可以“断瘟疫病令不相染”,“密以艾灸病人床四角,各一壮,佳也。”艾灸防疫这个方法,一直延续至清朝。清·刘奎在《松峰说疫·诸方·避瘟方》中亦有记载。

苍术:清·李时珍曰“陶隐居言术能除恶气,弥灾沴,故今病疫及岁旦人家,往往烧苍术以辟邪气。”清·刘奎自定“苍降反魂香”,“苍术、降真香(各等分)共末,揉入艾叶内,绵纸卷筒,烧之,除秽祛疫”

四、导引养生



古人遇到瘟疫,为增强体质、抵御病邪,采用按摩、导引等养生方法。这些运动的特点就是注重把人的精神、形体、气息三者能动地结合起来,从而强身防病。经常修炼八段锦、五禽戏、太极拳、五禽戏等功法,可以身心并练、内外兼修,调和气血、防治疾病、延年益寿等,正气存内,邪不可干。

五、药膳食疗

1、适用于体质平和人群(平素身体健康,无明显寒热偏颇者)组成(3人分量):黄豆、黑豆各 50



克,苦杏仁(去皮)15 克(打碎),瘦肉 250 克,陈皮 1 瓣,生姜 30 克,紫苏叶 10 克(鲜品更佳)。

煎煮方法:豆类用清水浸泡 30 分钟;猪瘦肉洗净切成肉末后备用;瘦肉及紫苏叶之外的各种食材加水 2000~3000 毫升,大火滚开后转小火煮 40 分钟,加入肉末及紫苏叶,再煮 5-10 分钟,加入适量食盐调味后即可饮用。

服用方法:煲汤饮用,饭后 1 小时温服。近 1 个月可以每周连续服用 3 天,或每 2-3 天服 1 次。

2、适用于南方地区,能增强体质,预防时疫之毒。

组成:淮山 30 克,扁豆 30 克,(体质虚弱加太子参 20 克),大枣 4 枚,生姜 2 片,瘦肉 100 克。

煎煮方法:先将瘦肉切块飞水,加入以上食材,根据个人需要加水适量,大火煮开,小火煮 50 分钟,即可饮用。每周二次。

六、中药茶饮

茶饮方建议(均为三人分量)

1. 生姜红枣茶(适合体质虚寒人群) 生姜 30 克(切片),红枣 30 克(掰开),普洱茶叶 10 克。

2. 乌梅冰糖水(适合体质易上火人群) 乌梅 30 克(需要用药房的乌梅,非零食),冰糖适量。

3. 苦荞麦绿茶(适合体质实热人群) 苦荞麦或荞麦 10 克,绿茶叶 10 克。

4. 麦芽神曲消滞茶(适合 7 岁以上食积人群) 生麦芽 30 克,生神曲 20 克,北杏仁(去皮苦杏仁)15 克(打碎),生姜 30 克,茯苓 20 克,普洱茶叶 10 克。

七、泡脚足浴

手足偏凉人群,可 1-2 天沐足 1 次。方法:艾叶 50 克,青蒿 50 克,生姜 50 克(切片),苍术 30 克,水 4000~5000 毫升,滚开后转小火煮 15 分钟,待水温降至约 45℃左右,浸泡足部,每次约 15-20 分钟,沐足水温不要低于 35℃,以上有微微温热感或微微汗出为佳。

任何病毒来袭,不恐慌,不轻视,以不变应万变,提升自身免疫力,正气存内,邪不可干。

文章来源:中药科/杨红燕

节后上班族如何预防感染？

本次的新型冠状病毒的感染特点,与 SARS 是不一样的,病毒变异传染毒力明显增加。这个疾病大多数还是典型的发烧、乏力,部分出现干咳,少数有流鼻涕鼻塞,还有少数有胃肠道的症状,还有个别的有心肌、消化道、神经系统的问题,因此大家尽量减少出行。发热仍然是新型冠状病毒感染的典型症状,但部分患者一直没发热症状,但也有传染性。人传人有个潜伏期,发病的潜伏期专家们正在进行更准确的评估,可能是 3 到 7 天,一般不超过 14 天。如果必须返岗,参加工作,务必做好个人防护措施;然而提前返岗的第一天,相比口罩的紧缺,科学常识,防护意识更紧缺! 请注意以下事项:

一、办公场所哪些是高危地带(戴口罩)

新型冠状病毒,主要通过空气中的飞沫进行传播。空气不流通,人员密度较大,人员来往较频密的地方,都是高危地区。

按危险程度:1. 电梯间 2. 饭堂/餐厅 3. 办公室

(一)最高危:电梯间

电梯间是空气极其不流通的地方,不要迷信那些“此处已消毒”的纸条。只有一定浓度的酒精可以溶解冠状病毒外膜,然而酒精是极其容易挥发的。除非每小时都安排专人对电梯间进行酒精消毒,否则,贴个已消毒的纸条纯粹自欺欺人。而且电梯间的危险是无形的。刚刚有人咳嗽或打了喷嚏后离开,你以为走进了空无一人的电梯间,实际可能前面的患者留下的病毒在空气中,粘附在电梯壁或把手上,甚至污染了电梯楼层按钮。你的工作生活场合,充满了飞沫,包括你按电梯按钮的手指也沾满了飞沫。

【建议】:1. 搭乘电梯一定要戴口罩。2. 有条件的单位一定要频繁为电梯间消毒。特别是按钮区。3.按楼层时,尽量不要用手直接接触按钮,可以用一次性纸巾或其他物品,比如钥匙等,但使用后要注意及时消毒,回家或办公室后及时洗手。

(二)次高危:饭堂/餐厅

挤满人排队打饭或就餐的区域,是人流量最大,密度也最高的区域。或许有人开玩笑说你要戴着口罩吃饭吗?实际是他不懂。

【建议】:1. 排队买饭时一定要戴口罩,坐下吃饭的最后一刻才脱口罩。2. 避免面对面就餐,避免就餐说话。3. 避免扎堆就餐。

(三)高危三:办公室

人多的地方,传染的风险高,大家好理解。

【建议】:1. 佩戴口罩,谈话保持适度距离 2. 随时保持良好通风 3. 对门把手,键盘鼠标,文具,桌面进行必要酒精消毒 4. 同事间有事需要沟通,可采用电话或视频。5. 单位需要召开开会或布置任务,可采用视频录制的方式,或在微信群里布置,能不集中开会就不集中,减少感染机会。

勤洗手 勤洗手 勤洗手(严格遵循洗手七步法)

1. 到单位,第一时间洗手。2. 吃东西前,先洗手。3. 到过电梯间,饭堂高危区的,回来洗手。4. 外出回来,马上洗手。5. 要接触自己面部,特别是鼻孔与眼睛前,先洗手。6. 下班回家前要洗手。

二、科学的酒精消毒

像香水那样洒在自己身上是没有意义的。关键是对我们手部会接触到的部位与物件进行消毒。如手机,门把手,电梯按钮,鼠标键盘,自行车把手,工作证,文具,椅子等,各位看自己情况,进行甄别与重点消毒。酒精要喷洒覆盖物件,自然晾干即可,不用擦拭。

重点提醒上述三点,请各位结合其他权威科普宣传,做好防护。这不仅仅是个人的事情,更是全社会的事情。目前习近平总书记已经多次做出重要指示,国家层面已经采取强有力的措施,特别是早发现、早隔离,这两条做到了,我们有足够的信心防止疫情大暴发,相信在党中央的坚强领导下,紧紧依靠人民群众,我们一定会打赢疫情防控阻击战。

三、口罩有讲究

普通的外科口罩,它并不能够制止冠状病毒的进入,因为它的颗粒很小。但戴口罩是有用的,因为口罩是防止飞沫的传染,而这个冠状病毒主要是附着在飞沫上,它不会自己飞来飞去的。这些措施是合适的。但大家进家门前,一定要把口罩先摘下,然后口罩外层朝里折叠后,有条件时放在小塑料袋里封口后扔在垃圾桶里,切记不要带房间里,回家后第一件事情是把外套脱掉挂在通风的阳台上,然后洗手。

四、七步洗手法

洗手步骤的七字诀,一般指的是内、外、夹、弓、大、立、腕这七个,七步洗手法是比较常见的一种方法,这样能够更有效地清除手部病菌,以减少不同病人携带病原体的交叉传播。

洗手具体步骤

1(内)、洗手掌:涂抹洗手液,掌心相对,手指并拢相互揉搓。
2(外)、洗背侧指缝:手心对手背沿指缝相互揉搓,双手交换进行。

3(夹)、洗掌侧指缝:掌心相对,双手交叉沿指缝相互揉搓。
4(弓)、洗指背:弯曲各手指关节,半握拳把指背放在另一手掌心旋转揉搓,双手交换进行。

5(大)、洗拇指:一手握另一手大拇指旋转揉搓,双手交换进行。
6(立)、洗指尖:弯曲各手指关节,把指尖合拢在另一手掌心旋转揉搓,双手交换进行。

7(腕)、洗手腕、手臂:揉搓手腕、手臂,双手交换进行。

五、正确洗手的讲究

1、洗手的时间,一般是包括吃东西前和上厕所后,此外,还应在户外运动后,干完活或下班后,接触钱币等公共物品后都是需要洗手的。2、洗手的时候一般需要使用流动的清水平洗;3、洗手的时候需要使用肥皂、香皂、洗手液等清洁用品;4、洗手时长不少于 20 秒。

文章来源:院预防保健科/王宇

战“疫”勇士洪优优，“若有召，我先上”



2020年的春节，没有堵车、没有排队、没有熙攘的人群、没有热闹的商场、没有……整个城市被按下了暂停键，冷清的街道上偶有匆匆闪过的行人，在全民戒备、生产停业之际，却仍然有这样一群人激励着我们，鼓舞着我们。

她，是科室乃至全院的榜样！“我是护士长，如果支援武汉抗击‘新冠’我报名参加。”这是我院大内科护士长洪优优在正月初一向院部发出

令性通知。但是她提前请战参加，仿佛这些想法已经萌生许久，笃定又坚决。

她，是浙江省第二批“援汉抗冠”危重症组的护理组长！尽管她有着20多年临床经验，在异地他乡与病毒进行博弈，与死神进行拉锯；这还需要克服体力的极限不断调整状态，持久作战；同时还要鼓励全组人员克服对家乡的思念，平安健康地归来；可想而知，压力是无法形容的，任务也是的巨大。

她，是科室的大家长！洪优优要出征武汉的消息一经发出，瞬间牵动着大家的心，尤其是朝夕相处的本科室人员。大家既被她的勇气和精神所折服，又有许多的不舍与心疼，急诊科李曼在得知洪优优要出行武汉，就连夜亲手赶工缝制“平安符”，尤似有种“临行密密缝，意恐迟迟归”的错觉。彻夜赶工之后，在护士长出发之日的凌晨匆匆送到科室，叮嘱着一定要时刻带身上，希望护佑她健康、平安。千言万语无穷尽，一针一线

露真心。人，总是这样奇怪，在凶狠的病毒或强大的危难面前总是越挫越勇、无所畏惧，但是瞬间能摧垮心理防线，使人泪目的却是复杂的情怀，心底溅起的那一抹柔情。

她，是“电力卫士”程声樱的妻子！他，在台州守护万家灯火；她，在武汉抗击病魔，不同的战场，同样的一线，同样的担当。“家里一切安好，勿念！”这是程声樱发给远在武汉妻子的信息，看似一条平常的信息，却包含着满满的牵挂与关心：家里好，勿分心，休息好，保身心。褪去华丽的辞藻，沉淀下来的只言片语却是洪优优全心全意抗击前线最坚强的后盾。

人命至重、有贵千金。你们是千千万万“逆行者”的缩影，也正是你们用实际行动诠释着台中医人、台电人、台州人、中国人的担当。正是因为有你们的守护，我们坚信：不久，“新冠”会溃败；不久，定能春暖花开。

文章来源：院办/林巧媚



“虽然防护服穿的人透不过气，衣服也是湿的，但在举国努力之下，我们可以胜利的，虽然想家，但不问归期，坚持吧”——这是我院年初奔赴武汉的“女战士”杨海飞她的感想，简短的几句话却道尽了坚定地信念和执着。

杨海飞，我院重症医学科的一名护士，也是一名专业的伤口造口护士，更是一位在临床岗位默默奉献了14年的“资深护士”。在本次驰援武汉的指令性任务中，她用她的行动诠释着台中医人的勇敢和担当。

一层又一层的防护服隔绝了美丽的倩影，但是却隔不断我们深深的敬意，每位小伙伴都给你们加油、打气。虽然奋战的身影是忙碌的，但是你们不孤独，医院是你们的后盾，你们的身后有整个中国！

在出发武汉的当天，当问及杨海飞你有什么需要交代完成的？她的回答是：“我昨天约好居家护理的病人，今天我出门了没有人去做，需要安排一下，其他没有了。”这是怎样一个佛系存在的“白衣天使”？素不知，脱去白大褂，离开医院，你还是一个妻子、女儿和被需要的母亲……海飞，请你放心，居家护理的病人我们已经安排妥当，你管床的患者都稳定了，今天4床的病人还想你了，一直在念叨“喂，怎么这么多天都不见小杨的身影了？以前都是她给我操作，给我解闷呢。”海飞，请一定加油，一定好好保重，你的病患在等你回来，我们也在等你回来。

在平时的工作中，杨海飞是一个严谨勤勉、细心又温暖的“星级护士”；是一个愿用自己平凡的爱、真诚来书写自己平凡而不失光彩人生和职业生涯的“白衣战士”；也是一个科室里的“万能钥匙”。杨海飞她在医院里有另外一个称呼——杨妈，可能是因为做什么事情之前，她都愿意为大家考虑，细心又体贴，都习惯性地帮科室的小伙伴们排忧解难，所以便有了这个看似玩笑却饱含深情的“雅号”。

你们呆不住的家是一些人回不去的奢望；你们避之不及的武汉是我们迎战的方向。愿新冠病毒温柔以待我们的患者，复旧如初；愿所有的医护人员都是铜身铁臂，早日归家。举国上下，共克时艰，我们相约在春天！

不要忘了，这个世界穿透一切高墙的东西，它就在我们的内心深处，他们无法到达，也接触不到，那就是希望——《肖申克的救赎》。

文章来源：院办/林巧媚

驰援湖北荆门，战“疫”四勇士再出发，我们来了！

原本以为有个放飞自我的春节，殊不知新冠肺炎悄然而至，咄咄逼人，在这只张牙舞爪的恶魔疯狂肆虐的危难时刻，健康保卫战的号角吹响。医者，敬畏生命，守护健康。在这场战“疫”中，无数的白衣战士众志成城，逆向而行。

召必应！战必胜！在此次台州市支援湖北荆门第四批医疗队中，我院呼吸感染科的副主任中医师陈永青，护理部干事项敏丹，呼吸内科主管护师王丹，骨一科主管护师吴素丽主动请缨作为台州市中医院第二批援鄂医疗队，奔赴战“疫”前线。

2月19日上午8点，我院隆重举行第二批赴湖北抗击新冠肺炎医护人员出征仪式，为即将赴湖北驰援新冠肺炎救治最前线的陈永青医生和项敏丹、吴素丽、王丹三位护士壮行。院长张日初、党委书记徐雄平等院领导班子成员以及相关科室负责人参加仪式。出征仪式由党委书记徐雄平主持。

院党委书记徐雄平指出，目前全国疫情形势总体向好，但湖北疫情仍告急，为我院医务人员纷纷请缨出征湖北点赞。根据工作需要，精心挑选的4名医务人员既为大家树立了榜样力量，又



肩负着光荣使命。其中陈永青医生项敏丹护士都是党员，到湖北荆门工作要起模范带头作用。台州市中医院永远是你们的强大后盾，有困难和问题及时与院领导沟通解决。你们4位代表本院的形象，待春暖花开，你们定不负重托，不辱使命，平安归来。

院长张日初代表院部感谢四位医护人员主动请缨参与这场没有硝烟的斗争中去，同时提出四点要求：一是作为我院第二批支援湖北的队伍，你们面临最大的挑战是恐惧心理，要尽快克服恐惧，加强业务学习，严格按照规章制度操作，业务方面要进行横向沟通，做好打持久战的心理

准备；二是快速融入团队，获取彼此的信任，开展团队协作，出征队伍人员虽少且精干，你们要把台州市中医院的精气神体现出来，展示能力和特色；三是在工作中遇到任何困难，要及时告诉医院，医院会全力支持，解决大家的后顾之忧；四是盼你们早日平安归来。

院长张日初为出征湖北的4位医务人员授旗。最后，副院长李伟林和副院长鲍云生代表医院向四位同志献花，预祝他们早日凯旋。

临行前，院里为每位队员配备了必要的防护用品及生活用品。台州市中医院4名医护人员整装待发，带着身为医者的责任和使命，奔赴湖北援助新型肺炎救治工作。

出发前一天，院感部对他们进行了一系列院感知识培训，反复要求他们一定要最严格的防护措施，只有自己身强体壮才能护病人体态安康。陈永青表示，在医院隔离病房上班期间每一项流程都是严格按照规定执行，相当于进行反复的预演练，我们心中稳稳的。

修剪长发，轻装上阵。疫情不散，我们不回。“浙”就是爱，“荆”生铭记！荆门，加油！中国，平安！

文章来源：院办/林巧媚

我院召开“不忘初心、牢记使命”主题教育总结大会

1月15日下午，我院召开“不忘初心、牢记使命”主题教育总结大会。院党委书记徐雄平主持会议并作总结讲话。医院党政班子成员、中层以上干部、党员参加会议。

院党委书记徐雄平就我院开展的“不忘初心、牢记使命”主题教育开展情况进行总结。徐雄平书记指出，开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，是以习近平同志为核心的党中央统揽“四个伟大”作出的重大部署。主题教育期间医院严格按照中央和省、市委、市卫健委有关部署和要求全力推动，广大党员干部积极参与，达到了预期目的。接着他围绕三大点对我院的主题教育工作进行详细阐述：一、认真总结主题教育取得

的显著成效，坚定理想信念，锤炼党性修养。二、深刻领悟主题教育带来的重要启示，全面梳理归纳，激发履职热情。三、接续答好主题教育提出的终身课题，牢记初心使命，勇扛时代重任。

最后徐雄平书记指出，开展好“不忘初心、牢记使命”主题教育是新时代党中央的一项重大政治任务，也是对广大党员干部的一次重要的政治检验。我们要认真总结好、运用好、巩固好主题教育成果，全力以赴答好对党忠诚的政治卷、以民为本的服务卷、接续奋斗的责任卷、干净干事的廉洁卷，推动守初心、担使命不停步、再出



发，深化与上海中医药大学及其附属医院战略合作，逐梦前行，努力将我院打造成台州市中医诊疗中心。

文章来源：院办/官文博

党徽在疫情中熠熠生辉



新年伊始，新型冠状病毒感染的肺炎疫情蔓延，牵动人心。疫情就是命令，防控就是责任，医院党委高度重视，做好疫情防控工作的同时号召全院共产党员勇于担当，积极投身于疫情防控第一线。医院广大共产党员积极响应，救治病人、疫情防控、后勤保障等工作有序开展。目前共有135位共产党自愿报名，志愿参加防控一线工作。春节期间院党委迅速设立了党员先锋岗，组织了一支党员志愿者先锋队，成为抗疫战中的先

锋和排头兵，积极投身到抗疫的战斗中，党徽在疫情中熠熠生辉。

一个党员就是一面旗帜！

医院党委委员、副院长李伟林同志作为浙江省新型冠状病毒感染的肺炎防治中医药专家群成员和台州市新型冠状病毒肺炎医疗救治专家组成员，一直关注全国关于新型冠状病毒肺炎疫情防控的中医药治疗。他常常工作到深夜，根据多年积累的知识和临床经验，还原历代医家的学术经验和学术思想，提出自己独特的看法，为全省阻击新型冠状病毒感染的肺炎疫情出谋划策，制订台州市新型冠状病毒肺炎的中医药治疗方案。建立了台州新冠肺炎中医治疗微信群，及时了解收治患者的中医药治疗情况，沟通解决相关专业的疑难问题，指导患者用

药。在李伟林省级名中医工作室公众号发表的《新冠肺炎治疗之呼叫扭转截断法》点击量破万，《清热是新冠肺炎的治疗大法》被全国不少专家认可，如北京地坛医院应用取得较好效果。

党员志愿者内科支部书记陈永青作为医院防控救治工作组成员，为了防控疫情需要，他毅然退掉了假期的火车票，第一个向科主任报名要求参加隔离病房工作。腊月二十九坚守在发热门诊，年三十留守科室。年初一，为了让同事尽量休息和家人团圆，他又坚守在科室值班。

妇儿支部党员志愿者项敏丹项敏丹大年初一早上发给医院护理主任一条微信，这不是拜年的微信，而是一条看似平淡却透着一位共产党员主动请缨的微信：“主任，我这两天都不出门，发热门诊那里要是需要人的话，可以联系我”。大年

初三一早，她主动放弃春节假期，直接奔赴医院。她觉得疫情就是命令，防控就是责任，尽最大的努力为早日打赢这场战役贡献自己微薄的一份力量，这是一名共产党员质朴又真诚的初心。

金梦是台州市中医院内科一党支部的一名临床医生，90后的她还有一个身份——军嫂。当时正在新婚蜜月旅途中的金梦，在接到医院号召医务人员抗击疫情的消息后，随即放弃蜜月生活，毅然回归防疫一线，24小时投入到临床工作中。她说：“老公会理解和支持她的决定的。作为一名医生，一名军嫂，更是一名共产党员，这是她的责任与义务，也是她的荣幸。”这，就是我们的一线工作者，她们无谓生死，不计报酬，她们选择迎难而上，做坚定的逆行者。

一个党员就是一面旗帜，在这场没有硝烟却有生死的“战斗”中，他们毅然“逆行”，令人肃然起敬。党员志愿者用“平凡中的坚守”表达着对人民群众的真情，用实际行动诠释着党员先锋的精神。

文章来源：院办/官文博