

重阳暖心双报到 敬老爱老践初心



本报讯 为弘扬中华民族“敬老、爱老、助老”的传统美德，更好地守护社区居民健康，10月28日，滕州市中心人民医院志愿服务队走进北关街社区，开展“重阳暖心双报到 敬老爱老践初心”义诊活动。

活动现场，来自内分泌科、耳鼻喉科、眼科、中医科、胃肠外科等科室的党员志愿者们充分发挥专业特长，细致询问居民身体状况，结合老年人常见病与多发病，如高血压、糖尿病等，提供针对性的诊疗建议，并积极普及相关健康知识及日常保健要点。医护人员还免费为社区居民测量血压、



检测血糖，耐心解答各类健康疑问。针对部分群众的实际需要，现场免费发放家庭常用药品，并详细说明用药方法与注意事项，受到社区群众一致好评。

此次活动，全面践行了“以人民为中心”的服务理念，切实将优质医疗资源送到了群众身边。下一步，医院党委将持续深化结对共建机制，常态化开展贴近群众的健康义诊服务，不断提升医疗服务的可及性与质量水平，为保障社区居民健康、建设老年友好型社会贡献“滕医”力量。

□党群工作部 组织科

急诊科党支部赴鲁南高科技化工园区法制教育基地开展法制教育及急救技能培训活动



本报讯 为增强党建品牌的辐射力和影响力，提升党员队伍的廉洁自律意识，发挥党员队伍服务群众的先锋模范带头作用，10月25日，我院急诊科党支部前往鲁南高科技化工园区法制教育基地进行交流学习，并为木石镇司法所干警和园区

牵起小手 传递大爱 ——我院“爱心妈妈”温暖行动圆满收官

本报讯 近日，由市妇联发起，我院七位女职工积极参与的“爱心妈妈”结对关爱活动，历时一年，圆满收官。

根据市妇联的统一部署和要求，我院积极响应，广泛动员。来自不同科室的七位同志，院工会马军霞，妇科门诊王静、董冬梅、孙艳红，妇科二病区欧阳兆兰，儿科王艳，产科仲崇静，怀着对儿童成长的深切关爱和强烈的社会责任感，自愿报名加入“爱心妈妈”的行列。在为期一年的活动周期里，她们利用个人休息时间，风雨无阻，定期入户走访结对儿童。

每一次入户，对于“爱心妈妈”和孩子们

而言，都是一次温暖的相聚。她们不仅送去学习用品、生活物资等切实的帮扶，更重要的是给予孩子们珍贵的陪伴和心灵的滋养。她们耐心倾听孩子们的烦恼与梦想，辅导课业，一起游戏，分享生活中的点滴快乐，用女性特有的细腻与温柔，弥补了孩子们情感上的缺失，为他们营造了安全、信赖的成长氛围。从最初的陌生、羞涩，到后来的亲近、依赖，孩子们脸上绽放的笑容，是“爱心妈妈”们辛勤付出最珍贵的回报。“看到孩子比以前开朗了，爱说话了，我觉得所有的付出都值得。”一位“爱心妈妈”在回顾一年来的经历时动情地说。

我院七位“爱心妈妈”的善举，是医护

人员“仁爱之心”在医院内院外的自然延伸。她们在救死扶伤的本职工作之外，将爱心与专业素养融入社会服务，展现了我院职工良好的精神风貌和高尚的道德情操，赢得了受助家庭和社区的高度赞誉。

此次“爱心妈妈”行动，不仅为需要帮助的孩子带来了物质支持与精神慰藉，也生动诠释了我院职工奉献社会、服务人民的崇高精神，为医院的精神文明建设增添了浓墨重彩的一笔。医院将继续支持和鼓励职工参与各类社会公益活动，积极履行社会责任，让“大爱”精神在医院文化中持续传承和发扬。

□工会 女工委

我院互联网+母婴护理上门服务为您提供更专业、更安心的守护

本报讯 当那个柔软的小生命来到怀中，全世界仿佛被点亮。随之而来的也有措手不及的忙乱与焦虑，诸如母乳喂养有何如此艰难？堵奶、涨奶的疼痛谁能懂？新生儿黄疸、脐带护理、沐浴抚触怎样才算科学规范？产后身体的恢复，如何能更顺利、更科学？

您需要的不是一个手忙脚乱的“百度”“小红书”，而是一个触手可及的“专家团”！我院母婴中心现已开展上门新生儿足底血采集、听力测试、黄疸检测、脐部护理、沐浴抚触；产妇产后拆线、母乳喂养指导、乳腺疏通等服务。让我们用专业温柔的双手为您扫除哺乳路上的障碍，让每一次独特的“37度”的爱，恒温不变。

预约服务流程
微信关注滕州市中心人民医院服务号—点击左下角诊疗服务，选择互联网+优护—母婴护理—选择服务项目—预约服务—点击“+更多服务”可以实现合并下单。

专家介绍
杜玉玲，副主任护师，母婴中心副主任，从事妇产科工作25年。曾赴北京妇产医院、广东中山医院、武汉同济医院、山东省妇幼保健院等医院进修学习。兼任山东省妇幼保健协会第二届盆底功能障碍防治与产后康复专业委员会委员、山东省研究型医院协会女性盆底学分会委员、枣庄市妇幼保健协会妇幼健康教育专业委员会委员。获得中华预防医学会颁发的《国内证书》《欧洲一级、二级证书》。主要擅长母乳喂养指导、催乳、乳腺炎、乳腺疏通、回乳、盆底功能障碍性疾病、肌肉酸痛、腹直肌分离、耻骨联合分离等治疗。

□母婴中心



我院举办2025年“中国镇痛周”宣传义诊活动

本报讯 为响应2025年“中国镇痛周”号召，普及疼痛防治知识，10月20日，我院疼痛科联合麻醉科、关节外科、风湿免疫科、神经外科、中医理疗科等多学科专家，在门诊一楼大厅举办宣传义诊活动。

活动现场，通过设立宣传展板、发放《疼痛防治手册》等多种形式，向群众传递科学的疼痛管理知识。各科室专家围绕各类疼痛问题，为患者提供立体化的解决方案。专家们特别强调了合理用药的重要性，指导患者正确使用镇痛药物，避免滥用风险。

本次活动，为群众提供了全方位、一站式的疼痛诊疗与咨询服务，大家纷纷表示，这样的活动让他们“少走了很多弯路”，在家门口就能享受到多位专家会诊，对医院的贴心服务给予高度评价。□方军

我院举办世界血栓日义诊宣传活动

本报讯 10月13日是第12个“世界血栓日”，主题为“从头到脚，积极管控、预防血栓、守护健康”。为增强群众对血栓性疾病的认知，正确防栓抗栓，我院血管外科及VTE防治专科护理小组在医务科、护理部、门诊部支持下，举办义诊宣传活动。

活动现场，医务人员充分发挥自己的专业优势，耐心为每一位群众科普血栓防治知识，详细解答关于血栓预防、识别及治疗的疑问。同时还免费提供血压、血糖等项目的检测服务，帮助他们及时了解自己的身体健康状况，做到疾病的早发现、早治疗。此外，现场还精心准备了宣传彩页，内容涵盖血栓的基本知识、血栓易发高危人群、预防措施、治疗方式、生活方式调整等多个方面，通过图文并茂的形式，让群众更加直观地了解血栓的危害、防治方法及注意事项。

血栓是全球前三位致死性心脑血管疾病(心肌梗死、脑卒中和



静脉血栓栓塞症)的共同发病机制，以高发病率、高致残率、高复发率、高死亡率著称。专家提醒，血栓急性期不得剧烈活动，不得按摩患肢，以免造成血栓脱落；严格戒烟；严格遵医嘱服用抗凝药物，不得随意停药或减量。服用抗凝药物期间要注意观察有无出血的表现：如牙龈或鼻出血、皮肤瘀斑、血尿、黑便、头痛或头晕等异常情况，遵医嘱定时复查凝血功能。

静脉血栓栓塞症并非猝不及防，可通过基础预防：如多喝水、多活动(踝泵运动)、健康生活方式、严格戒烟等；机械预防：在医生指导下选择采取穿着梯度压力袜(医用弹力袜)、应用间歇充气加压装置、足底静脉泵等措施；药物预防：根据病情严格遵医嘱服用抗凝、抗血小板、降脂等药物，进行积极干预治疗。□血管外科

尽早识别 立刻就医

——神经内科举办第20个“世界卒中日”科普义诊活动



本报讯 10月29日是第20个“世界卒中日”，中国卒中学会发布主题为“尽早识别，立刻就医！”。为提升大众对脑卒中防治知识的知晓率，我院神经内科在门诊一楼大厅举办科普义诊活动。

活动现场气氛热烈，前来咨询和就诊的群众络绎不绝。医护人员耐心细致地为群众解答各类健康问题，提供专业的医疗建议，并结合个人健康状况，给予个性化的健康指导。同时，为大家提供血压测量等基础健康检查服务，并发放卒中防治科普宣传资料。

卒中，俗称“中风”，是我国成年人致死、致残的首位病因，具有高发病率、高致残率、高死亡率、高复发率的特点。但卒中并不可怕，可防可控是关键。活动现场，医护人员重点讲解了“中风120”和“BEFAST”两种快速识别卒中的方法，提醒群众一旦出现

口角歪斜、手臂无力、言语不清等症状，务必立即拨打“120”，把握“黄金救治时间”。

专家提醒，卒中救治，每耽误一分钟，就有190万个脑细胞死亡。越早送医，越有机会接受静脉溶栓、动脉取栓等再灌注治疗，从而最大程度降低残疾风险、改善预后。不要自行驾车送医，应通过救护车转运至最近的卒中中心，确保患者在最短时间内得到有效救治。

对于卒中患者而言，康复治疗是恢复功能、重返社会的重要环节。发病后3个月内是康复的“黄金期”，通过物理治疗、作业治疗、言语治疗、心理支持等综合手段，可显著提升生活质量。康复是一个长期且需要耐心的过程，患者和家属都应树立信心，积极配合康复，早识别、早送医、早康复，共同打赢这场“大脑保卫战”。

□脑科中心

我院开展医保宣传暨惠民义诊活动

本报讯 在枣庄市2025年全民参保集中宣传月启动之际，为推动医保政策“融”在群众心里、“落”到民生实处，把优质医疗服务送到群众家门口，10月21日，我院组织医务科、医保结算科、营养科、泌尿外科、呼吸内科、中医科等15个临床医技科室的专家，在龙景广场开展医保宣传暨惠民义诊活动，以“政策解读+现场诊疗”的双轨服务模式，为市民送上健康守护与医保保障双重关怀。

活动现场，医保科工作人员详细解读2025年枣庄医保政策，从门诊住院报销的具体比例、连续参保的待遇提升激励，到高血压、糖尿病“两病”门诊的保障优化细则，均逐条清晰讲解，并针对大家最关心的异地就医、门诊慢特病等问题进行答疑，确保群众熟悉政策、用好医保福利；营养科专家结合冬季养生需求，指导群众通过优质蛋白摄入、科学运动增强体质；泌尿外科专家指

导老年人常见泌尿系疾病日常护理；内分泌科专家为糖尿病患者细致指导用药方案；中医科专家现场把脉问诊；理疗科团队为颈肩腰腿痛群众提供专业康复指导；妇产科专家耐心解答女性冬季孕产期保健；检验科、病理科为群众开展血压测量、血糖检测服务。“不用跑医院，在家门口就能问专家，还弄明白了医保报销的事儿，太贴心了！”市民群众拿着宣传手册连连称赞。

此次活动，以“零距离”的政策宣讲破除认知壁垒，用“心贴心”的医疗服务解决实际需求，不仅有效提升了群众的参保意识与医保政策的知晓率，更让大家真切感受到医保基金的“民生温度”与医院的公益担当。

医院将持续以全民参保集中宣传为抓手，把医保政策宣讲与惠民义诊活动常态化、长效化，用实际行动为全民健康保障防线注入强大力量。

□医保结算科 医务科



重阳情暖护关节 义诊活动守“膝”望

本报讯 10月30日，我院关节运动医学科和外科党支部三支部，在门诊一楼大厅开展“关爱关节守护‘膝’望”主题义诊活动，为老年群体送上一份重阳“关节健康礼”。

活动现场，关节运动医学科苏长征专家团队耐心为前来咨询的老年人检查膝关节、讲解疼痛缓解方法，

并针对老年人常见的膝关节炎、骨性关节炎等问题，给出个性化养护方案。同时，医护人员还为老人发放“关节养护手册”，免费提供血压、血糖检测等服务。现场共服务老年市民100余人次，受到大家一致好评。

专家提醒，老年人膝盖疼大多是骨性关节炎，也称退行性病变，首先要改变生活方式，减肥控制体重，平时要以车代步，减少长距离行走，少蹲起，少爬楼梯，应用坐便器等，每天可以做直腿抬高、锻炼肌力、天凉注意保暖。

□关节运动医学科

我院开展“情暖重阳”惠民义诊活动



本报讯 为弘扬中华民族尊老、爱老、敬老的传统美德，践行“万名医护进乡村”暨“儿科服务年行动”，10月24日上午，由院工会、医务部、医共体办公室、儿科、外科、内科、皮肤科、中医科、耳鼻喉科、药学部等组成的医疗团队来到西岗镇孙寨村，与西岗中心卫生院联合开展“情暖重阳”惠民义诊活动。

活动现场，前来咨询问诊的群众络绎不绝，热情高涨。医护人员各司其职，为群众提供常见病、慢性病的咨询、筛查与诊断，测量血压、血糖，发放健康宣传资料等服务，同时为老百姓送上家用常备药物。

此次义诊活动，医务人员真情服务每一位村民，让老百姓在家门口就能得到“三甲医院”的医疗服务，增强了群众的获得感和幸福感，受到群众一致好评。我院将持续深入乡村开展

义诊活动，为广大群众提供便捷优质高效的诊疗服务，切实提高基层百姓的健康生活水平。

□工会 儿科