



不可否认,受某些媒体报道影响,我对精神病院充满恐惧,作为医学生,又很好奇,总想一探究竟。机会终于来了,学校组织同学们参加河北省第六人民医院开展的公益活动——牵手工程,去实地参观、体验全省最大的精神病院。结果,我并没有见到脑海中蓬头垢面、到处乱跑、似笑非笑、不知所云的患者,也没有见到压抑、低沉的住院环境,见到的都是整洁、靓丽、温馨、和谐。

当时,听说要去参观精神病院,我就提前做了功课,从医院公号 and 网站查询了一些相关信息,省第六人民医院是一所省级精神疾病专科医院,相较于其他大型综合型医院来说,技术更为专业,分科更为细化,服务更为周到。牵手工程旨在让更多人了解精神病院以及患者有更深度的理解,并为他们提供更多的关心和爱护。我觉得,只有走进,方能解惑。

走进院区,映入眼帘的是广场、喷泉、绿地、休闲椅。同学们分成两组,由“导游”姐姐带领大家先后参观了睡眠医学科、普通精神科、益康便利店、康复科等,见识了一些从未见过的心理治疗技术和设备,



看到了康复患者参加各种职业康复项目的情景,欣赏了康复患者的各种艺术、手工作品,简直不敢相信自己的眼睛,这些精美的作品竟然出自精神障碍患者之手。“导游”姐姐态度很温和,一边带领参观,一边为耐心讲解,还不时地询问我们有什么问题,对什么好奇,如果需要可以为我们解答。

我了解到,医院为了增加患者们的积极性,增强他们的自信心,丰富他们的住院生活,还经常举办各种表演、比赛等活动。“我们设置这个展板,每天有具体患者负责,把一天具体的时间、天气、温度等都写在上边,就是为了训练他们的记忆能力和思维能力,尤其是针对那些阿尔兹海默症患者群体。”一名护士指着展板上说。

医院中还有一些患有心理障碍的儿童和大学生,警示我们要懂得心理知识,学会识别心理障碍,发现问题及时疏解,这样才能避免发展成重大问题,出现严重后果,比如抑郁症自杀等。

参观过程中,有两件事令我印象十分深刻。一是医院对患者有更全面和细致的安排,每餐都有新花样,

还分出了各种特殊饮食,挺丰富的,用心程度可见一斑;二是患者们参加职业康复,还能挣积分,可以用积分兑换益康便利店中的生活用品,而且也是一种治疗方法,叫代币治疗。医院的带队领导介绍,便利店的工作人员主要是康复期患者,大家可以在义卖区购买里面的手工作品,都是患者制作,收益也将用于对其他患者的奖励。我觉得,唯有用心方如此,给一个大写的敬佩。

这一趟,我不虚此行,不止见识了一所不一样的医院,这些患者需要人们更多的理解、交流、关心和爱护,也收获了不一样的知识,专家讲座给我们普及了调节情绪的基本知识和小技巧,既能助己,还可助人,善莫大焉。

面对患有心理障碍的朋友,面对这么好的医院,作为一名新入学的医学生,我唯有祝福,祝患者早日康复,祝医院更上一层楼。

(郭宝莹 牵手卡号 000817)



五月的脚步款款而至,站在楼顶平台,眺望远方,一路之隔的军校广场瞬间变得如同棋盘,彩虹门、雕像尽收眼底。看啊!树绿了,花开了,人们迈着轻盈的脚步,用自己的面庞触碰那轻柔的风,一切都那么令人心旷神怡。

中午休息时,我常常一个人到军校广场走走,走累了就坐坐,看着年轻的父母带着孩子奔跑,看着耄耋夫妇相挽着蹒跚而行……

一对老夫妻,老伯推着坐着轮椅的老伴,每天中午会准时在广场散步。老伯会不时俯下身和老伴说上几句话,还会轻轻顺老伴吹起的白发。两人的手,始终紧紧扣在一起,我想,这就是所说的“执子之手,与子偕老”吧。

渐渐地,相互熟悉了,老人问我,姑娘,你在哪里上班啊?我如实相告,在对面的医院。老人听后点点头,微笑着说,你赶上好时候了,你们医院今非昔比,姑娘好好工作吧,青春一晃就过,看得出来,老人说这话时,目光充满羡慕和感慨。

至今,我还时常会想起老人的话。是啊,每个人都应该该荒废时光,青春一晃就过了,可是,有的朋友还在青春中彷徨。

一次,和一位朋友聊天,她的一句话让我印象非常深刻,她说,人的不快乐,大部分都是庸人自扰,盲目攀比,比坏了心情;想得太多,想输了人生。其实,静下心来想,有几个人的生活是一帆风顺的?每个人都会自己必须要吃的苦,要经历的磨难和历练。

我知道,青春只有一次,没有彩排,更没有重来,所以,没有什么可以让你任意挥霍青春。后来,我再也没看到过这对老夫妻,也不愿意去想原因,只是在心里保留着老夫妻的慈祥。

有人说,生活就像一个多解的多元多次方程,常常让我们无从求解,而打开生活这把大锁的钥匙,就是你积极乐观的态度。

有人感叹青春时光一去不复返,我要说的是,如果生活让你措手不及,请不要心慌,请打开窗子,让阳光照进来,拥抱每一缕阳光,拥抱每一天,珍惜我们的职位、家庭,让青春永驻心间。

(马克谨)



4月1日,我正式退休了,值完最后一个班,走出医院大门的那一刻,我的眼眶一阵阵发热,忍了好几次,泪水还是止不住地流了下来。我多次凝眸回望医院的大楼,多次抚摸身边的花草树木,多次扫视那几条走过无数次的道路,多次在影壁石前面驻足,心里自豪地对自己说,我爱我的医院,我站好了最后一班岗。

我在1980年参加工作,39年,在病房里度过了无数个日日夜夜,当时的情景就像电影画面一样历历在目。

那时,住院部是一栋三层楼,西边还有南病区 and 北病区,是平房。冬天,病房里有暖气,但夏天不好过,没有空调,只有走廊两头装着两个吊扇,病房里只有会摇头的壁扇,到了三伏天,就给病人每人发把小扇子,买一些水果、雪糕给他们吃,还熬绿豆汤,送防暑降温中药冲剂。

住院部后面是康复科,有一个大厅,既是病人做工间活动的场所,也是职工开大会的地方,当然,还能在那里给病人放电影,医院有一架16mm电影放映机,每周播放电影,后来有了电视机,放映机就没用了。病房里的电视机是安装在铁皮柜子里,放在走廊尽头,每天晚饭后,或者节假日,病人就挤在走廊里看电视节目,如果是除夕夜,医生、护士也会和病人们一起欣赏中央电视台的春节联欢晚会。

那些年没有护工和保洁员,一个卫生员负责病房和餐厅的地面卫生,病人的个人卫生和床单位由护士负责,每天上下午各整理床单位卫生一次,周一做安全检查。病人洗澡由护士带出病房,去靠近东院墙的澡堂里洗,澡堂是职工和病人共用的,职工洗澡要去后勤科买澡票,五毛钱一张。因工作安全需要,女护士不让戴耳环、项链、戒指,提倡留短发,和女兵要求的差不多。

当时,有传统的电休克治疗仪,两个电极接到一个有几个电钮的盒子上,可调整电流大小,由医生操作,使病人平卧,护士在两侧保护好病人四肢,电极上沾一些导电浆糊,一个放在病人前额发际下面,另一个放在病人太阳穴上,医生踩下脚踏开关,便开始了治疗,效果还是挺不错的。还有一个小的电刺激治疗仪,连接两根导线,导线头接上针灸针,可以治疗癫痫。这两种方法,现在都不用了,被更先进的技术和设备代替。

最早用的约束带,是用抽水机的传送带制作的,一个传送带,按照所需长度剪成一个个约束带,打几个孔,配置上穿钉和小锁,约束保护病人很方便,但经常给病人约束部位皮肤造成伤害,所以被淘汰了。后来改用布带,需要在上班头几天先学挽套打结,用着也比较方便,所以沿用至今,这两年,我院新设计出了约束衣,还获了专利,不管是对病人、对工作,

都更好了。

上班第一个冬天,病房有一个重症病人,邯郸人,服用氯丙嗪过敏,身上起了大水泡,在家出现了感染、浓胸。住院后,病人胸前插着引流管,不停地呻吟,一直发烧,喊冷,医生在病房里生了个煤球炉为他取暖,而夜班护士则在炉子上烤馒头干当夜宵。

有人曾问我,你被病人打过吗?我回答有。那次,我要给一个病人剪指甲,但就在我拿着他的手准备剪时,他突然抽手,挥拳过来,我躲闪不急,正打在我左边锁骨上,回家一看,青了一片,当时觉得好委屈,但不良情绪很快过去了,因为他们是罹患了精神疾病才到我们医院的,打人是他们的症状,病好了就不会再打人了。

经历越多,越能认识到精神科护理工作的责任重大,当然也就经验越多,会有很多灵活的工作技巧。有次值夜班,一位病人走到我面前说,护士,我想砸东西,打人,太难受了,快给我想个办法。我问他,你信我不?他说,不信。我说,那好,趴地上做30个俯卧撑,一个也不能少。结果,他做完后喘着气说,好多了。过了一个小时,病人安静入睡了。因此,我理解的心理护理就是和病人互动交流,给他的不良情绪找个出口。

1987年12月,病房住进一位80岁的老人,曾是一个游泳队的总教练,好多优秀的游泳选手都是他的徒弟,但现在患病了,言行紊乱,不能自理,我们几个年轻的“体育迷”,开始自愿像照顾长辈一样照顾他,不仅嘘寒问暖,还亲手给老人翻身拍背,喂水喂饭,更换尿尿的衣服和床单。家属说,你们真是亲人般的关心照顾,太感谢你们了!当时,我看到家属是含泪频频向我们鞠躬道别的。

后来,我们有了带有自己特点的院训,尊重、关爱、敬业、创新,八个大字矗立在住院部大楼上,成了我一直铭记的工作座右铭。

2015年,新的门诊病房综合楼拔地而起,病房里有宽敞明亮的大窗户,护士站配有绿植,新的就医环境让人感到亲切温馨。2018年,我院成功晋级三甲。有些病人开始慕名而来,我所在的科室就曾经收治过湖北、广东的病人,他们来河北打工,我间是怎么知道我们医院的,说是很多人都知道这是一家看心理疾病的医院。

这些成绩是大家有目共睹的,医院有了这样好的发展势头,我感到很自豪。以前,别人给我们起那样那样的外号,现在只剩下一个“神六”,而且别人说时也是满满的敬佩表情,这也从一个侧面反映了六院的发展已经达到了新的高峰。

六院的发展靠的是领导对大方向的正确把握,是老同志的无悔坚守,更是年轻人的努力和创新。(退休职工 王中生)

劳动最光荣,向劳动者致敬!



冀六醫院報

第5期 (总第157期) 2019年5月1日 星期三 己亥年三月廿七 全国优秀院报

河北省精神卫生中心 河北省第六人民医院 主办 医院官网: www.hbs6yy.com 投稿邮箱: jlyybb@126.com

我院荣获全国首批精神康复示范基地称号

【本报讯】4月12日,中国医师协会精神科医师分会(CPA)第十五届年会在陕西省西安市召开。会上,经过层层评比,10家全国首批精神康复示范基地,5家精神康复优秀建设单位名单揭晓,我院荣获全国首批精神康复示范基地称号,挂牌有效期限为3年,我省唯一一家获得示范基地授牌医疗卫生机构。

相关资料显示,年初,按照中国医师协会精神科医师分会总体工作安排,精神康复医学工作委员会负责“精神康复示范基地”初步遴选工作,相关专家通过对示范基地基本标准、精神康复示范基地基本配置标准等进行综合评定,最终评选出第1批10家精神康复示范基地。

院长栗克清介绍,能够获此殊荣,与我们一直重视精神康复学科的发展密不可分。2015年,按照国际先进康复理念,我院进一步完善了康复科建设,目前已经具备同时提供全院住院患者院内康复、门诊患者日间康复及社区患者居家康复、健康指导等多种康复服务的能力。

康复科主任杨云龙介绍,康复科现有专职康复治疗师15名,每个临床科室还各自有3名责任护士带领患者进行康复活动,上午、下午各一次。还有社会工作者2名,从事精神障碍患者的社会学资料收集,重点工作是家庭干预。他说,康复科具有“五新”特点。

新奇的精神康复患者称谓

在康复科,患者有一个全新的称谓——康复员,源于在对患者理解、尊重、关爱的基础上,切实把患者作为一个康复服务的使用者,康复员与康复师平等相待,以礼相称,康复师负责各个康复治疗明星康复员的评选并张贴公布,康复员也参与到康复师明星员工的评选工作中,在日常工作的点滴中倡导协同平等的理念,减轻耻感与歧视。

最新的精神康复理念

工作中贯彻复元与优势理念。复元(Recovery)指的是在社区中能够独立生活,并提高或保持原有功能。这更加强调每个人的功能状态,而不仅仅是有何种精神症状。只要一个人在他/她的生活中自主地做出大部分决定;理解和接纳他/她自己的人生经历;采取积极主动的步骤促进他/她自己的健康;充满希望,能够享受人生,那么,他/她就是在复元的路上,因而,复元逐渐演变成了一种生活方式,想想每个人何尝不是这样一种状态呢?

康复科的工作理念即为“人人皆可复元”,“人人”不仅仅指的是康复员,而是指所有人,因为“绝对的健康状态”是不存在的,每个人都是在或提高或保持原有功能的状态下存在,也都是“在复元”的路上。

同时,康复师更加注重每位康复员的优势,而非不足或功能缺损,依据个人特点去激发健康生活的能力

复元路 河北省第六人民医院-社会 5976184 Web:5976177

如上图,康复科把康复员从医院到社会的康复旅程谓之“复元路”,医院到社会,循环班车,之间复元的十个原则(希望、赋权、全人关怀、以个人为中心、自我主导、朋辈支持、发挥强项、个人责任、尊重、起伏)作为这条路的十个站点,康复员如有需要,随时“上车”,在相关专业人员引导、协助、陪伴下,共同走过一段旅程,康复员认为已达到“目的地”,可以随时平稳“下车”。

在这段旅程中,强调“快乐康复,即刻启程”,意为康复旅程是充满希望和享受的人生旅途,前面有无限的美景与奇迹,路就在脚下,只要行动,任何时候都不晚,必须要立足当下,当时当地。也强调“身在旅途,笑对人生”,意为不要忘了沿途身边的风景,要享受生命的旅程。这些同样适用于每一个人。

康复科的文化理念为“益你益我益社会,康体康心康未来”。“益你益我益社会”指的是个体作为社会的一员,与社会、环境的互动和谐;“康体康心康未来”指的是个体的身体、心理及灵性的自我和谐与成长。康复治疗均围绕个人成长(如团体心理小组的悦纳自我)与人际互动、人与环境的互动(如社交技能训练、情景剧治疗、在实际场景中的职业功能训练等)方面开展工作。



医院先后开设了益康便利店、益康开心农场、益康洗车场、益康咖啡吧等职业训练场所,把社区中常见的、易于接触的场景“搬进”医院,增强社区熟识性,同时,经评估,康复员可以在上述区域参加训练,还可以获得数量不等的代币,使康复员既通过劳动获得报酬,享受劳动的快乐,又提升职业技能,增强信心和勇气,同时,代币可以在医院职业场所内互认消费,使康复员能够改善生活,增加生活的乐趣。

在这里,复元的核心理念是,即使受到疾病的限制,依然要过一种满意的、充满希望的和有所贡献的生活。康复科一直把它作为一种价值观念贯彻在工作中,引导康复员将复元变为一种生活方式。

全新的精神康复体系

院内精神康复,主要针对各类疾病住院患者的急性期、巩固期进行。康复治疗师执行康复医嘱,与患者协商康复计划并实施,进行动态疗效评估及信息反馈。

康复科形成了“康复师引导,康复员主动参与”的康复治疗模式。上午,由医生进行康复治疗转介,依据个体化康复需求带领患者到康复科进行康复治疗,下

午,康复师到临床科室进行康复治疗活动,使得全院患者100%享受到康复治疗服务。同时,康复师跟随临床科室交班、查房,第一时间评估患者状态、康复需求,建立医生、护士、康复师、患者、家属治疗联盟,使得康复信息沟通及疗效反馈及时、畅通。

门诊日间精神康复,主要针对各类疾病门诊患者的巩固期、维持期进行康复。



社区精神康复方面,康复科以“及所能及,达所能达,能力为本”为核心,积极探索因地制宜的本土化康复模式,使康复技术从院内走向社区,有效衔接。

在城市社区,因某些原因,患者就业意愿不强,康复师更多选取心理健康教育、培树健康生活模式、社交技能训练、服药管理、早期预警、家居生活改造等康复治疗项目;在农村社区,考虑到患者往往是本地最贫困群体,故积极拓展其自我造血的能力,促进信慈“自助小组”的建设,采用农村常见、实用的生产形式,如种植经济作物、养殖牲畜等,使小组成员患者、家属、志愿者、村干部等有共同愿景,小组成员,依据能力进行团队分工,任何人都能在团队贡献中找到一份价值,使患者逐步培树自信,增强自我效能感,做好财务管理,逐步融入社会生活。

针对社区中一般大众,包含健康、亚健康及高危人群,进行精神卫生知识讲座、健康生活模式培树等心理健康教育活动,积极融合中医治未病的核心理念,让人不生、少生、晚生病。

如此下来,基本形成了覆盖全人群、全病种、全病程的全新康复体系。(下转3版)



我院创新项目获全国护理创新大赛三等奖

【本报讯】3月30日，以鼓励护理科技创新、改善医疗体验、服务生命健康为主旨的第十届驼杯全国护理用品创新大赛决赛，在河南省长垣县中国医学博物馆成功举办。我院创新项目“改良式约束带在精神科病房的应用”获得三等奖。

本届创新大赛共征集到全国23个省级护理学会推荐的参赛项目158个，评选出40个项目进入决赛。我院创新项目“改良式约束带在精神科病房的应用”是唯一一个精神科项目，我院也是唯一一所进入全国决赛的精神疾病专科医院。

创新项目“改良式约束带在精神科病房的应用”是我院第八期品管圈成果之一。2018年6月，普通精神二科同心圈，针对现有约束工具缺点多、临床护士对现有约束工具满意度低的问题，经过大量文献检索和调查分析，确定了“约束带改良和创新”圈主题。

项目研究的背景是，精神疾病专科医院的服务对象是广大精神障碍患者，他们在症状影响下，经常会出现自伤、自杀、暴力攻击、擅自离院等危险行为，所以，约束保护就成了常用的强制性医疗保护措施。

约束工具在精神科临床是必不可缺的护理用具。目前，临床上所使用的约束工具有三种，各有优缺点。

一种是传统的布带式约束带。这种约束带操作

简便，可以迅速约束躁动患者，但是约束保护过程中极易出现约束部位皮肤受伤、臂丛神经麻痹、肢端肿胀等并发症，特别是约束带容易脱落，脱出后常常会造成再次约束和再次伤害，而且，脱出后约束带可能成为患者伤害自身和别人的工具。

一种是比较先进的磁扣式约束带。这种约束带有效解决了传统布带式约束带的多数弊端，但结构复杂，操作繁琐，对于躁动患者不能迅速实现约束保护，容易造成患者或护士受伤。

另一种是我院自主研发的磁扣式约束带，曾获五项国家专利，已经实现成果转化，在全国精神科推广应用。这种约束带约束隐蔽、患者可以实现生活自理，比较人性化，但是不能用于严重躁动需要约束在床的患者。因此，目前精神科临床针对特别躁动的患者，还是首先使用传统的约束带，病情缓解后再更换磁扣式约束带，这不仅加大了护士的工作量，而且在更换约束带过程中还可能造成护士或患者受伤。

鉴于此，精神科临床非常需要一种能够一次性迅速约束躁动患者的约束工具。

品管圈活动开展过程中，同心圈所有圈员围绕主题，利用各种品管手法，展开多次头脑风暴，从日常生活用品易拉得领带和针扣式腰带上获得灵感，发现易拉得领带操作简单、方便、快捷，针扣式腰带固定作用强。大家依据两者特点，结合临床

操作要求，对磁扣式约束带进行了大胆改良和创新。经过反复研究、制作、临床试用、修改、再制作、再试用，最终制作出了易拉得式约束带。易拉得式约束带操作过程简单，既能快速约束躁动患者的肢体，又能很好地保护患者的皮肤，保证约束患者的舒适和肢体处于功能位，而且将约束患者的操作时间由之前的152秒缩短至58秒，缩短了61.8%。经过临床试用，获得护士及患者的一致认可。

易拉得式约束带，适用范围较广，可广泛应用于精神科病房、急诊病房、ICU、手术室等科室。

2月，易拉得式约束带参加河北省护理学会主办的2019年河北省护理创新改革评比大赛，获一等奖，并代表河北省参加全国护理用品创新大赛。

全国护理用品创新大赛上，PPT汇报后的现场操作展示引起了专家的关注，多名专家提出问题，我院选手沉着应对，均完美解答了提问。

经过激烈的角逐，层层选拔，最终，我院易拉得式约束带项目获得了第十届驼杯全国护理用品创新大赛三等奖。专家认为，易拉得式约束带项目，以提高临床护理工作质量和工作效率，提高患者舒适度，保护护理人员及患者安全等出发点开展创新研究，值得肯定，也值得学习。

目前，此创新项目已经被相关企业关注。（刘杰 赵涛）



预约诊疗
业务咨询
友情联络
信息交流

请扫描二维码
关注医院微信
公众账号：
河北省精神卫生中心
开心工程免费
心理咨询站点

- 第一站：保钞职工医院一楼“开心工程”进社区示范点 时间：每周四下午。
- 第二站：秀兰尚城小区物业公司二楼“开心工程”进社区示范点 时间：每周三下午。
- 第三站：暂停。
- 第四站：兴华苑社区三楼会议室“开心工程”进社区示范点 时间：每月的5日、15日、25日，如遇节假日，则顺延至下一个工作日。
- 第五站：博鑫社区二楼心语室“开心工程”进社区示范点 时间：每周五下午。
- 第六站：康泽园社区居委会活动室“开心工程”进社区示范点 时间：每周二下午。
- 第七站：阳光佳苑B区院内江东社区居委会二楼“开心工程”进社区示范点 时间：每周二下午。
- 第八站：长城家园社区卫生服务中心二楼“开心工程”进社区示范点 时间：每周五下午。
- 第九站：城市美地社区服务中心二楼心理辅导站进社区示范点 时间：每周四下午工作时间。

一版责任编辑：崔彦龙
二版责任编辑：王宝军
三版责任编辑：赵向辉 宋和平
四版责任编辑：马克谨

心理专家

用游戏为定兴县男中学生“加油”

【本报讯】定兴县高里中学组织开展了男生课堂系列活动，以“珍惜时间 拥抱理想”为主题的心理辅导活动中，我院心理专家运用心理游戏等手段，细致讲解了情绪管理、自我实现的相关心理知识。

4月10日，心理保健中心主任徐涛、国家二级心理咨询师田玮，应邀到定兴县高里中学，面向100余名8年级男生，展开了“珍惜时间，拥抱理想”心理辅导活动。

活动开始，徐涛说，以一个关于时间的谜语作为开场热身活动，一下子引起了同学们的兴趣。时间，一个同学都异口同声说出了答案，时间。田玮为最先答对的一个同学送上了小礼物。

徐涛说，下面做一个游戏，名字叫撕掉你的人生。大家手上都有一张纸，每张纸代表100年的时间，我们将它分成了不同的时间段，假如将人类的平均年龄定为80岁，大家开始撕掉活不到的20年，再撕掉同学们已经过去的15年，继续撕掉成功需要花费的25年，然后撕掉睡觉花去的25年，最后撕掉吃饭花去的5年。顿了一下，徐涛问，大家看一下手中的纸，还剩多少时间？同学们齐声说：“10年。”徐涛说：“对，只

剩下了10年时间。”其中一名同学站起来说：“没想到会是这样，以前真没想过这个问题，太不可思议了。”另一名同学说：“从现在开始，我一定要珍惜时间，合理利用时间。”

听了同学们的发言，徐涛说：“对，我们所能利用的时间，其实很短，所以我们对生命进行反思，认识到时间的宝贵，从现在开始有效管理时间，合理利用时间。”

徐涛继续说：“既然时间很宝贵，那我们应该怎样充分利用自己的时间呢？下面，让田玮老师指导咱们每个人做一张自己的人生目标图。”

田玮以如何成为一名军人为例，详细向同学们讲解了如何确立自己的目标，如何将大目标落地分解成一个一个可以完成的小目标，每个小目标要设置行动计划表，规划自己的行动进程。同学们都做好后，田玮说：“下面邀请三名同学展示并介绍一下自己的成果吧，谁来？”一名男同学站起来说：“我想做商人。”然后介绍了自己的规划。一名女同学也说：“我想当医生。”同学们纷纷讨论起来。

徐涛做了总结，他说，同学们设计得都不错，但

一定要明白，目标代表心中的希望与梦想，要实现这些目标，就像刚才搭建的人生大厦一样，必须由底层开始，一步一步垒建。而后，给同学们布置了作业，修订自己的人生目标图，并张贴在醒目位置，时刻提醒自己努力去完成梦想。

活动结束后，高里中学德育处处长王庆超做了总结讲话，他说，活动非常成功，形式新颖，内容实用。他对同学们说，希望我们的男孩子们，勇于探索和创新，勇于承担时代赋予的责任与使命，砥砺前行，不忘初心，成就自己的梦想。（田玮）



我院赴张家口开展扶贫义诊活动

【本报讯】“不出村就能检查身体真是太方便了，要说这个还得谢谢六院来的大夫啊！”4月26日，在张家口市宣化区贾家营镇双印子村，一位刚刚做完身体检查的村民一脸喜悦地说。

党委书记王淑玲介绍，开展此次活动的目的，主要是全面深入贯彻落实习近平总书记关于解决“两不愁三保障”突出问题座谈会的重要讲话精神，扎实开展健康扶贫工作，防止因病致贫因病返贫，不让“病根”变“穷根”，这是我们精准扶贫工作的一项重要任务。

当日，多名专家和精准扶贫责任人组成的义诊团队在党委书记王淑玲、党委副书记、纪委书记南凤池的带领下，开展义诊服务活动，服务项目包括心理咨询、量血压、测血糖、心电图检查等，专家详细询问村民

的身体状况，耐心分析病情，讲解注意事项，为有需要的患者指导下一步的诊疗方向，并对行动不便的困难户进行了入户采血查体和问诊。

同时，义诊专家向村民广泛宣传健康扶贫医疗保障救助政策和日常保健知识，鼓励患病贫困村民早发现、早诊疗，防止因病致贫，因病返贫。

义诊活动共发放健康教育宣传手册100余份，发放价值500余元的常用药品，采血80余人次（化验项目包括血常规、肝肾功能、血脂、血糖等），心电图检查40余人次，血压测量100余人次，解答村民咨询健康问题近百人，并为每一位前来咨询检查的贫困户发放了小礼品。（毛喙）



【本报讯】为纪念五四运动一百周年，深入推进医院文化建设，激励广大青年职工奋发作为，4月28日，我院组织举办了以五四运动为主要内容的党建、党史知识竞赛。

党委书记王淑玲讲话时说，100年前爆发的五四运动，是一场以先进青年知识分子为先锋、广大人民群众参加的彻底反帝反封建的伟大爱国革命运动。青年最要紧的精神，就是要与命运奋斗，青年职工有理想、有本领、有担当，我们的医院也就会有前途、有希望。今天，我们在这里以知识竞赛的形式纪念百年五四，也希望我们的医院在一代代青年职工的拼搏下，保持自强不息的姿态，永远进取，永远年轻。

竞赛设一等奖1名、二等奖1名、三等奖2名、纪念奖4名，赛题包括必答题、识图题、抢答题及快问快答等。职工以党支部为单位组队，每个队3名选手。经过两轮角逐，第八党支部代表队获一等奖，第七党支部代表队获二等奖，第六党支部代表队和第二党支部代表队获三等奖，其余代表队获纪念奖。王淑玲书记现场为获奖选手颁发了奖品。（刘奉琳）

我院开展护士长以上干部政治性警示教育和国家安全教育活动

【本报讯】为深入推进医院党风廉政建设，教育引导党员干部知敬畏、存戒惧、守底线，4月24日，我院领导班子带领40余名中层干部分别赴河北省警示教育基地和西柏坡国家安全教育馆，开展政治性警示教育和国家安全教育。

河北省警示教育基地举办的“全面从严治党永远在路上”警示教育展览，以大量的图片、视频、数据，展示了党的十八大以来全面推进党风廉政建设和反腐败斗争取得的显著成效。展览既有党的路线方针政策

和党内法规等内容解读，又有典型案例剖析，内容丰富、形式新颖、发人深省、令人警醒，通过对大量典型违纪违法案件进行展示，着力营造不敢腐不能腐不想腐的氛围，充分发挥警示、震慑教育作用。

西柏坡国家安全教育馆“无名丰碑”展览，利用图片、实物，结合动态模型、场景复原和艺术浮雕等展出了我党隐蔽战线的50多位英雄人物，融教育、思想、科学、艺术于一体，深刻诠释了党隐蔽战线的斗争历史及新中国反间谍斗争成果。

通过参观展览，大家纷纷表示，在今后的学习和工作中，将始终坚持把政治建设摆在首位，自觉践行“四个意识”，坚决做到“两个维护”，对党绝对忠诚，始终在思想上、政治上、行动上同以习近平同志为核心的党中央保持高度一致。一定更加严格要求自己，严格遵守党章、党规、党纪，时刻绷紧纪律之弦，牢记法纪底线不可逾越、法纪红线不可触碰，做忠诚、干净、担当的合格党员，做廉洁、诚信、敬业的医务工作者。（赵静）

我院荣获全国

首批精神康复示范基地称号

（上接1版）

创新的宣介途径

2016年起，康复科多次举办全省精神康复相关培训班，属于国家级继教项目，协同省内精神康复同道积极学习科普技能，举办科普比赛，向患者及家属普及精神疾病全程康复理念。

举办河北省精神康复作品比赛、精神康复朗读比赛等，培树患者信心，减轻耻辱感；拍摄康复员眼中的精神康复主题宣传片，并将此内容参编高等教育出版社《精神病学》（主编张聪冲 翟金国）数字课程；让市民参观科室、体验康复项目，增强自我精神健康意识；编印《复元之家》宣传册，内容涵盖科室介绍、复元理念、复元措施等，免费发放给来院人员，使大众更加了解精神康复，使更多人及早受益；出版《河北精神卫生》报精神康复专刊，与各个兄弟单位交流、学习。

康复科总面积3200余平方米，设置脑电治疗室、生物反馈治疗室、作业治疗室（包含手工艺室、棋牌室、图书室）、心理康复室（包含沙盘游戏治疗室、团体心理治疗室）、社交技能训练室、艺术治疗室（包含主动式音乐治疗室、舞蹈治疗室、美术治疗室）认知康复室、宣泄室、运动馆、健身房、咖啡厅、便利店、洗车场、心理剧治疗室、多媒体训练室、个人生活自理能力训练室、多功能厅、个案评估室、农疗区、

户外运动区等。

每天在相应治疗室固定开展的康复治疗至少包括计算机认知矫正治疗、生物反馈治疗、脑电治疗、舞动治疗、手工艺治疗、团体心理治疗、音乐治疗、沙盘游戏治疗、职业功能训练（4项）、运动疗法等13项。

目前，康复评定可开展认知知觉功能检查、风险评估、症状评估、精神疾病自我管理评估、日常生活自我管理评估、兴趣爱好能力评估、健康自我管理评估、社会交往能力评估、职业或学习能力评估、家庭环境评估、心理评估等。

新建的志愿者队伍

多学科协作是精神康复的一个基本模式，为此，

康复科重新组建之初就一直在进行精神康复社会志愿者的招募，目前已经组建了一支强有力的志愿者团队，包含心理咨询师、瑜伽教练、手工艺治疗师、演讲培训师、太极拳培训师等，志愿者有自己的服装和标识。

目前，康复科建立的QQ群有三个，冀六医院家属专家群：229381649；患者互助成长群：291736840；六院社会志愿者群：9132871。欢迎相关人士积极加入，共同为康复员的成长而努力，为我院的精神康复工作添砖加瓦，为省的精神卫生事业贡献自己的一份光和热。（赵向辉）

