



除夕夜送饺子 团圆节暖人心

院领导为春节坚守岗位的医务人员送上节日慰问

【编者按】又是一年除夕夜，又是一年团圆节，我院党委书记栗克清、党委副书记、院长刘波，总会计师常艳改与部分职能处室负责人一起为坚守在临床一线的医务人员包饺子送祝福。

饺子寓意着来年幸福、吉祥，象征着中国人对于“家文化”的一种尊重和热爱。栗克清等院领导一行首先来到职工食堂，与食堂职工一起为坚守岗位的同事们包饺子，为不能回家

与家人共度佳节的工作人员送去“家”的温暖。在包饺子过程中栗克清详细询问了春节期间食堂供应的菜品种类、菜品搭配等相关情况。栗克清指出，除夕夜是万家灯火团圆之时，为了给广大患者身心健康提供最全面、最优质的医疗服务，我院临床医护人员尽职尽责、坚守一线，后勤部门一定要做好节日期间后勤保障工作，让一线医务人员节日暖心，让医院患者就医舒心。

随后栗克清等院领导依次来到各临床科室走访慰问，送上刚煮好的饺子，并祝大家春节快乐。栗克清在走访过程中说，十分感谢大

家在春节期间无私奉献与辛勤付出，正是因为一线临床医护人员和值班人员的坚守，广大就医患者才能过好“放心年”“安全年”。

大家纷纷表示，感谢院领导的祝福和嘱托，医院是我们共同的家，在在岗期间坚决履职尽责，严把诊疗质量，确保优质服务，让广大来院患者过好欢乐祥和的新春佳节。

(董丹阳 吴嘉豪)



营造良好环境 共助心理健康



冀六医院报

第2期
(总第201期)

2023年2月1日
星期三
癸卯年正月十一

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

牢记“三个务必” 走好新的赶考之路

——我院召开党的二十大精神宣讲报告会

【本报讯】1月10日，我院党委书记栗克清以《牢记“三个务必” 走好新的赶考之路》为题作党的二十大精神宣讲报告。医院领导班子成员、全体党员、全体护士长以上干部参会。栗克清书记指出，在2022年党的二十大上，习近平总书记明确提出“三个务必”的时代论断。“三个务必”旨在确保党永远不变质、不变色、不变味，确保党始终成为中国特色社会主义事业的坚强领导核心，具有重大现实意义和深远战略意义。

栗克清强调，要在工作中践行“三个务必”，走好新的“赶考”之路，一是以“锤炼之心”赶路。提高政治站位，不管何时何地都矢志不渝听党话、跟党走。



坚持从思想上学、从工作中悟、从行动上践行。

始终坚定正确的道路。二是以“坚定之心”赶路。要全面领悟党的二十大精神提出的新思想、新战略、新举措，把维护患者的根本利益作为一切工作的出发点和落脚点，在为民办实事上狠抓落实、出实招、求实效。三是以“担当之心”赶路。走好新时代的赶考之路，必须敢于担当、善于作为。要将学习宣传贯彻党的二十大精神与当前医院中心工作和2023年重点工作紧密结合起来，脚踏实地，勤奋工作，持续提升医疗质量和服务水平，切实把学习成果转化为推动医院高质量发展的强大动力!

(党办室 南宇菲)

我院召开2022年度工作总结暨表彰大会



【本报讯】1月10日，我院召开“2022年度工作总结暨表彰大会”。会上对15个先进集体、10个先进党支部、177名先进个人、5个院长特别奖进行表彰并颁奖。院领导班子成员、受表彰人员、医院职工代表共计230余人参加会议。副院长赵素银主持会议。

党委书记栗克清强调，新的一年，同志们务必继续大力弘扬艰苦奋斗精神，坚决克服小富即安、小进则满的落后思想，拓宽思路，增强信心，鼓舞斗志，勇往直前，开创各项事业发展新局面。一要全面加强理论武装，深入推进党的建设。扎实推动党支部标准化规范化建设，规范党建工作考核、评议、奖惩制度，加强党务干部、党员干部队伍建设，加强对党务干部的教育培训，做好党建宣传工作。二要狠抓医院质量管理，深入推进改革创新。全面推进医院信息化建设，持续做

好精细化管理，通过公立医院绩效考核指标持续改进、多维质量改进活动，带动医院质量管理再上新台阶。三要致力加强学科建设，深入推进科教医院。抢抓京津冀协同发展、雄安新区建设、社会心理服务体系等重大发展战略机遇，以河北大学第六临床医学院为依托，持续提升教学管理水平。

党委副书记、院长刘波在2022年医院工作报告中指出，2022年是医院发展史上极不平凡、极



不平凡的一年，在复杂局势中把握主动，基本完成了年初确定的各项目标。一是坚持质量立院理念，持续提升内涵品质。抓规范定标准，抓管理促创新，抓落实、保安全。二是坚持医教协同发展，持续提升人员素质。拓宽人才引进渠道，深挖内部潜力，全力提升教育培训工作水平。三是坚持精细化管理，持续提升运营效率。强化预

算的刚性约束作用，加强运营管控，规范采购行为。四是坚持共建共享，持续提升协作水平。夯基础，抓引智，强外联。五是坚持医院公益性，全面履行社会责任和义务，扎实做好医院疫情防控和社会心理服务工作。六是坚持以一线为中心，持续提升保障服务能力。着力提高信息化水平，完善基础设施设备，下沉一线强服务，创新模式丰富职工文化生活。

会上，栗克清宣读了《关于表彰2022年度“院长特别奖”获得者决定》，副院长张云淑宣读了《2022年度先进集体、先进工作者表彰决定》，纪委书记王宝军宣读了《2022年度先进党支部、优秀共产党员表彰决定》，总会计师常艳改宣读了《2022年度工会积极分子表彰决定》。老年精神一科主任任秀丽、中西医结合一科唐博娜同志分别代表先进集体和先进个人发言。

(党办室 南宇菲)



我院召开 2022 年度质量与安全分析会

【本报讯】1月18日下午，我院组织召开2022年度质量与安全分析会，全面总结2022年医院质量与安全管理工作开展情况，明确2023年的质量与安全管理工作任务。党委副书记、院长刘波出席会议并讲话，护士长以上干部、医技辅助科室、临床科室质控员参加会议。质安办（绩效办）主任刘杰主持会议。



刘杰主任主持会议

会上，各院级质量与安全专业委员会汇报了2022年度质量与安全工作开展情况，对工作中存在的问题进行了分析，制定了改进措施，并提出了2023年质控工作重点。刘杰代表医院全面质量与安全委员会通报了医院日常统计评价指标监测情况，提出了2023年质量与安全工作计划，并针对医院2022年度医疗安全（不良）事件报告情况进行了预警分析。

刘波在总结讲话中指出，质量管理是医院管理永恒的主题。2023年我院将面对等级医院复审，工作任务很重。希望大家在新的一年里，铆足干劲，脚踏实地，实现医疗质量和水平再上新台阶。为此，对今年质量与安全管理工作提出几点要求：

一是强化质量与安全意识。各处室负责人作为科室质量与安全第一责任人，要充分认

识到质量管理对于科室的重要性，提升科室的大局意识和团结协作意识，鼓励科室成员树立并践行“同协作、共努力”的工作理念。

二是规范科室质控工作。每月应按时召开科室质控例会、报送质控记录，每季度需按时完成并报送持续改进案例，规范整理科室质控档案。质安办将继续扩大对各科室质控档案管理的培训范围，并继续进行督导检查，推动各处科室在档案资料收集、原始资料保存、档案规范整理等方面工作质效的稳步提升。

三是继续开展好多维度质量改进活动。根据现存问题，在坚持使用多元化质量工具的基础上，

由行政职能部门牵头，以公立医院绩效考核、高质量发展指标和等级评审中的薄弱指标为突破口，着力解决当前重要性高、紧迫性强和反复性频繁的系统问题。临床科室和医技辅助科室则由科室质控小组负责人牵头，针对科室缺陷指标与不良事件开展持续改进活动。

四是做好不良事件上报工作。相关医务人员要重点关注2022年不良事件的质控分析，提高风险评估的准确性和一致性。对于二级以上不良事件，科室要正确运用RCA工具分析，形成PDCA良性循环；对于三、四级不良事件，要认真研判其隐藏的安全隐患，发挥其警示教育作用。

五是进一步规范6S管理工作。2023年我院面临三级复审，需对全院6S管理工作重新进行培训和规范。各处室负责人要做好科内日常工作的督导，注重细节管理，排查不安全因素，营造安全、舒适、整洁的工作环境与就医环境。会后，院领导为2022年第四季度6S管理考评优秀的科室颁发了流动红旗，获得流动红旗的科室分别是情感障碍科、睡眠医学科、门诊、财务处和人事处。

（质安办 张祝嵩）



预约挂号
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

开工工程站点

第一站：张裕职工医院一楼“开工工程”进社区示范点，时间：每周四下午。

第二站：秀兰尚城小区物业办公室“开工工程”进社区示范点，时间：每周三下午。

第三站：暂停

第四站：兴华苑社区三栋会议室“开工工程”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：博康社区二楼会议室“开工工程”进社区示范点，时间：每周五下午。

第六站：康园社区居委会活动室“开工工程”进社区示范点，时间：每周二下午。

第七站：阳光佳苑B区院内东边社区居委会二楼“开工工程”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“开工工程”进社区示范点，时间：每周五下午。

第九站：城市天地社区服务中心二楼心理驿站进社区示范点，时间：每周四下午工作时段。

第十站：保定泰康养老中心三层心理驿站，时间：每月10日、20日，如遇节假日，则顺延至下一个工作日。

一版责任编辑：崔威龙
二版责任编辑：赵静
三版责任编辑：马爱莲
四版责任编辑：宋和平

青少年要重教育更要重教化

服务什么什么，乃至一声问候、一个微笑，你的生活环境就会越来越好，学习成绩也会有所提升。你若



有些家长自己虽然没有学过心理学，也没有给孩子请过心理疏导老师，却取得了良好教育的效果。

为什么呢？这就是我们传统文化的作用与效果。在心理治疗关系中，西方谈“教育”，东方谈“教化”；西方讲“平等”，“积极关注”，东方讲“躬亲示范”“言传身教”。

每天有意地为家庭做点什么，你的自律和动手能力就会越来越强，你若能将日行一善养成习惯，乃至你的未来必将会更加光明。

差别在哪里？治疗师或家长作为榜样而产生的力量。一个内在素质优秀（如人格完善、道德高尚等）的治疗师或家长，其外显行为与内在素质的治疗师或家长一定会不同。即便是做出

最近蒙脱石散火了一把！有病没病的也上一点心里边踏踏。蒙脱石散虽然可以治疗腹泻，但是怎么用却大有讲究，用不好会适得其反。

蒙脱石散是一种吸附性止泻药物，其药物来源是蒙脱石，中药里与之相类的药物有赤石脂和禹余粮，它们都属于止泻止泻药，主要是在腹泻日久不愈，或滑脱不禁的情况下使用。在急性腹泻或腹泻初起的时候很少会用到蒙脱石止泻药，因为腹泻和咳嗽一样，也是身体向外排出毒物的表现。过早使用止泻药止泻，会造成毒邪无法排出，也就是中医讲的闭门留寇。

蒙脱石散别乱囤 对症用药身体康

蒙脱石散是一种吸附性止泻药，除非是腹泻的非常厉害，甚或滑脱不禁，才可以少加一点蒙脱石散。

还有两种泄泻药，在患病日久不愈的情况下，可加用蒙脱石，赤石脂等涩泻药。一种是脾胃虚弱，表现为腹泻迁延不愈，没有食欲或饮食减少，神疲乏力，乏力，腹胀，舌色淡苔白，可选用参苓

看似相同的行为，比如告诉孩子“要和老师同学处理好关系”，产生的效果也不会一样。所以你是什么样的，你的孩子和来访者就会是什么样的。在一个治疗关系中，治疗师本身就是一个治疗工具。所以作为治疗师，优化我们自身的素质，提高生命对生命的影响力，是非常重要的。

此外，在与青少年来访者的工作中，仅靠教育、说教是没有用的，需要“教化”。所以在行为治疗方案的设计中，我们也可以把“感恩之心”“日行一善”设计进来。让他们在行动中，探索活着的意义。也许在治疗结束时，他们没有找到各自理想的答案，但我相信，在他们的内心已经种下了善良的种子。

（临床心理二科 方子怡）



为保障医疗急救用血需求，1月6日上午，我院党委组织部职工，积极参与无偿献血活动。献血活动从早上8点持续到中午12点，共有65名职工成功献血，献血量21400ml。十三年来医院每年都会组织干部职工开展无偿献血活动，从未中断。先后获得了“无偿献血志愿服务先进单位”“无偿献血爱心单位”等荣誉称号。在这个寒冷的冬日里，全院干部职工以捐献热血的实际行动，给生命以希望，给社会以温暖。（赵静 龙帅宁）

【本报讯】1月17日，我院召开2023年宣传工作会议，全面总结2022年宣传工作，部署2023年度重点工作。党委书记栗克清出席会议并讲话。纪委书记王宝军主持会议，党办、宣传处负责同志、党总支书记及全院通讯员、宣传员参加会议。

栗克清在仔细听取汇报情况后作了总结性讲话。讲话充分肯定了2022年度我院的宣传工作。同时指出医院的宣传工作需要突出宣传特色，树立品牌效应，拓宽宣传渠道，构建多维度的特色发展格局。同时，要坚持守正创新，加快宣传工作的转型发展。

栗克清在讲话中强调，作为省级精神卫生中心，要勇担社会责任，致力于河北省乃至全国群众精神健康质量的提升，以“不得病、晚得病、得小病”为科普宣传宗旨，营造人人宣传的良好氛围。一是强化医院品牌建设，提升宣传效果影响力。要充分融合已有“三大工程”“儿童友好城市建设”等成果资源，深入挖掘特点特色，形成宣传合力。

二是坚持社会公益理念，提升为民服务质量。关注社会热点问题并做好后续跟踪报道，以“乐道之善、乐成之美、乐人之所乐”心态，提升主动服务意识。

三是加强内外部门联动，建立沟通协调机制。创建具有凝聚力的立体式宣传沟通机制，形成“长流水、不间断”宣传效力。四是提升青年人才思想站位，强化宣传人才队伍建设。要充分激发年轻宣传人才的工作热情，以“走出去”与“引进来”相结合的方式挖掘宣传潜力。

会上，马克强、赵向辉、田运涛、张贺峰、宋和平、董丹阳、高晨群、范峰、张佳雨、马天爱分别进行工作汇报。（宣传处 王煦）

我院召开 2023 年 宣传工作会议

我院召开春节节后收心会

展建设规划任务目标，科学谋划全年重点工作，强化工作的计划性、系统性和前瞻性。列出时间表，明确先后顺序，出实招、见实效，确保各项工作任务按照时间节点落实到位。

栗克清强调，在接下来的工作中，一是继续做好新冠病毒感染监测工作，完善应急处置机制及转院通道。二是继续做好安全生产生产工作，进一步强化风险思维和底线思维，以“时时放心不下”的责任心转好安全生产工作，树立“责任不落实就是最大的隐患”的理念。三是继续做好护士长以上干部管理知识培训，打造学习型医院。

最后，栗克清号召全院职工在新的一年里，树牢全院“一盘棋”思维，在各岗位上竞展风采、尽显风采。（院办室 郝秀芳 刘奉琳）

思维，在各岗位上竞展风采、尽显风采。（院办室 郝秀芳 刘奉琳）



【本报讯】1月29日，我院召开2023年春节节后收心会，党委书记栗克清主持会议并讲话，党委副书记、院长刘波，副院长赵春霖，纪委书记王宝军，总会计师常艳改出席会议，医院全体护士长以上干部参会。

栗克清强调，经过假期调整，希望大家能以充满信心的姿态、充满活力的状态迅速把思想和精力转移到工作上。一方面，要用责任心收心，强化风险意识和责任意识，全力保障患者安全。另一方面，要用纪律收心，全体党员干部要保持勤俭节约的意识，保持清爽的同事关系、规矩规矩的上下级关系、和谐的医患关系、“亲”“清”的医患关系。

栗克清指出，2023年是全面贯彻党的二十大精神开局之年，是“十四五”承上启下的关键之年，也是医院建院70周年和三甲复评之年，我们要组织实施文化建设年活动，持续丰富质量文化、安全文化、感恩文化、廉洁文化、创新文化、家文化内涵，进一步细化分解医院“十四五”发

你知道吗？有时候微笑也是老年抑郁症的表现

微笑抑郁症，是一种心理疾病，是抑郁症的一种，属于新型抑郁症。很多人将抑郁症患者与微笑联系起来，然而有关调查显示，的确有一部分老年抑郁症患者喜欢用“微笑”掩盖病症。对于老年人来说，由于不给子女添麻烦的心理，大多数时候都面带微笑，这种并不是发自内心的真实感受，而是一种负担，久而久之成为情绪的抑郁。

其实每个人在焦虑、抑郁的时候，身体都会发出一些信号，比如说，缺乏活力、失眠、对很多事情持消极态度、常常感觉疲劳等。老年人患抑郁症很普遍，但老年人对抑郁症有较强的心理排斥，许多老年人极力否认自己患有抑郁症，而且常常掩饰自己的真正心情。尽管内心深处感到极度的痛苦、压抑、忧愁和悲哀，外在表现却若无其事，面带“微笑”。

这部分患者尽管内心深处感到极度的痛苦、压抑、忧愁和悲哀，外在表现却若无其事，面带“微笑”。这不是发自内心的真实感受，而是违心的强作欢颜。还有部分恢复期的老年抑郁症患者，由于社会对心理疾病患者存在偏见，在即将回归社会的时候，甚至出现自杀等严重后果。

另一种情况是有自杀企图的重症抑郁症患者为了完成其自杀的目的，有意识地掩盖自己的痛苦而强作欢颜。以此逃避医务人员和家人朋友的注意，为自杀创造条件。老年重症抑郁症患者情绪突然“好转”，心情“豁然开朗”可能是一个危险的征兆，应高度警惕，防范自杀。抑郁症不是矫情而是病，所以大家千万不要注意，好好保护自己的身体，及时释放压力。（老年精神科 王子怡）

“阳康”后千万不要让情绪“生病”

专注于这个问题上。

最后，我们需要明白的是，当你感染新冠恢复后有些症状是正常的。担心和焦虑只会给你负面感受，比如当你专注于身体的酸痛，你的酸痛可能会更加严重。症状之间是有关联性的，如果感到疲劳，注意力会受到影响，从而影响记忆力，进而增加焦虑、加重疲劳，一个不良循环就此形成。所以，你减轻了一项症状，另一项症状也会缓解。

同时我们也建议恢复者要保持健康的生活方式，如确保充足的优质睡眠，有规律的睡眠；保持环境的安静；睡前一个小时禁用电子设备，禁烟禁酒，用冥想、正念减压疗法等方式减压；建立良好的社交生活；保持健康的饮食习惯及爱好活动等，都可

帮助感染者恢复后不再得“情绪病”。（康复科 王金浩）

