



# 冀六院报

第1期

(总第165期)

2020年1月1日

星期三

己亥年十二月初七

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2019年年度汉字揭晓

【本报讯】我院2019年年度汉字征集结果近日揭晓。经多轮评选，评委会结合我院2019年实际反复讨论，决定采用票数最多的三个汉字之一“援”为医院2019年的年度汉字。

所谓年度汉字，就是每年具有代表性的汉字。年度汉字评选，是使用汉字地区的一项评选活动，中国、日本、马来西亚和新加坡等国家和地区一直都会评选最具代表性的年度汉字。各地民众根据一年内发生的国内国际大事，选定一个汉字反映全年焦点。因借汉字的言简意赅，年度汉字具备相当的

概括性和高度“浓缩性”。

我院征集年度汉字，是文化建设的一个新亮点。一个目的是让社会各界朋友更好地了解医院，提高对心理健康的认识，提升自身的心理健康水平，另一个目的是让全院干部职工认真梳理医院一年来的工作，感知做出的成绩，提高凝聚力和荣誉感。

医院征集的年度汉字，不是代表医院，也不是代表行业的，不是放在哪年都行，放在哪家单位都行的，而是代表医院的2019年，需具有独特性，能高度概括2019年医院的最新最大变化、重要工

作，尤其引起业界反响的工作，让社会各界叫好的工作，能引起职工的情感共鸣。

据悉，本次活动共收到有效来稿103件，按先后顺序进行编号，筛除理解错误等来稿，隐匿作者相关信息后，50个汉字进入初评环节，经过17名评委投票，选出前20名22个汉字进入现场集中复评环节，取票数前11名进行终评。

(宋和平)

祝全院干部职工、患者及家属朋友新年快乐!

## 2020年新年贺词

党委书记：王淑玲 院长：栗克清

亲爱的朋友们：  
大家好！

季节代换，岁序更新。2019，我们在不懈奋斗中，走过不平凡的一年。在这辞旧迎新的美好时刻，我代表院党委和医院领导班子向一年来为医院建设努力拼搏、锐意进取的广大职工表示亲切的问候，向一年来关心和支持医院发展的各级领导、各界朋友表示衷心的感谢，向一年来给予我们无限信赖的患者及家属朋友致以诚挚的敬意。

过去的一年，我们“援”字当头。8名管理干部和业务骨干支援新疆维吾尔自治区地方和兵团建设，走村入户、建章立制，精神卫生和心理健康工作显著提升；10余名业务骨干派驻雄安新区、邢台市、沧州市、秦皇岛市等地医疗卫生机构，携手省内兄弟单位共同发展；多名同志参加国家及我

省等级医院评审工作，并赴山西省、甘肃省、安徽省、浙江省、宁夏回族自治区等地专科医院指导等级医院评审和质量管理工作，传播医院管理文化。

过去的一年，我们“稻”字当前。全面开展法治医院建设，组建法治联络员队伍，多项内控制度印发实施，医院管理规范化水平进一步提高。加大人才培养力度，70余名管理干部走进清华大学、浙江大学等高等学府，更新管理理念和管理知识。规范教学管理，完善在读研究生培养机制和带教老师遴选考核机制，教学氛围更加浓郁。

过去的一年，我们“暖”字当先。大力倡导“以人为本”的服务理念，“学雷锋志愿服务”实现常态化，“六院好医生”获赞万千，“有温度的护士”暖热每位患者的心，“献血达人”王保清、“河北好人”马克谨等模范典型响彻全省。

过去的一年，全院上下团结一致，无论是诊室里的医生，还是病房里的护士，抑或是默默奉献的护工、保安、炊事员，都在以各自的方式守护着患者的安宁，你们都是“最美六院人”。

2020年，是我们“十三五”收官之年，党和人民期待我们交出一份满意的答卷；2020年，是我国实现全面小康之年，全面小康离不开全民健康，这也为我们施展才华提供了广阔舞台。2020年，我们扬帆起航，再创辉煌。

朋友们，律转鸿钧佳气同，肩摩毂击乐融融。新年到来之际，祝福我们伟大的祖国更加繁荣昌盛，祝福全院职工和各界朋友事业进步，祝福广大人民群众身心健康、快乐无忧！

谢谢大家！

2020年1月1日

## 2019年年度汉字

医院帮扶、支援兄弟单位最多的一年，  
派驻的支援人员也是最多的。

向国家项目办、省委督查组、市卫健委选派人员协助工作；

向雄安新区3县4所医院派出心理医生；

向新疆兵团第二师焉耆医院、巴州精神卫生中心派驻管理人员和医务人员；

对邢台、沧州、曲阳等多家托管医院伸出援手；

支援多个县区的精神残疾评定工作，为患者提供了上门、免费服务；

对保定、唐山、衡水、张家口等多地负性大事件经历者实施心理救援。

这一切，

都彰显了我省精神专科医院排头兵的实力和胸怀。



# 援

2019年各项工作全面告捷。医院从实际出发，以患者和职工为中心，各项新举措的实施为患者就医体验，为职工办公带来了实实在在的便捷。志愿服务常态化让患者看病无忧愁。钉钉软件的应用让科室间沟通，职工请假，实时了解院内动态无障碍。送餐电梯的建设，为患者创造更好更便捷的服务。  
(史玉明)

2019年是河北省六院建院66周年，难得的666大顺之年。在这一年里，全院干部职工以顺和之心，顺意之态，顺利之果，度过春夏秋冬，取得丰硕成果。“顺”是新时代的美好期盼，“顺”是家和万事兴的氛围，“顺”更是六院全面发展和超越的运势。  
(史俊)

这一年，“建”是主调。为把主电梯让给患者和家属，加快工作人员上下电梯的速度，从而提高工作效率，最终达到为患者提供满意服务的目标，1号楼增建了外挂电梯；为改善患者和家属的膳食质量和就餐环境，新建了专用食堂；为打造特色科室，提升学科建设水平，给儿少患者一个相对独立的诊疗环境，新建儿少综合病房楼。  
(刘苑)

医院今年新盖了几少病房楼，患者食堂，医院供电设施更新搬迁，此乃一“扩”也；今年医院派出工作人员到新疆、雄安新区、曲阳、邢台、

2019年是医院帮扶、支援兄弟单位最多的一年，派驻的支援人员也是最多的。向国家项目办、省委督查组、市卫健委选派人员协助工作；向雄安新区3县4所医院派出心理医生；向新疆兵团第二师焉耆医院、巴州精神卫生中心派驻管理人员和医务人员；对邢台、沧州、曲阳等多家托管医院伸出援手；支援多个县区的精神残疾评定工作，为患者提供了上门、免费服务；对保定、唐山、衡水、张家口等多地负性大事件经历者实施心理救援。这一切，都彰显了我省精神专科医院排头兵的实力和胸怀。  
(赵向辉)

2019年的省六院，以真诚的爱心，接纳着来院的一位位患者；以龙头老大的力量，托管了沧州市精神病医院，并接纳全省转岗医生、规培医生等各项培训；以虚怀若谷的心态，致力于提高全体工作人员的整体服务水平，虚心接纳各界的批评建议。  
(唐博卿)

纵看2019年，省六院全年都在韬光养晦。医院章程的修订，相当于有了医院的宪法，以后的每项工作都有章可循，为大动作奠定了法的基础。院领导的变化以及各主管工作的调整，为大动作奠定了人的基础。合并福利院，托管沧州安定医院，提前布局雄安新区，为大动作打开了广阔的地域空间。  
(吕华)

在2019年里，医院稳中求进，不断开拓创新，拓展并加强了与其他单位的合作关系，拓宽了医院的发展道路。我院积极与其他先进集体交流经验，吸取其科学的发展和管理模式，充实提高自身。  
(段梦双)

2019年，我院贯穿一个“暖”字，积极倡导“争做有一个有温度的医生”、“有温度的护士”以及“有温度的志愿者”，大力开展惠民工程、技术帮扶、心理干预、精准扶贫、志愿服务以及岗位练兵等活动，不断拓宽服务范围，温暖千家万户。  
(毛焱)

“奔”的异体字，泛指奔跑。2019年，医院取得了骄人的成绩，每个科室的职工都发挥主人翁精神，奔着目标在努力奋斗着。“奔”字，两只小牛上面是一只大牛，象征着医院今年托管了多家精神卫生机构，派出专家帮扶新疆、高校等。同时，微信公众号栏目“神六奔奔科普会”是医院今年新创立的原创科普品牌，开创半年来深受群众的喜爱和好评。  
(马克谨)

2019年，医院医、教、研及社会公益工作全面开花结果，此为一“兴”；职工人人心情愉悦，此为二“兴”；随着医院实力大增，新技术、新项目、新举措正兴，此为三“兴”；借雄安新区发展之机，提前规划，尽早参与，此为四“兴”；六院班子又添两位实力干将，迎合了“六”字头上加两点为“兴”之巧，此为五“兴”。  
(王金琴)

主编：栗克清 副主编：王淑玲 刘波 编辑部主任：赵向辉 美术编辑：马克谨

电话：0312-5976210（编辑部） 5976212（服务监督） 5079259（精神科门诊） 5079253（心理门诊） 96312（心理援助热线） 地址：保定市东风东路572号 邮政编码：071000

# 2019年十大新闻



一、1月18日，我院组织召开了2018年度工作总结表彰大会，全院干部职工300余人参加，听取了院长栗克清做的全年工作总结讲话。大会由党委书记王淑玲主持，党委副书记、纪委书记南凤池宣读先进集体、先进工作者、先进党支部、优秀共产党员、优秀共青团员表彰决定，副院长赵素银宣读工会积极分子、处科室单项工作表彰决定，同时公布我院2018年度汉字为“庆”。



二、3月21日，世界睡眠日。当天，我院牵头组织开展的河北省睡眠障碍流行病学调查结果出炉，向社会进行了通报，同时，专家结合发现问题给出了建议。2018年6月-9月，我院组织40余名工作人员开展了全省睡眠障碍流行病学抽样调查，实际完成问卷者21376人，调查的睡眠相关疾病包括失眠障碍、不宁腿综合征、睡眠呼吸暂停综合征、发作性睡病等，同时就睡眠相关态度和信念、最近一年因睡眠问题就诊情况等做了调查。结果显示，睡眠障碍的总体患病率为34.5%；单患一种睡眠疾病的比率为31.0%；共患两种睡眠疾病的比率为3.3%；共患三种睡眠疾病的比率为0.2%。



三、3月30日，我院第八期品管圈成果之一，创新项目“改良式约束带在精神科病房的应用”获第十届“杯”全国护理用品创新大赛三等奖，是唯一一个精神科项目，我院也是唯一所进入全国决赛的精神疾病专科医院。



四、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的医疗卫生机构。



五、按照省卫生健康委党组统一部署，6月10日，我院召开了“不忘初心、牢记使命”主题教育动员部署会。党委书记王淑玲主持，党委副书记、纪委书记南凤池宣读医院《“不忘初心、牢记使命”主题教育实施方案》，院长栗克清作动员部署讲话。



六、6月20日，京津冀精神卫生防治协作联盟工作会议在保定召开，期间举行了联盟主任委员换届仪式，我院院长栗克清接任联盟第二任主任委员。

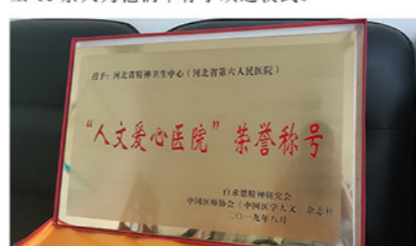


七、6月26日，我院托管沧州安定医院签约仪式举行。托管工作将重点从以下三方面开

展，一是以医院章程统领医院发展，建立健全内部管理制度，提高医院运行效率；二是实施同质化管理，提高科学化、精细化管理水平；三是完善人才培养和使用制度，使人才培养规范化、制度化。



八、根据省卫生健康委安排，7月18日，我院派出储耀辉、李健两名专家赴新疆巴州开展为期两个月的短期技术帮扶工作。17时，医院领导、援疆帮扶工作人员家属及各科室职工40余人对他们举行了欢送仪式。



九、8月18日，在北京召开的第二届中国医师节庆祝大会暨第三届中国医学人文大会上，我院荣获人文爱心医院荣誉称号。多年来，我院秉承公立医院的公益属性，坚持人文办院、爱心待患，推出多项惠民举措和公益工程，为心理障碍患者提供方便和救助。



十、作为全省法治医院建设两个试点单位之一，10月24日，我院召开“法治医院”建设动员会，院长栗克清出席会议，并做动员讲话。栗克清强调，各党支部、各处科室负责人要亲自抓本科室法治建设工作，坚决消除形式主义，要真抓实干，要充分发挥舆论宣传的正面引导作用，采取灵活多样的形式，做好“法治医院”建设的宣传工作，为“法治医院”建设夯实基础、提供支撑。会议由党委副书记、副院长刘波主持，副院长赵素银对今年的重点任务进行了部署。全院护士长以上干部参加。



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：  
博鑫社区二楼会议室“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区院内东居委二号楼“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号楼“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号楼心理辅导站进社区示范点  
时间：每周三下午工作时间。

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



# 清风扫阴霾 阳光照心灵

保定日报记者 刘亚辉 李伟 郝子帅

大众心中，河北省第六人民医院蒙着一层神秘面纱。保定日报社与该院共同举办的牵手工程，请大众走进医院，直面精神疾病患者在其中的真实生活及治疗现状，倾听专家关于心理健康的精彩讲座，同时请专家走出去，将专业知识送到群众身边。活动启动以来，已顺利举办30期，受益群众2000余人。参与者不仅知晓了心理健康的重要性，还洞悉了保持心理健康的密码。今后的他们，面对心理问题，不再“羞于启齿”，而是积极面对，勇敢解决，提升生活质量。“牵手工程已经成为省六院的公益品牌，希望更多人参与，并从中受益，提高幸福指数。人人幸福了，社会也就和谐了。”省六院院长栗克清一语道出举办牵手工程的初衷。

## “专家的精彩讲解打开锁”

12月19日，一月一期的牵手工程走进保定艺术学校，省六院心理保健中心主任徐涛为同学们进行了一场题为“珍惜时光，振翅翱翔”的心理辅导讲座。他从“面对‘不良心态’怎么办？”“怎样才能是身心健康？”“塔尔·宾一夏哈尔的幸福指南”等方面，结合真实案例，进行深入浅出、生动翔实的讲解。互动环节中，同学们人手一张“人生纸条”，在徐涛的指导下，大家陆续撕掉自己岁数以前，以及今后睡觉、吃饭等时间，纸条越撕越短，同学们的面容渐渐严肃，撕纸条时慢慢变得不舍。大家从这个过程中更加直观地感受到时间的宝贵，进一步坚定了珍惜时光、努力奋进的信心和决心。

两年时间，20场牵手工程。省六院各科专家先后走进养老院、驻所高校等地，每到一处，他们都为受众“量体裁衣”，有针对性地进行专业讲解。《失眠与情绪的自我调适》《不要让情绪控制了你的人生》《压力与应对》《浅谈心理健康》《如

何帮助有心理问题的朋友》……不同人群的常见问题都可从专家的讲解中找到对应的解决办法。正如保定市艺术学校校长齐方所说：“专家的讲解生动有趣，内容切合实际且科学性、实用性强力结合。”“如果早些能听到专家讲座好了，我就能更早更好地适应学校生活。”家住北京房山的保定艺术学校学生田野想起刚入学时，自己想家的烦恼。

## “这里也是一个轻松愉快的世界”

牵手工程中有一个环节，参与者在省六院工作人员的带领下，参观省六院特色科室、院区环境、诊疗设备等，了解精神疾病患者住院期间的真实生活及治疗情况。在睡眠医学科、临床心理科等病房，参与者与患者零距离接触，看到他们在医护人员的指导下做广播体操，愉悦身心，强健体魄。在康复科，参与者看到住院患者的手工作品、书画作品等有序摆放，病房走廊还展出了不少患者创作的优秀作品。“患者可以根据自己的爱好选择不同的项目，医院为他们提供专业培训。”工作人员介绍。医院还设置了瑜伽室、音乐室等，患者可在工作人员指导下练习。

为促进患者康复，锻炼其社会生存能力，医院开设了超市、洗车中心等。患者可在适宜的工作岗位上工作。在超市，记者看到，患者在医务人员的帮助下，娴熟地为顾客推荐商品、结账。“以前对精神病房存在恐惧心理，总认为患者在里边像在牢笼一样没有自由，通过这次活动，我看到了患者在这里种菜、做手工，进行书法培训，科学有效的治疗让他们的生活多姿多彩，他们在进行快乐的康复。”市民李秀珍感慨。通过参加牵手工程，参与者心中对精神疾病专科医院和精神障碍患者的谜团逐渐解开。

## “有问题及时求助，还自己健康身心”

牵手工程中，参与者根据个人意愿选择性体验了认知知觉功能检测、压力评估、焦虑自评量表等心理疾病检查和治疗项目。“通过深入了解，我懂得了保持心理健康的重要性。今后要及时关注自己的心理，有问题及时请专家解决。”市民杨新这样说。

杨新回忆她第一次参与牵手工程时，近距离参观了省六院特色科室，亲眼见证了医生对患者的照顾与关爱，还现场倾听了省六院普通精神二科主任于雪竹的讲座《不要让情绪控制了你的人生》。其中有一个环节令她记忆犹新。于雪竹讲到她之前治愈的一名患者，原本家庭幸福，可因为孩子身体出现不适，她没有及时采取措施，以致延误治疗，导致病情难以控制。为了给子女看病，爱人无心照顾生意，买卖一落千丈。原本幸福的家庭状况百出，患者认为都是她没有及时关注孩子身体造成的后果，心理压力可想而知。患者一度难以控制情绪，感觉自己就像一个飘在半空中的塑料袋，无力、无根。“我也曾经因为家中两位老人身体出现问题，产生过这种感受。”杨新说，“当时感觉压力无处不在，处于崩溃的边缘，经常走在下班的路，无缘由地泪流满面。”

于雪竹提到的患者后来因为长期的心理压力，身体出现多种不适症状，辗转京津各大医院检查指标都很正常，后慕名到省六院，通过心理治疗痊愈。杨新了解情况后，找到于雪竹，进行心理测试，并有针对性地进行了疏导，压抑情绪得以及时缓解。现代社会，人们的工作、生活压力日益加大，心理疏导和调节变得越来越重要。有问题不可怕，请及时寻求专家帮助，早日还自己健康身心。



# 一双棉拖鞋



12月1日，普通精神一科来了一位不一样的患者，1米85的个子，脸黑黑的，头发因为长时间没洗蒙着一层土，身着并不合体的秋衣秋裤和一双布鞋，看上去这双鞋已经陪他走了好长的路，鞋身裹着泥和油渍，没有穿袜子，脚趾从鞋前边的破洞中伸了出来，说话一个字一个字地连不成句。

我给他测了生命体征，均平稳。陪他去洗澡时，因为身上的衣服要拿去换洗，我就从之前科室人员捐赠的衣服里找了合身又暖和的给他穿上，可是50码的鞋却很难找，他脚太大了。护士长赵涛安排护工阿姨去益康便利店，也买不到这么大的。下班后，责任护士张震，就去了外边超市，可是，

找了好几家，都没有合适的，只好先让患者穿了一双不合脚的塑料拖鞋。

三天后，张震上班后衣服都没换就直接去了病房，给患者换上了一双合适的棉拖鞋。早交班时，他说：“前些日子我在网上买过一双棉拖鞋，质量不错，那天去超市没给患者买到合适的鞋，一直惦记着，晚上再次想起时，就问了一下那家网店，刚好有这么大号的，于是赶紧订购了一双。”科主任宁征远说：“我们的大个子终于有了合适的鞋，大家辛苦了。”

床头交班时，患者穿着新鞋跑过来说：“家，家……”。赵涛握住他的手说：“这里就是你的家，

好好养病，有什么需要一定跟我们说。”

患者的眼眶湿了，他把科室当成了家。

(魏书宁)

编者：我院的“家文化”，让每位医务人员都想尽办法为患者和家属营造如家的住院环境，不仅让患者有一个心灵的港湾，也让作者，一名新入职的护士，有了很强的归属感。希望，未来的路上，我们每一名职工都送出这么一双棉拖鞋，温暖别人的脚，也温暖别人的心。