

“善国善医”大讲堂开讲

2022年清廉滕医建设专题培训

本报讯 根据院党委工作安排，结合医院党的建设需要，从5月份起，我院设立“善国善医”大讲堂，旨在进一步加强党的思想、政治建设方面的教育，搭建能力与业务提升的平台，进而为推动医院高质量发展，提供思想动力、组织保障和业务力量。

5月14日，为深入推进全面从严治党，增强全院党员干部廉洁自律意识和拒腐防变能力，我院举办“善国善医大讲堂”第一期——2022年清廉滕医建设专题培训，特邀市纪委监委、市纪委副书记、监察委副主任孙尚上来院作题为《坚持党性原则 涵养清风正气——为保障人民健康贡献更大力量》的专题讲座。

院领导班子全体成员和全院中层干部参加了此次培训。我院党委书记邢佑文主持。

孙尚上从党的十八大以来反腐倡廉形式的变化、六大纪律及党纪政务处分和中央八项规定精神及“四风”问题分析三个方面，进行了全面且详细的讲授。

邢佑文表示，孙尚上的讲座主题鲜明、内涵丰富、观点新颖，既高



瞻远瞩地分析了当前反腐倡廉的形势及走向，又结合实际列举了一些案例，为全面提高我们广大干部职工素质，强化廉洁从政、廉洁行医，增强抵御腐败的自觉性，起到了重要作用。

作，提出几点意见：一要坚持“严”的主基调，一以贯之推进医院全面从严治党，为全面提高我们广大干部职工素质，强化廉洁从政、廉洁行医，一以贯之推进医院党风廉政建设；二要坚持“实”的新举措，一以贯之推进医院党风廉政建设；三要坚持“高”的硬标准，一以贯之推进医院干部作风转变，以党建新成就，推动医院的新发展。

□宣传科

团委举办庆祝“五四”青年节暨建团100周年活动



本报讯 5月4日，我院团委举办庆祝“五四”青年节暨建团100周年活动。活动由院团委副书记吕东阳主持。院领导、院团委、各团支部代表、院全体共青团员参加活动。

下午3点，活动在雄壮的中华人民共和国国歌和共产主义青年团团歌的歌声中拉开帷幕。

首先，院团委书记李振介绍了我院团史悠久的历史及现状和滕医青年如何弘扬“五四”精神，让青春在奋斗中闪光等情况。李振介绍，目前，我院35岁以下青年职工占全院职工的40%，在院团委和各级团组织领导下，滕医青年开拓进取、勤奋学习、扎实工作，坚定不移听党话、跟党走。在

疫情面前，全体团员敢于担当、无畏艰险，充分发挥共青团员主力军和先锋队作用，始终冲锋在抗疫一线。在团组织建设上，我院扎实工作，积极创建，取得国家级青年文明号1个、省级青年文明号1个、枣庄市市级青年文明号4个、滕州市级青年文明号2个。

接下来，抗疫楷模ICU团支部书记于波讲述了他“援鄂”的故事。通过讲述他在疫情发生时，第一时间报名参加援助医疗队，在严峻的疫情环境中不畏困难，与疫情做斗争的亲身经历，为滕医青年树立了奋勇当先、忘我奉献的榜样。

活动中，为庆祝共青团成立100

周年，播放了“峥嵘百年史，砥砺青年先行！”为主题的短视频。全国青年文明号团体，手术室团支部朗诵《致白衣天使——逆光的翅膀》，讲述关于医疗工作者如何发挥特有的优势，奉献“白衣天使”力量的故事。

我院党委副书记朱绍猛代表院党委讲话。朱绍猛就建团100周年历史和共青团与党的关系进行讲解，对医院青年队伍建设和取得的荣誉给予赞许，同时也对青年人这支先锋队 and 主力军提出了更高的要求。

最后，全体起立，重温“入团誓词”，并在《青春心向党，建功新时代》横幅上签字留念。

□团委

团组织收看庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会电视直播

本报讯 5月10日上午10时，庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会在北京人民大会堂隆重举行。我院团委组织团员及青年职工30余人，在第三会议室收看大会盛况，回顾建团百年光辉历程，展望新时代美好未来。

习近平总书记指出，青春孕育

无限希望，青年创造美好明天。一个民族只有寄望青春、永葆青春，才能兴旺发达。同时，向共青团提出四点希望：第一，坚持为党育人，始终成为引领中国青年思想进步的政治学校。第二，自觉担当尽责，始终成为组织中国青年永久奋斗的先锋力量。第三，心系广大青年，始终成

为党联系青年最为牢固的桥梁纽带。第四，勇于自我革命，始终成为紧跟党走在时代前列的先进组织。

会上，大家认真学习习近平总书记重要讲话精神，纷纷表示，作为新时代青年，将认真学习好、宣传好大会精神，始终围绕中心、服

张开贤荣获“滕州工匠”称号

本报讯 5月17日，2022年“滕州工匠”表彰大会在滕州剧院举行，我院肿瘤科张开贤主任医师荣获“滕州工匠”称号。

张开贤，主任医师，济宁医学院教授，市中心人民医院肿瘤科兼肿瘤一科主任，枣庄市有突出贡献的中青年专家。山东省临床重点专科带头人，山东省临床特色精品专科带头人。兼任中华医学会放射肿瘤治疗学分会近距离学组委员、中国抗癌协会肿瘤微创治疗专委会常委、中国医药教育学会介入微创专委会常委、中国医师协会放射肿瘤治疗医师分会委员、省医学会肿瘤放射治疗学分会副主任委员/近距离学组组长、省医师协会肿瘤放疗医师分会副主任委员、省抗癌协会临床协作分会副主任委员、枣庄市医学会肿瘤专委会主委等职务。

曾先后在省肿瘤医院内科、复旦大学中山医院介入科和中国医科院肿瘤医院放疗科进修。1999年开展介入治疗，2003年开展肿瘤放射治疗，2010年在本地率先开展调强适形放疗和图像引导下的放疗。2004年在本地率先开展放射性粒子植入术、食管粒子支架置入术、微波消融术、经皮椎体成形术等微创技术，其中开展的微波消融联合骨水泥成形术治疗骨转移、共面模板引导放射性粒子植入术处于国内领先水平，上述技术已经成为科室的特色及优势技术，吸引着越来越多的省外患者前来就诊。张开贤主任多次应邀在中华医学会、中国抗癌协会举办的全国性肿瘤大会和培训班上作特邀报告和讲座，多次应邀到省内外三甲医院推广

肿瘤微创技术，创新技术已经推广到省内外30多家医院。2019年牵头成立中国肺癌防治联盟肺结节诊疗分中心并担任主任，2021年开设肺结节专业门诊。

以第一或通讯作者发表学术论文20余篇，在Front Oncol (IF 6.24)、AJNR (IF3.825)、Int J Hyperthermia (IF3.914)和JVIR (IF3.464)等国际知名期刊发表SCI论文12篇，他引30余次，2篇论文被国际抗癌联盟(UICC)主办的2022年世界癌症大会(WCC)收录，1篇论文被《微波消融治疗脊柱转移瘤临床指南(2021年版)》引用。在《中华肿瘤杂志》《中华放射医学与防护杂志》和《中华核医学与分子影像杂志》等中华系列杂志发表论著4篇。参与撰写《中国食管癌放疗指南》，参与起草6个放射性粒子植入方面的专家共识以及1个热消融治疗肺结节专家共识。承担省市级课题2项，为首获得淮海科学技术奖一等奖1项，枣庄市科技进步奖2项。

在张开贤主任的带领下，肿瘤科发展迈入了快车道，由一个弱小的科室，迅速发展成为鲁南地区远近闻名的肿瘤诊疗中心。2019年申报的“脊柱转移瘤精准微创治疗专科”获评山东省临床精品特色专科(枣庄地区唯一一个省级临床精品特色专科)，2020年肿瘤科获评山东省临床重点专科。在2019年和2021年中国县市级医院品牌专科评比中两次荣获肿瘤科全国第一名，2021年张开贤主任荣获“学科领军人物”奖，同年被枣庄市科协评为“枣庄市最美科技工作者”。

□马军霞

薛城区人民医院来我院进行参观交流

本报讯 5月13日上午，薛城区人民医院院长助理、医院评审办公室主任曹继云一行13人来我院参观交流医院等级评审相关工作。

薛城区人民医院参观组成员表示，我院在文化建设、医院管理、医疗技术等方面的工作十分值得学习。此次参观不但使他们加深了对等级医院评审标准内涵的理解，理清了思路，同时也感受到了滕医人有心、用心、饱满、昂扬的团队精神。

此次兄弟医院来访，是对我院等级评审工作的又一次充分肯定。今后，医院将继续借助各级医疗机构来院参观学习的机会，加强沟通交流，互通互助，携手共进，全面提升医院的医疗质量及管理服务水平。

资料，并到相应临床、医技科室进行细致深入的工作交流。

随后，参观组一行在我院相关部门负责人的陪同下，查阅了部分

质量认证评审办公室

□质量认证评审办公室

□质量认证评审办公室

□质量认证评审办公室

□质量认证评审办公室

□质量认证评审办公室

□质量认证评审办公室

□质量认证评审办公室

□质量认证评审办公室

□质量认证评审办公室

消化内一科举行“世界炎症性肠病日”义诊活动



本报讯 每年的5月19日是“世界炎症性肠病日”(World IBD Day)，今年的主题是“关注老年IBD患者”，旨在提高对老年炎症性肠病的认识，关注IBD患者的生活质量和

护理。当日，我院消化内一科李曙晖主任带领医疗护理团队联合营养科等相关学科专家，在医院门诊一楼大厅举办“世界炎症性肠病日”义诊活动。

营养科开展全民营养周宣传活动

本报讯 5月15日—21日是第八届全民营养周，5月19日上午，我院营养科医护人员在王德志主任、张莉护士长的带领下，在门诊大厅开展以“健康中国 营养先行”为主题的宣传活动。

活动现场，医护人员对每一位前来咨询的群众耐心讲解营养健康知识，热情地为大家普及高血压、糖尿病、胃肠道疾病等相关疾病的饮食与营养，帮助大家建立科学、正确的营养理念，指导他们养成良好的饮食习惯，并针对每位患者所患疾病进行详细的膳食指导。现场还发放《膳食指导手册》《2022年居民膳食宝塔》等宣传资料200余份。

此次活动，提高了群众对食物营养、合理膳食的认识，提升了大家对营养健康知识的知晓率，取得明显宣传成效。

□营养科



健康科普 | 读懂食品营养标签做好膳食健康管理

1. 营养成分表包括这些内容

项目	每100g	NRV%
能量	284kJ	3%
蛋白质	3.2g	5%
脂肪	4.0g	7%
碳水化合物	4.8g	2%
钠	62mg	3%
钙	100mg	13%

第一列为主要营养成分的名称；第二列为每100g (ml) 食品中所含各营养成分的量；第三列为每100g (ml) 食品中所含的营养素占人体一天所需营养素的百分比。

2. 学会计算，控制每日摄入量

项目	NRV%
能量	15%
蛋白质	10%
脂肪	10%
碳水化合物	10%
钠	10%
钙	10%

(1) 含量单位：每100g、100ml等

(2) 能量单位：千焦 (KJ.)、千卡 (Kcal)

1Kcal=4.18KJ
(3) 计算：例如吃100g该食品摄入的能量为2360÷4.18×2=1129Kcal

中国营养学会在2000年提出中国居民膳食能量参考摄入量，指出健康成年男性轻、中体力劳动者每日需要能量为2400-2700kcal；健康成年女性轻、中体力劳动者每日需要能量为2100-2300kcal。婴儿、儿童和青少年、孕妇和乳母、老年人各自的生理特点不同，能量需要也不尽相同。

项目	NRV%
能量	15%
蛋白质	10%
脂肪	10%
碳水化合物	10%
钠	10%
钙	10%

NRV%通常指的是单位食品中所含的能量或营养素的量占成年人“每日推荐摄入量”的百分比。如：100g该食物的脂肪NRV%是64%，意思就是吃了100g这种食品可以满足一天需要脂肪量的64%，所以，当天其他

“世界手卫生日”宣传活动启动



本报讯 今年5月5日是第十四个“世界手卫生日”，我院举行主题为“团结一致，为了安全，请清洁您的双手”的宣传活动。我院副院长程广舟及工会、门诊部、感染管理科、宣传科等科室负责人及部分工作人员参加活动。

医院门诊大厅活动现场，感染管理科的工作人员向就诊的患者及家属演示“七步洗手法”，就当前疫

情形势下如何做好手卫生和个人防护进行细心讲解，并发放手卫生宣传资料。

市商业幼儿园活动现场，感染管理科苏祥医师为幼儿园儿童演示“七步洗手法”和口罩的正确佩戴方法，胡环宇医师就幼儿园儿童常见的耳鼻喉相关疾病的预防措施进行科普宣传。

□感染管理科

全民营养周暨营养健康知识进校园宣传活动举行

本报讯 为全面深入贯彻国民营养计划及合理膳食行动，5月17日上午，我院营养科联合内科一支部及儿科支部在尚贤中学举办“全民营养周暨营养健康知识进校园”宣传活动。

本次活动主题为“知营养 会运动 防肥胖 促健康”，宣传口号为“健康中国 营养先行”“膳食新指南 健康常相伴”。

活动现场，专家们耐心细致、热情周到地为大家解答内科、儿科等相关疾病知识，并给与饮食、用药等

健康科普知识指导。医护人员为老师测量血糖、血压，为同学们测量身高和体重，计算体质指数值(BMR)，评估同学们的营养状况及生长发育情况，指导他们养成健康的饮食行为。现场还发放《中国居民膳食指南(2022)》等宣传手册200余份。

此次活动，提高了师生们对食物营养、合理膳食的认识，培养了健康的烹饪意识和习惯，受到师生们一致好评。

□营养科

餐次饮食应注意脂肪的摄入量，以防脂肪超标。

三、识别食品配料表

项目	每份(13g)	营养素NRV%
能量	221千焦	3%
蛋白质	0.4克	1%
脂肪	1.6克	3%
碳水化合物	0克	0%
钠	8.7克	3%
钙	94毫克	5%

1. 一般配料表中，排列越靠前的含量越高。例如白砂糖、葡萄糖糖浆、果糖糖浆等出现在配料表的前3位，选择这类食物时应注意碳水化合物是否超标。

2. 注意食物中隐藏的反式脂肪酸。

我们都知道反式脂肪酸对人体不好，然而并不是所有的食品都会标注出反式脂肪酸，因此要注意隐藏在配料表中的反式脂肪酸。

带氯化二字的：氯化植物油、

部分氢化植物油、氢化脂肪酸、氢化棕榈油。

带黄油的：植物黄油、人造黄油。

带酥的：起酥油、人造酥油。

其他名字的：奶精、代可可脂、植脂末、麦淇淋等。

四、注意食品营养声称

1. 低脂脱脂食品 若食品不含脂肪，其脂肪含量应≤0.5g/100g (ml)；若是低脂肪，脂肪含量为固体≤3g/100g (ml)、液体≤1.5g/100g (ml)；若是脱脂食品，脂肪含量为液态奶和酸奶≤0.5%、乳粉≤1.5%。

2. 高蛋白食品 当食品的营养成分表中的蛋白质含量≥12g/100g，或≥6g/100ml，或≥6g/420Kcal时，才可以称之为“高”蛋白质或“富含”蛋白质食物。

3. 低糖食品 低糖食品要求每100g或100ml食品中糖≤5g。

4. 低钠食品 低钠食品要求每100g或100ml食品中钠≤120mg。

“知食”就是力量，合理选择食品，让我们健康地吃，吃得健康!

□营养科