

■ 本期关注

党建引领中医院高质量发展

□秦玖刚

核心提示

南阳市中医院积极构建“政治领航、思想铸魂、组织强基、文化润心”四维工作体系，将党建工作深度融入医院管理、医德医风、科研创新、中医药产业及患者服务等环节，荣获“全国卫生健康系统先进集体”，实现了医疗技术、科研能力与服务模式的全面提升，为新时代中医药事业发展提供了可资借鉴的路径与经验。

在新时代卫生健康事业发展的征程中，党的建设作为根本保障，对推动医院高质量发展具有决定性意义。南阳市中医院近年来坚持党建引领医院高质量发展，于2025年4月荣获“全国卫生健康系统先进集体”。这一成就的取得，生动展现了党建工作与医院高质量发展的深度融合与相互促进。

构建系统化党建工作体系 筑牢医院发展政治根基

“党建不是虚功，必须融入医院管理的各个环节，转化为服务患者、推动发展的实际成效。”南阳市中医院党委创新构建“政治领航、思想铸魂、组织强基、文化润心”四维党建工作体系，为医院高质量发展提供了坚强政治保证。

在政治建设方面，南阳市中医院党委坚持把政治建设摆在首位，以学习贯彻党的二十大精神为主线，通过专题党课、红色教育、主题党日等形式，强化党员的初心使命意识与担当精神。在庆祝中国共产党成立104周年之际，医院组织医疗团队赴淅川县金河镇开展“庆七一·忆初心·强党性”主题党日活动，通过重温入党誓词等仪式，坚定党员的理想信念。这些活动不仅重塑了医务工作者的精神风貌，更使“党员身份亮出来，平时工作看出来，关键时刻站出来”成为医院党员职工的真实写照。

在组织建设方面，南阳市中医院积极推进“双带头

人”培育工程，选拔政治素质高、业务能力强的党员骨干担任党支部书记，实现党建工作与业务发展的“双融双促”。党支部标准化建设的持续深化，以及“党员示范岗”“责任区”等载体的设立，有效激发了党员在学科攻坚与服务患者中的先锋模范作用。

强化医德医风建设 塑造清正廉洁的医疗环境

医德医风是医疗行业的生命线，也是党建工作的关键着力点。南阳市中医院党委将行风建设作为医院发展的核心任务，构建起成熟完善的社会监督与教育机制。南阳市中医院严格落实主体责任，组织全体医务人员认真学习《医务人员职业道德准则（2025年版）》，加强对新入职人员、在职人员等各类人员的思想教育引导，实现全覆盖、全员知晓。南阳市中医院举办“医德医风专题知识竞赛”等活动，将知识比拼与医德教育有机结合，创新了医德医风建设形式。

行风建设直接关系到群众的获得感、幸福感、安全感，社会监督是推动行风建设的重要力量。在这统一认识下，南阳市中医院坚持每年召开行风监督员座谈会，广泛听取社会各界意见建议。与此同时，南阳市中医院将医德医风考评结果作为评优评先、职称晋升与岗位聘用的重要依据，对违规违纪行为实行“一票否决”，形成了制度约束与教育引导相结合的良好机制。

推动党建与科研融合 激发中医药创新活力

在夯实思想政治基础的同时，南阳市中医院党委深刻认识到，党建工作必须与业务工作深度融合，才能真正发挥引领作用。这一理念在科研创新领域得到充分体现。

南阳市中医院持续完善国家中医药管理局张仲景经方传承与应用重点研究室、河南省张仲景经方智能化开发工程技术研究中心等科研平台建设，并积极申报伏牛山-秦岭药食两用资源开发利用技术工程研究中心。这些举措使政治引领转化为科研创新的内生动力。

与此同时，南阳市中医院依托中国中医科学院望京医院派驻的专家团队，组织了一系列科研项目评审与指导活动，包括苗圃项目结题汇报会、科技发展计划项目中期考核评审会、科技计划项目开题及辅导会议等，为科研人员提供专业指导。值得关注的是，在2025年中医药传承创新发展试验区（南阳）专项课题及河南省中医药科研专项课题申报中，南阳市中医院各有2个项目成功立项；在南阳市科技计划项目结题申报中，23个项目通过验收，展现出党建与科研同频共振的丰硕成果。

聚焦中医药主业 促进产业多元化发展

在科研创新的基础上，南阳市中医院党委深入贯彻落实习近平总书记关于中医药工作的重要论述和新时期

卫生健康工作方针，奋力推进高水平中医医院建设。

其中，南阳市中医院与中国中医科学院望京医院合作共建国家中医（骨伤）区域医疗中心，全面实现管理、技术、品牌“三平移”。值得一提的是，中国中医科学院望京医院累计派出18批共90位临床专家来到南阳进行技术指导，使群众在家门口就能享受优质医疗服务，体现了党建引领下资源共享与协同发展的优势。

在推进中医药产业化方面，南阳市中医院积极开展中医药适宜技术进景区活动，为游客和居民提供全方位、高品质的中医药健康服务体验；同时大力推动药膳产业发展，为群众提供个性化、安全、科学的食疗药膳服务。

创新服务模式 构建和谐医患关系

在推进中医药产业发展的同时，南阳市中医院始终牢记“金杯银杯不如老百姓的口碑”的服务理念，坚持以患者为中心，创新服务模式，优化服务流程，积极构建和谐医患关系。

南阳市中医院推行门诊“一站式服务中心”，提供就医指导、多学科会诊等20项服务，并设立学雷锋志愿服务岗，为患者提供咨询、陪检等综合服务。这些举措使患者平均候诊时间缩短40%，显著改善了就医体验。

每年5月至10月的每周六，南阳市中医院在南阳解放广场开展“中医药文化夜市”活动，提供艾灸、推拿等

中医药适宜技术体验，让中医药文化融入百姓生活，深受市民欢迎。这种创新做法不仅普及了中医药知识，也增强了群众对中医药的认同感。

此外，南阳市中医院还构建“专家、社区、家庭”三级传播网络，通过中医药文化“六进”活动普及健康知识；作为南阳市健身气功八段锦锦标赛“三连冠”单位，建立“医护、患者、市民”三级推广网络，积极倡导健康生活方式，让中医药“治未病”的理念深入人心。

启示与展望

南阳市中医院的实践证明，高质量党建是医院高质量发展的根本保证。通过“政治引领、思想铸魂、组织强基、文化润心”，医院实现了党的建设与业务发展的同频共振、相互促进。在此基础上，医院党委正在积极推进新院区建设，为医院未来发展奠定更加坚实的基础。

南阳市中医院的成功经验提供了宝贵启示：首先，必须坚持党对医院工作的全面领导，确保医院发展的正确方向；其次，必须推动党建工作与业务工作深度融合，避免“两张皮”现象；再次，必须创新党建工作载体与方法，增强党建工作的吸引力与实效性；最后，必须坚持以人民健康为中心，将党的宗旨转化为服务患者的具体行动。这些经验为新时代中医药事业的高质量发展提供了有益借鉴。

（作者系南阳市中医院党委书记）

巩义市总医院揭牌于2019年12月，由巩义市人民医院牵头，由巩义市公立中医院、巩义市妇幼保健院、4家社区卫生服务中心、15家乡镇卫生院、310家村卫生室组成。5年的医共体建设，让医保基金从透支转为结余，患者县域就诊率达到99%以上，基层门急诊占比达到68%。巩义市总医院以其创新的管理模式、显著的运行成效和可复制的经验，吸引了来自全国各地500批次、6000余人次的考察学习。巩义市总医院党委副书记、院长邵炎辉也曾曾在国家卫生健康委新闻发布会上分享了医共体建设经验。

破局“五大困境”

在紧密型县域医共体全面铺开的背景下，对于我国当前医共体建设的共性问题，核心往往在于医共体内的基层医疗机构陷于“五大困境”，难以发展：服务能力薄弱，群众首诊意愿低；信息孤岛阻碍业务协同；医共体管理机制不完善，缺乏利益共享机制，各单位之间貌合神离；医保支付机制对基层支持力度不足；医防分离，健康管理落地难。

医共体成员单位提质增效

巩义市总医院通过服务型转型、技术赋能与机制重构的系统性策略，为破解以上困境找到了破局之道。

巩义市总医院创新“一院一策”精准帮扶机制，根据各成员单位上转的外科、内科、脑血管科、儿科等科室病种数量，决定重点派遣相应的专业人员去帮扶，实现“对症下药”式的精准帮扶。

不仅如此，巩义市总医院还因地制宜，引导各成员单位创建特色专科。芝田卫生院建院时离镇区偏远，远离居民区，当地居民就诊意愿低，但这也造就了卫生院安静的就医环境。因此，芝田卫生院专门发展精神卫生科。现在该科室共18名医务人员，其中包括4名精神专科医师，可以满足周边群众需要，也使得医院获得了发展。

除此以外，巩义市河洛镇卫生院位于黄河和洛河的交汇处，环境比较幽静，其定位便是总医院的医养康复分中心；回郭镇是工业聚集区域，当地卫生院重点发展创伤外科；涉村卫生院地处山区，重点发展中医特色专科。

创新“总额预付+结余留用”机制

巩义市总医院通过实质性让利与制度协同，构建紧密型利益共同体。市级医院以成本价为基层提供远程心电、彩超、CT（计算机层析成像）诊断及共享中药房、消毒供应等服务，将运营利润全部留存基层。在制度设计层面，依托唯一法人单位的治理优势，推行“总额预付+结余留用”医保支付方式改革，配套分级诊疗免起付线政策，2022年实现医保基金县域支出率74.57%。

医共体“人财物”的真正统一

巩义市总医院值得骄傲的突破，在于真正实现了“人财物”的统一管理。

通过打破行政壁垒，巩义市将市医院、乡镇卫生院、社区卫生服务中心整合为巩义市总医院，各成员单位法人代表均由市医院院长担任，实现人、财、物、业务、信息的一体化管理。基于这样的管理模式，巩义市总医院得让市级专家定期“下沉”基层，基层人员“上培”制度化。同时，巩义市总医院通过大型设备统一采购共享、药品耗材集中配送等机制，有效降低了运营成本。

数字化赋能全域医疗协同，覆盖“县、乡、村”的全民健康信息平台是巩义市总医院的另一大“法宝”。巩义市总医院已经实现了电子健康档案互通，有效提升医共体运行效率并减少重复检查。“平台与公卫系统打通后，系统自动将人民医院检查出的慢性病患者推送至乡村医生处，管理率大幅提升，实现了从“治已病”向“防大病”转变，减轻了群众负担。”

构建血糖监测平台

构建高效的优质资源下沉机制，让患者愿意到卫生院就诊是巩义市总医院的另一关键经验。巩义市总医院采取“输血+造血”双轨制下沉，选派有副高以上职称的专家每周下沉基层进行坐诊、手术和带教，并纳入绩效考核；同时，总医院设立“基层技能培训中心”，有针对性地提升基层医生服务能力，培训急救、慢性病管理、中医药适宜技术等基层医生的技术。

加强分级诊疗体系建设

在构建全域健康管理体系方面，巩义市总医院创新实践了健康干预前置策略。家庭医生签约服务团队以“1+1+1+N”模式重构，由市级专科医生提供技术支持，联合公卫医生和乡村医生开展签约服务；重点人群如高血压病、糖尿病患者实行“从市级筛查到乡镇随访”的闭环管理。

自2019年至今，巩义市基层医疗卫生机构整体业务水平的增长速度，达到了每年7%到8%的水平。

最后，政府主导的系统性保障机制是医共体成功的根基。巩义市委、市政府将建设列为“一把手工程”，出台配套政策如编制统筹、财政投入和医保打包支付，医保实行“总额预付、结余留用”机制，激励主动控费。

紧密型县域医共体建设的核心不在于将牵头单位或某一家单位做强，而是把整个分级诊疗体系做强。

医养结合服务下沉基层

推进医养融合进社区，成为服务延伸重点。巩义市依托公立中医院与河洛卫生院的试点经验，逐步将医养结合服务下沉至村卫生室和社区卫生服务站，构建全域覆盖的康养服务体系。

打造数字医共体是技术攻坚核心。巩义市总医院计划引入医疗AI（人工智能）系统，在处方智控、用药监管、病历质控及CT影像分析等领域实现突破。物联网平台也是一大发展方向，将通过共享中药房、集中消毒供应等方式降低基层运营成本。

未来，巩义市总医院的发展明确了以下方向。

积极构建三级预防体系。当前，医共体在高血压病患者管理工作方面取得了显著进展，所管理的高血压病患者数量已从5万人增加至8万余人，与20万人的理论管理目标相比，仍存在一定差距。下一步，巩义市总医院要深度完善居民健康画像，精准实现疾病数据定位到镇村层级，为慢性病防控工作提供坚实的数据支撑。

着力强化重大疾病的精准防控。在已成功实现乡镇卫生院远程心电图全覆盖的基础上，巩义市总医院重点提升胸痛、心梗等急症的早期识别率。目前，巩义市总院开展急诊PCI（经皮冠状动脉介入治疗）手术400余例，但是有部分病人未能实现早期识别，需要进一步加强相关工作。

进一步提升急危重症诊疗能力。巩义市总医院的四级手术占比仍具备较大的提升空间，医院将通过开展核心技术攻关、借助专家帮扶以及加强人才培育等举措，重点提升专科能力。

征稿

本版主要栏目有《本期关注》《经验探索》《一家之言》《他山之石》等，内容涵盖卫生健康系统业务、行政、后勤、经营、医疗安全、医院文化、人事制度、医患关系等。

稿件要求：论点明确、论据充分、条理清晰、语句通顺，具有一定的科学性和实践指导性，热忱欢迎您投稿！

电话：（0371）85967078

投稿邮箱：707334863@qq.com

莫服用过期药品

□梁星稳

上周一笔者回农村老家办事，与左邻右舍拉家常时发现，他们家里存放的感冒清热颗粒、罗红霉素分散片、阿托伐他汀等药品，有的已经过了有效期却在继续服用，经人提醒后也舍不得扔掉。

邻居们反映，现在农村的医疗条件和水平有明显提高，一些

头痛发热的小病根本不用住院，在乡镇卫生院、村卫生室或药店买一些药品回家就可以治疗。往往是“药未用完病已好”，于是他们干脆将剩下的药品束之高阁，等有类似的病症时，再拿出来继续服用。他们有的根本不看药品的有效期，不知道是否过期；有的明知药品过期，怕浪费

而舍不得扔掉；有的则认为虽然药品已过期，但是继续服用身体也没什么感觉，根本不会发生不测，存在侥幸心理。

无独有偶，前天去市里一同学家串门，发现他茶几上放着一些药品。笔者随手拿起来看了看，发现有的药品已经过期，有些药品濒临过期。同学轻描淡

写地说：“服药不看日期的大有人在，很多人不知道服用过期药品的危害。”

千事万事首要事，身体健康是大事。针对以上现象，相关部门要积极作为，利用不同节令，在农村、城市社区、机关单位等宣传过期药品的危害，教育人们重视健康、珍爱生命；同时，可以

在药店、医院等地方设立过期药品回收点或开展“过期药换新药”活动，定期定时定人收集过期药品。城乡居民也要学习相关知识，增强安全用药意识，杜绝自己或监督家人、朋友不再服用过期药品。

（作者供职于河南省濮阳县卫生健康委）

■ 心灵驿站

科学改善睡眠质量的实用技巧

□张俊娜

睡眠，作为人体修复与能量储备的重要环节，直接影响着我们的身体健康、情绪状态与日间效率。正常成年人的睡眠包含非快速眼动睡眠(NREM)和快速眼动睡眠(REM)两个阶段。

NREM睡眠：分为浅睡眠、深睡眠两个阶段。深睡眠是身体修复的核心时段，能促进生长激素分泌、修复细胞损伤、增强免疫力。若深睡眠不足，次日易感到疲惫乏力。

REM睡眠：主要与大脑整理记忆、调节情绪相关。若REM睡眠缺失，可能导致记忆力下降、情绪焦虑。

居家睡眠调整，从“环境”到“习惯”的全方位优化。

打造“睡眠友好型”居家环境

环境是影响睡眠的“第一要素”，温度、光线、声音、床品四大维度需要重点调整。

温度
0摄氏度~24摄氏度是“黄金区间”，人体入睡时核心体温会下降0.5摄氏度~1摄氏度，环境温度过高或过低都会阻碍体温调节。夏季使用空调时，建议将温度设定在24摄氏度左右；冬季控制在20摄氏度~22摄氏度，避免因燥热或寒冷频繁醒来。

光线
用“暗环境”触发睡眠信号，光线会抑制褪黑素（调节睡眠的关键激素）分泌，尤其是蓝光（手机、电脑等电子设备屏幕发出）；建议睡前1小时关闭电子设备，或开启“夜间模式”；卧室使用遮光率≥90%的窗帘，避免清晨光线过早干扰睡眠。

声音
营造“低干扰”声场，理想的睡眠环境，噪声应低于30分贝；若居家环境嘈杂（如临街、邻居

噪声），可使用白噪音机（如模拟雨声、海浪声），通过均匀的背景音掩盖噪声。

床品
床垫、枕头、被子的选择会直接影响睡眠舒适度。床垫建议选择软硬适中的款式（平躺时腰部能贴合床垫，侧卧时脊柱保持直线）；枕头高度以“支撑颈椎自然曲度”为宜（一般成人8厘米~12厘米，侧卧时可适当调高，避免颈部侧弯）；被子选择轻盈、透气的材质（如羽绒等），避免被子因厚重而压迫胸部，影响呼吸。

养成“助眠型”日常习惯

除了环境调整，规律的习惯能进一步稳定生物钟，让身体形成“到点就睡”的条件反射。

固定作息

让生物钟“不迷路”。无论工作日还是周末，尽量保持“同

一时间入睡、同一时间起床”，偏差不超过1小时。如每天23时入睡，7时起床，即使周末也不要熬夜到凌晨2时，或睡到中午12时。打乱的生物钟需要3天~5天才能恢复，易导致“周一综合征”。

睡前1小时

睡前避免剧烈运动（如跑步、跳绳，会让身体处于兴奋状态）、紧张的工作或游戏（容易引发大脑焦虑）。建议选择温和的活动，如泡10分钟~15分钟热水澡（水温调节在38摄氏度~40摄氏度，能促进血液循环，帮助身体降温、触发睡意）、阅读纸质书（避免看悬疑、刺激类内容）、听舒缓音乐（如古典乐、自然音效，音量控制在30分贝以下）。

饮食

避开“睡眠杀手”，睡前2小时内避免进食，尤其是辛辣、油

膩、过甜的食物（如火锅、炸鸡、蛋糕）；睡前4小时内避免饮用咖啡、浓茶、功能性饮料（含咖啡因，会抑制褪黑素分泌，影响入睡）；睡前1小时，可少量饮用温牛奶（含色氨酸，有助于合成褪黑素）。

日间

给身体“适度刺激”，白天的活动也会影响夜间睡眠。建议每天保持30分钟以上的户外活动（如散步、晒太阳），阳光能抑制褪黑素分泌，让身体在白天保持清醒，同时促进夜间褪黑素释放；若白天久坐，可每隔1小时起身活动5分钟，避免身体过度疲劳，影响夜间睡眠质量。

高质量的睡眠是身体的“自我修复系统”，用心呵护它，才能拥有更健康、更有活力的生活。

（作者供职于郑州第八人民医院）