



# 山 和平之声

主办：聊城市退役军人医院 地址：聊城公园南500米路东 24小时热线电话：8340028 急救电话：8899120 第14期 2025年10月 (共4版)

## 重塑信心 迎接希望

作为一名康复科的护士，我深知，护理不仅仅是技术的操作，更是心灵的陪伴。通过倾听患者的故事，理解他们的情感，我们可以帮助他们找到内心的力量，从而更好地面对疾病和康复的挑战。

——康复老年科护士 邱慧慧

在康复科工作的日子里，我见证了许许多多患者与病痛斗争的故事，每一个故事都承载着他们对生活的渴望和对康复的期待。

“李大叔，今天感觉怎么样？”我推开病室的门，轻声问道。他就坐在床旁，脸带笑意地说：“挺，挺好的，没事儿。”

记得刚入院时，李大叔整个人瘫在轮椅上，左半边身子完全不能动弹，嘴角微微抽动，却发不出完整的声音。

每次我推开病房的门，总是发现李大叔躺在病床上，赵阿姨呆呆地坐在床边，时光仿佛停滞在他们沉默的空间，偌大的病房里两位老人显得格外孤单。



我知道，比起身体的康复，帮助他们重塑信心更为关键。从那以后，我每天都会对李大叔的

康复训练多一份关注，告诉他康复治疗是一个漫长的过程，但只要积极配合，一定会慢慢好起来的。我会给他讲一些康复成功的案例，鼓励他坚持下去。同时，我带着赵阿姨认识其他患者的家属，鼓励赵阿姨与他们多沟通，让他们在紧张的康复治疗中，能感受到一丝轻松和快乐。

慢慢地，我发现在康复师做完康复后，赵阿姨也会协助李大叔做训练，李大叔也是积极配合，病房中终于能听到轻快的欢笑声了。

随着时间的推移，李大叔的病情有了起色。他开始能够自己坐起来，慢慢地站起来，现在已经能扶着床栏在床边

慢慢走动了。每一次小小的进步，都让李大叔和赵阿姨兴奋不已，也让我由衷地为他们感到高兴。

如今，李大叔的康复之路还在继续。虽然距离完全恢复还有很长的路程，但这些起色足以支撑着老两口继续前行。

作为一名康复科的护士，我深知，护理不仅仅是技术的操作，更是心灵的陪伴。通过倾听患者的故事，理解他们的情感，我们可以帮助他们找到内心的力量，从而更好地面对疾病和康复的挑战。李大叔的经历让我更加坚信，叙事护理的意义在于，让每一个患者都能在康复的路上，感受到温暖与希望。

## 温柔的陪伴

在这个五彩斑斓的世界里，总有一些角落被阴霾笼罩。作为一名精神科护士，我时常与抑郁症患者相伴，倾听他们的故事，给予他们温柔的关怀和支持。

——精神四科副主任护师 王芳芳

那是一个宁静的午后，阳光透过窗户洒在病房里，一位年轻的女患者静静地坐在床边，眼神空洞而迷茫。她叫小玲，是一名年轻的职场女性，不久前被诊断为抑郁症。她的生活曾经充满了活力和希望，但如今却被黑暗笼罩。

我开始与她进行深入交流，尝试了解她的内心世界。小玲告诉我：“我曾经是一个乐观开朗的人，但随着时间的推移，工作的压

力、人际关系的复杂以及家庭的期望让我感到喘不过气来。渐渐失去了对生活的兴趣，每天都像行尸走肉一般度过，我太痛苦了，有时就想结束自己的生命。”

我轻轻地握住她的手，告诉她：“我理解你的痛苦和挣扎，抑郁症并不是你的错，不过还是很高兴你能来这里寻求专业的帮助，在我们这里很多像你这样的患者痊愈出院了，所以也需要你对自己有信心。”

小玲说：“好吧，我配合你们。”在接下来的日子里，我陪伴小玲一起走过了她的治疗之旅。我们一起制定了个性化的护理计划，包括药物治疗、心理治疗和康复训练。我鼓励她参与各种活动，与其他患者交流分享，让她逐渐感受到生活的美好和希望。

随着时间的推移，小玲的病情逐

渐好转。她的眼神开始有了光彩，笑容也重新回到了她的脸上。她开始重新审视自己的人生和价值观，学会了放下过去的包袱，勇敢地面对未来的挑战。

出院前，小玲笑着对我说：“我之前感觉周围环境颜色都是灰色的，现在终于又看到了五颜六色，特别是听到其他人的分享后，感觉到我并不孤独，所以我对自己有信心。”

我也明白了抑郁症患者需要我们的耐心和理解。他们需要时间来接受自己的病情，需要我们的陪伴来度过难关。在这个过程中，我们不仅要关注他们的身体状况，更要关注他们的心理需求，让他们感受到温暖和关爱。

如今，小玲已经走出了抑郁症的阴影，重新开始了她的生活。她告诉我，是那段与我相伴的日子让她重新找回了生活的勇气和信心。而我，也为自己能够成为她康复路上的陪伴者而感到自豪和欣慰。

第二天清晨，我看见她的床头桌

上放着一碗米粥，一口也没动。“阿姨，今天我们换个方式。”我用棉签蘸取湿润的米汤，小心翼翼地滋润她干裂起皮的嘴唇，尝试用回忆唤起她对生命的美好感知。“您还记得您儿子小时候，第一次笨手笨脚给您做饭的情景吗？”

这句话像一把钥匙，瞬间打开了她记忆的闸门。她的眼里闪过一丝久违的光彩，嘴角甚至有了微不可察的弧度：“记得……那孩子，把煎蛋都给煎糊了，黑乎乎的，还非要我尝尝……”

“对啊！”我微笑着接过话头，顺势引导，“您看，从前是您无微不至地照顾他，现在轮回转过，正是他们来回报您、照顾您的时候。这不是负担，这是‘爱的轮回’，是家庭温暖最自然的流动。”

我找来她的儿子，耐心地教他如何用棉签为母亲清洁口腔，如何活动双腿，以防止形成深静脉血栓。当这个年轻的大男孩，用那双尚且笨拙却无比轻柔的手，小心翼翼地帮母亲擦拭脸颊时，我看见阿姨的眼角，有晶莹的泪光静静闪烁。

“妈，”儿子的声音带着哽咽，“您从来都不是我们的累赘。没有您，哪来的我？您为我们辛苦了一辈子，现在就让我们为您做点什么呢。”

在之后的日子里，这样的陪伴与互动每天都在悄然进行。我们不再执着于她必须吃下多少食物，而是更关注她是否舒适一点，心情是否轻松一些。

第二天清晨，我看见她的床头桌上放着一碗米粥，一口也没动。“阿姨，今天我们换个方式。”我用棉签蘸取湿润的米汤，小心翼翼地滋润她干裂起皮的嘴唇，尝试用回忆唤起她对生命的美好感知。“您还记得您儿子小时候，第一次笨手笨脚给您做饭的情景吗？”

## 生命的山谷

作为一名护士，我们守护的不仅是生命体征的数字，更是生命本身的尊严与温度。当患者在痛苦的深渊中，重新找到被需要、被深爱的价值，当难以忍受的痛苦被赋予了爱与坚持的意义时，生命自身那股顽强向上的力量，便会引领他们，找到走出幽谷的方向。而我们，何其有幸，能成为这珍贵时刻的见证者与守护者。

——消化内科、肾内科主管护师 申曼

那天下午，我像往常一样巡视病房。夕阳的余晖透过窗户，在冰冷的地板上投下狭长的光影。她静静地躺在病床上，呆呆地望着天花板，消瘦的脸庞被愁容笼罩。贫血让她面色苍白如纸，唇周因化疗布满了触目惊心的口疮。我走过去，在她床边停下，轻声问道：“阿姨，您有哪里不舒服吗？”

回应我的是长久的沉默，空气中只有医疗仪器规律的滴答声。良久，她突然哽咽起来，声音破碎不堪：“小曼，现在我连喝水都得干呕好久，更别提吃饭了。活着太遭罪了，还不如……”她没有把话说完，但那未尽的言语像一块巨石，沉甸甸地压在我的心上。我能感受到她那几乎要将她吞噬的无助和无奈。我没有急着说话，只是轻轻地拍了拍她那布满针眼、骨节分明的手，选择安静地做一个倾听者。

她断断续续地讲述起从前的自己——那个曾经是家中顶梁柱，里里外外一把抓的能干女人。如今，却折磨得连最基本的吃饭都做不到。“我感觉自己就是个‘废人’，是家里的‘累赘’……”这句话，她几乎是咬着嘴唇说出来的，眼里满是自我厌弃。

我的心被深深触动了。我握紧她的手，看着她的眼睛说：“阿姨，我知道您难受极了。化疗本身就是这样，‘杀敌一千，自损八百’。出现这么剧烈的反应，任何人都感到绝望和疲惫，您有这种感觉，再正常不过了。”我顿了顿，试图为她当前的困境赋予一个新的视角：“但是请您别灰心。您看，以前您是冲锋陷阵的‘战士’，把家庭照顾得井井有条。现在，疾病不过是把您暂时带到了一个需要休养生息的‘山谷’里。现在，您只需要安心地接受家人的照顾，正好也让他们有机会表现表现，回报您从前的付出。”

第二天清晨，我看见她的床头桌上放着一碗米粥，一口也没动。“阿姨，今天我们换个方式。”我用棉签蘸取湿润的米汤，小心翼翼地滋润她干裂起皮的嘴唇，尝试用回忆唤起她对生命的美好感知。“您还记得您儿子小时候，第一次笨手笨脚给您做饭的情景吗？”

这句话像一把钥匙，瞬间打开了她记忆的闸门。她的眼里闪过一丝久违的光彩，嘴角甚至有了微不可察的弧度：“记得……那孩子，把煎蛋都给煎糊了，黑乎乎的，还非要我尝尝……”

“对啊！”我微笑着接过话头，顺势引导，“您看，从前是您无微不至地照顾他，现在轮回转过，正是他们来回报您、照顾您的时候。这不是负担，这是‘爱的轮回’，是家庭温暖最自然的流动。”

我找来她的儿子，耐心地教他如何用棉签为母亲清洁口腔，如何活动双腿，以防止形成深静脉血栓。当这个年轻的大男孩，用那双尚且笨拙却无比轻柔的手，小心翼翼地帮母亲擦拭脸颊时，我看见阿姨的眼角，有晶莹的泪光静静闪烁。

“妈，”儿子的声音带着哽咽，“您从来都不是我们的累赘。没有您，哪来的我？您为我们辛苦了一辈子，现在就让我们为您做点什么呢。”

在之后的日子里，这样的陪伴与互动每天都在悄然进行。我们不再执着于她必须吃下多少食物，而是更关注她是否舒适一点，心情是否轻松一些。

第二天清晨，我看见她的床头桌上放着一碗米粥，一口也没动。“阿姨，今天我们换个方式。”我用棉签蘸取湿润的米汤，小心翼翼地滋润她干裂起皮的嘴唇，尝试用回忆唤起她对生命的美好感知。“您还记得您儿子小时候，第一次笨手笨脚给您做饭的情景吗？”

照顾他，现在轮回转过，正是他们来回报您、照顾您的时候。这不是负担，这是‘爱的轮回’，是家庭温暖最自然的流动。”

我找来她的儿子，耐心地教他如何用棉签为母亲清洁口腔，如何活动双腿，以防止形成深静脉血栓。当这个年轻的大男孩，用那双尚且笨拙却无比轻柔的手，小心翼翼地帮母亲擦拭脸颊时，我看见阿姨的眼角，有晶莹的泪光静静闪烁。

“妈，”儿子的声音带着哽咽，“您从来都不是我们的累赘。没有您，哪来的我？您为我们辛苦了一辈子，现在就让我们为您做点什么呢。”

在之后的日子里，这样的陪伴与互动每天都在悄然进行。我们不再执着于她必须吃下多少食物，而是更关注她是否舒适一点，心情是否轻松一些。

第二天清晨，我看见她的床头桌上放着一碗米粥，一口也没动。“阿姨，今天我们换个方式。”我用棉签蘸取湿润的米汤，小心翼翼地滋润她干裂起皮的嘴唇，尝试用回忆唤起她对生命的美好感知。“您还记得您儿子小时候，第一次笨手笨脚给您做饭的情景吗？”

这句话像一把钥匙，瞬间打开了她记忆的闸门。她的眼里闪过一丝久违的光彩，嘴角甚至有了微不可察的弧度：“记得……那孩子，把煎蛋都给煎糊了，黑乎乎的，还非要我尝尝……”

“对啊！”我微笑着接过话头，顺势引导，“您看，从前是您无微不至地照顾他，现在轮回转过，正是他们来回报您、照顾您的时候。这不是负担，这是‘爱的轮回’，是家庭温暖最自然的流动。”

我找来她的儿子，耐心地教他如何用棉签为母亲清洁口腔，如何活动双腿，以防止形成深静脉血栓。当这个年轻的大男孩，用那双尚且笨拙却无比轻柔的手，小心翼翼地帮母亲擦拭脸颊时，我看见阿姨的眼角，有晶莹的泪光静静闪烁。

“妈，”儿子的声音带着哽咽，“您从来都不是我们的累赘。没有您，哪来的我？您为我们辛苦了一辈子，现在就让我们为您做点什么呢。”

在之后的日子里，这样的陪伴与互动每天都在悄然进行。我们不再执着于她必须吃下多少食物，而是更关注她是否舒适一点，心情是否轻松一些。

第二天清晨，我看见她的床头桌上放着一碗米粥，一口也没动。“阿姨，今天我们换个方式。”我用棉签蘸取湿润的米汤，小心翼翼地滋润她干裂起皮的嘴唇，尝试用回忆唤起她对生命的美好感知。“您还记得您儿子小时候，第一次笨手笨脚给您做饭的情景吗？”

这句话像一把钥匙，瞬间打开了她记忆的闸门。她的眼里闪过一丝久违的光彩，嘴角甚至有了微不可察的弧度：“记得……那孩子，把煎蛋都给煎糊了，黑乎乎的，还非要我尝尝……”

“对啊！”我微笑着接过话头，顺势引导，“您看，从前是您无微不至地照顾他，现在轮回转过，正是他们来回报您、照顾您的时候。这不是负担，这是‘爱的轮回’，是家庭温暖最自然的流动。”

我找来她的儿子，耐心地教他如何用棉签为母亲清洁口腔，如何活动双腿，以防止形成深静脉血栓。当这个年轻的大男孩，用那双尚且笨拙却无比轻柔的手，小心翼翼地帮母亲擦拭脸颊时，我看见阿姨的眼角，有晶莹的泪光静静闪烁。

# 现役、退役军人及家属住院费用医保报销后医院再减50%

(一次性最高可减1500元)

政策咨询电话 8340086

急救电话 8899120

地址 聊城公园南500米路东

乘车路线 市内乘2路、3路、5路、19路、22路、235路、330路公交车到聊城市退役军人医院站牌下车即到。

## 重磅喜报！聊城市退役军人医院闪耀全国医疗舞台

在全国医疗质量管理的顶尖竞技场上，聊城市退役军人医院再谱荣光新篇章！2025年10月17日至10月19日，由中国研究型医院学会主办的第四届医院医疗质量管理最佳实践案例交流大会圆满落幕，我院凭借扎实的质量管理体系、创新的实践案例与高效的团队协作，一举摘得“卓越集体”荣誉称号，同时斩获1项精品案例、4项优秀案例的佳绩，彰显了特色医院高质量发展的坚实实力。

### 国家级盛会 共探智慧医疗时代、质量升级新路径

本次大会以“构建智慧医疗新生态 提升质量管理新应用”为核心主题，汇聚了全国医疗领域的顶尖专家学者、行业精英与一线实践者。通过主旨报告、案例评审、经验交流等多元形式，与会者围绕医疗质量持续改进的创新方案展开深度探讨，为推动全国医疗质量管理水平迭代升级注入智慧动能。

入选案例将纳入清华大学医疗质量管理案例库，成为全国医疗机构质控工作的重要参考标杆。

### 硬核实践 工具赋能全流程，质控成果可量化

我院将先进质量管理工具深度融合医疗服务全流程的持续探索与坚守，精准攻坚医疗服务中的



难点、痛点问题：以PDCA循环构建问题解决的闭环机制，精准攻坚诊疗流程与服务效率中的关键痛点；优先对象办理出院结算时长由原来平均60多分钟缩短至不超过10分钟；感染性休克3h和6h集束化治疗完成率分别由原来的50.56%和40.44%提升至79.82%和69.8%；放射科甲片率由原来的CT64%、MR62%提升至CT99%、MR99%。

用品管圈(QCC)激发团队创新活力，聚焦临床、护理具体问题开展持续性改善行动：急诊预检分诊正确率由原来的77.50%提升至93.30%；重症医学科交接班规范率由原来的66.67%提升至90%。这些扎实的实践不仅促成了单个案例的成功，更形成了可复制、可推广的质量管理方法论，为医院高质量发展注入持久动力，也与国家推动医疗质量精准化、系统化提升的政策导向同频共振。

### 未来展望 以荣誉为阶，深耕质量服务新征程

此次国家级荣誉的获得，是认可更是责任，是起点更是征程！聊城市退役军人医院将进一步深化智慧医疗与质量管理工具的融合应用，持续推广优秀案例的实践经验。未来，我们将致力于医疗救治的优化、就医流程的升级以及医疗安全的保障等领域，不断提升医疗服务的质量和温度，为广大患者提供更加优质、高效、贴心的医疗服务。在守护人民健康与推动医疗质量提升的道路上，我们将稳步前行，书写更多精彩的篇章！

### 荣誉清单

- 卓越集体**  
聊城市退役军人医院
- 精品案例、优秀案例**  
精品案例：《提高感染性休克集束化治疗完成率》【曾宪辉】  
优秀案例：①《运用PDCA循环缩短优先对象出院结算时间》【刘彩云】②《提升放射科甲片率》【岳庆红】③《应用SBAR沟通模式提高ICU交接班规范率》【王延芳】④《提高急诊预检分诊正确率》【刘欢】

供稿：质控部 孙杰

## 精准宣讲医疗优待政策，传递尊崇关爱真情

把医疗优待与关爱“讲清楚、送到位”

近日，由退役军人事务局组织的全市退役士兵适应性培训会顺利举行，培训分两期进行，旨在帮助退役士兵顺利完成角色转换、了解地方政策、提升适应能力，迈好工作转岗、事业转型的关键一步。作为承担医疗保障任务的重要机构，我院应邀参会并设立政策宣讲专场，向广大退役士兵战友全面介绍我院优抚医疗特色、详尽解读医疗优待政策，展示关爱老兵系列行动成果，受到了与会领导与退役士兵们的热烈欢迎和高度评价。

培训会现场，气氛庄重而热烈。聊城市退役军人医院优抚事业部部长王迪首先向国防事业奉献青春、挥洒热血的全体退役士兵致以最崇高的敬意和最诚挚的问候。随后，王部长从“医院简介与优抚传统”、“医疗优待政策详解”、“关爱老兵系列行动”三大板块进行了系统介绍。

一、传承红色基因，彰显优抚本色

宣讲伊始，王部长简要介绍我院的历史沿革、发展现状，同时围绕学科建设、专家团队及先进医疗设备展开说明。重点强调了我院作为一所肩负特殊使命的优抚医院，始终秉持“全心全意为优抚对象服务”的宗旨，多年来深耕于退役军人及其他优抚对象的医疗、康复与休养工作，形成了具有鲜明特色的医疗和服务体系，是广大退役军人值得信赖的“健康港湾”。

二、政策精准解读，优待落到实处

针对退役士兵最关心的医疗优待问题，王部长进行了极为清晰和细致的解读，内容涵盖“一中心”“二优先”“三优惠”“四免费”“一套贴”“一同享受”等核心优待措施。宣讲力求让每一位在场的退役士兵都能听得懂、记得住、用得上，明确知晓如何便捷地享受这些政策，切实减轻就医负担，提升健康保障水平。

三、行动温暖人心，关爱持续延伸

宣讲重点介绍了我院持续开展“关爱老兵”系列行动，消化道早癌筛查医疗救助活动和静脉曲张/疝气微创手术医疗救助活动。系列活动为广大现役军人、退役军人及家属带来了健康福音，有效解除了患者的痛苦，提升了其生活质量。通过这些实实在在的行动，我院希望将社会的温暖和尊崇之情，持续不断地送到老兵们的心坎上。

此次宣讲活动取得了圆满成功。会后，许多退役士兵驻足咨询，我院工作人员均给予了耐心细致的解答。他们纷纷表示，通过此次宣讲，对医院的职能和享有的医疗优待有了更全面、深入的了解，感受到了实实在在的关怀与尊崇。

供稿：优抚事业部

## 以赛促学强技能，老年医学绽光芒

实力出圈！聊城市退役军人医院老年病科应急处置团队凭硬实力摘多奖！



9月19日下午，由聊城市卫生健康委员会与市总工会联合主办的2025年全市第二届老年医学能力与应急处置竞赛，在聊城市人民医院住院医师规范化培训基地圆满落幕。聊城市退役军人医院老年病科应急处置团队表现亮眼，斩获颇丰：梁爽医师荣获个人三等奖，姜智敏医师荣获个人优秀奖；刘欢主管护师荣获个人二等奖，任晓静主管护师荣获个人三等奖，团队更凭借整体出色发挥夺得团体二等奖，赢得现场评委与各参赛队伍的一致认可。

此次竞赛不仅是对全市老年医学专业人员业务能力的一次集中检验，更为各医疗机构搭建了宝贵的学习交流平台。聊城市退役军人医院参赛团队表示，通过与同行切磋技艺，既清晰看到了自身的优势，也准确找到了需要提升的方向。未来，医院将以此次竞赛为契机，持续加强老年医学学科建设，不断锤炼医护人员的专业水平与服务能力，致力于为广大老年患者提供更优质、更高效、更安全的医疗服务，为推动聊城市老年医学事业高质量发展贡献更大力量。

供稿：老年病科 梁爽



### 情满中秋暖意浓 尊崇优待谱新篇

#### — 我院成功举办短期休养优抚对象中秋联欢会

秋高气爽，花好月圆。在中秋佳节来临之际，为弘扬中华民族尊崇优待退役军人的优良传统，丰富短期休养优抚对象的精神文化生活，9月26日下午，我院精心策划的“情满中秋·温暖同行”短期休养优抚对象中秋联欢会在西院区温情上演。市退役军人事务局党组书记、局长刘立新，市退役军人事务局党组成员、副局长于文彬，医院党委书记张磊，医院党委副书记、院长钟道勇，医院党委委员、副院长姜晨，医院副院长田亚强，医院党委委员、纪委书记呼庆禄，市退役军人事务局机关党委专职副书记胡霞与休养优抚对象、医院职工及聊城市新闻传媒中心老年大学志愿者们欢聚一堂，共庆佳节。

乐享晚年。

慰问环节温暖人心，文艺表演更是精彩纷呈。联欢会在老年大学志愿者们带来的男声小合唱《弹起我心爱的土琵琶》中拉开帷幕，熟悉的旋律瞬间将大家思绪带回到那段激情燃烧的岁月。紧接着，志愿者张志云和我院职工侯春梅深情演绎的配乐诗朗诵《中秋



的月亮》，以声传情，寄托了对团圆和美的无限向往。由休养优抚对象自编自演的三句半节目，语言诙谐，内容贴近生活，展现了他们乐观向上的精神风貌，赢得了阵阵掌声。

老年大学志愿者的女声独唱《越人歌》婉转动听，男声独唱《草原我心中的歌》悠远辽阔；我院职工刘雪晴表演的独舞《九儿》以优美的舞姿讲述了动人的故事；休养优抚对象的一曲《浪子的心情》唱出了别样的情怀。老年大学志愿者的合诵《老有老的骄傲》，铿锵有力，表达了老年人对生活的热爱与自信；葫芦丝合奏《映山红》旋律优美，深情缅怀了革命先辈的峥嵘岁月。最后，联欢会在休养优抚对象代表与现场人员激昂雄壮的大合唱《没有共产党就没有新中国》中推向高潮，歌声嘹亮，情感真挚，抒发了大家对党、对祖国的无限热爱与忠诚。

此次“情满中秋·温暖同行”联欢会，不仅是一场文化盛宴，更是一次深刻的情感交流与尊崇教育的生动实践，有效提升了休养优抚对象的归属感、获得感与幸福感，充分体现了医院“以休养对象为中心”的服务理念和浓厚的人文关怀精神，进一步营造了全社会关心关爱退役军人和休养对象的良好氛围。我院将继续用心用情做好服务保障工作，让每一位入住的休养对象都能感受到家一般的温暖。

供稿：优抚事业部 王迪

### 铭记历史 缅怀先烈 致敬英雄

#### 聊城市退役军人医院组织开展纪念九一八事变 94 周年活动

9月18日，是一个镌刻在民族记忆里的特殊日子。94年前的今天，日本帝国主义发动震惊中外的九一八事变，中华民族陷入深重的苦难之中。为缅怀革命先烈，弘扬爱国主义精神，聊城市退役军人医院西院区休养病房组织在院休养的休养对象，开展了一场庄重而深刻的纪念活动。

铿锵有力的誓言在餐厅内回荡，许多老人眼中闪烁着泪光。他们用一生践行了当年的承诺，如今虽已年迈，但初心未改、信仰依旧。



尊崇英雄，传递温暖

聊城市退役军人医院西院区休养病房始终以专业医疗守护休养对象，用温情服务关怀革命功臣，为在院休养的老兵提供医疗、康复、护理等全方位服务。此次纪念活动不仅是对历史的回顾，更是对休养对象们的崇高敬意的表达。

休养病房医护人员表示：“这些老战士是国家的功臣，他们的付出与牺牲换来了我们今天的和平与幸福。我们要用实际行动让他们感受到社会的尊崇与温暖。”

此次纪念活动，不仅是聊城市退役军人医院休养病房“用心服务休养对象”的生动体现，更让我们在历史与现实的交汇中，读懂了“责任”与“传承”的重量。未来，我们将继续以更优质的医疗服务守护退役军人的健康，更以他们为榜样，传承红色基因，在守护生命、服务社会的道路上坚定前行，让初心永不褪色，让使命永记心间。

历史不容忘却，英雄永不独行。愿英雄不朽，吾辈自强，祖国繁荣昌盛！

供稿：优抚病房

肃立默哀，铭记历史

上午9时30分，休养对象们齐聚餐厅，共同观看九一八事变相关新闻纪录片。影片中那段饱含血与泪的历史，让每一位在场的老兵神情凝重。他们中许多人曾亲历战火，对民族苦难和抗战精神有着更深刻的理解。



重温誓词，初心如磐

默哀仪式结束后，休养对象们面向党旗，庄严举起右手，再次宣读入党誓词。“我志愿加入中国共产党……随时准备为党和人民牺牲一切，永不叛党。”铿

### 青年当有为，廉洁伴我行！

#### 我院这场青年学习活动干货满满

为引导青年职工树立廉洁从业意识，筑牢拒腐防变思想防线，近日，聊城市退役军人医院团委精心组织青年团员，开展以“慎始如终守初心，系好人生‘第一扣’”为主题的青年理论学习活动，为医院青年队伍注入廉洁正能量。



活动中，医院团委以理论学习为核心抓手，结合医疗行业特点与青年职工成长需求，通过政策解读、案例分析、交流研讨等丰富形式，让廉洁理念深入人心。团员们深入学习廉洁从业相关规章制度，剖析医疗领域典型案例，深刻认识到“廉洁是从医之本、从业之基”，更明晰了青年阶段“系好第一粒扣子”对职业生涯长远发展的重要意义。



交流环节里，青年团员们结合自身岗位实际踊跃发言，分享对廉洁从业的理解与感悟。大家纷纷表示，作为医院的青年力量，既要在专业上精益求精，守护患者健康，更要在思想上坚守底线，时刻绷紧廉洁之弦，以“慎始如终”的态度对待每一项工作、每一次服务，绝不触碰纪律红线，用实际行动践行“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的职业精神。

此次青年理论学习活动，不仅为聊城市退役军人医院青年职工搭建了思想交流的平台，更夯实了青年队伍的廉洁思想根基。未来，医院团委将持续聚焦青年成长，常态化开展廉洁教育与理论学习活动，引导青年职工将廉洁初心融入日常工作，以青春之力守护医院风清气正的良好氛围，为保障人民群众健康贡献更多青年智慧与力量。

供稿：耿旭

无痛胃肠镜 免费检查

重症精神障碍 免费救治

静脉曲张、疝气 微创治疗 减免20%

政策咨询电话 8340086 急救电话 8899120 地址 聊城公园南500米路东 乘车路线 市内乘2路、3路、5路、19路、22路、235路、330路公交车到聊城市退役军人医院站牌下车即到。

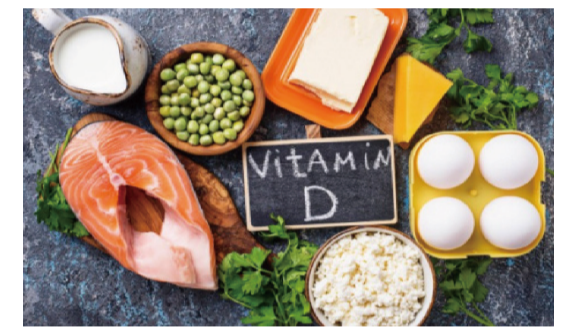
### 别只知道补维生素 D！ 25-羟基维生素 D 的小秘密，一篇带你摸清

你肯定有过这样的经历：冬天晒会儿太阳，浑身都暖洋洋的；吃口三文鱼、嚼个蛋黄，莫名觉得心里踏实。可你不知道，这些日常小事里，正藏着一场“营养变身记”——阳光和食物里的维生素 D，会在身体里悄悄“升级”，最终变成血液里的“健康晴雨表”；25-羟基维生素 D。别小瞧它！要是它的“库存”不足，小朋友可能长出方脑袋、弯腿腿，大朋友的骨头会变得“脆生生”，甚至连免疫力、心血管都可能受影响。这篇文章就带你解锁 25-羟基维生素 D 的秘密！

在人体血液循环里，25-羟基维生素 D 是维生素 D 在血液循环中的主要存在形式，通常作为评价人体维生素 D 水平的关键指标。现在大家普遍了解维生素 D 可以促进钙和磷的吸收，是维持骨骼健康的重要元素；也知道维生素 D 的严重缺乏会导致儿童出现枕秃、方颅、鸡胸、“O”型或“X”型腿等；成人则表现为骨质疏松、软骨病，甚至骨折。但是，维持骨骼健康仅仅是维生素 D 功能的“冰山一角”。

诊断	参考范围
维生素D严重缺乏	<10ng/mL (<25nmol/L)
维生素D缺乏	<20ng/mL (50nmol/L)
维生素D不足	20-30ng/mL(50-75nmol/L)
维生素D充足	>30ng/mL (>75nmol/L)

临床维生素 D 含量测定参考范围 维生素 D 主要来源包括日光浴以及食用富含维生 D 的食品，如深海鱼类、鱼肝油、蘑菇、蛋黄、动物肝脏等。要是人体摄入的维生素 D 不够，就会导致维生素 D 缺乏和低血钙症等问题。



25-羟基维生素 D (25(OH)D) 检查属于血液检查项目，空腹采血两小时后即可检测出人体中的维生素 D 水平。维生素 D 是一组类固醇衍生物，属于脂溶性维生素，包括维生素 D3 (胆骨化醇, cholecalciferol) 和维生素 D2 (麦角固醇, ergocalciferol)。25(OH)D 在肾脏和其他组织中转变为具有生物活性的二羟代谢物 1,25-羟基维生素

供稿：检验科 李姗姗

### 别等肝“报警”才查！肝功能检查到底该咋做？

咱们的肝脏，堪称内脏界“巨无霸”兼“六边形战士”。它既要给身体“排毒抗氧化”，又得管好“肝糖原仓库”，还得兼职合成白蛋白、凝血因子这些“营养快递”，连胆红素代谢、免疫防御都得插一手，胎儿时期甚至还干过“造血”的活儿。更牛的是它特能扛，就算2/3“员工”罢工，剩下的照样能让生产线运转。但这哥们儿是个“沉默的劳模”，疼了累了从不说，就算出问题也没啥明显信号。等你发现不对劲时，可能都严重了。所以别等它“罢工”才关心，定期做肝功能、上腹部彩超这些检查，就是给这位“劳模”定期做保养，防患于未然才靠谱。



二、反映肝脏分泌和排泄功能的，比如胆红素、直接胆红素、间接胆红素，当这些指标出现异常时，在症状上会表现为黄疸，因此一般大家看到“小黄人”会首先想到肝脏疾病。

三、反映肝脏合成的指标，白蛋白、胆固醇、胆碱酯酶等。当这些指标异常时，往往反映出肝脏疾病已经非常严重，比如肝硬化会出现白蛋白下降，导致腹水等症状。

四、异常产生的指标，如甲胎蛋白。这些指标会在肝细胞异常增生的情况下分泌，比如肝细胞癌。

引起肝功能异常的原因 饮食不合理：食用油腻、辛辣食品等，由于这些食品比较难消化，会增加胃肠道负担，可直接损害肝脏。

饮酒：酒精进入肝内后会氧化，从而形成有害物质乙醛，可以直接损害肝脏导致肝功能异常。

过度劳累：熬夜、工作压力过大、情绪波动、暴怒等。过度劳累会破坏机体正常平衡状态，从而导致肝脏负担加重，影响肝功能。

服药、滥用药物和其他疾病：误服药物和滥用药物，会导致炎症和中毒情况越来越

重，肝功能异常也会加重。同时，还会伴有感冒、腹泻、大出血等也会引起肝功能异常。 环境变更：改变原有的生活习惯和生活环境，比如出差、旅行等，因生活环境、水土条件变更，造成体内环境紊乱而出现肝功能异常。

肝功能检查也不是万能的，有一定局限性。首先肝功能检查的敏感程度有一定限度，而且肝脏代偿储备能力很强，因此肝功能检查正常不一定没有肝病。另外，肝功能检查中的有些指标缺乏特异性，因此肝功能检查结果异常也不一定就是肝病。此外，血清酶的活性是一项很重要的评判标准，但它不反映肝脏功能，酶的指标只是对肝细胞完整性的估计。

不良生活习惯、饮食习惯、营养状态，各种急性疾病、慢性疾病都会影响到肝脏功能，除了保持日常健康饮食习惯外，定期检查肝功能也是必不可少的，也有利于早期发现肝脏问题或相关疾病，从而做到早发现、早治疗。

如果堵塞不多，仅累及1-2根血管，那一次植入1-2个支架就能解决。 若堵塞较多，累及3支血管，一般优先处理易导致心梗的“罪犯血管”，待病情稳定后，择期进行其他“危险血管”的支架手术。

多支病变人群的血管就像年久失修的旧水管，管壁生锈、结垢，内部多处水流不畅。 那些狭窄严重的血管，都是诱发心梗的“危险血管”，而导致血管堵死，心肌缺血的就是“罪犯血管”。

注意：科普篇幅有限，具体请遵医嘱

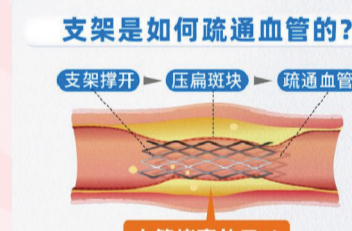
注意：科普篇幅有限，具体请遵医嘱

供稿：检验科 常雪

### 世界心脏日 关于支架的那些事儿

心梗发生、血管被堵住、心肌缺血坏死，心脏支架是抢救心肌的重要手段。

同样是血管堵住了，为什么有人一次性放好几个支架，而有人堵了多根血管也只放一个支架？支架到底放还是不放？放的越多，就能预防心梗？



低密度脂蛋白胆固醇LDL-C是血管垃圾的原料。

如果堵塞不多，仅累及1-2根血管，那一次植入1-2个支架就能解决。

若堵塞较多，累及3支血管，一般优先处理易导致心梗的“罪犯血管”，待病情稳定后，择期进行其他“危险血管”的支架手术。

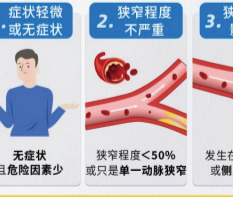
多支病变人群的血管就像年久失修的旧水管，管壁生锈、结垢，内部多处水流不畅。 那些狭窄严重的血管，都是诱发心梗的“危险血管”，而导致血管堵死，心肌缺血的就是“罪犯血管”。

什么情况需要放支架？



注意：科普篇幅有限，具体请遵医嘱

什么情况不用放支架



注意：科普篇幅有限，具体请遵医嘱

心脏支架≠治愈疾病

它只是救急，不是治疗方法，支架数量也并不是越多越好，合适的植入，带来更好的效果。

供稿：心内科 王伟军