



写在再一次毕业时

用力刷完饭卡里还剩的十三块钱，一餐饭一瓶水之后竟然还剩七毛七。在二手市场将一把靠椅十块钱卖给一个小师妹，还附赠五星的快递服务，当然也只能送到楼下。校长已经把帽上的帽穗从右边拨到了左边，鸭子也已经可以飞了。把宿舍钥匙还给宿管阿姨，三年前也是从她手中拿的，物归原主，这次道一声告别。网易音乐收藏的岁月神偷在耳边单曲循环，岁月是场有去无回的旅行。处理完一些零零狗的琐碎，提上行囊，就正式和安中医说再见了。

坐在列车往回的路上，拉着研一时带来的行李箱，忽然间，有些莫名的感伤，年纪渐长，看待事情总是淡然一些，但把箱子拉上，跟同学告别，觉得以后到学校的次数总会少了，那破旧的宿舍虽然寒碜，也有一席床铺，寒来暑往，有个遮风避雨的地方，如今离开，总是有些不舍。书上说，天下无不散的宴席，书上又说，人生何处不相逢。聚是一团火，散是满天星！

之前每一次来来回回，总是仓促，周六回家，周日回校，把高铁当成公交，三年里也为中国铁路事业贡献一份力量，来回的次数多了，总是有些反感，总想着这样奔波的日子什么时候能结束。如今毕业，想着以后若是无事，也是很少到校，每个周末人潮汹涌的车站，也会少了我背着双肩包奔波的身影，每个周日晚上，爱人也不用匆匆忙忙送我去车站。回归宁静，也是挺好。

三年前再次成为学生的时候，既激动又彷徨。在工作七年后，怀揣着初心与梦想，努力

又来到母校，似乎转瞬间，三年学习生涯拉下帷幕，在这三年的时间里，遇到很多坎坷，也有过短暂的迷茫，有欢笑，有悲伤，有对针灸临床诸多问题的思考，也有对课题研究一筹莫展的惆怅。回首过往，我认认真真地度过三年美好时光，从读研之前的迷茫，到现在在某个方向的坚定，一丝丝变化或许就是这三年来的收获吧，正是因为这三年来的奔波，在课堂在临床在科研，遇到不同的大牛，不同的老师，不同的逐梦人，思想语言在一起碰撞，一路的风景的确开拓了自己的眼界，让自己觉得这个行业这个领域还有那般风采。

今年也是本科毕业的十个年头，十年前毕业，今天又毕业了。十年前拉着一箱行李坐着绿皮车，从铜陵站下车，在这里工作安家，结婚生子。十年间，身边的朋友来来回回，有来这里的有离开这里的。可是自己还在这里，此心安处是吾乡吧。

岁月不居，时节如流，落笔之时，思绪万千，三年里更多的是感谢，感谢言传身教谆谆教诲的诸位良师，感谢关怀备至的单位领导同仁朋友，感谢相互鼓励一同逐梦的同学，感谢一路走来鼎力支持的亲人，更深的感谢是默默付出撑起家里一切的爱人。也感谢不曾放弃一路坚持的自己。恩情深而笔墨短，情谊远而言语拙。此情此意皆自肺腑，以此文铭记诸位恩情。

时间是让人猝不及防的东西，愿此去繁花似锦，再相逢依旧如故。

那么再说一句，山一程，水一程，安中医，后会有期。

针灸科：张健

铜砭耳豆解困扰 让您睡到自然醒

——耳部全息刮痧联合耳穴压丸治疗失眠



坐诊护士介绍：

古红发 主管护师，本科学历，安徽省糖尿病专科护士，高级催乳师。

擅长的中医特色疗法及治疗适应病症：

耳部全息刮痧联合耳穴压丸：治疗失眠、焦虑、神经衰弱、头晕、头痛、便秘、腹胀、耳鸣、肩周炎、原发性高血压、更年期综合征等“亚健康”状态。

虎符铜砭刮痧（砭法刮头）：消除疲劳、消除头疼、改善大脑供血，刺激毛囊，改善头发干燥及减少脱发，激发毛发再生，促使白发变黑，具有美发护发的功效。

铜砭刮背（开背）：疏通筋络、促进新陈代谢、祛风散寒、排除体内湿气，颈肩部痛、腰腿痛及各种痛症等。

平衡火罐：肩周炎、湿热体质的健康人及颈项腰背酸痛、慢性疲劳综合症等。

中医手法通乳：哺乳期乳腺、哺乳期乳腺炎等。

就诊时间：周一至周六（上午8:00—11:30 下午2:30—5:30）

就诊地址：铜陵市中医医院长江路院区 医技楼三楼310室
健康热线：13866511219 科室电话：0562-2864750

神秘的东方力量——平衡火罐

2016年里约奥运会上，美国游泳名将菲尔普斯满身火罐印，在奥运会上吸睛无数，被誉为神秘的“东方力量”。

时隔五年东京奥运会上，眼尖的观众发现，澳大利亚泳坛名将查尔莫斯的后背和肩膀上印着不少紫红色火罐印，这股神秘力量又出现了。

实际上，拔罐这一传统中医疗法，在欧美体育圈已经“火”了很多年了。

下面就让我们来了解神秘的“东方力量”吧！

平衡火罐是拔罐疗法的一种，运用闪罐、揉罐、走罐、抖罐等手法，通过良性刺激及火罐的温热效应，可以有效激发经气，疏通经络使各种经脉气血运行通畅，反射性地引起中枢神经



向应激转变，起到调节和改善机体疲劳，肾气平缓，肝脾调和的目的，促进血液循环、提振全身阳气，驱邪外出，调节五脏六腑之功能，恢复人体之阴阳动态平衡。是现代治疗保健的一种绿色疗法，操作简单无损伤、效果显著、无副作用，患者易接受、既能治病也能防病。

看罐斑辨病情：

- 1、若起罐后罐印立即消失，恢复常色者，则多提示病邪尚轻；
- 2、罐印紫黑而黯，一般表示体内有血瘀或受寒；
- 3、罐印呈散在紫点，深浅不一，一般提示为气滞血瘀；
- 4、罐印鲜红而艳，一般提示热邪、阴虚火旺、气阴两虚；
- 5、罐印出现水泡，说明体内湿气重；
- 6、罐印处皮肤温度较低，表示体内有寒邪。

随着现代社会生活节奏的日益加快，越来越多的人处于亚健康状态，工作效率低，易疲倦，常感腰酸背痛，免疫力下降……

铜陵市中医院的中医护理门诊常年开展平衡火罐治疗项目，可帮助你调节和改善机体疲劳。

就诊地址：铜陵市中医医院长江路院区医技楼三楼310室中医护理门诊
健康热线：0562-2866423; 15056210338



铜都中医药

TONG DU ZHONG YI YAO

主办：铜陵市中医院
铜陵市中医药学会

地址：总院（市太平湖路2299号）
长江路院区（市长江中路1021号）

网址：<http://www.tlszyy.net>
邮箱：1651387289@qq.com

电话：0562-2871870
邮箱：244000



2021年09月20日

第七八期 总第63期

铜陵市中医院举办党史学习教育专题党课报告会

为继续深入推进医院党史学习教育工作，按照上级党委工作部署和医院党委的工作安排，2021年8月24日下午，医院在总院第一会议室举办党史学习教育专题党课报告会，医院党委书记杨志刚同志以《百年党史——镌刻初心与梦想》为题，为各党支部书记、中层及以上管理人员等讲授了一堂主旨鲜明、思想深刻的专题党课。

讲课中，杨书记分别从中国共产党成立及其承载的伟大梦想、百年党史彰显中国共产党人的使命担当、中国共产党人的博大情怀和高远境界三大部分系统阐释了我们党历经艰难险阻，最终实现伟大成就的百年光辉历程。整场党课报告会内容全面、条理清晰、意义深刻，与会人员在聆听党课的过程中又一次接受了中国共产党最先进的思想、最伟大的理想和最崇高的事业的洗礼，进一步感悟了

初心使命，汲取了精神力量，从而增强了工作本领。

结合此次党史学习教育专题党课报告会内容，杨书记带领与会人员简要梳理了医院自1955年成立至今，66年来的峥嵘发展历程。在这66年中，几代中医院人风雨兼程、辛勤耕耘，在奋斗中谋进取、在创新中求发展，才有了现如今医院中医药事业的稳健发展和累累硕果。

今年党史学习教育工作贯穿全年，目前已时至过半，在接下来的工作中，医院党委将继续严格按照要求，认真组织开展学习教育活动，确保各项学习任务顺利高质量完成，通过此次开展的党史学习教育活动，在全院党员及干部职工中自觉形成学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行的浓厚氛围，充分彰显医务工作者的使命和担当。

党建工作部



我院医养中心在全市养老护理职业技能竞赛中荣获佳绩

2021年7月27日，由市民政局、市人力资源和社会保障局、市总工会、团市委、市妇联联合主办的“2021年铜陵市养老护理职业技能竞赛暨全国养老护理职业技能大赛铜陵市赛区选拔赛”在铜陵职业技术学院顺利落下帷幕。我院汪慧芬、查婧怡两位同志在此次比赛中荣获了一等奖，并将代表铜陵市参加全国养老护理职业技能大赛安徽省选拔赛，同时我院医养中心也在此次竞赛中荣获优秀组织奖。

本次演练采取现场演习和桌面推演的形式进行。现场演习模拟中高风险区域返铜发热患者经过我院预检分诊、发热门诊诊治、留观、转诊等流程。桌面推演模拟中高风险区域返铜发热患者至分院预检分诊就诊、转运至总院发热门诊；低风险区域发热患者和骨折患者夜间急诊流程；外科住院患者入院5天后出现发热等一系列场景进行推演。桌面推演还通过对预检分诊、发热门诊接诊、病例发现与报告、病例转运、医疗救治、院内感染预防与控制等问题，针对各科室分别进行现场问答。

演练针对我院在疫情防控中可能出现的场景推演合理规范流程，及时检验我院新冠肺炎应急预案的合理性、有效性和可行性，以便持续做好疫情防控的组织保障、应急措施、合理处置等工作，并通过加强各相关科室工作人员培训，切实做好医院疫情防控工作。

院感科



2021年是巩固拓展脱贫攻坚成果，有效衔接乡村振兴战略的

铜陵市中医院组织开展“学党史、办实事、稳脱贫、促振兴”主题党日活动

起步之年。为进一步落实党史学习教育“我为群众办实事”活动要求，近日，市中医院组织结对帮扶干部深入新华村开展“学党史、办实事、稳脱贫、促振兴”主题党日活动。

活动中，帮扶干部深入结对户家中认真了解“两不愁三保障”及村民饮水安全情况，及时宣传党和国家关于乡村振兴工作的有关政策，提升村民的知晓度和认可度，帮助结对村民分析和谋划致富良策和思路。同时结合行业特点，组织医护人员上门悉心为身体不适的村民进行义诊，积极为结对村民提供力所能及的帮助，真正体现了学党史“我为群众办实事”的活动目的。

此次主题党日活动中，医院坚持“发展为要、项目为王、实干为先”的工作理念，结合实地调研走访、交流等形式科学制定了2021年结对帮扶工作计划，扎实推动年度结对帮扶工作稳步推进开展，助力全面推进乡村振兴。

党建工作部



铜陵市中医院组织参观市脱贫攻坚成就展

的工作中，要继续发扬脱贫攻坚精神，发挥自己的行业特长，为铜陵市谱写乡村振兴新篇章作出自己应有的贡献，以优异的成绩庆祝建党100周年。

党建工作部



责任编辑：郭幸



传承中医精神，共谱光阴故事

——暨铜陵市中医医院中医住培基地2021届住培医师毕业典礼

2021年8月12日下午，铜陵市中医医院2021届住培医师结业典礼在总院四楼第一会议室隆重举行。铜陵市中医医院院长、住培基地主任支晓明，铜陵市中医医院副院长、中医专业基地主任吴福宁，铜陵市中医医院副院长、中医全科专业基地主任傅关孺，铜陵市中医医院党委委员李猛，2021届住培医师及住培管理人员等出席了本次结业典礼。

典礼开始之际，支晓明院长对2021届住培医师顺利通过结业考核并取得合格率全省排名第一的好成绩表示衷心祝贺，对基地无私奉献、挥洒辛勤汗水的住培带教老师、管理人员们表示感谢！他说到：2021届住培医师是基地第一批学员，基地对大家一直予以厚望，三年来，我们建立了深厚情谊，看着大家从青涩稚嫩到如今的成熟稳重，逐步成长为一名合格的住院医师，他为大家感到高兴。作为临别赠言，对大家提出几点希望：1、坚持医者品格，传承中医精神；时刻铭记初心，恪守医道，学会明辨与慎独，始终汲取、播散正能量，不断修行砥砺，传承和弘扬中医药事业。2、严谨热爱进取，积极与时俱进；始终保持对学

习的热爱，紧跟时代发展，以更加宽广的眼光、与时俱进、奋发有为的精神状态开展工作，守住志向、不断前进。3、常怀感恩之心，树立正确价值；永远铭记“健康所系、性命相托”的医学誓言，胸怀“救死扶伤、服务人民”的宗旨，成为一名真正让人尊重的好医生。

随后，2021届住培学员代表李可上台发表结业感言，感谢基地给予大家学习的机会，感谢老师们悉心的培养教育。他表示：三年学习，老师们言传身教，让我们逐步提高了专业技术水平，养成了严谨的工作作风，懂得了担当和奉献。可能我们现在还年轻，还稚嫩，力量还单薄，但是我们终会成长，成为优秀的医务工作者，成为各学科的领头羊，为全市的医疗卫生事业的健康、持续发展而努力工作。

接着，大家一起观看了住培纪念视频——“结业有期，情无期！”，共同回顾了27位住培医师在铜陵市中医医院期间的学习与生活，并由吴福宁副院长和傅关孺副院长上台为这些优秀的住院医师颁发结业证书和纪念品。整个过程中掌声四起，有欢笑、有不舍、有祝福、有感动，

气氛达到高潮。

最后，大家共同在结业留念卷轴上留下签名和“爱心”手印，并合影留念。至此，2021届住培医师结业典礼圆满落幕，在这里衷心祝愿结业的住院医师们工作顺利、前程似锦、不负青春，欢迎他们有空常回家看看！

住培办



毕业典礼现场



签名留念



毕业合影



院领导出席典礼

省护理学会专家对我院老年医疗护理服务工作进行评估检查

2021年8月27日，省护理学会专家一行对我院老年医疗护理服务开展检查工作，从医疗机构老年护理服务供给情况、老年护理从业人员服务能力、老年护理服务模式等多个方面进行现场评估。首先专家听取了我院关于落实老年护理服务有关工作情况汇报，随后根据《安徽省老年医疗护理服务工作评估表》，采用查阅资料、实地评估、人员访谈等方式进行了全面、细致的检查。检查过程中对我院开展的老年护理服务工作亮点给予了充分肯定，并对不足之处提出了一些宝贵的意见与建议。

我院将以本次评估检查为契机，继续加强老年护理专科人才的培养，规范老年护理需求评估，切实提高老年护理专业技术水平与服务能力，充分发挥中医药特色优势，积极推广中医护理适宜技术，进一步推进我院中医护理与医养结合融合发展，为老年患者提供更加优质、专业的护理服务。

为了进一步提高护理人员中医护理水平，推进我院中医护理工作持续健康发展，8月31日下午，中医护理专业小组第二季度培训会在总院三楼示教室召开。本次培训由中医护理专业小组副组长胡敏主持，邀请儿科医生赵丽莹做专题讲座，小组全体成员参加培训。

首先，赵丽莹医生为大家讲授了《中医四诊》。中医四诊是临床开展辨证施治的重要依据，赵医生详细生动的介绍了望、闻、问、切四诊的方法和内容。随后，胡敏老师做了《中医思维指导下护理查房》的授课，重点阐述了中医护理查房的特色、难点及对策。中医护理查房模式需要突出中医护理特色，可以帮助护士提高临床中医护理实践水平，营造中医药护理文化，促进中医护理科研的开展，提高护理查房的质量。学习完理论知识后，胡敏老师带领成员们开展中医护理查房情景演示，真正做到将理论知识运用到实践中，使大家对本次学习内容有了更深刻的理解。

最后，中医护理专业小组对前期各科室提交的入院护理评估单中辨证施护书写存在的问题，进行了集中反馈并给予详细指导，要求各科室根据小组指导意见重新完善辨证施护措施的书写，并尽快上报。

此次培训，授课内容安排丰富且紧扣临床所需，小组成员认真聆听并仔细撰写听课笔记，收获满满，做到了学习与临床实践相结合。中医护理专业小组将在护理部的带领下，进一步挖掘潜力，多措并举，多角度开展工作，以点带面，促进中医护理适宜技术在临床的推广应用，不断深化优质护理服务，拓展服务范围，提高我院中医护理水平，更好的服务群众。

为了进一步提高护理人员中医护理水平，推进我院中医护理工作持续健康发展，8月31日下午，中医护理专业小组第二季度培训会在总院三楼示教室召开。本次培训由中医护理专业小组副组长胡敏主持，邀请儿科医生赵丽莹做专题讲座，小组全体成员参加培训。

首先，赵丽莹医生为大家讲授了《中医四诊》。中医四诊是临床开展辨证施治的重要依据，赵医生详细生动的介绍了望、闻、问、切四诊的方法和内容。随后，胡敏老师做了《中医思维指导下护理查房》的授课，重点阐述了中医护理查房的特色、难点及对策。中医护理查房模式需要突出中医护理特色，可以帮助护士提高临床中医护理实践水平，营造中医药护理文化，促进中医护理科研的开展，提高护理查房的质量。学习完理论知识后，胡敏老师带领成员们开展中医护理查房情景演示，真正做到将理论知识运用到实践中，使大家对本次学习内容有了更深刻的理解。

最后，中医护理专业小组对前期各科室提交的入院护理评估单中辨证施护书写存在的问题，进行了集中反馈并给予详细指导，要求各科室根据小组指导意见重新完善辨证施护措施的书写，并尽快上报。

此次培训，授课内容安排丰富且紧扣临床所需，小组成员认真聆听并仔细撰写听课笔记，收获满满，做到了学习与临床实践相结合。中医护理专业小组将在护理部的带领下，进一步挖掘潜力，多措并举，多角度开展工作，以点带面，促进中医护理适宜技术在临床的推广应用，不断深化优质护理服务，拓展服务范围，提高我院中医护理水平，更好的服务群众。

为了进一步提高护理人员中医护理水平，推进我院中医护理工作持续健康发展，8月31日下午，中医护理专业小组第二季度培训会在总院三楼示教室召开。本次培训由中医护理专业小组副组长胡敏主持，邀请儿科医生赵丽莹做专题讲座，小组全体成员参加培训。

首先，赵丽莹医生为大家讲授了《中医四诊》。中医四诊是临床开展辨证施治的重要依据，赵医生详细生动的介绍了望、闻、问、切四诊的方法和内容。随后，胡敏老师做了《中医思维指导下护理查房》的授课，重点阐述了中医护理查房的特色、难点及对策。中医护理查房模式需要突出中医护理特色，可以帮助护士提高临床中医护理实践水平，营造中医药护理文化，促进中医护理科研的开展，提高护理查房的质量。学习完理论知识后，胡敏老师带领成员们开展中医护理查房情景演示，真正做到将理论知识运用到实践中，使大家对本次学习内容有了更深刻的理解。

最后，中医护理专业小组对前期各科室提交的入院护理评估单中辨证施护书写存在的问题，进行了集中反馈并给予详细指导，要求各科室根据小组指导意见重新完善辨证施护措施的书写，并尽快上报。

此次培训，授课内容安排丰富且紧扣临床所需，小组成员认真聆听并仔细撰写听课笔记，收获满满，做到了学习与临床实践相结合。中医护理专业小组将在护理部的带领下，进一步挖掘潜力，多措并举，多角度开展工作，以点带面，促进中医护理适宜技术在临床的推广应用，不断深化优质护理服务，拓展服务范围，提高我院中医护理水平，更好的服务群众。

为了进一步提高护理人员中医护理水平，推进我院中医护理工作持续健康发展，8月31日下午，中医护理专业小组第二季度培训会在总院三楼示教室召开。本次培训由中医护理专业小组副组长胡敏主持，邀请儿科医生赵丽莹做专题讲座，小组全体成员参加培训。

首先，赵丽莹医生为大家讲授了《中医四诊》。中医四诊是临床开展辨证施治的重要依据，赵医生详细生动的介绍了望、闻、问、切四诊的方法和内容。随后，胡敏老师做了《中医思维指导下护理查房》的授课，重点阐述了中医护理查房的特色、难点及对策。中医护理查房模式需要突出中医护理特色，可以帮助护士提高临床中医护理实践水平，营造中医药护理文化，促进中医护理科研的开展，提高护理查房的质量。学习完理论知识后，胡敏老师带领成员们开展中医护理查房情景演示，真正做到将理论知识运用到实践中，使大家对本次学习内容有了更深刻的理解。

最后，中医护理专业小组对前期各科室提交的入院护理评估单中辨证施护书写存在的问题，进行了集中反馈并给予详细指导，要求各科室根据小组指导意见重新完善辨证施护措施的书写，并尽快上报。

此次培训，授课内容安排丰富且紧扣临床所需，小组成员认真聆听并仔细撰写听课笔记，收获满满，做到了学习与临床实践相结合。中医护理专业小组将在护理部的带领下，进一步挖掘潜力，多措并举，多角度开展工作，以点带面，促进中医护理适宜技术在临床的推广应用，不断深化优质护理服务，拓展服务范围，提高我院中医护理水平，更好的服务群众。

为了进一步提高护理人员中医护理水平，推进我院中医护理工作持续健康发展，8月31日下午，中医护理专业小组第二季度培训会在总院三楼示教室召开。本次培训由中医护理专业小组副组长胡敏主持，邀请儿科医生赵丽莹做专题讲座，小组全体成员参加培训。

首先，赵丽莹医生为大家讲授了《中医四诊》。中医四诊是临床开展辨证施治的重要依据，赵医生详细生动的介绍了望、闻、问、切四诊的方法和内容。随后，胡敏老师做了《中医思维指导下护理查房》的授课，重点阐述了中医护理查房的特色、难点及对策。中医护理查房模式需要突出中医护理特色，可以帮助护士提高临床中医护理实践水平，营造中医药护理文化，促进中医护理科研的开展，提高护理查房的质量。学习完理论知识后，胡敏老师带领成员们开展中医护理查房情景演示，真正做到将理论知识运用到实践中，使大家对本次学习内容有了更深刻的理解。

最后，中医护理专业小组对前期各科室提交的入院护理评估单中辨证施护书写存在的问题，进行了集中反馈并给予详细指导，要求各科室根据小组指导意见重新完善辨证施护措施的书写，并尽快上报。

为了进一步提高护理人员中医护理水平，推进我院中医护理工作持续健康发展，8月31日下午，中医护理专业小组第二季度培训会在总院三楼示教室召开。本次培训由中医护理专业小组副组长胡敏主持，邀请儿科医生赵丽莹做专题讲座，小组全体成员参加培训。

首先，赵丽莹医生为大家讲授了《中医四诊》。中医四诊是临床开展辨证施治的重要依据，赵医生详细生动的介绍了望、闻、问、切四诊的方法和内容。随后，胡敏老师做了《中医思维指导下护理查房》的授课，重点阐述了中医护理查房的特色、难点及对策。中医护理查房模式需要突出中医护理特色，可以帮助护士提高临床中医护理实践水平，营造中医药护理文化，促进中医护理科研的开展，