



致力长照险 让生活更美好!

金牛区长照联盟成立，八医院成为首批联盟单位之一

5月19日，由成都市医疗保障局、金牛区人民政府主办，金牛区医疗保障局、人保财险成都市分公司承办的金牛区长照联盟成立暨全市“医保守护”知识竞赛启动仪式圆满举行。活动以“医保客厅进社区 美好生活在身边”为主题，为现场150余名群众上了一堂“医保普及”大课并为他们提供贴心的健康义诊服务。

市八医院凭借长期以来的照护优势担任此次活动居家上门照护项目。护理员辛小平在社区书记带领下，来到益民苑小区周燕（化名）家里。周燕从小患有癫痫，服用药物导致双目失明，大小便不

能控制，生活不能自理，卧床的时候经常弄湿床单。因为母亲年纪大了，体力不够，一边搬动女儿，一边更换床单、尿垫确实是个“技术活”。考虑到患者的需求，辛小平为她更换尿垫、整理床单元，在操作的同时手把手地教家属如何才最省力。失能患者出门不易，辛小平还为患者检查了生命体征和血糖。

家属感动落泪，不停地表达对党国爱民的感激之情。在场人员也为这位坚强的母亲感动，她既要照顾多病的老伴，也要照顾不能自理的女儿，四十年如一日，给予医护人员榜样力量，也让医护人员明白，为大众健康保驾护航职责之重。



党委书记陈芍（右五）代表医院接受授牌

关心群众生活，切实提高市民获得感、幸福感，八医院将积极落实长照联盟职责，结合“幸福美好十大工程”，努力推进长期照护保险进社区、居家照护走家门，让市民成为最大受益者、最终评判者。



延伸阅读

长期照护保险制度是为长期失能人员享有基本生活照料与基本生活密切相关的日常护理等服务提供保障的社会保障制度。

成都市是长期照护保险首批试点城市。成都市医保局自2017年牵头开展试点工作以来，先后将城镇职工、城乡居民基本医疗保险参保人员和四川省本级参保人员纳入保障范围，制度覆盖参保人员近1400万人。

长期照护保险适用对象

参保人员因年老、疾病、伤残等导致失能，经过治疗不能康复，丧失生活自理能力持续6个月以上时，经评估为重度失能者，可申请长期照护保险待遇。

重度失能分为3个等级：

重度一级

重度二级

重度三级

根据失能级别享受相应长期照护保险待遇和相应长期照护服务。

评定流程：

申请递交资料→工作人员上门进行评估→等待结果

可选服务：

根据申请人失能程度、家庭情况和个人意愿进行选择：

- 照护服务机构提供的机构照护服务；
- 照护服务机构按照约定的服务内容、频次与时间等提供的居家上门照护服务；
- 个体服务人员(具有照护能力的家属、亲戚、邻居和其他愿意提供照护服务的个人)提供居家照护服务。

成都市老年服务实训中心 为长照险提供服务保障

市八医院是成都市唯一的老年服务实训中心、成都市医疗保障局认定的“成都市长期照护保险护理员实训基地和评估员实训基地”、中华老年医学会“老年医疗照护培训基地”，参与成都市医保局牵头的《成都市长期照护保险失能照护服务项目教学视频》拍摄，和成都医学院共同拍摄《老年照护常用技能》培训视频教材，形成成都市护理员培训标准。

培训经验丰富：

2017年7月长照险开始实施以来，与成都市卫生人才交流中心及各大保险公司等合作，承办“失能评估员培训”专题授课、长期照护保险失能、失智评估员实操培训、“失智护理员”培训、社区基层工作人员健康、急救、心理、礼仪常识及护理规范培训、社区及居家护理人员培训、“初级护理员”合格学员培训共计12000余人次，合格率达到98%以上。

管理体系完善：

2009年成立护理员管理部门（照护部），将护理员纳入医院一体化管理，实行分管院长负责、照护管理部专职管理、科室护士长具体负责的三级管理模式。

服务预约热线：028-68705030

健康天府

成都市第八人民医院
成都市慢性病医院院报
成都市老年服务实训中心

2021年5月28日
星期五

总第104期

出刊日期：每月28日
内部资料 免费赠阅

办院宗旨：
帮天下儿女尽孝
替世上老人解难
为党和政府分忧

总编辑：陈芴 胡显良
副总编辑：刘敏 何芦强
宋伟正 郑玉萍 朱斌 吴晓琳

新闻热线：028-68705065

简讯>>

医院获全国医院人文管理路演二等奖



4月27-29日，中国医院人文管理萤火虫计划暨2021年全国医院人文管理路演在成都举行，来自全国各地的200多家医疗机构齐聚一堂，共襄盛举。市八医院创作的小品《我还记得你》从500余件作品中脱颖而出，进入全国36强参加决赛。经过激烈角逐，斩获二等奖。

医院参加成都医学院田径运动会

5月16日，成都医学院第三十七届田径运动会圆满结束。作为成都医学院附属老年医院，市八医院选派代表队参赛，共有24名职工参加了8个项目的比赛。运动员在院工会的组织带领下，积极备战。最终代表队共取得3个单项奖，包括教工女子A组3000米项第一名、教工女子A组800米项第二名和教工女子B组15米沙包投准第二名。

扫描成都市第八人民医院官方微信二维码或添加医院微信公众号“cds8yy”，即可获悉医院更多动态信息及实时健康资讯。我们期待您的加入！



弘扬优良传统 传承红色基因 市八医院赴革命圣地延安开展党性修养培训



为丰富建党100周年系列教育活动，切实增强党员干部的责任感和使命感，5月12-15日，市八医院组织党员干部和业务骨干前往革命圣地延安，开展以“弘扬延安精神，增强党性修养”为主题的专题教育培训。

此次专题教育培训课程内容丰富多彩、形式多样，既有实地参观，又有现场教学；既有情景教学，又有专题讲座。通过实地参观，学员们更加深切地缅怀老一辈革命家们为了实现国家独立和人民解放付出

的巨大牺牲和建立的丰功伟绩。在医院党委副书记、院长胡显良的带领下，大家举起右手，重温入党誓词，铭记对党和人民的庄严承诺。

延安大学杨延虎教授为学员们带来《中共中央在延安十三年》专题讲座，史料详实、语言生动，使大家受到了一次深刻的党史和革命史教育。延安大学李宝怀教授作《领导力与执行力的提升》专题教学，他结合自身经历，深入浅出，从组织与管理、领导及领导力等多方面教导学员提

升执行力、打造领导力、做魅力型干部，学员们受益匪浅。

学员们纷纷表示，此次培训学习不仅坚定了理想信念、提升了理论水平、提高了业务素质，同时还加强了党性锻炼，增强了党性修养，开拓了工作思路。下一步将从党的百年伟大奋斗历程中汲取继续前进的智慧和力量，把党在延安的革命传统和优良作风不断发扬光大，为医院高质量发展贡献力量。

线上+线下 志愿服务暖人心 市八医院第八届志愿联盟服务活动成功举办

4月29日，以“春暖花开，温暖同行”为主题的市八医院第八届“关爱老人·情暖夕阳”志愿联盟服务活动如期举办。根据疫情防控常态化工作要求，活动以线上为主、线下为辅同步开展。

医院志愿联盟服务单位武侯区浆洗街街道关工委、慧众德社会服务中心、成都市天回小学校等通过视频的方式为医院老人们带来了精彩的文艺表演，赢得老人们阵阵掌声。成都新世纪妇女儿童医院、崇州聚源养老中心等单位为住院老人们精心录制的祝福视频也在主会场和各科室分会场进行了播放。



成都双流国际机场贵宾中心团总支、成都高新贝沃口腔门诊部志愿者还分别前往神经内科（阿尔茨海默病中心）、老年病科二病区实地开展志愿者服务活动，为老人们送去小礼物，陪伴他们聊天。中国平

安朝阳家族财富传承办公室向医院捐赠了“爱心毛巾”。线上、线下活动的成功举行，为老人们带来了欢声笑语，让他们感受到社会大家庭的关爱。

老年
营养病房

个性化定制营养膳食

2020年底,市八医院成功创建全国“老年营养示范病房”。营养科负责人吴祖骄表示,老年营养示范病房是以老年患者为中心,从提高医务人员对老年患者营养风险及营养不良的认识水平,到规范实施老年疾病营养治疗,以此降低并发症发生率,更好保障患者健康和安



什么是营养病房?

所谓营养病房,就是对每一位住院患者实施营养管理,根据老年患者疾病特点,研制一对一的营养套餐,不用担心吃啥对身体不好,可口美味放心吃,同时满足老年群体健康及照护需求,提高生命质量。

营养科有哪些配置?

市八医院临床营养科成立于2015年,主要开展营养门诊工作、患者营养风险筛查与评估、住院患者营养会诊、肠内肠外营养治疗及临床营养相关科研工作。

目前总建筑面积约150㎡,设有营养科医疗区(营养门诊诊疗区、营养小屋)、营养治疗制备区,建有肠内营养制剂二级库房及刷洗消毒间。

2019年底,营养科引入“智能营养评估及订餐服务”,通过智能设备(手机、平板等移动设备)快速采集患者基本信息进行营养风险筛查评估,同时计算出患者膳食配餐推荐,实现智能化订餐。食堂根据营养科提供的膳食食谱进行流程化加工、称量、包装,营养科抽查留样后出餐。

2020年开展肠内营养配制工作,根据患者病情变化和个体情况开展个性化的肠内营养制剂配置,为老年患者提供足够能量、蛋白质及微量元素,维持或改善机体功能,降低疾病并发症的发生率。

专业人员

临床营养师3人、公共营养师1人、营养技师2人、营养护士1人、营养厨师1人、营养配餐员1人。

如何做到科学饮食安排?

■ 少食多餐

老年人生理机能与成年正常人群有很大差别,需要养成少食多餐的饮食习惯,对于胃肠功能较弱的患者特别需要注意。老年人肝脏中储存肝糖原的能力较差,对低血糖的耐受能力不强,可以每日进食4-5餐。

■ 品种求变

科学膳食的要旨之一,就是要保持营养平衡。在保证三大营养素充足的同时,还应顾及到维生素及微量元素的供应。

多吃蔬菜、水果,可以把蔬菜切细、煮软、水果切细,以使容易咀嚼和消化;能尽可能地进食瘦肉,可选择肉末或肉元子;主食中应包括一定量的粗杂粮;有适宜的钙剂补充,多晒太阳多喝水。

实用技巧

跌倒,可能比你想象的更严重

老年人一旦发生跌倒,记住两个推荐动作:

- 拉扶住身边的固定物;
- 用手撑地,这是降低伤害的有效方法。



如果家人发现老人摔伤,尽量别挪动,以免加重伤势;拨打120后,尽可能给老人提供温暖、舒适的环境,等待急救人员到来。

■ 最易摔倒的几个时刻

起床时。清晨是心脑血管疾病的高发时段,如果急着起身活动,摔倒风险大大增加。

洗澡时。浴室湿滑,老人行动力下降,洗澡难免用时更长。当温度逐渐升高会导致血管收缩、出汗增多,造成缺氧、头晕、目眩等症状。起夜时。据临床统计,超过50%的老人骨折是起夜时摔伤造成的。

起夜时的血压变化造成脑供血不足,造成短时间头晕,而夜间光线昏暗,老人视力差,再加上半夜头脑不清醒,极易摔伤。

坐扶梯时。老人的平衡能力差,即使扶着扶手,也可能站立不稳。尽量选择乘直梯,如果只能选扶梯,应保持双脚等肩、分开站立的姿势。

贫血,不是补一下那么简单

老年人的消化功能比较差,加之营养物质摄入不足或不均衡,很容易患上营养相关性贫血。

贫血最重要的是找到原因,对因治疗才能药到病除;明确贫血病因后,药物治疗基础上可以联合食补,营养相关性贫血可以达到较好的效果,其他相关性贫血(尤其是肿瘤相关性贫血)通过药物治疗是可以明显改善症状的。

在药物治疗的基础上,建议患者多补充点富含红细胞生长所需要的营养物质,像富含铁的食物(如:动物肝脏、动物血、动物“瘦肉”)、富含维生素C及叶酸的食物(如:西红柿、胡萝卜、柑橘、紫菜、木耳等等),都是针对贫血食补最佳的选择。

贫血主要症状

疲乏无力	眩晕或头晕
皮肤苍白或发黄	腿抽筋
心跳加快	失眠等

5.12护士节

致敬白衣天使

在第110个国际护士节来临之际，为弘扬南丁格尔精神，充分展示当代护士的新风采，营造尊医重卫的良好氛围，5月11日下午，市八医院隆重举行“5·12”国际护士节庆祝活动暨表彰大会，以及花艺沙龙插花主题活动。

院长胡显良代表院领导班子向辛勤工作在临床一线的全体护理工作致以节日的问候和崇高的敬意，充分肯定了护理队伍为医院发展做出的突出贡献，勉励大家不断提升自身能力素质和服务老年患者的技术水平，为促进人民群众健康和推动医院高质量全面发展做出更大的贡献。护理部主任彭洁在发言中总结了过去一年护理队伍取得的成绩，希望全体护理人员团结一致，以创建三级甲等老年专科医院为抓手，提升护理内涵和质量，更好为患者服务。

在这个特殊的日子里，来自心血管内科二病区的患者给护理人员们送

来了鲜艳的感谢信和锦旗，表达对护理人员真诚的感激之情。拥有40余年护理经验的前辈谢康秀老师给全体护理人员分享了心得体会。护理部主任彭洁及护士长代表为6名新护士进行授帽。活动还对今年评选出的5名“优秀护理管理者”、13名“守护天使”、25名“温暖天使”以及“护理生涯30年”的6位护理人员进行表彰。

副院长宋伟正希望全体护士继续树立“以病人为中心”的服务理念，以维护人民群众健康为己任，增强责任感和使命感，为医院的护理事业添砖加瓦。

成都市第八人民医院2021年“5.12”护士节庆祝活动暨表彰大会



关键词 主题活动

助力全市新冠肺炎疫苗接种

在市卫健委的统一部署下，市八医院党委在第一时间选派14名业务扎实的医护人员组建了新冠肺炎病毒疫苗接种队，助力疫情防控。

5月9日，医院新冠肺炎病毒疫苗接种队来到西南交通大学九里堤校区接种点，会同来自其他医疗机构的医护人员承担起在一天内为该校区1.3万名师生接种首剂新冠肺炎疫苗的任务。时间紧、任务重，队员们持续工作10几个小时，迅速、规范且严谨的处理各类问题，确保



接种工作顺利进行。当天，医院新冠肺炎疫苗接种队共计完成疫苗接种2200余人次。

组织老年患者制作手工花

5月10日，市八医院事业发展部邀请合作单位椿萱茂老年公寓的两位志愿者来院开展以“妙手生花”为主题的手工花制作活动。

活动现场，在发放完手工材料后，志愿者向老人们详细介绍手工花制作的操作步骤以及注意事项。制作过程中，老人们相互帮助、相互提出建议，脸上洋溢着孩子般的笑容，大家都乐在其中，非常享受制作过程。



关键词 健康义诊

医养结合下社区 健康服务到家门

5月21日，为庆祝回龙社区医养康养老站正式启动，市八医院举办了以“医养结合在社区，医疗服务为群众”为主题的健康服务活动。活动现场组织医院口腔科、皮肤科、中医科、消化内科、呼吸内科、康

复医学科等科室专家为社区居民开展健康服务活动。同时，免费为现场居民进行测量血压、血糖等，建立健康档案百余份，受到一致好评。

合理膳食 营养惠万家

5月17-23日是第7个“全民营养周”，市八医院营养科于5月17日在成华区东林社区开展了营养周的宣传推广活动。营养师将营养小知识糅合在简单、生动、形象的图片里，同时配以轻松、欢快、朗朗上口的歌曲，便于老人们理解。

5月19日、20日，营养科又在医院病区开展活动，结合住院患者的特殊性，专门为住院老人添加了



适老饮食及药膳的介绍，并且进行现场制作。

团委开展志愿服务活动

5月16日，共青团成都市委联合市八医院团委到三圣街道红砂社区开展健康义诊志愿服务活动。心血管内科刘莉医生认真聆听患者病情陈述、细致解答患者的问题，耐心询问患者生活习惯，用通俗易懂的语言为他们

分析病情、进行用药指导。中医科孙一鸣医生通过现场“望闻问切”为居民提供中医方面的咨询。护理人员李小凤认真为居民测量血压、血糖。活动现场为80余名社区居民提供了健康服务。