



冀六院院报

第9期

(总第208期)

2023年9月1日

星期五

癸卯年七月十七

全国优秀院报

河北省精神卫生中心 河北省第六人民医院 主办 医院官网: www.hbs6yy.com

2023年度“六院好医生”

严保平:中共党员,主任医师,河北省精神科联盟专家,河北省保定精神疾病司法鉴定组成员,河北省医疗事故技术鉴定专家库成员,河北省国家应急医疗队队员,河北省心理危机干预队队员。任中华医学会精神病学分会双相障碍协作组委员,保定市心理咨询师协会委员,保定市医师学会精神病学分会委员。曾多次参与国际、国内科研合作项目,获河北省医学会、保定市科技局科技进步二、三等奖8项。近三年来承担省、市级科研项目3项,其中政府资助省级临床医学优秀人才项目1项。在《中



国全科医学》等国家级核心期刊发表学术论文20余篇,参编著作1部。本科,毕业于承德医学院,曾在北京安定医院进修,曾多次参加灾难心理危机干预,多次获评承德医学院优秀教师,2019年在新疆生产建设兵团第二师焉耆医院精神科进行援助。擅长双相情感障碍、精神分裂症、抑郁症及酒精所致精神障碍的诊治。每周一、四全天精神科门诊。

董伟:中共党员,主任医师,副教授,精神病与精神卫生学硕士,毕业于河北医科大学,研究生导师,中级心理治疗师。河北省精神科联盟专家,中华医学会精神医学分会精准医学研究协作组委员,河北省妇幼保健协会妇女心理专业委员会副主任委员,河北省预防医学会心理健康与干预专业委员会常委。从事精神科临床、科研、教学工作16年。近五年来主要学术成绩:主持市



厅级科研课题4项,第一作者发表国内外学术论文10余篇,编写专业著作2部,科研成果荣获保定市科技进步一等奖。擅长:抑郁症、双相情感障碍、焦虑障碍、强迫障碍、睡眠障碍等精神疾病的诊断、药物和心理治疗,特别是对难治性抑郁症和双相情感障碍的诊治有深入研究。每周一全天、周三下午精神科门诊。

张萍:中共党员,副主任医师,精神病与精神卫生学博士,研究生导师,心理治疗师,毕业于首都医科大学,北京大学医学部国内访问学者,美国纽约州立大学布法罗分校访问学者,中国女医师协会医学专业委员会委员,河北省医学会精神病学分会应激与抑郁障碍

学组副组长,河北省妇幼保健协会儿童发育行为障碍专业委员会委员,河北省急救医学会急诊精神医学专业委员会委员,河北省医学救援队心理危



机干预小组成员,从事精神科临床工作10余年,擅长青少年心理问题、婚姻家庭问题、人际关系、亲子关系的心理咨询与治疗及焦虑障碍、强迫障碍、抑郁障碍、失眠症的诊断治疗。每周一、三儿少科门诊。

徐夏菲:中共党员,主治医师,心理治疗师,本科,毕业于河北大学,曾先后于上海精神卫生中心、河北大学附属医院进修学习。从事精神科临



床工作10余年,擅长抑郁障碍、焦虑障碍、精神分裂症、双相情感障碍及睡眠障碍的诊治。



王素娟:中共党员,主治医师,医学硕士,毕业于中国医科大学,从事精神科临床工作10年,擅长精神分裂症、抑郁障碍、双相情感障碍及酒精性相关障碍等精神疾病的诊断和治疗。每周二全天精神科门诊。

刘洋:主治医师,毕业于承德医学院。从事精神科临床及心理治疗工作10余年。曾对口支援雄安新区心理方面工作,参加我省精神疾病流行病



学调查工作及我省新冠疫情心理专业支援。主要擅长精神分裂症、抑郁症、应激相关障碍、神经症、心身疾病、失眠症等精神障碍的诊断、中西医结合治疗及心理治疗。

营造良好环境 共助心理健康

我院举办“勇担健康使命,铸就时代新功”2023年中国医师节表彰大会



【本报讯】8月17日,在第六个中国医师节即将到来之际,我院举办以“勇担健康使命,铸就时代新功”为主题的2023年中国医师节表彰大会。保定市卫健委送来寄语与祝福,祝全院医师节日快乐。党委书记栗克清,党委副书记、院长刘波,副院长赵素银,纪委书记王宝军出席会议。全院护士长以上干部、全体医师、临床科室护士代表、医技辅助科室及职能处室工作人员代表参加了活动。活动由赵素银主持。刘波宣读了院党委的慰问信,并代表院党委向全体医师、医务工作者表示慰问和感谢,对大家为医院发展做出的贡献表示肯定,号召全体医师自觉践行以人民为中心的发展思想,

行发言,青年医师代表全体医师宣誓《中国医师宣誓誓词》。栗克清在讲话中提出了希望和要求。一是恪守医德,廉洁自律,强化道德意识。全体医师要始终坚守病人利益至上的基本原则,大力弘扬人道主义精神,维护医师队伍的纯洁,强化道德修养、规矩意识和责任意识,提高思想认识,保持清正廉洁,坚守医者仁心。二是依法依

规,规范诊疗,强化责任意识。医院发展进入关键期,提升医疗质量是工作重点,一定要规范诊疗行为,强化法治意识和责任意识,坚守职业精神,严谨行医,执行诊疗规范到位。三是提升素质,坚持实践,强化学习意识。医德是根,医术是本,提高医术的基础是学习。医学是终身学习的行业,要注重内涵,踏实学习,并保持良好学习习惯,要坚守学习能力,牢固基础知识,强化实践学习。

会上,王宝军宣读了2023年中国医师节活动的表彰决定。随后院领导为各临床科室献上节日鲜花,对优秀医师进行了表彰。儿少精神二科主任张萍作为优秀医师代表进



我院召开乡村振兴工作交流座谈会

【本报讯】8月23日，我院召开乡村振兴工作交流座谈会。党委书记果克清、党委副书记、院长刘波与张家口市贾家营镇政府领导、双印子村村两委干部及我院驻村工作队队员、原驻村第一书记、驻村工作队队员就合力推进乡村振兴进行充分讨论交流。

座谈会上，镇、村两委领导高度评价了我们在巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接工作作出的成绩。果克清表示，院党委将始终把乡村振兴工作作为重要政

治任务，一如既往地支持乡村建设发展。并就破解制约村集体经济瓶颈，加强村集体经济项目建设，促进村集体经济的发展，提出了具体思路。

贾家营镇政府负责人武元照为医院赠送锦旗，副镇长康宁赠阅《中省直派出单位优势资源集萃》，组织办赵晓雪为原驻村第一书记颁发“荣誉村长”证书，双印子村党支部书记崔鹏为原驻村工作队队员颁发“荣誉村民”证书。

(党委办公室 南宇菲)



预约诊疗
业务咨询
友情联络
信息交流

请扫描二维码
关注医院微信
河北省精神卫生中心

【本报讯】按照医院《第13期品管圈暨2023年多维质量改进活动实施方案》的有关安排，8月22日、23日下午，我院举办品管圈暨2023年多维质量改进活动中期汇报会。党委副书记、院长刘波，纪委书记王宝军，总会计师常艳出席，各圈（组）科室负责人、辅导员、圈（组）长、副圈（组）长和骨干圈（组）员参加了此次汇报会，汇报会由质安办（绩效办）主任刘杰主持。

刘波在讲话时强调：一是要深刻认识多维质量改进活动的目的和意义，切实改进各项工作；二是要科学有序推动多维质量改进活动，熟练掌握、合理运用质量管理工具；三是要合理安排时间积极参与医院组织的各项活动，确保各项工作顺利开展。

会上，刘杰首先对各圈（组）在本期活动中开题报告和前两次现场阶段考核的表现情况进行了通报，之后由32个质量改进小组、15个品管圈进行中期汇报。

评委根据各圈（组）汇报情况，现场打分。

我院举办第13期品管圈暨2023年多维质量改进活动中期汇报会



品管圈活动组，第一名药械科麻豆圈，并列第二

名医院办公室源动力圈、普通精神三科点点圈，第四名康复科哆啦A梦圈，第五名综合科爱脑圈，并列第六名普通精神二科彩虹圈、老年精神一科开心圈、皮防病院绽放圈。其他类型质量改进活动临床、医技科室组，第一名门诊，第二名儿少精神一科，第三名检验科，第四名成瘾医学科，第五名保健科，第六名功能科。其他类型质量改进活动行政科室组，第一名党委办公室，第二名科研管理处，第三名感染控制科，并列第四名医务处（PDCA）、人事处，并列第六名总务处、护理部。（质安办 张悦瑶）

我院组织召开护理品牌建设汇报会



【本报讯】8月3日，我院组织召开护理品牌建设汇报会。党委副书记、院长刘波，纪委书记王宝军出席会议，护理部主任王丽娜、各临床科室护士长及部分护理骨干参加会议。会议由护理部副主任吴宇飞主持。

刘波对打造护理品牌工作提出四点要求：一是以尊重、关爱、敬业、创新为核心，把患者满意度作为护理品牌建设最亮眼的名片；二是明确专业发展方向，精准对接目标人群，满足患者多元化、差异化的护理服务需求，切实提升护理服务能力；三是在品牌建设中要注重服务质量，通过回访，听取患者的需求与意见，让患者感受到医院以患者为中心

的服务宗旨，感受到护理服务的温暖，以此打造独有的精神科护理品牌；四是以改革创新为动力，进一步推进护理品牌规范化、标准化、科学化和精细化建设。

会上，成瘾医学科、儿少精神科、老年精神科、情感障碍科、睡眠医学科、综合科、叙事品牌组等七个护理品牌立足于临床实际和患者需求，分别进行了“构建酒依赖患者护理管理模式”“创建儿少精神科非自杀性自伤患者行为管理模式”“预防跌倒管理模式”“情绪‘暴’，平息有我”“睡眠管理，健康同行”“精神科危重症护理管理模式”“践行叙事护理，绽放生命之光”的汇报。（护理部 马英丽）

我院举办“建功新时代 书香伴我行”读书分享会

【本报讯】8月8日，我院举办“建功新时代 书香伴我行”读书分享会。党委副书记、院长刘波，副院长、工会主席赵素银，纪委书记王宝军出席活动。工会副主席胡景荣、患者回访中心主任李兴艳、安全生产与保卫处处长王保清及工会各分会参赛代表参加分享会。

赵素银在讲话时谈到，读书活动虽然短暂，但我们树立全员学习、终身学习的理念，建设“人人皆学、处处能学、时时可学”学习型医院的责任和任务是长久的，希望广大职工以此为契机带动身边同事体验更深层次的阅读，领悟阅读真谛，享受阅读乐趣；也希望广大职工

在工作之余通过多种形式和渠道参与学习，形成有深度的思考，加入勤读书、乐读书、善读书的队伍中来，在阅读中开阔视野，增长知识、陶冶情操，不断丰富精神世界，增强服务能力，为医院高质量发展作出贡献。

本次读书分享会活动得到了广大职工的热情参与，共收集参赛文稿65篇，内容涉及了文学、历史、政治、心理学等多个领域，大家在文章中分享了自己感悟和思考。

现场，16位选手进行了分享。最终邓硕、敬欣阳、王兆宇三名同志获得一等奖。

(工会 杨思远)



8月21日上午，我院安全生产与保卫处处长王保清、药械科郭怡敏（当日志愿服务者）、药械科张森、保安队长孙学军等帮助在雷锋服务站前求助大爷找回走失的老伴儿，收到了求助群众的真挚感谢。（安全生产与保卫处 郑立亮）

一版责任编辑：崔彦龙
二版责任编辑：赵静
三版责任编辑：马克谨
四版责任编辑：宋和平

孩子暴饮暴食，进食后又催吐怎么办？

我们有时可能会看到周围的孩子有暴饮暴食的情况，那什么是暴食呢？这种病又有什么症状呢？暴食症又称神经性贪食，是一种心理障碍，具体表现为患者一次进食大量食物，吃得又多又快，且常常出现反复发作。多数人喜欢吃选择食用高热量的松软甜食，如蛋糕、巧克力等，并有难以控制的进食量的症状。

这类患者往往过分关注自己的体重和体形，存在担心发胖的恐惧心理。在发作期间，为避免长胖、避免体重增加常反复采用不适当的代偿行为包括自我诱发呕吐、滥用泻药、间歇进食、使用厌食剂等。暴食与代偿行为一起出现，且长时间持续其结果可能会很危险。可能造成水电解质紊乱，常见的有低血钾、低血钠、代谢性碱中毒、代谢性酸中毒、心律失常、胃肠道损害等。有时其暴食障碍往往是从合理的常识减肥开始，患者全神贯注于减肥及继续将身体看做是“肥胖的”，对体形的认识歪曲，继之突发暴食。

哪些人容易得神经性贪食（暴食症）？一是有家族史的患者，此病可能与遗传有关，所以有家族史的患者，患病风险会高；二是追求完美、重视外形的人；三是精神压力过大者，很容易把



神经性贪食（暴食症）的治疗，除了系统的

药物治疗还需要配合有效的心理治疗，这包括：

一是认知疗法，可帮助患者正确认识自己的身体状态，具体方法为：探知患者的错误想法、更深层次地了解患者所面临的心理问题，从而纠正其不良认知、消除其心理冲突、提高其治疗信心。

二是行为疗法，对短期内体重增加有一定的治疗效果，具体方法为：当患者能逐渐改善饮食行为并控制进食量时，应及时给予表扬；若不按原定计划进食，则给予惩罚。此方法可充分调动患者积极性，有效改善不良行为，帮助患者逐渐建立规律适量的饮食习惯。

三是家庭疗法，适用于有家庭矛盾的患者，尤其对发病年龄早的病例具有一定的效果，具体方法为帮助患者家属正确认识此病的发病原因，避免过分关注患者的进食问题且感觉不安，纠正对患者不恰当处理方式（如大声呵斥、辱骂），另外还需协助患者建立良好而规律的生活习惯。

(儿少精神一科 敬博婧)

被迫“长大”的孩子，也需要学会表达自己的需求

成熟是每个人从幼稚到长大必经的发展阶段，应是一个顺其自然的过程，但我们会经常看到一些早熟的孩子，“小大人”的年纪里却有着一种深谙世事的平静。

在我的治疗室中看过许多早熟的孩子，时常惊讶于他们在一脸稚嫩的外表下早已经学会照顾身边人的感受了。患者小A就是这样一女孩，第一次见到小A就觉得其举止得体，波澜不惊，全然一副大人模样，我再看一眼电子病历上的年纪，小A才16岁，还未成年。我好奇于这个早熟的孩子到底有什么样的生命故事。

小A讲述父母从她小的时候就经常吵架，妈妈总是被欺负的一方。看到妈妈遭遇不公平之后哭泣、寻死觅活，小A十分恐惧。于是她学会了帮妈妈擦眼泪，想方设法逗妈妈开心，并且一直努力学习，想用好的成绩来给妈妈安慰，试图拯救这个家庭，缓解紧张的氛围。这样的生活年复

一年，但结果不尽如人意。

小A人缘总是很好，因为她到每个环境都会“察言观色”，去满足别人的需求。当别人在羡慕她的好人缘时，她却说“好人缘”是一种负担，她很累而且讨厌社交，讨厌在任何场合都习惯性去承担起照顾者的角色。因为自己的“察言观色”，小A被困在“照顾者”的角色中无法逃脱。当我鼓励小A不用总是承担起妈妈的悲伤，也要尝试着向妈妈倾诉时，小A一脸无奈地表示：“当我去跟妈妈说心情不好时，她比我还崩溃”，正是许许多多这样无助的瞬间，小A不再相信任何人，只能从过度独立中拯救自己。

许多被迫长大的孩子成年后容易出现一些共通的心理问题，比如过于独立，无法信任别人，进而影响亲密关系的建立或者习惯性压抑自己的需求去满足别人，进而导致忘记自己的需求。因此我们鼓励患者多与他人表达自己的需求，让对方



知道你的需要，适当地袒露脆弱，脱离照顾者角色。

如果在清醒意识状态下无法做到，那么就需要进行深入的创伤治疗，创伤的自我状态治疗便是一种不错的治愈创伤的方法。在医院里心理治疗室的帮助下，通过重置患者的创伤自我状态，进行治疗。

(心理保健中心 李斯妮)

精神类疾病患者营养不良怎么办？

提供四条护理建议。

1 注意调整护理环境

在家庭护理过程中要保持空气新鲜，保证空气的流通性；要保持环境安静，为患者提供安静环境，注意天气变化，注意防潮和防寒，积极预防和治疗呼吸道感染，这是非常关键的过程。

2 注重增强体育锻炼

“生命在于运动”，在治疗营养不良的过程中，要注意增强体育锻炼，通过身体自我调节增强体质；同时要教会一定的自我护理手法，通过自我按摩来促进血液循环，增强血液流通性，从而防止肌肉萎缩的发生。

需要引起注意的是锻炼一定要根据身体情况合理进行，不要使

自己过于劳累。

3 重视调配饮食营养

患者饮食一般以清淡为主，但蕴含营养必须丰富，不可以吃任何油腻、辛辣等刺激性的食物，尤其是损伤脾胃的食物要多加注意。

4 着重塑造积极心理

要鼓励患者同“病魔”积极作斗争，通过适当开展娱乐活动等形式，使患者培育乐观开朗的情绪，从而树立坚定的毅力和战胜疾病的信心。

改善营养需要多方面措施的共同进行，这个过程中要控制体重，饮食清淡，多吃富含蛋白质的食物，尤其是鸡蛋、鱼肝油、动物肝脏、木耳、蘑菇、豆腐、黄瓜等，且不要吃什么辛辣刺激性的食物。

另外，要明确营养不良的原因，如身体免疫力下降，也会导致营养不良的问题发生。在明确原因后，我们可以采用积极的各项措施改善疾病，以免造成更恶劣的影响，这在疾病防治中是非常关键的。

(综合科 李玲)

