

推动医院高质量发展 打造区域医学新高地

2021 年医院工作规划

2021 年是中国共产党建党 100 周年，是实施“十四五”规划开局之年，也是国家全力推进公立医院高质量发展进入新征程的关键之年。医院将坚持以“推动医院高质量发展、打造区域医学新高地”为工作主线，统筹做好疫情防控、医疗服务和事业发展，持续“抓技术、强学科；抓服务、树品牌；抓管理、提能力；抓质量、升内涵；抓规范、求创新；抓文化、促发展”，围绕全年发展战略部署，以提高医院整体服务水平为重点，守正创新，提质增效，实现学科建设新突破、科研成果新突破、服务拓展新突破，进一步构建具有滕医特色、代表区域医疗水平的高质量发展新格局，为全市卫生健康事业做出更大的贡献，以优异的成绩庆祝中国共产党成立 100 周年。

2021 年医院主要发展目标

全年计划门诊急诊量增长 15%—20%；出院人次增长 10%左右；各类手术增长 5%左右；患者平均住院日降至 7.5 天以内；药占比控制在 20%以下；百元医疗收入耗材占比控制在 25%以下；业务总收入增长 10%以下；其他医疗质量指标均达到三级甲等综合医院标准要求；新院区共享综合楼完成主体工程建设的 80%；全面完成医改工作各项任务目标。

（一）加强党的建设，推动医院又好又快发展。广大干部职工要坚持以党的十九大和十九届二中、三中、四中、五中全会精神为指引，深入贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，坚持“高质量发展引领保障医院高质量发展”的主线，紧紧围绕“十四五”规划开好局、起好步，充分发挥好全面从严治党引领保障作用，向党和人民交出一份满意答卷。一是开展庆祝中国共产党成立 100 周年系列活动，学党史、求实效、开新局。二是按照新时代党建要求，加强党员干部队伍建设。三是加强党风廉政建设，促进政风行风良性循环。四是坚持民主集中制，认真落实“三重一大”事项集体讨论决定制度，完善医院内部决策和制约机制。

（二）凝心聚力、全力以赴，做好常态化疫情防控工作。医院将坚决贯彻落实党中央、省、市决策部署，深刻认识常态化疫情防控的严峻性，进一步增强责任感和紧迫感，做到未雨绸缪、防患未然，坚决打赢疫情防控战、总体战、阻击战，实现疫情防控工作的常态化，稳住来之不易的疫情防控局面。完善新发热门诊诊各项流程建设，规范预检分诊、发热门诊工作流程，严阵以待、严防死守，确保医疗救治、防控措施、重点人群管控、重点部位管控、院内活动管控、预防管控、物资保障、信息报告、舆情引导、履行责任落地落实，提高应急处置和疫情防控的科学性、精准性。

（三）科学制定“十四五”规划，构建高质量发展新格局。医院“十四五”发展规划的制定，要明确“坚持目标导向和问题导向相统一，坚持立足省内外和放眼全国相统筹，坚持整体规划和重点突出相协调，坚持战略性和操作性相结合”的科学编制理念，广泛动员全院干部职工积极参与，贡献智慧和学识。要以坚持发展、加快发展、高质量发展为主线，认真论证、科学规划，做到目标明确，方向清晰，措施有力。同时，要咬定目标不放松、凝心聚力抓落实，以实际行动推动医院各项工作实现新突破。

（四）加强规范化管理，以优异成绩顺利通过三甲复审。一是切实抓好核心制度落实。二是切实抓好医疗安全。三是切实抓好医疗质量。四是切实抓好临床路径管理。五是切实抓好“三基三严”培训。六是切实抓好护理质量。七是切实抓好药事管理。八是切实抓好院感管理。九是切实抓好医疗质量的监督与考核。

（五）加强人才和学科建设，助推医院高质量发展。一是重视后备力量的选拔和培养，搞好梯队建设。全年计划引进硕博硕士研究生 110 名，本科生 50 名。实施柔性引人用人机制，聘请一批学科带头人来院干事创业。二是构建强大的人才梯队，完善院科两级人才储备，做好学科带头人队伍建设，着力培养领军人才；继续实施优秀中青年培养计划，扩大临床、科研等复合型人才队伍建设。三是搭建人才成长平台，积极为优秀人才创造良好的工作、生活环境。

加快学科发展步伐，激发医院发展的内生动力。一是继续加大政策扶持，打造平台，奖优罚劣，创造公平、宽松的学科发展良性生态。二是搭建院内学术交流平台。三是做好学科建设与发展的评估和指导。四是重点培养一批特色专科。五是积极引进先进医疗技术。六是积极推动科研教学和科技创新。七是加强学科建设工作的监督与考核。

加强硬件基础建设，打牢学科发展之基。抢抓发展机遇，启动老院区科研教学综合楼、血液病实验室、介入手术室二期建设。加大投资，引进血管造影机、关节镜、手术机器人等中大型医疗设备。完成门诊楼及儿科楼、外科大楼部分病区的改造升级。加快推进智慧医院信息化建设进程，加强医院网络和信息安全建设，完成 MDT、“云胶片”、自助购药、病案首页质控、血液透析管理、重症管理、急救管理等系统上线，开设互联网门诊，改善医疗信息化服务流程，持续完善医疗、护理、行政、后勤等软件升级，进一步提升医院运行水平和效率。

（六）树立教学相长观念，推进医教研协同发展。一要注重师资队伍建设，以丰富多彩的临床教育形式，良好的道德风范。二要加强对医学生社会公德教育及职业道德的培养。三要加强与高等院校的合作，借助高校平台提升医疗和教学科研水平。四要进一步推进教学工作的规范化，提高教学质量。五要进一步加大对临床、医技科室的日常教学、培训工作监管。

（七）抢抓发展先机，加快推进新院区建设。要按照新院区建设的总要求，树立全院一盘棋思想，加大投入力度，进一步梳理任务目标，明确轻重缓急，科学统筹施工计划，力争完成共享综合楼 80%的土建工程任务。同时，进一步完善工程建设方案设计，积极引进先进理念和技术，坚持人性化、信息化、智能化和绿色节能的目标要求，同步、压茬、快速推进方案优化与工程建设，确保整体工期目标顺利实现，努力把新院区建设成服务全市、辐射周边的现代化三级甲等综合医院。

（八）加强医共体建设，深入推进分级诊疗工作。一是以资源共享、人才下沉、技术协作为重点，进一步建立和完善医共体运行、对口帮扶、分级诊疗等机制，与 21 家乡镇卫生院和社区服务中心建立紧密型医共体。二是积极推进分级诊疗工作，建立医共体内部双向转诊绿色通道，本着急慢分治、上下转诊、科学有序、安全便捷的原则，建立运行顺畅的双向转

诊渠道。三是完善医共体内人员柔性流动、双向交流机制，将部分科主任或技术骨干选派到乡镇卫生院指导工作，共建特色专科，促进优质医疗资源共享和下沉。四是以医疗技术为支撑、以信息平台为纽带，建立共享医学影像、远程心电、远程会诊、检查检验、病理诊断、消毒供应、后勤服务等中心，为医共体内各医疗机构提供一体化服务，保障人民群众享有安全、高效、价廉、分级、连续的基本医疗卫生服务。五是继续把健康扶贫工作列入重要议事日程，加强统筹协调，加大攻坚力度，不折不扣地完成健康扶贫任务。

（九）深化流程再造，促进医疗服务水平再提高。今年医院将进一步改善门诊及部分病房硬件设施条件，完成超声科、急救中心及住院服务中心区域改造，进一步完善诊室布局，优化患者就诊流程。全面推行身份证、居民健康卡及社保卡就诊，逐步取消医院内部自制就诊卡，实行患者就诊“多卡通”。通过诊室内记账、诊间结算、减少患者不必要的“麻烦”，缩短挂号、缴费、取药排队时间。改造便民门诊，建设智慧药房，开创“在线挂号、网络问诊、送药到家”互联网医院新模式。发挥“互联网+”技术优势，让患者感受到更加优质的就医体验。开通 wifi 网络，上线手机医院智能导航系统，持续深化线上预约、挂号、缴费、检查结果查询等服务，逐步实现患者就诊自助化。以“电子病历”“电子处方”为纽带，实现电子签名和无纸化办公，为患者提供远程“咨询、诊疗、会诊”等服务。大力开展日间化疗、日间手术等日间服务，加快推进 VTE 防治能力建设，持续完善急危重症患者绿色通道管理，不断提升胸痛中心、卒中中心、创伤中心、危重孕产妇救治中心、危重儿童和新生儿救治中心、癌症中心等“六大中心”建设水平。加强病房规范化建设与管理，严格执行探视和陪护制度，为住院患者创造安静、整洁、安全的住院环境。

（十）深化精细化管理，实现医院管理提质增效。一是深入推进人财物管理系统（HRP）建设，逐步实现对资金管理、资产管理、预算管理、成本核算、物资采购及合同管理的信息化。二是加强全院各类合同规范化管理，提高人、财、物管理的科学化、精细化水平。三是全面贯彻落实各项医保政策，采取有效措施，在费用总量控制的基础上，严格把控患者入院标准，严格控制次均费用过快增长，确保医保工作良性运转。四是推进后勤服务社会化，努力实现效益与效率的有机统一。五是加强安全生产管理，理顺突发事件的处置流程，加强对电梯、锅炉、燃气、管道、消防、电力等设备日常维护与巡查，着力消除内部安全生产隐患；强化安保管理，加强平安医院建设，强化重点部位、重要岗位管理，切实保障医院和患者财产安全。

（十一）关心关爱职工生活，提升职工幸福感、归属感。一要加强工会、共青团等群团组织平台建设，创新群众工作体制机制和方式方法，引导广大职工参加各类社会公益活动。二要关心困难职工和离退休老同志生活，让老同志发挥余热，老有所养、老有所用，增强“医院是我家”的亲情感、归属感。三要坚持量力而行、尽力而为的原则，积极创造条件，提高全院职工福利保健待遇。四要加强医院品牌建设，以重点专科、特色专科建设和“名医名护”创建评选等为依托，全面提升行业知名度和影响力。五要通过全面加强医院文化建设，努力保障人民群众身体健康，促进医院持续健康快速发展。

春捂有个“临界气温” 超过这个温度就不用再捂了

俗话说“春捂秋冻，不生杂病”，春天适当地捂一捂，可以帮助机体抵御外界寒气，预防感冒、气管炎，甚至心脑血管病的发生。但春捂到底说的是哪几天？气温达到多少度，就不必再“捂”了？

为什么要强调“春捂”？

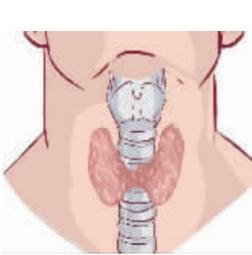
春天，气温时高时低，温差较大，皮肤汗腺一会儿因寒冷而收缩，一会儿又因天热而毛孔舒展，来回反复就可能导致血压升高。

此外，人体在经历了一个冬季的暖衣保护，自身调节机制已经适应了当前的动态平衡，如果过早脱去冬衣，体温调节机制来不及建立新的平衡。

一旦遇到“倒春寒”，人们常会觉得自己“不像秋天那么抗冻”，特别是老人、儿童、产妇、慢性病患者，容易因不适应而受寒，甚至导致过敏性疾病、骨关节炎、心脑血管病的发生。

年轻人即使觉得热，穿衣也要下厚上薄。减衣服时，要先减上衣，后减下装。这是因为春天寒气多从地表散发，应注意下半身的保暖。古有谚语“应头暖足”，说的也是这个道理。

春捂到底是“捂”哪儿？



考虑到甲减的可能。总体来说，女性比男性更容易发生甲减；年龄越大，患病率越高。如果不能及时发现并治疗，将可能影响女性的月经、排卵，甚至导致不孕。

三招自测甲减风险

北京大学第一医院内分泌科主任医师高莹表示，有 3 招可以自测甲减风险。

1. 拉发实验
保持 3-5 天不洗头，捋出一络头发（40-60 根），然后从发根处稍用力拉，观察脱发情况。
脱发量在 5 根以上，可预示病理性脱发，而脱发是甲减的典型症状之一。

3. 10 项体征自测
如果甲状腺激素水平较低，几乎全身器官都会受牵连，比如会影响血脂、皮肤、肠道，还会引起心脏病、贫血、骨质疏松等病症。

春捂有个“临界温度”

是否春捂，要根据天气而定：一般来说，昼夜温差较大（≥8℃）时，要“捂”一会儿，早晚注意增加衣物；中午气温在 10℃以上时，可以适当减衣；

当白昼气温超过 15℃且比较稳定（持续一两周）时，穿得稍单薄些就不至于感冒或染病了。民间所谓“吃了端午粽，才把棉衣送”“二月休把棉衣撤，三月还有梨花雪”，说的皆是这个道理。

“暖春”到来，即连续几天日最高气温都在 20℃以上时，就不能“捂”了。

“春捂”也不能一概而论，“捂”的程度应以自身感觉温暖，又不出汗为宜。

如果“捂”时不觉得咽喉燥热，身体冒汗，即便气温稍高于 15℃，也不必急着脱衣服；如果觉得“捂”了身体出汗，则要早点换装，不然捂出了汗，被风一吹反而容易着凉。

春捂到底是“捂”哪儿？



春捂要“捂”对地方，身体 3 个寒气入口要重点捂一捂。

捂肚子

肚脐和腹部的其他部位不同，脐下无肌肉和脂肪组织，血管丰富。肚脐受凉后易引起胃肠功能紊乱，出现恶心、腹痛、腹泻等消化系统不适。

捂背

背为督脉之海，也是阳脉之海，是一身阳气汇集的地方，背部保暖可预防疾病，减少感冒几率；后背如果受寒，容易阳气不足，有碍发育。

捂脚

我国唐代药王孙思邈主张“下厚上薄”。人体下身的血液循环要比上部差，容易遭到风寒侵袭。裤子、袜子、鞋子一定要穿得厚点、暖和点，不要换得太快，脱得太早。

“倒春寒”时要防 4 类病

春天风大、忽冷忽热，呼吸道疾病、过敏性疾病等高发，要重点做好防范。

呼吸科 感冒、哮喘高发期

气温骤降时，有哮喘、慢性支



气管炎的患者，容易病情反复或加重。每个人对这些刺激的反应不一样，有家族史、体质敏感的人会严重一些。

消化内科 老胃病易发作

气温较低时是胃肠道疾病的高发期，低温刺激会引起毛细血管收缩，影响胃酸分泌和胃部血液循环，引发急性胃痉挛、胃溃疡、胃肠炎等。

建议：本身有胃病的人，要根据气候变化及时增减衣服，不穿低腰裤，更不要穿露脐装。饮食上少吃冷食，多喝热水（不超过 60℃）。

心内科 心脏易受伤

乍暖还寒，昼夜温差悬殊，低气压、高温，都容易刺激体内控制血管活动的神经，造成小动脉血管的持续痉挛，使血压骤然上升，卒中意外也接踵而至。

有些老人晚上上厕所或早上一起来，建议：一旦发现一侧肢体麻木或无力、一侧面部麻木或口角歪斜、说话不清、眩晕伴呕吐等，必须高度警惕，立即到医院进行检查治疗。

神经内科 警惕脑梗

建议：老人要注意保暖，合理用药控制血压。如果有胸闷、隐痛或心慌等情况，即使发作时间很短，也要格外重视。

珍惜身边哈欠连天的人 他的甲状腺可能“失控”了

颈部要远离辐射

辐射是甲状腺癌的确切病因，尽量远离工作中和生活中的辐射环境，拍 X 光片时，应尽量避免开甲状腺部位。

少熬夜，别焦虑

上海疾控中心调查发现，很多甲状腺病患者都有熬夜、紧张焦虑、工作压力大等问题。

保证营养，限量摄入胆固醇

甲状腺癌患者由于代谢降低，血胆固醇水平常可升高，建议限制富含胆固醇的食物，如蛋黄、奶油、坚果、芝麻酱、肥肉、五花肉等。

避免缺碘

在中国境内生活，如无甲亢，要吃加碘盐，适当吃一些海产品，以免缺碘，除非本身生活在高碘地区。

注意补铁，预防贫血

甲减患者由于甲状腺激素不足，可能出现红细胞合成障碍，容易发生贫血，且铁吸收能力下降，进一步加重贫血倾向。

甲状腺要远离辐射

辐射是甲状腺癌的确切病因，尽量远离工作中和生活中的辐射环境，拍 X 光片时，应尽量避免开甲状腺部位。

少熬夜，别焦虑

上海疾控中心调查发现，很多甲状腺病患者都有熬夜、紧张焦虑、工作压力大等问题。

保证营养，限量摄入胆固醇

甲状腺癌患者由于代谢降低，血胆固醇水平常可升高，建议限制富含胆固醇的食物，如蛋黄、奶油、坚果、芝麻酱、肥肉、五花肉等。

避免缺碘

在中国境内生活，如无甲亢，要吃加碘盐，适当吃一些海产品，以免缺碘，除非本身生活在高碘地区。

注意补铁，预防贫血

甲减患者由于甲状腺激素不足，可能出现红细胞合成障碍，容易发生贫血，且铁吸收能力下降，进一步加重贫血倾向。

甲状腺要远离辐射

辐射是甲状腺癌的确切病因，尽量远离工作中和生活中的辐射环境，拍 X 光片时，应尽量避免开甲状腺部位。

少熬夜，别焦虑

上海疾控中心调查发现，很多甲状腺病患者都有熬夜、紧张焦虑、工作压力大等问题。

保证营养，限量摄入胆固醇

甲状腺癌患者由于代谢降低，血胆固醇水平常可升高，建议限制富含胆固醇的食物，如蛋黄、奶油、坚果、芝麻酱、肥肉、五花肉等。

避免缺碘

在中国境内生活，如无甲亢，要吃加碘盐，适当吃一些海产品，以免缺碘，除非本身生活在高碘地区。

注意补铁，预防贫血

甲减患者由于甲状腺激素不足，可能出现红细胞合成障碍，容易发生贫血，且铁吸收能力下降，进一步加重贫血倾向。

甲状腺要远离辐射

辐射是甲状腺癌的确切病因，尽量远离工作中和生活中的辐射环境，拍 X 光片时，应尽量避免开甲状腺部位。

少熬夜，别焦虑

上海疾控中心调查发现，很多甲状腺病患者都有熬夜、紧张焦虑、工作压力大等问题。

保证营养，限量摄入胆固醇

甲状腺癌患者由于代谢降低，血胆固醇水平常可升高，建议限制富含胆固醇的食物，如蛋黄、奶油、坚果、芝麻酱、肥肉、五花肉等。

避免缺碘

在中国境内生活，如无甲亢，要吃加碘盐，适当吃一些海产品，以免缺碘，除非本身生活在高碘地区。

注意补铁，预防贫血

甲减患者由于甲状腺激素不足，可能出现红细胞合成障碍，容易发生贫血，且铁吸收能力下降，进一步加重贫血倾向。

摘自《生命时报》