

区总工会慰问新冠疫苗接种一线医务人员



8月3日上午，徐汇区总工会党组书记黄琴一行来到凯旋南路新冠疫苗接种点，看望慰问一线医务人员。区卫生健康工作党委、医院相关同志陪同。

黄琴书记一行实地察看了疫苗接种点登记区、接种区、留观区、抢救区，详细了解疫苗接种、现场保障等情况。随后，黄琴书记亲自为疫苗接种点工作人员送去高温慰问物品，她感谢医务人员不辞辛劳的付出，叮嘱医务人员在做好保障服务的同时，也要做好个人防护，严格落实各项防控措施。（工会）

真情关爱暖人心

庆祝百岁老人生日

家有一老，胜过一宝，老年人是家庭的宝贵财富，也是社会的宝贵财富。8月10日，我院退休眼科科主任周欣华老人迎来了自己100岁的生日，为更好地弘扬尊老爱老的传统美德，充分体现我院党委和工会退管会对老年人的关怀，院党委书记张雪梅和工会主席蒲画华一行人来到118病区为老人送上鲜花、蛋糕和诚挚的祝福，祝愿周主任生日快乐、健康长寿。（工会 退管会）



第三党支部开展《党徽党旗条例》专题学习

8月19日，第三党支部全体党员在1号楼23楼中心会议室召开《中国共产党党徽党旗条例》专题学习组织生活会。

会议第一项议程是大家集体唱国歌，重温入党誓词，学习党章。接着由支部书记刘文娟带领大家一起学习《中国共产党党徽党旗条例》。首先，介绍《条例》制定的背景和意义。今年6月17日，总书记主持召开中央政治局常委会会议，审议通过《条例》。在热烈庆祝党的百年华诞的时刻，制定出台《条例》，意义十分重大。《条例》的制定和实施，对于充分发挥党徽党旗的政治功能，增强

党的凝聚力、战斗力，激发党员党的意识，激励全党不忘初心、牢记使命，坚定理想信念，团结带领全国各族人民在党的旗帜下奋勇前进，具有十分重要的意义。

其次，对《条例》遵循的主要原则以及《条例》内容进行了详细的解读。《条例》内容共24条，结合实际情况，对照《条例》，坚持统一标准、统一规范，找出党徽党旗使用和管理工作中存在的薄弱环节，认真加以改进和克服。加强对党徽党旗使用、管理情况进行自我检查和自我纠正。要求各位党员要认真学习贯彻《条例》，正确认识党徽党旗的深刻内涵和工作

要求，自觉规范使用党徽党旗及其图案。中国共产党的党徽党旗是中国共产党的象征和标志。维护党徽党旗的尊严，就是维护党的尊严，是各级党组织和每名党员必须履行的政治责任。

最后，就现阶段疫情防控的重要性进行了总结，刘书记强调：党员同志要以身作则，带头做到疫情期间不离沪，随时等待防控一线的工作任务，必要时挺身而出。并督促身边同事，不离沪、坚守职责。要始终把疫情防控工作放在首要位置，保卫人民健康和生命安全。

（第三党支部）

筑起心中“防火墙” 搭建生命安全网

记院外宿舍消防安全演练



在院部领导的关心下，复旦大学附属徐汇医院的实习生今年搬入位于田林十村的新住宿舍，新宿舍不仅交通更为便捷，住宿环境较前也明显提升，学员都非常满意。搬到院外宿舍，更需要提高安全防范意识，增强自我保护能力。

为了帮助学员掌握对突发火灾的应变、逃生技能，学会灭火以及有序地进行人员撤离，确保员工生命安全及财产安全，院外宿舍的实地消防安全宣传活动方案经报批准后，8月15日下午，新宿舍的实地消防演练正式开始。全体住宿生、宿管员、宿舍管家、

徐汇院后保科、教育科、护理部参加了演练，演练按实施方案有序地进行，圆满完成任务。

根据消防要求，从院外宿舍安全工作的实际情况出发，确定本次消防演练的主要任务是开展一次火灾事故的应急演练。其主要目的是使每位参与者能学会灭火器的正确使用方法，掌握火场逃生基本方法，提高自我安全意识，化解风险。宿舍的楼道即为演练逃生的主场地。

演练的第一部分是撤离演练，在房间里的火警预警发出蜂鸣后，现场所有人员按照标识提示的逃生路线依次撤离到安全

地带，整个疏散过程快捷而有序，通过这次现场练习，学员们对危险信号和撤离路线有了更为直观的认识。

演练的第二部分是由院后保科指导如何使用宿舍的消防器材并进行有效地实操。所有学员在岗前培训时都曾学习过如何使用干粉灭火器，在演练现场再一次复习，并实地演练如火灾来临时如何利用宿舍内预留的防毒面具、灭火毯以及消防水带、水栓等消防设施进行灭火自救。

此次消防演练活动，从演练策划、前期准备、组织实施到正式演练所经过的各个阶段，都有序进行。医院各职能科室紧密合作，演练方案制定后先期与物业管理沟通后确定举行时间，并提前一周通知到每一个住宿人员。

通过此次消防演练，增强了实习医生的消防安全意识，进一步提高了实习生应对突发事件的能力。使参与人员的消防安全知识、突发应急能力、事故发生后逃生技巧得到了提升。演练过程中，也增强了“一切行动听指挥”的团队意识，团队凝聚力得到了提升。

（河西学院 赵建刚）

齐心协力“拆炸弹”

上海援藏医疗队萨迦小组工作手记

仔细分析病情后，决定克服困难，利用现有条件，齐心协力为藏族同胞拆除身上的“炸弹”。这一决定得到医院领导和全体同事的大力支持。

自从决定要给她做手术，全体援藏医疗队队员发挥各自专业优势，为她制定了详细的检查和治疗方案。

我去援藏的郁文凯医生虽然是一位内科医生，但是他主动承担起为患者进行术前心理疏导的工作。深入病房与患者及家属为她们详细讲解手术方案，缓解术前的焦虑和不安。郁医生还在输血前为患者成功进行了中心静脉穿刺，确保输

血顺利完成。

检验科的李剑克服困难，想办法争取血源，并进行交叉配血，终于为患者输上了600ml红细胞悬液，患者的血红蛋白指标从56g/L上升到93g/L，为手术顺利进行创造了条件。

经过四个半小时奋战，“炸弹”拆除，手术顺利完成，藏族同胞转危为安。手术过后的医院一如既往的安静，藏族同胞家人们的脸上浮现出久违的灿烂笑容，也许许多年以后她们还会记得是一群来自上海穿着白大褂的“安吉拉”将她从死神手中拉了回来。

（党办）

落实防疫工作 打造绿色入口

近期，上海市部分地区升为中风险地区，疫情防控形势严峻，我院严格落实市疫情防控指挥部工作要求，对所有来院就诊人员，严格查验行程码、随申码。为避免排队过程中人员二次聚集产生防控隐患，减轻查验“两码”人员宣传引导负担，我院结合实际，增设智能设备，通过“科技+便民”的绿色入口，为群众顺利就医提供便利。

“两码”查验是疫情防控的重要环节，我院完善了在人员管理、通道管理、岗位管理三方面的管理措施，严格落实疫情防控要求，对所有入院就诊人员，均按要求提供“两码”，经门岗人员查验符合入院条件，则可以入院就诊，对“两码”异常人员，及时与相关部门对接，防范疫情风险。

对没有携带手机，特别是老年人不使用智能手机，无法提供“两码”的情况下，为方便群众就医、提高查验效率、避免人员聚集引发不必要风险，通过我院一体机设备，就诊人员只要出示身份证或医保卡，就可以直接导出行程码和体温显示。如发现有中高风险地区、解除隔离人员来院，将由专人护送至发热门诊；若是重点关注城市来院人员由专人进行流调，高效解决人工查验“两码”时间长问题，为他们开辟了“绿色入口”，同时也缓解了门岗护士的负担，减少了人群滞留可能带来的种种隐患。



若是无法查验相关信息的人员，我院也有轮值门岗人员进行人工流调。以上信息查验无异议者可入院区，有异议者由专人带至风险筛查岗进一步流调登记后由专人带至发热门诊。

口罩的正确使用、储存和清洁是保持其有效性的关键。建议公众选用一次性使用医用口罩、医用外科口罩或以上防护级别口罩，并遵守以下规定：

1. 正确佩戴口罩，确保口罩盖住口鼻和下巴，鼻夹要压实；
2. 口罩出现脏污、变形、损坏、异味时需及时更换，每个口罩累计佩戴时间不超过8小时；
3. 在跨地区公共交通工具上，或医院等环境使用过的口罩不建议重复使用；
4. 需重复使用的口罩在不使用时宜悬挂于清洁、干燥、通风处；
5. 戴口罩期间如出现憋闷、气短等不适，应立即前往空旷通风处摘除口罩；

在后方保障工作上，为全面贯彻上海市政府、卫健委疫情防控决策部署，落实医院针对新冠肺炎疫情全院封闭式管理预案，切实做好医院闭环管理期间各项工作平稳有序开展，我院制定了相关预案。闭环管理期间人员点位信息是各项工作开展的基础，快速准确的确认人员信息，是确保预案顺利执行关键要素。后保科同信息科制定二维码人员点位信息登记。针对全院各科室、部门、办公室等场所进行统计，对管理中可能出现人员滞留的公共场所进行排摸，确认点位。信息科根据管理要求制定个人表单，确保信息采集的实用性。经过两天的设计与制作，完成了二维码下发和张贴，根据实际反馈不断的完善，确保基础信息的时效性和准确性。

下一步，我院将继续抓好疫情防控各项工作，在严格查验、落实责任的基础上，借助互联网等技术，为全体就诊人员提供更加便捷、更加安全的就诊“绿色入口”，让群众就医更便利、更暖心，也为早日获得抗疫胜利打下基础。（护理部 后保科）

《公众和重点职业人群戴口罩指引(2021年8月版)》

普通公众篇

一、需戴口罩场景和情形

1. 处于商场、超市、电影院、会场、展馆、机场、码头和酒店公用区域等室内人员密集场所时。
2. 乘坐厢式电梯和飞机、火车、轮船、长途车、地铁、公交车等公共交通工具时。
3. 处于人员密集的露天广场、剧场、公园等室外场所时。
4. 医院就诊、陪护时，接受体温检测、查验健康码、登记行程信息等健康检查时。
5. 出现鼻咽不适、咳嗽、打喷嚏和发热等症状时。
6. 在餐厅、食堂处于非进食状态时。

二、口罩选择及注意事项

6. 外出要携带备用口罩，存放在原包装袋或干净的存放袋中，避免挤压变形，废弃口罩归为其他垃圾处理；

7. 建议家庭存留少量颗粒物防护口罩*、医用防护口罩备用。

注：*颗粒物防护口罩，是指符合《呼吸防护自吸过滤式颗粒物呼吸器》(GB2626-2019)标准中“随弃式面罩”规定且无呼气阀的产品。有特殊类型要求的，把类型和过滤等级标注在括弧里，例如“颗粒物防护口罩(KN95)”，如果不标注，就是指所有随弃式面罩。

（转载：中国疾病预防控制中心）

健康科普

关于洗牙的那些事儿

如果你有以下情况发生：
1. 牙根、牙背上“脏石头”——牙结石；2. 有持续性的口臭；3. 牙龈出血；4. 牙龈萎缩；5. 牙齿松动咀嚼无力。说明要洗牙。

什么是洗牙？

洗牙，专业术语称洁治术，是指用洁治器械去除牙龈上牙石、菌斑和色渍，并磨光牙面，以延迟菌斑和牙石再沉积。牙菌斑和牙结石是牙周病最主要的局部刺激因素，洁治术是去除牙龈上菌斑和牙石最有效的方法。

为什么要洗牙？

我们日常进食会形成口腔软垢或残渣，即使经过每天漱口，仍无法完全去除口腔的软垢。软垢或者菌斑长期积累可形成牙结石。牙结石可对牙龈造成刺激如牙龈炎、牙龈炎进一步发展可损伤牙周组织，形成牙周炎，牙周炎进一步加重可引起牙

齿松动或脱落。因此建议定期洗牙，正常人一般需半年到一年洗一次牙。

关于洗牙的解惑时间：

1. 洗牙会不会很痛？

答：根据个人因素不同，有的患者可能会一定程度上感觉到不适、酸软感，但一般不会伴随有剧烈、不可忍受的疼痛。

2. 我刷牙很勤快也要洗牙吗？

答：刷牙是为了清除食物残渣和菌斑，即使刷牙再认真，也总会有一些很难清除到的缝隙。洗牙相当于给口腔大扫除！建议每半年或者一年洗牙一次。

3. 洗牙会不会把牙齿洗松？

答：当然不会。洗牙不仅不会使牙齿松动，还会对牙齿及牙周起到保护作用。

4. 洗牙会不会导致牙缝变大？

答：当然不会。正规的洗牙

不会把牙齿洗伤和牙缝洗大。

5. 洗牙会不会把牙洗薄？

答：不会的。洗牙就是利用超声波震荡或者是喷砂的原理，有效地去除外源性色素沉着和牙结石，不会使牙齿变薄。

哪些人不适合洗牙呢？

* 置有心脏起搏器的患者；
* 血液病患者：包括急性白血病、再生障碍性贫血、凝血机制异常患者；
* 血糖控制不好的糖尿病患者；

* 高血压患者；
* 急性牙周脓肿患者；
* 部分传染病患者：急性肝炎患者、肺结核活动期、艾滋、梅毒等传染性患者；

* 处于生理期的女性。

（口腔科）