



主办：张家界日报社
协办单位：张家界市人民医院
张家界永定区妇幼保健院
张家界大众医院
张家界美年大健康管理有限公司
张家界宏仁医院
张家界良富门诊

咨询热线：刘雪融 13037449120
周圆任 13237442000
联系地址：市区南庄坪张家界日报社一楼



近日，市人民医院组织儿科、儿童保健科、眼科、体检中心的10余名党员及医务志愿者走进市特殊教育学校，为在校91名少年儿童进行健康体检。医务人员免费为孩子们提供了视力测试、儿童生长发育测定、内科系统体格检查等义诊服务，并与学生家长进行了健康知识宣传教育。（谷美群）



提升体验 捍卫品质

美年大健康实现血液检测全程追踪管理

随着消费者对医疗服务要求的提升，医疗机构也进一步向着以人为本的管理和服务理念转变，注重医疗服务品质和内涵提升。近期，为了解决消费者在体检中遇到的实际问题，提升医疗服务品质，美年大健康产业（集团）有限公司（以下简称“美年大健康”）打造了血液样本追踪系统，消费者只需简单通过扫描导引单上的二维码，即可及时跟踪了解血液样本的运转及检测状况。

消费者来体检中心体检的时候，最关心的就是检测的准确性，而在等候体检结果的时候，也是格外焦急的时候。此次美年大健康打造的血液样本追踪系统，可以通过实时了解血液检测流转的情况，解决消费者关心的验血流程问题，缓解他们等待时的焦虑情绪。消费者只需通过扫描个人体检项目导引单二维码，即可进入系统实时关注提取血液样本后的每一步检验进度，例如血液样本的实时运送信息、中转信息、检测状况及结果查询，实现血液样本检测过程的全透明实时直观展示。导引单上供消费者扫描的二维码是为每个人特别定制的，全程保障消费者的数据及个人信息安全。

消费者每次抽血检查的项目各不相同且非常多样，包括血常规、血清总胆固醇、胰岛素测定、甲状腺激素测定、肿瘤标志物检测等。每个单项的检查进展均能够通过血液样本追踪系统实时了解，让消费者对自身样本的检测过程中心中有数。此外，从抽血直到体检报

告打印，每个环节的负责人、审核人姓名及工作完成时间在系统中均有留存，做到责任可追溯。专人专责的标准化操作审核流程制度也更好得保障了血液检测的及时准确。

美年大健康集团相关负责人表示：血液样本追踪系统通过信息技术优势，实现血液检查结果信息的实时分享，不仅规范了血液检测流程，更给予了消费者专业、个性化的医疗服务体验。

在互联网+、大数据、云计算、人工智能高速发展的今天，信息化建设让现代医疗机构焕发出了新的活力。美年大健康一直在加强信息化技术的研发与管理，提升医疗质量及服务品质。除了此次研发的血液样本追踪系统之外，还落实了医护医技人员人脸识别上岗系统，并实现应用AI技术进行乳腺和甲状腺的超声影像检查和肿瘤筛查。在拥有强大技术实力的同时，美年大健康的统一资源管理系统还以高分成绩通过国家网络与信息系统安全等级评测，守护每位消费者个人健康数据的安全、准确。

消费者的需求永远是医疗行业进步的原动力。美年大健康全心全意，从细节之处着眼，想消费者所想，急消费者所急，凭借自身在医疗技术、信息技术等专业的实力积累，尽全力为消费者提供无微不至的服务，在成为一家品质驱动和数据驱动的专业医疗服务和生命科技公司的道路上努力前行，以实际行动积极践行守护每个中国人的生命质量这一企业使命。

（本报综合）

话题

永定区妇幼保健院 6S精益管理取得阶段性成果

近日，记者从永定区妇幼保健院6S精益管理阶段总结大会了解到，全院42个科室和部门经过3个月的6S精益管理打造，取得了阶段性成果。

据悉，医院科室和部门经过动员准备、样板区试点、全面铺开、总结提升四个阶段，取得了阶段性成果，达到了推行6S精益管理目的，现在的医院已经焕然一新。一是打造了整齐、清洁的工作环境；使患者舒心，让患者放心。二是创造了良好的工作气氛；进一步全面提高了干部职工的素质修养，物品摆放有序，工作效率与服务意识有效提高。三是积累了优质的推进经验，提升了医院的整体形象，使医院在6S精益管理的工作中先人一步。

未来，各科室将在现有基础之上使6S不断深化、升华，将6S理念与工作方法融入到日常业务工作中。医院将一如既往本着高标准、严要求、全覆盖、真坚持的原则深入推进6S精益管理。

（田西言）

养生

中医将失眠分成六型

有失眠经历的人，都能体会晚上睡不着觉的难受劲儿。中医认为，睡眠受气血、五脏之影响，人体气血调和、五脏通利，睡眠就正常；反之，脏腑阴阳气血失调就会引起失眠。长期失眠，又会引起五脏气血功能紊乱虚损，从而形成恶性循环，导致提前衰老或发生病变。

中医强调辨证论治，临床上常将失眠分为以下六个证型，坚持针对性地选方遣药能收到不错的治疗效果。

1、心脾两虚、气血不足型。这种证型的人群通常症状表现为神疲乏力、心悸怔忡、失眠多梦、头晕健忘、纳差腹胀、女子月经量少色淡、面色萎黄、舌质淡，脉象细弱等，宜采用益气养血安神法，常用中药有人参、全当归、何首乌、大枣、北沙参、炙龟板等，方剂选用人参归脾汤加減。

2、津亏肠燥、腑气不通型。平时有头晕失眠、口干、口有异味、大便干燥且艰涩难下、舌红少津、苔黄燥等症的人群都属于这种证型，

治疗宜通腑调胃安神，常用中药有生地、玄参、大枣、野百合、郁李仁、柏子仁等，方剂选用通腑安神汤加減。

3、气机郁滞、心神被扰型。此类人群多有心神不安、失眠早醒、胸胁痞满、纳食减少、腹中胀满、肠鸣矢气、大便不畅、舌苔薄腻等症候，治疗宜疏肝安神，常用中药有金铃子、玄胡索、玫瑰花、合欢花、莱菔子、全瓜蒌等，方剂选用调肝安神汤加減。

4、肝肾不足、气失司型。临床症状可见失眠多梦、头晕、口干、五心烦热、皮肤干燥、腰膝酸软、大便干燥，青壮年男性还会表现为遗精，妇女表现为月经失调。此类情况宜补肾安神，常用中药有桑葚子、枸杞子、女贞子、旱莲草、金樱子、覆盆子等，方剂选用固肾安神汤加減。

5、脾肾虚寒型。卧床难眠、面色苍白、腰膝酸软、形寒肢冷、腹中冷痛、五更泄泻、小便不利、肢体浮肿、夜尿频多等都是脾肾虚寒的典

型表现，这种情况宜温阳固脱安神，常用中药有炙黄芪、炒党参、焦白术、南芡实、桑螵蛸等，方剂选用真人养脏汤加減。

6、阳气虚衰型。通宵似睡非睡、梦扰纷纭、精神疲乏懒言、畏寒肢冷、健忘、苔薄白、脉象沉细无力，有这种情况的失眠人群，宜扶阳抑阴安神，常用中药有淡附片、淮山药、山萸肉、仙灵脾、龙眼肉、大枣等，方剂选用茯苓四逆汤加減。

有些长期备受失眠困扰的人，习惯服用安眠药帮助入睡，这里需要提醒大家的是，这种做法要慎重对待，以避免药物成瘾、药物依赖等不良反应。尤其是老年人群，他们的肝肾等重要代谢器官功能较青壮年明显衰退，因此，服药时要以小剂量、多间断为原则，并在正规医院专科医师指导下服用。

（人民网）

就医助手



张家界市人民医院



张家界大众医院



永定区妇幼保健院



张家界市宏仁医院



良富门诊



张家界美年大健康管理有限公司

0744-8222270
永定区古庸路192号

0744-8888120
永定区子午东路19号

0744-2222232
永定区子午西路474号

护士站
0744-8300120
永定区古庸路505号

良富门诊
0744-8202120
大庸桥张青公路与子午路交汇处

0744-8202666
永定区官黎路吉大张家界学院附属医院二楼体检中心