

## 医院档案大揭秘：人事档案和公文档案的管理妙招有哪些？

翟常楠 唐山市丰润区第二人民医院

在现代医院管理体系中，人事档案和公文档案的管理是确保医疗机构高效运转和信息安全的关键环节。随着医疗行业的快速发展和信息化水平的提升，传统的档案管理方法已难以满足日益增长的档案处理需求和复杂性。因此，探索和实施高效、安全、便捷的档案管理策略，不仅能够提升医院的工作效率，还能保障患者和员工的隐私权益，对于医院的可持续发展具有重要意义。

### 一、人事档案管理策略

人事档案管理策略是医院人力资源管理的核心组成部分，它涉及到员工信息的收集、存储、更新和保护。建立清晰的

人事档案分类体系，根据员工职位、部门和入职时间等因素进行合理划分，有助于提高档案检索的效率。推进人事档案的数字化转型，利用现代信息技术如电子文档管理系统(EDMS)，实现档案的电子化存储和在线访问，既节省物理空间，又便于数据备份和灾难恢复。强化档案安全措施，通过设置严格的访问权限、定期进行安全审计和培训员工保密意识，确保敏感信息不被未授权访问，维护员工隐私和医院的合规性。

### 二、公文档案管理技巧

公文档案管理技巧对于确保医

院行政运作的高效性和透明度至关重要，实施标准化流程，从公文的起草、审批到归档，每个环节都应明确的责任人和时间节点，以减少延误和错误。采用科学的分类与索引方法，根据文件性质、时间或部门进行归类，并建立高效的索引系统，以便快速检索所需信息。推动公文档案的电子化与共享，利用内部电子公文管理系统，实现文档的在线处理和实时共享，提高工作效率，减少纸张使用，同时确保信息的及时性和准确性。这些技巧的实施将极大提升医院公文管理的现代化水平。

### 三、档案管理的持续改进

档案管理的持续改进是确保

医院信息系统长期有效运行的关键，定期进行档案管理的审计与评估，通过收集反馈、分析数据和审查流程，识别管理中的不足和潜在风险，为改进提供依据。加强员工培训，提升他们对档案管理重要性的认识，确保每位员工都能遵循正确的档案处理和归档程序。关注技术更新，及时引入先进的档案管理系统和技术工具，如人工智能辅助的文档分类和检索系统，以提高档案管理的自动化和智能化水平。通过这些持续的改进措施，医院能够不断提升档案管理的质量和效率，适应不断变化的管理需求。

## 心脏疾病的来历及预防

陈永川 赵县妇幼保健院

心脏疾病是一类由于心脏功能异常或结构缺陷所引发的心血管疾病，其病因复杂多样，涵盖了遗传因素、不良生活习惯、环境因素等多个方面。了解这些成因并采取相应的预防措施，对于保护心脏健康至关重要。

### 一、心脏

心脏是人和脊椎动物的重要器官之一，属于循环系统，位于胸腔中部偏左下方，主要由心肌构成。它外形像桃子，具有泵血的功能，通过四个腔室（左心房、左心室、右心房、右心室）和瓣膜系统有序地推动血液流动，将氧合血输送到全身各组织器官，同时将含有二氧化碳的静脉血送回肺部进行气体交换。心

脏的健康状况对人体健康至关重要，其健康状况的维护需要良好的生活习惯和定期的健康检查。

### 二、心脏疾病的成因

心脏疾病的成因多样，包括遗传、生活习惯、母体影响、先天因素及疾病感染等。遗传因素中，单基因或多基因疾病可能引发心血管畸形，导致心脏结构和功能异常。不良生活习惯如吸烟、过量饮酒、不健康饮食、缺乏运动及精神压力大，均会不同程度地损害心脏健康。母体在怀孕期间的健康状况对胎儿心脏发育至关重要，不良因素可能导致先天性心脏病。此外，糖尿病、红斑狼疮等疾病及病毒感染也会增加心脏病风险。因此，预防心

脏疾病需从多方面入手，注重健康生活方式，定期体检，及时发现并治疗潜在疾病。

### 三、心脏疾病的预防

为了维护心脏健康，应当采取一系列积极的生活方式。合理饮食是基础，确保均衡摄入各类营养物质，遵循低热量、低脂肪、低胆固醇的饮食原则，减少高糖、高盐、高脂肪食物的摄入，以有效控制血脂和血压水平，预防心血管疾病的发生。规律运动同样重要，适量的体育锻炼能够增强心肺功能，促进血液循环，提升身体对氧气的需求，促进新陈代谢，建议选择快走、慢跑、游泳等中等强度的有氧运动，让身体保持活力。控制体重

也是预防心脏病的关键，通过调整饮食结构和增加体力活动，保持健康的体重范围。戒烟限酒是保护心脏的必要措施，烟草和酒精对心脏有害，应避免接触。保持心理健康同样不容忽视，学会调节情绪，减轻精神压力，保持愉悦的心情，有助于心脏健康。定期体检是预防心脏病的重要手段，特别是对于有心脏病家族史或高风险因素的人群，更应定期进行心脏健康检查，及时发现并治疗潜在问题等。

总之，通过这些措施的实施，可以有效降低心脏疾病的风险，保护心脏健康，享受更加美好的生活。能够了解心脏，共同守护这颗生命的重要发动机。

## 数字化时代，医院经济、金融管理有啥新变化？

李淑芹 唐山市丰润区第二人民医院

在数字化浪潮的推动下，医院经济和金融管理正经历着前所未有的变革。信息技术的发展不仅改变了医疗服务的方式，也对医院的财务运作和成本控制提出了新的要求。电子健康记录的广泛应用、大数据分析的深入挖掘以及远程医疗服务的兴起，都在重塑医院的经济模式。同时，财务管理的精益化、供应链的数字化以及风险管理的强化，成为医院适应数字化时代的关键策略。面对这些变化，医院必须不断创新管理理念和方法，以确保在竞争激烈的市场中保持竞争力和可持续发展。

### 一、信息技术与数据分析的应用

信息技术与数据分析的融合正在深刻影响医院的管理模式。电子健康记录(EHR)的普及使得医疗数据得以集中存储和高效利用，为临床决策提供了科学依据。大数据分析技术的应用，使得医院能够对患者流量、疾病趋势和治疗效果进行精准预测，从而优化资源配置，降低运营成本。此外，远程医疗服务的发展，不仅拓宽了医疗服务的边界，还通过移动支付等手段简化了财务流程，提高了资金周转效率。这些技术的应用，不仅提升了医疗服务的质量，也为医院的

经济管理带来了新的机遇和挑战。

### 二、风险管理与合规性的挑战

在数字化时代，医院面临的风险管理与合规性挑战日益严峻。数据安全和隐私保护成为医院必须直面的重要问题，随着医疗信息的大量电子化，如何防止数据泄露和网络攻击，确保患者信息的安全，是医院风险管理的新课题。同时，随着金融法规的不断更新，医院必须确保财务操作的合规性，避免因违规操作而带来的法律风险和经济损失。自动化审计工具的应用，虽然提高了合规检查的效率，但也要求医院不断提升内部控制和风险管理的能力，以适应日益复杂的监管环境。

### 三、财务管理与成本控制的创新

数字化时代为医院财务管理与成本控制带来了创新机遇。精益财务管理理念的引入，促使医院通过流程优化和资源整合，实现成本的精细化控制。供应链的数字化转型，通过电子采购平台和实时库存管理系统，有效降低了物资采购成本，提高了供应链的透明度和响应速度。此外，绩效评估与激励机制的数字化，使得医院能够更准确地衡量员工的工作效率和贡献，通过数据驱动的决策，设计更为合理的薪酬体系和激励措施，从而提升整体运营效率和财务健康。

## 颅脑损伤后的康复护理，这些知识你必须掌握

黄艳 河北省沧州市中心医院

颅脑损伤是一种常见的外伤类型，其康复护理对于患者的恢复至关重要。无论是患者还是家属，了解并掌握一些基本的康复护理知识，都能在治疗过程中发挥积极作用，促进患者的早日康复。我们将从急性期护理、康复期护理、日常注意事项及心理支持等方面，为您详细介绍颅脑损伤后的康复护理要点。

### 一、急性期护理

#### 严密观察病情

**生命体征监测：**密切观察患者的体温、脉搏、呼吸、血压等生命体征，一旦发现异常，应立即报告医生。

**神志与瞳孔变化：**注意患者的神志状态，如有无昏迷、昏迷程度及持续时间，同时观察瞳孔的大小、形状及对光反射情况，以判断颅内压变化。

#### 肢体活动

**肢体活动：**检查患者的肢体活动能力，有无瘫痪、感觉障碍等，以便及时发现并处理相关并发症。

#### 保持呼吸道通畅

**清除分泌物：**对于昏迷患者，要及时清除口腔、鼻腔内的分泌物和呕吐物，防止窒息。

**体位调整：**患者宜取侧卧位或头偏向一侧，以利于分泌物排出。必要时，可使用吸痰机辅助

清除呼吸道分泌物。

**气管切开准备：**对于短期内无法清醒的患者，应做好气管切开的准备，以保证呼吸道通畅。

#### 控制颅内压

**脱水治疗：**使用甘露醇等脱水剂降低颅内压，治疗后需密切观察患者的神志、瞳孔、血压等变化。

**体位调整：**抬高床头15°-30°，以促进颅内静脉血回流，减轻脑水肿。

#### 营养支持

**均衡饮食：**根据患者情况，提供低盐、高蛋白、高热量的流质或半流质饮食，恢复期可逐渐过渡到正常饮食。

**特殊营养支持：**对于长期昏迷或无法经口进食的患者，可通过鼻饲或静脉营养的方式补充营养。

#### 功能锻炼

**肢体功能锻炼：**鼓励患者进行床上主动运动，如扩胸、直腿抬高、蹬腿等。恢复期可下床活动，进行扶床站立、行走、散步等锻炼，初期需专人陪护。

**被动活动：**对于瘫痪肢体，应经常给予被动活动和按摩，以防关节僵硬和肌肉萎缩。

#### 认知与言语训练

**认知与言语训练：**对于存在认知障碍和言语交流障碍的患

者，应配合康复团队进行针对性的认知训练和言语康复训练。

#### 心理支持

**情绪调节：**颅脑损伤患者常伴随焦虑、抑郁等情绪问题，家属应耐心倾听患者感受，给予情感支持，必要时可寻求专业心理咨询帮助。

#### 鼓励参与

**鼓励参与：**鼓励患者参与社交活动，如散步、做早操、打太极拳等，以增强自信心和社交能力。

#### 三、日常注意事项

##### 休息与睡眠

**充足休息：**患者应保证充足的休息和睡眠，避免熬夜和过度劳累。

**环境安静：**保持居住环境的安静，避免噪音干扰，有助于患者放松心情，促进恢复。

##### 避免刺激

**情绪稳定：**避免情绪波动，保持情绪稳定，防止因情绪激动导致血压升高，加重脑损伤。

**避免强光：**避免强光刺激，减少电视、电脑等电子产品的使用时间。

##### 戒烟戒酒

**戒烟：**吸烟可导致血管收缩，影响脑部血液循环，不利于康复。

**戒酒：**酒精可损害中枢神经系统，加重脑损伤症状，患者应

严格戒酒。

##### 定期复查

**遵医嘱复查：**患者应按照医生要求定期复查，及时了解病情变化，调整治疗方案。

##### 四、家属支持与配合

**详细了解：**家属应与医生详细沟通，了解患者的病情、治疗方案及护理要点，以便更好地配合治疗。

**观察病情：**学会观察患者的病情变化，如意识状态、瞳孔变化、肢体活动等，一旦发现异常应及时报告医生。

##### 心理疏导

**耐心陪伴：**家属应给予患者足够的陪伴和关心，耐心倾听患者感受，帮助患者缓解焦虑、抑郁等情绪问题。

**鼓励支持：**鼓励患者树立战胜疾病的信心，积极参与康复训练，促进功能恢复。

##### 安全防护

**环境安全：**保持居住环境的整洁和安全，避免尖锐物品、热水瓶等危险物品放在患者易接触的地方。

**防止意外：**对于存在认知障碍或行为异常的患者，应加强看护，防止走失、坠床等意外发生。

## 糖尿病足的预防与护理，守护你的双脚健康

寿璋 河北省沧州市中心医院

糖尿病足是糖尿病患者常见的并发症之一，主要由于长期高血糖导致下肢神经和血管病变，进而引发足部感染、溃疡甚至坏死。它不仅严重影响患者的生活质量，还可能导致截肢的严重后果。因此，了解糖尿病足的预防与护理知识，对于糖尿病患者及其家属来说至关重要。下面将从以下几个方面，为大家详细介绍如何守护双脚健康。

### 一、认识糖尿病足

糖尿病足的发生与糖尿病的病程、血糖控制情况密切相关。高血糖会损害血管和神经，使得足部血液循环不畅，感觉减退，易受外伤且不易愈合。常见的糖尿病足症状包括：足部麻木、刺痛、冷热感减退、皮肤干燥脱屑、趾甲变形、足部溃疡等。

### 二、预防糖尿病足的关键措施

**控制血糖：**这是预防糖尿病足最根本的方法。患者应严格遵医嘱，按时服用降糖药物或使用胰岛素，确保血糖水平得到有效控制。同时，定期监测血糖，及时发现血糖波动，以便调整治疗方案，保持血糖水平稳定，减少糖尿病足的发生风险。

**合理饮食：**均衡饮食对于糖尿病患者至关重要。患者应控制总热量摄入，减少高糖、高脂肪食物的摄入，如糖果、甜饮料、油炸食品等。同时，增加蔬菜、全谷物和瘦肉的摄入量，这些食物富含纤维、维生素和矿物质，有助于控制体重和血糖，降低糖尿病足的风险。

**规律运动：**适量的运动可以促进血液循环，增强下肢肌肉力量，减少足部负担，有助于预防糖尿病足。患者应根据身体状况进行适量运动，如散步、太极拳等，避免过度运动导致疲劳和受伤。

**足部检查：**每天检查双脚是预防糖尿病足的重要措施。患者应仔细观察双脚是否有红肿、破损、水泡、老茧等异常，一旦发现及时处理，避免病情恶化。同时，注意保持足部卫生，减少感染风险。

**正确穿鞋袜：**选择合适的鞋袜对于预防糖尿病足同样重要。患者应选择透气性好、尺码合适、鞋底柔软鞋子，

避免高跟鞋和尖头鞋对足部的压迫和摩擦。袜子应选择纯棉材质，避免过紧或有破损，减少足部与袜子之间的摩擦，降低糖尿病足的风险。

**保持足部清洁湿润：**保持足部清洁湿润是预防糖尿病足的基本措施。患者应每天用温水洗脚，但不要用水泡脚，以免烫伤。洗后轻轻擦干，特别是脚趾间，可涂抹适量润肤霜保持皮肤湿润，避免皮肤干燥和龟裂。

**戒烟限酒：**吸烟和过量饮酒都会加重血管病变，增加糖尿病足风险。患者应坚决戒烟，限制饮酒量，以保护血管健康，降低糖尿病足的发生风险。

### 三、糖尿病足的日常护理

**小心修剪趾甲：**修剪趾甲是糖尿病足日常护理的重要一环。患者应使用指甲刀平剪趾甲，避免剪得过长或剪伤皮肤。同时，注意修剪边缘的锐利部分，避免刺伤皮肤。

**处理老茧和鸡眼：**老茧和鸡眼是糖尿病患者常见的足部问题。患者应避免自行用刀片或剪刀去除，以免感染。正确的做法是寻求医生帮助，采用专业的方法去除老茧和鸡眼，保护足部健康。

**避免足部受伤：**糖尿病患者应避免足部受伤，以降低糖尿病足的风险。患者不要赤脚走路，即使是在家里也要穿鞋。同时，避免长时间站立或交叉双腿，以免压迫血管，影响足部血液循环。

**及时就医：**一旦发现足部有任何异常，如红肿、疼痛、破损等，患者应立即就医，切勿拖延。及时就医可以确保病情得到及时诊断和治疗，避免病情恶化导致严重后果。

### 四、特殊情况的应对

**足部溃疡：**保持溃疡部位清洁，按医嘱使用抗生素药膏，避免自行使用刺激性药物。

**足部感染：**感染是糖尿病足恶化的常见原因，一旦发现感染迹象，如红肿、发热、流脓，应立即就医。

**血液循环改善：**对于严重血液循环障碍的患者，医生可能会建议使用特殊鞋垫、腿部按摩或物理治疗等方法，以促进血液循环。

## 膀胱癌术后的护理要点，科学康复更快一步

宋苗苗 沧州市中心医院

膀胱癌作为泌尿系统常见的恶性肿瘤，尤其以男性患者居多。根治性膀胱切除术是目前治疗膀胱癌的首选方法，但手术后的护理对于患者的恢复和防止复发同样至关重要。我们将详细介绍膀胱癌术后的护理要点，帮助大家科学康复，更快恢复健康。

### 一、术后基础护理

#### 伤口护理

术后伤口的清洁与干燥是预防感染的关键。家属应协助患者保持伤口的清洁，定期更换敷料，并注意观察伤口有无红肿、渗液等异常情况。如果发现伤口有异常，应及时联系医生处理。同时，拆线前避免伤口沾水，拆线后2-3天伤口结痂后方可淋浴，但应避免泡澡。

#### 生命体征监测

术后患者需要在病房内密切监测生命体征，包括体温、脉搏、呼吸、血压等。家属应协助医护人员记录这些数据，并及时报告任何异常变化。这些监测有助于早期发现并发症，确保患者的安全。

#### 疼痛管理

术后疼痛是常见的反应，医护人员会根据患者的疼痛程度给予适当的镇痛药物。家属应观察患者的疼痛情况，及时向医护人员反馈，以便调整药物剂量。同时，通过分散注意力、深呼吸等方法，也可以帮助患者缓解疼痛。

### 二、专科护理要点

#### 导尿管管理

膀胱癌术后患者可能需要留置导尿管，家属应协助医护人员定期清理导尿管，保持其通畅。注意观察尿液的颜色、量及排尿情况，及时发现尿路感染等并发症。如有异常，如尿液浑浊、有异味或患者感到排尿不适，应及时告知医生。

#### 膀胱冲洗与引流

术后可能需要进行膀胱冲洗，以清除膀胱内的血凝块和分泌物，保持引流通畅。家属应了解冲洗的方法和注意事项，协助医护人员完成冲洗操作。同时，注意观察引流液的颜色和量，如有异常应及时报告。

#### 排尿功能恢复

术后排尿功能的恢复需要时间和耐心。家属应鼓励患者尽早进行排尿训练，如定时排尿、做提肛肌训练等，以促进膀胱功能的恢复。同时，注意观察患者的排尿情况，如有排尿

困难或尿失禁等问题，应及时就医。

### 三、饮食与营养支持

#### 饮食调整

术后患者的饮食应遵循医生或营养师的建议，逐渐过渡到正常饮食。初期以流食和半流食为主，逐渐增加固体食物的摄入。饮食应以清淡、易消化、高蛋白为主，多摄入高蛋白、高热量、高维生素的食物，如鸡蛋、瘦肉、鱼虾、牛奶等。避免辛辣刺激性食物和容易引起胀气的食物，如豆类、洋葱等。

#### 营养补充

手术对身体消耗较大，术后需要补充足够的营养以促进恢复。对于消化道功能较弱的患者，可以考虑肠内或肠外营养支持。家属应了解患者的营养需求，合理安排饮食，必要时可咨询营养师制定个性化的营养方案。

### 四、心理支持与情绪管理

膀胱癌术后患者可能会面临焦虑、抑郁等心理问题，家属在此时应给予患者积极的心理支持，鼓励他们保持乐观的心态，树立战胜疾病的信心。通过与患者交流、倾听他们的感受、提供情感支持，可以帮助缓解心理压力。同时，家属还需留意患者的情绪波动，及时给予安慰和鼓励，并引导他们参与散步、听音乐、看书等轻松愉快的活动，以分散注意力，缓解紧张情绪。

### 五、生活习惯与康复指导

#### 戒烟限酒

吸烟是膀胱癌的重要危险因素之一。有吸烟嗜好的患者应尽快戒烟，家属应监督并协助患者完成戒烟计划。同时，限制酒精摄入，避免饮酒过量对身体造成损害。

#### 适度运动

术后患者应在身体条件允许的情况下进行适度运动，如散步、上下楼梯、力所能及的家务等。运动可以促进血液循环和新陈代谢，有助于身体机能的恢复。但应注意避免过度劳累和剧烈运动，以免对身体造成不良影响。

#### 定期复查

膀胱癌术后患者需要定期复查以监测病情变化和预防复发。家属应协助患者按时进行复查，包括膀胱镜、B超、CT等检查。同时，注意观察患者的身体状况和排尿情况，如有异常应及时就医。