我院举行世界无烟日大型宣传及义诊活动

5月31日是世界卫生组织发起的第25个世界无烟日，今年的活动主题是“烟草业干预控烟”，口号是“生命与烟草的对抗”。为持续做好无烟医院创建工作，根据省卫生厅要求，我院在门诊前举行了世界无烟日的宣传及义诊活动，

此次活动由禁烟办公室主办，机关党支部、社区服务中心协办，活动于上午9时正式开始，禁烟领导小组副组长汪龙德副书记、于博副院长、戒烟门诊医师及禁烟办公室全体成员、机关党支部、社区服务中心等同志参加了此次活动。这是我院创建无烟医院以来又一次大型宣传和义诊咨询活动，通过图片、戒烟知识等展板、发放宣传单及专家咨询，使广大群众进一步了解了吸烟和二手烟的危害。

同时机关支部还组织部分党员在医院院内进行捡烟头、劝烟等活动，短短的1个多小时里，共劝阻吸烟10人次，清理院子各角落烟头200多个。

通过此次活动，再次在我院营造了浓厚的戒烟氛围，强化了全院职工创建“无烟医院”的责任意识和参与意识。

（医院禁烟领导小组）

台湾禁烟见闻

我院专家疗养团在台湾游览期间，台湾的禁烟环境与执行力度让大家感触颇深，台湾全境目前公共场所全面禁烟，因此不仅在饭店房间、超市、餐厅、商场等室内环境绝对禁止吸烟，而且某些室外环境中也是禁烟的，吸烟只能到固定且稀少的吸烟区。台湾本地香烟品种不过四、五种，而且每个香烟盒与每条香烟盒上不仅有警示语还有“令人不悦”的警示图片。在台期间，专家疗养团中的少数烟民，因无处吸烟，也基本养成了不吸烟或少吸烟的习惯，达到保健疗养目的。

（王　昱）

生命与烟草的对抗

——记2012年世界无烟日

烟草危害是当今世界最严重的公共卫生问题之一，全球每年因吸烟导致的死亡人数高达600万，超过因艾滋病、结核、疟疾导致的死亡人数之和。我国是世界上最大的烟草生产国和消费国，吸烟对人民群众健康的影响尤为严重。据调查，我国吸烟人群逾3亿，另有约7.4亿不吸烟人群暴露于二手烟；每年烟草相关疾病的死亡人数超过100万，如对吸烟流行状况不加以控制，至2050年每年死亡人数将突破300万，成为人民群众生命健康与社会经济发展所不堪承受之重。

20世纪，烟草夺去了全球1亿人的生命。如果不采取有效措施，21世纪，吸烟在全球所造成的死亡人数将增至10亿。为了控制全球烟草流行及减少吸烟对人类健康的危害，世界卫生组织(WHO)将每年的5月31日设立为“世界无烟日”。2012年5月31日是世界卫生组织发起的第25个“世界无烟日”，本次无烟日的主题是“烟草业干扰控烟”，口号是“生命与烟草的对抗”。

近年来烟草业在宣传和推广“低焦油卷烟”、“中草药卷烟”等新型卷烟，以“减害”和“无害”的名义来蒙蔽广大吸烟者。实际上并不存在无害的烟草制品，只要吸烟即有害健康。烟草烟雾中含有7000余种化学成分，其中数百种为有害物质，至少69种为致癌物。吸烟可以导致肺癌、口腔和鼻咽部恶性肿瘤、喉癌、食管癌、胃癌、肝癌、胰腺癌、肾癌、膀胱癌和宫颈癌，而戒烟可以明显降低这些癌症的发病风险。有充分证据显示，相比于吸普通卷烟，吸“低焦油卷烟”并不会降低吸烟带来的危害。“中草药卷烟”与普通卷烟一样会对健康造成危害。

二手烟中也含有大量有害物质及致癌物，不吸烟者暴露于二手烟同样会增加多种相关疾病的发病风险。已有研究证明二手烟暴露可以导致肺癌、烟味反感、鼻部刺激症状和冠心病、乳腺癌、鼻窦癌、成人呼吸道症状、肺功能下降、支气管哮喘、慢性阻塞性肺疾病、脑卒中和动脉粥样硬化等。而二手烟暴露对孕妇及儿童健康造成的危害尤为严重。孕妇暴露于二手烟可以导致婴儿猝死综合征和胎儿出生体重降低；儿童暴露于二手烟会导致呼吸道感染、支气管哮喘、肺功能下降、急性中耳炎、复发性中耳炎及慢性中耳积液等疾病。二手烟暴露没有所谓的安全水平，唯一能够有效避免非吸烟者遭受二手烟危害的方法就是室内环境完全禁烟。

吸烟和二手烟暴露的健康危害已成为不争的事实。控制吸烟，(包括防止吸烟和促使吸烟者戒烟)，进而防止二手烟暴露的危害，已经成为人群疾病预防和个体保健的最重要与可行的措施。为了您和家人的健康，让我们共同努力创造无烟环境，一致抵制烟草业对控烟事业的干扰，用我们的实际行动证明“生命”可以对抗“烟草”。

饭后吸烟的危害是平时的十倍

嗜烟者有一句“名言”：饭后一支烟，赛过活神仙。看到这句话，我们脑海里会闪现出这样的一幅画面：一个人叼着一根烟，悠闲自得地吞云吐雾，真的好似神仙一般呀。然而，医学研究表明，人们在进食后立即吸烟，对人体健康危害极大。这句话应换个说法：饭后一支烟，害处大无边。

这是因为烟草主要是由碳水化合物羧酸、色素、尼古丁、链烷烃、类脂物质等组成，吸烟时，香烟在不完全燃烧过程中发生一系列的热分解与热合成的化学反应，形成大量新的物质，其中有害成分达3000多种，其中主要有毒物质为尼古丁、烟焦油、一氧化碳。

焦油是由好几种物质混合成的物质，在肺中会浓缩成一种黏性物质。

尼古丁是一种难闻、味苦、无色透明的油质液体，挥发性强，在空气中极易氧化成暗灰色，能迅速溶于水和酒精中，通过口鼻支气管黏膜很容易被机体吸收。人在吸烟时，烟卷中20%的尼古丁被人体吸入，对神经系统发生作用，能使心跳加快，血压升高。

一氧化碳能够促使动脉粥样硬化累积，降低红血球将氧输送到全身的能力，这是造成许多心脏疾病的原因。

尼古丁和烟焦油是致癌物质，所以吸烟较多的人易患肺癌、口腔癌、喉癌、食道癌和膀胱癌，还会导致慢性支气管炎、肺炎及心脏病，增加高血压的危险。

人在进食后，消化系统进入全面消化和吸收状态，这时胃肠蠕动频繁，血液循环加快，全身毛孔张开，而且排放一些多余的热能和加快组织细胞生物呼吸。如果这时候吸烟，烟雾中的有害物质会被肺部和全身组织大量吸收，给人体机能和组织带来比平时吸烟大得多的伤害。

因此这时吸一支烟的危害相当于其他时候吸10支。饭后吸烟还可使胆汁分泌过多，使胰蛋白酶和碳酸盐的分泌受抑制，影响食物的消化和吸收。

可见，吸烟对身体有百弊而无一利，“饭后一支烟，赛过活神仙”的说法是不科学的。吸烟的人应该坚决戒烟，一时不能戒掉的人要少吸烟，特别是不能在饭后吸烟。

（摘自新浪读书）

侃点

一个绝望的组织，每个人既不抬头看路，也不埋头拉车；一个平庸的组织，只有领导者会抬头看路，其他人只会埋头拉车；一个失败的组织，每个人都争着抬头看路，却没有人埋头拉车。

——一个卓越的组织，每个人都要会抬头看路，也要会埋头拉车

仰望天空时，什么都比你高，你会自卑；俯视大地时，什么都比你低，你会自负；只有放宽视野，把天空和大地尽收眼底，才能在苍穹和沃土之间找到你真正的位置。

——天生我材必有用

每个人都想和别人不一样，结果是每个人都一样。

——结局都一样嘛

笑与哭都是对挫折与疲惫的反应，我个人倾向于笑，因为事后的清理工作少些。

——笑比哭更好的又一个理由

你认识很多天才，不过，你也应该偶尔和蠢货待在一起。

——那样也可以学到一些东西

一个多雾的早晨仍可能有个晴朗的白天。

——没什么是不可能的

法律如果有弹性，就成了总愿犯罪的酵母。

——郑渊洁

一位老朋友说，现在常常因一首歌、一段音乐而感动，是不是人老了，变得脆弱了。

——我说，是你心打开了，心中有爱了

年轻的时候，有些自卑也无妨，只要脱下自卑的外衣，剩下的都是满满的自信。

——草样年华

经得起“沉”的人，“浮”起来后生命力更强。

——残酷的环境可毁灭人，也能造就人

世界上有两种人：索取者和给予者。前者也许能吃得更好，但后者能睡得更香。

——送人玫瑰，手有余香

我无奈于世道，世道也无奈于我。

——做个真实的自己吧

发呆是无聊的人干的事，发泄是愤怒的人干的事，发挥是聪明的人干的事，发展是努力的人干的事，发扬是光荣的人干的事，发财是勤劳的人干的事。

——播什么种子开什么花

甘中附院报
University Hospital of Gansu Traditional Chinese Medicine
2012年 第30期(本期四版) www.zyxyfy.com
6月23日
甘肃中医学院附属医院院报编辑部
(内部资料 免费赠阅)

以评促建 加强医院内涵建设

我院全国名老中医传承工作室揭牌

5月15日上午，全国名老中医传承工作室、甘肃省针灸推拿临床医学中心、甘肃省名中医工作站在我院正式挂牌，卫生部副部长兼国家中医药管理局局长王国强，甘肃省副省长郝远出席揭牌仪式并揭牌。

全国名老中医传承工作室和甘肃省名中医工作站的建设，对于研究和继承名老中医优秀思想和丰富经验意义重大，甘肃省针灸推拿临床医学中心的正式挂牌标志着我省在发挥中医特色优势、为群众提供高质量的中医特色诊疗服务方面取得了新的进步。我院李应东院长介绍，全国名老中医传承工作室已经开始运行，现在建成的甘肃省名中医工作站，共包括21个名中医工作室，也即将开始运行。甘肃省针灸推拿临床医学中心是在针灸优势病种科等科室发展的基础上的建成的，已经积累了比较丰富的的实践经验。医院会继续做好后续工作，积极整理、研究和继承中医前辈们的思想和经验，发挥好中医特色优势，服务好广大群众的中医药诊疗需求。

甘肃中医学院院长李金田致欢迎词时表示，希望与名老专家们一道做好工作室的建设工作，积极努力，将自己的优势和工作室这个平台的优势结合起来，共同推动我省中医药事业的不断发展，为国家中医药事业的进步做出努力。名老中医代表张士卿说，全国名老中医传承工作室和甘肃省名医工作站提供了非常好的工作环境和很好的交流、研究、传播的平台，他将与名老中医们利用好这个平台，为中医思想的传承、中医经验、技术的传授和中医文化的传播贡献自己的力量。

（院办　杨文强　王永平摄）

卫生部副部长王国强宴请甘肃省名中医

5月14日晚，卫生部副部长王国强在兰州市金城山庄迎宾楼设宴接见了甘肃省名中医，学院及我院名中医周信有、张士卿、刘宝厚、贾斌、曹玉山、何天有等7位专家出席了晚宴。省卫生厅厅长刘维忠，甘肃省中医药管理局局长甘培尚、副局长崔庆荣，甘肃中医学院院长李金田，甘肃中医学院副院长、甘肃中医学院附属医院院长李应东出席并陪同。

王国强部长发表了热情洋溢的讲话，他充分肯定了甘肃中医药事业的成绩，高度赞扬了省卫生厅在推动甘肃卫生事业发展、保障人民群众健康、应对突发性公共卫生事件中做出的巨大成绩，并向各位名中医在甘肃省卫生事业的发展中做出的突出贡献表示感谢。王部长衷心祝愿各位专家身体健康，希望他们继续做好师承工作，撰写学术专著，支持甘肃省卫生厅的领导，祝愿甘肃省的中医药卫生事业继续前进、取得更辉煌的成就！

（滕霏霏）

全省卫生行业中医推拿技能大赛决赛在我院举行

5月17日至19日，由省总工会、省人力资源和社会保障厅、省科学技术厅、省工业和信息化委员会主办，省卫生厅承办，我院协办的“2012年甘肃省卫生行业中医推拿技能大赛”决赛在我院举行。甘肃省人大常委会副主任孙效东、甘肃省政协副主席乘震亚及省总工会、省卫生厅、甘肃中医学院、省人社厅、省科技厅等单位相关领导出席开幕式。

为了保障比赛的公平、公正和顺利举办，大赛组委会邀请相关专家、组织工作人员积极研究、充分准备，制定了详细的比赛规程和科学的评分标准，并从辽宁、河南、陕西等地聘请多位优秀专家担任大赛评委。

决赛分为中医推拿理论和技能操作比赛两部分。大赛正式开幕前，组委会对参赛队员进行了中医推拿理论考试，并基础成绩计入总比赛技能操作比赛包括穴位点按、基本手法演示、部位按摩三部分。为了能够客观评价参赛选手的操作技能，组委会购置了推拿手法参数测定仪和点穴模型人等先进仪器设备，并采用计算机考核与专家现场考评相结合的方式对选手的操作技能进行评判。

经过由各市州卫生局、省级各医疗单位、各大型厂矿企业医院、各大中专医学院校组织的初赛选拔，总共有31支参赛队，93位从事中医推拿、康复工作的专业技术人员进入决赛。经过两天紧张激烈的比赛，大赛共决出团体一等奖3个，二等奖6个，三等奖9个，其中我院、甘肃中医学校、兰州市第一人民院荣获团体一等奖；个人一等奖3名，二等奖6名，三等奖12名，优秀奖30名，其中董万涛、赵彬元、景书洲荣获个人一等奖。

本次大赛的目的在于弘扬中医药文化，规范中医推拿操作规程，提高中医推拿操作技能，激励广大医务人员立足岗位钻研业务的热情，培养更多技术精湛、服务优良的中医人才队伍。

（院办　李百龙）

甘肃省医药卫生文化促进会中医药文化委员会第一次会议召开

5月4日上午，甘肃省医药卫生文化促进会中医药文化委员会第一次会议在我院召开，会议由中医药文化委员会主任委员李应东主持。省医药卫生文化促进会长张家昌，以及来自甘肃中医学院、省卫生厅宣传处、省中医院、中医研究院、兰州市委组织部、省电视台等单位的李金田、杨敬科、舒劲、潘文、姬广武、魏建建等负责同志参加了会议。

会议以座谈的方式讨论了2012年甘肃省医药文化促进会中医药文化专业委员会的工作要点和《中医药文化在甘肃》大型纪录片摄制的相关事宜。会议讨论决定：由中医药文化委员会在省卫生厅的领导下负责摄制，各相关单位积极配合，会同甘肃省电视台合作打造一部有影响力、可视性强、文化内涵丰富的电视纪录片。目前，这部纪录片的初步摄制方案已由卫生厅宣传处撰写完成，素材搜集和整理、相关单位的分工和落实、技术问题以及资金问题等也将会在中医药文化委员会的协调下逐步提上日程。

这部纪录片的摄制旨在落实我省中医药文化建设的相关政策，以电视为媒体面向群众全方位介绍我省悠久的中医药文化历史、中医药文化经典，积极宣传我省作为中医药文化大省的资源优势和文化优势，加快推动我省中医药文化资源的开发和利用。这次会议是甘肃省卫生文化促进会下属的专业委员会——中医文化委员会组织召开的第一次会议。今后，甘肃省医药卫生文化促进会及中医药文化委员会还将加快工作进度，进一步做好我省中医药文化建设和宣传方面的组织和协调工作。

（院办　邢喜平　杨文强）

总　编：李应东　主　编：邢喜平　编　辑：赵琦卉　杨文强　李百龙　摄　影：李百龙
编辑部地址：兰州市嘉峪关西路732号 甘肃中医学院附属医院办公室　电话：(0931)8635229　邮政编码：730020