

北京大学第六医院

简报

2019 年第三期

北京大学第六医院党委院长办公室主办

2019 年 3 月 29 日

国家卫生健康委李斌副主任一行来我院调研工作

2019 年 3 月 14 日，国家卫生健康委副主任李斌率队到我院走访调研。在北京大学医学部副主任段丽萍，中科院院士、我院院长陆林，我院党委书记王向群等的陪同下，李斌副主任一行先后参观了我院老年科、工娱室、临床心理科、专家门诊、儿童病房、综合二科、睡眠医学科、特诊科、公共卫生事业部等科室，了解了精神疾病相关科室的特点、发展现状等情况。

参观之后的座谈会由王向群书记主持。在座谈会上，北京大学医学部段丽萍副主任首先对李斌副主任一行的到来表示了热烈欢迎和感谢，她提到近年来在国家卫生健康委和北京大学的支持下，我院在医教研方面均取得了显著成绩，在新院即将启用之际，也希望我院更多地得到国家的重视和国家卫生健康委的支持。随后陆林院长分别从我国精神卫生现状和存在的问题两个方面进行了介绍，重点分析了目前我国存在精神卫生资源投入少、精神卫生服务可及性有待加强、精神卫生资源不足且分配不均衡等问题，建议国家应进一步加强监管，支持国家精神医学中心和国家精神卫生中心建设。陆林院长还分别从医院概况、发展规划、医疗护理服务、科研工作、学科建设、教学工作等多方面介绍介绍了我院有关情况。

在座谈中，李斌副主任分别从国家精神卫生服务体系建设、服务提供模式、精神卫生项目支持情况、我院收入状况及收入结构、人才培养及奖励机制等方面进行深入了解，并指出：国家高度重视精神卫生工作，希望我院发挥国家队作用，抓住新院建设和启用的发展机遇，进一步深化医药卫生体制改革，把医院发展、人员队伍培养和建设与改革紧密结合，进一步加快现代医院管理制度建设。高度重视精神障碍防治工作，在我国精神卫生工作制度的完善、政策的制定等方面提供建议，真正发挥我院在我国精神卫生工作中全方位的服务和支撑作用。

下一步，我院将进一步弘扬“以科学精神体现人文关怀”的院训精神，积极响应国家号召，加大深化医药卫生体制改革的力度，同时在努力发展自身的过程中，进一步提高精神卫生疾病预防、精神卫生政策制定中的投入力度，将更多的临床、科研成果转化落地，为我国精神卫生事业的发展贡献更多的力量。

（党院办 白杨）





国家卫生健康委曾益新副主任一行来我院调研工作

2019年3月1日，为深入了解我国精神心理疾病医教研防相关工作，推动国家精神医学中心建设，国家卫生健康委曾益新副主任率队到我院走访调研。在中科院院士、我院陆林院长，党委王向群书记等的陪同下，曾益新副主任一行先后参观了我院特诊科和睡眠医学科等科室。各科室老师介绍了科室特点、服务模式和发展现状等情况。

接着，曾益新副主任一行与我院人员进行了座谈交流，我院院长陆林，党委书记王向群，副院长岳伟华，党委副书记、纪委书记、工会主席刘靖，总务处处长黄文升参加了本次座谈，会议由王向群书记主持。首先，王向群书记代表我院职工对曾益新副主任一行的到来表示了热烈欢迎和感谢，并对我院参加座谈会的人员进行了简要介绍。陆林院长以“以科学精神体现人文关怀”为题，从医院概况、发展规划、医疗护理服务、科研工作、学科建设、教学工作等多方面对院的基本情况进行了介绍。在介绍的过程中，曾益新副主任针对医院医、教、研、防的各个方面和细节进行了详细的了解。

随后，曾益新副主任做总结发言。他提出我院作为精神卫生的国家队，承担

起国家中心的医疗、教学、科研、人才培养和科普职责，加快发展，争取资源着力创建国家精神卫生中心和国家精神医学中心，同时完善心理咨询管理制度，为大众提供更优质的精神心理卫生服务。

未来，我院将继续组织开展全国精神疾病的预防、治疗和康复工作，提供精神卫生信息、开展培训、宣传与合作，引领全国精神医学技术发展方向，为国家精神卫生政策制定提供支持，会同国家区域医疗中心带动全国医疗、预防和保健服务水平的提升。
(党院办 李怡雪)





国家卫生健康委规划司领导来我院调研工作

2019年3月7日，国家卫生健康委规划司刘文先副司长，统计信息中心胡建平副主任，大数据办肖大华副处长、田东岳副处长和任海英老师一行五人赴我院走访调研。中科院院士、我院院长陆林，副院长岳伟华、司天梅、孙洪强、张霞，总会计师李秀华等老师热情接待了刘文先副司长一行并参加了座谈。

座谈会上，陆林院长首先代表我院对刘文先副司长一行的到来表示热烈欢迎和感谢，并对我院参加座谈会的人员进行了简要介绍。随后，陆林院长以“以科学精神体现人文关怀”为题，从医院概况、发展规划、医疗护理服务、科研工作、学科建设、教学工作等多方面对我院情况进行了介绍。陆林院长表示，我院将坚持“以科学精神体现人文关怀”的院训作为核心文化理念，不忘初心，牢记使命，为促进我国精神卫生事业发展做出积极贡献。在交流的过程中，刘文先副司长针对我院医、教、研、防各个方面进行了详细的了解。接着，孙洪强副院长从医院信息化发展、医院信息安全、医院网络安全保障、新媒体宣传和今年的重点任务等方面介绍了我院信息化建设现状。

随后，刘文先副司长做总结发言。他指出，人民群众的心理健康、精神卫生的发展离不开专业的队伍，我院作为精神卫生工作的国家队要立足群众需求，采取多种服务方式提供精神心理卫生服务，例如，可考虑搭建、维护和管理公益性开放性心理咨询信息平台，促使公众及时获得精神卫生相关知识，着力提高公众对精神卫生的重视程度，提高群众生活品质。同时，应积极探索将精神医学与养老、护理、康复等概念相结合，将信息技术与实体医院相融合，促进优质医疗资源下沉，提升优质精神心理服务资源的均等化、普惠化、便捷化水平，方便群众就医。胡建平副主任提出可考虑充分利用人工智能技术，加速智慧医疗在精神心理领域的落地；同时可建立专科性协作平台，为大众提供更优质的精神心理卫生服务。

座谈结束后，在我院陆林院长、孙洪强副院长等人的陪同下，刘文先副司长

一行先后参观了我院联络会诊科的远程医疗中心、临床心理科、综合一科、特诊科和睡眠医学科等科室。各科室老师介绍了科室特点、服务模式和发展现状等情况。

未来，我院将继续承担起精神心理领域国家中心的医疗、教学、科研、人才培养和科普职责，着力推进“互联网+医疗健康”工作，进一步优化就医流程，提高服务质量，改善群众就医体验，探索不同形式的服务提供和资源配置模式，努力促进精神心理卫生服务协同发展。（党院办 李怡雪）



国家卫生健康委员会医政医管局领导来我院调研工作

2019年3月14日，国家卫生健康委员会医政医管局监察专员郭燕红、公共卫生医疗管理处处长黄欣、医疗质量与评价处处长樊静等一行七人来我院走访调研。

在我院孙洪强副院长的陪同下，郭燕红监察专员一行先后参观了我院普通门诊、老年科、临床心理科、专家门诊、儿童病房、综合一科、特诊科、睡眠医学科和公共卫生事业部等科室。各科室负责老师们详细地介绍了科室特点、服务模式和发展现状等情况。

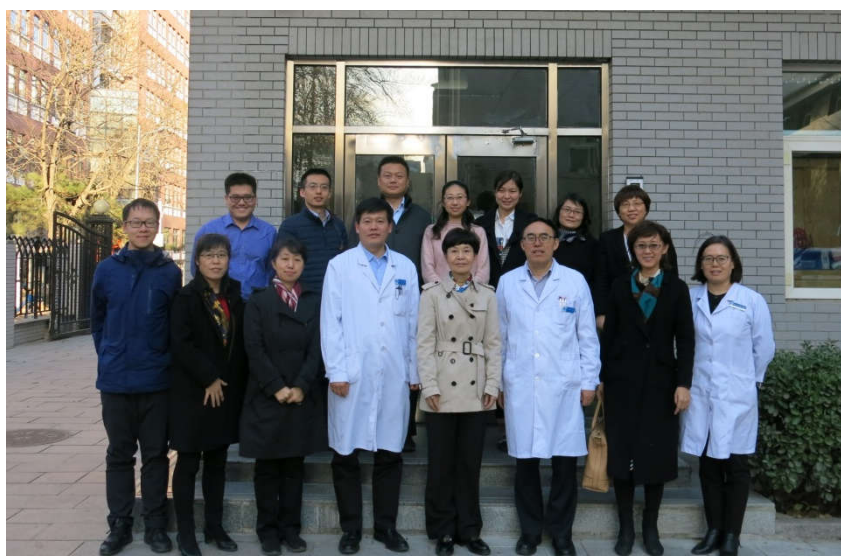
接着，郭燕红监察专员一行与我院人员进行了座谈交流，中科院院士、我院院长陆林，副院长岳伟华、司天梅、孙洪强、张霞，党委副书记刘靖，总会计师李秀华，公共卫生事业部主任马宁等老师参加了本次座谈，会议由岳伟华副院长主持。在座谈会中，岳伟华副院长首先代表我院对郭燕红监察专员一行的到来表示热烈欢迎和感谢，并对我院的参会人员进行了简要介绍。郭燕红监察专员介

绍了此次调研的目的，结合公共卫生医疗管理处的成立，她提到，公共卫生工作涉及一些重要疾病的诊疗，目前希望可以由医疗扩大至预防，促进防治结合。由于精神卫生领域重点疾病较为集中且数量较多，希望通过此次调研系统了解怎样从公共卫生角度，把精神卫生诊疗工作规范化，形成相应的标准以及指南，让精神卫生领域不仅有国家的“领头羊”，也能从国家到省、以及地方形成覆盖全国精神卫生机构的网状结构，保障我国精神卫生诊疗的规范化和质量安全，让精神卫生工作得到持续改进。

陆林院长以“以科学精神体现人文关怀”为题对我院的基本情况和国内外精神疾病诊疗情况进行了介绍。陆林院长表示，我院将加快发展，争取资源着力创建国家精神卫生中心和国家精神医学中心，不断建设和打造满足人民群众心理、精神卫生需求的医疗卫生服务供给体系，更好地为健康中国的建设做出精神卫生人的贡献。接着，孙洪强副院长从精神疾病诊疗规范及存在问题、医疗质量控制工作的四个维度等方面向来宾进行了简要介绍。

国家卫生健康委公共卫生医疗管理处黄欣处长提出主要想从精神卫生规范化诊疗、质量控制、医疗服务能力水平提升等方面了解目前可进一步开展的工作。陆林院长提到一是目前我国抑郁症、老年痴呆、自闭症、精神分裂症等疾病都产生了较重的社会负担，对于诊疗工作的规范化、早发现早治疗确实可以创造更大的社会价值；二是目前对医生的诊疗指南遵照全球的统一标准，我院即将发布针对患者的“失眠防治教育指南”，希望让患者可以真正了解如何防病；三是针对基层服务能力不足的问题，主要还是通过现行的如建立分院、成立区域医疗中心等，提高国内医疗水平的同质化。随后，与会人员就完善重点疾病诊疗规范、成立相关专家委员会等问题进行了详细的讨论。郭燕红监察专员指出下一步可考虑将行政工作与专家工作相结合，进一步完善建立全国规范化诊疗和质量控制体系。樊静处长指出建立精神科疾病诊疗规范对达成精神疾病诊疗同质化十分重要，将有助于进一步减轻群众就医负担，补齐医疗卫生短板。目前全国精神卫生诊疗仍存在资源总量不足、分布不均、质量不高的问题，下一步应借助信息化系统的建设，梳理确定近年来已发布的精神科临床诊疗指南，为质量控制工作的顺利开展打下基础。

未来，我院将继续承担起精神心理领域国家中心的医疗、教学、科研、人才培养和科普职责，不断为广大患者提供优质的精神卫生和心理健康服务，努力促进我国精神卫生事业的长足发展。
(党院办 李怡雪)







济宁医学院同道赴我院参观交流

2019年3月8日上午，济宁医学院党委书记马安宁，党委副书记、院长张成博，党委委员、副院长崔文，党委办公室（学院办公室）主任陈晓东，研究生处处长刘宁，精神卫生学院党总支书记、副院长黄广传，精神卫生学院副院长陈敏等一行7人赴我院参观交流。中科院院士、我院院长陆林，副院长岳伟华、司天梅、孙洪强，科研处处长陈冬雪，教育处副处长唐妮，党院办副主任孙思伟热情接待了来宾，座谈会由司天梅副院长主持。

在座谈会中，司天梅副院长首先代表我院对济宁医学院同道的到来表示欢迎，并向来宾介绍了参加座谈会的人员。岳伟华副院长对我院的基本情况和学科建设问题进行了简要介绍。随后，司天梅副院长补充介绍了近年来我院的医疗、教学等情况。接着，崔文副院长对济宁医学院的基本情况进行了介绍。他提到，济宁医学院目前已建校67年，今年是精神卫生系成立30周年，学校将精神医学定位为重点培育学科，其精神医学的发展呈积极向上的态势。马安宁书记的发言中提到，目前济宁医学院的科研能力相对较弱，希望通过此次实地考察，学习我院各科室（尤其是儿童心理和睡眠医学学科）先进的发展规划和管理理念。各位老师以开放的态度，全面地为来宾们介绍了我院在相关领域的工作经验。随后，陆林院士对济宁医学院为中国精神卫生事业作出的支持和贡献表示了感谢，同时

济宁医学院应继续发挥优势、做大做强，考虑申请博士点将有益于科研工作的进一步开展。

座谈会后，马安宁书记等人在岳伟华副院长的带领下，参观了我院的睡眠医学科、儿童科、综合一科、工娱室、重点实验室等科室。各科室负责老师们向来宾们细致地讲解了科室情况，加深了来宾对我院的认识。（党院办 李怡雪）





中国人民解放军联勤保障部队第九八四医院同道来我院参观交流

2019年3月13日上午，中国人民解放军联勤保障部队第九八四医院政委刘长勇、副院长周荣、人力资源办公室主任叶世清、全军心理卫生服务中心主任李秀珍、全军中心办公室主任王瑛等一行11人来我院参观交流。我院党委书记王向群，副院长司天梅、孙洪强，人事处处长李晓霓、护理部主任王涌、党院办副主任孙思伟、总务处副处长吴雪莹、临床心理科副主任易嘉龙、门诊部钱英老师等作为医院代表热情接待了来宾，座谈会由司天梅副院长主持。

在座谈会中，司天梅副院长首先代表我院对中国人民解放军联勤保障部队第九八四医院同道们的到来表示欢迎，并向来宾介绍了我院参加座谈会的人员。孙洪强副院长从医院概况、发展规划、医疗护理服务、科研工作、学科建设、教学工作等多方面对我院的基本情况进行了介绍。

随后，刘长勇政委对我院为此次调研活动提供的周到安排表示感谢，他介绍了此行目的和参会人员，希望以此次交流为契机，发展建立起积极、畅通的沟通平台，学习我院在医疗服务、学科建设、门诊布置等方面的先进经验。接着，周荣副院长在发言中提到，部队群体相对较为封闭，近年来精神疾病发病率有所上升，希望通过本次交流，与我院展开医疗、科研等方面的深度合作。

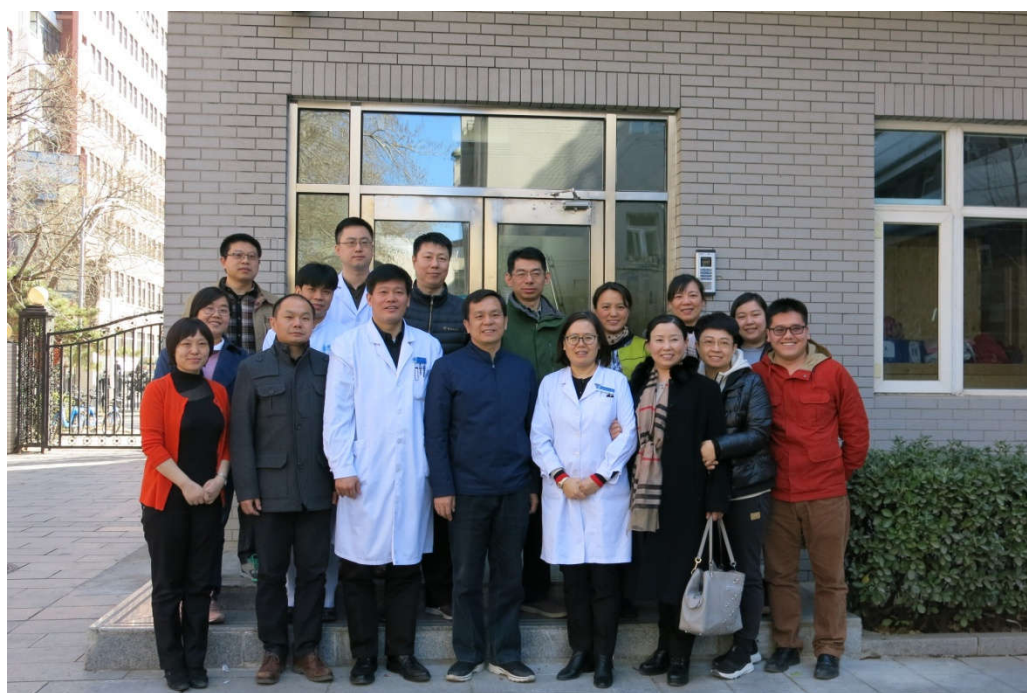
随后，我院相关部门的老师和第九八四医院的同道们进行了深入的专题讨论。李秀珍主任就临床心理工作与精神医学工作的结合模式提出疑问。对此，我院临床心理科易嘉龙副主任指出我院将心理治疗与日常查房、护理等工作相融

合。钱英老师则就近期新开设的系统式督导进行了简要介绍，同时她提到，中国社会心理学会婚姻与家庭心理学专业委员会旨在促进婚姻家庭心理健康，造福和谐家庭与幸福生活，可以此为思路关注部队职业军人婚姻家庭问题。针对第九八四医院各位老师提出的问题，我院参会的各位老师一一给与详细解释和讨论，并分享了我院相关管理模式和经验。

座谈会后，刘长勇政委等人在护理部王涌主任的带领下，参观了我院老年科、工娱室、临床心理科、综合二科、睡眠医学科、特诊病房、门诊部等科室。各科室老师们耐心细致的讲解，加深了来宾对我院的认识。

通过本次参观交流，既增加了两院间的工作联系，又相互借鉴了工作经验，双方都表示今后要进一步加强交流学习和深度合作，共同推动我国精神卫生事业发展。
(党院办 李怡雪)





我院基建处人员赴医学部基建工程处交流学习

2019年2月28日上午，我院张霞副院长带领基建处胡瑜副处长等一行4人来到医学部基建工程处交流学习。医学部基建工程处处长余也，副处长何素丽、田广，基建顾问、原北京大学基建部部长莫元彬部长等领导参加了交流工作。

首先，余处长欢迎我院人员来医学部交流学习，并介绍了基建工程处的所有人员。接着，基建工程处何素丽副处长从组织架构、职能分工、工程项目管理阶段经验等方面介绍了医学部基建工程处的相关工作。

随后，张霞副院长介绍了我院基建处的人员，提出此次交流主要是结合目前我院分院建设项目的状况向医学部学习基建工作的管理，为项目顺利完工打好基

础，做好准备工作。

针对我院分院建设，莫部长提出了几条具体的指导性建议，让我们受益匪浅。余处长也表示基建工作是一个长期而繁琐的工作，需要有足够的心理准备来应对未来的困难，希望我院继续努力，保持积极的工作状态，取得我院分院项目的圆满成功。

最后，张霞副院长表示医学部的基建管理工作经验非常值得我们学习，希望今后与医学部加强联系合作，也请医学部建设工程处的领导多多指导工作，提升我院基建管理工作的能力。
(基建处 王龙)



法国宜世学院代表团访问我院

2019年2月27日上午，法国宜世高等精神运动与康复学院国际项目负责人

Mark Soubiran 先生一行来我院访问交流，法国驻华大使馆经济参赞 Pierre Martin 先生及翻译员邢颖陪同访问，我院孙洪强副院长、刘靖副书记会见了代表团并主持座谈会，护理部王涌主任、中国疾控中心精神卫生中心马弘副主任、临床研究室王华丽主任、综合一科病房闫俊主任、精神疾病康复中心程嘉主任、老年科李霞护士长、工娱室邱彦红护士长、精神疾病康复中心王天姿、外事办公室孙艳坤参加了座谈。

在座谈会中，刘靖副书记首先代表我院对 MarkSoubiran 先生一行的到来表示欢迎，并就参会人员的情况进行了简要介绍。随后，孙洪强副院长总结了我院与宜世学院在精神运动康复领域培训方面取得的成果，并希望未来可以进一步拓展在精神运动康复领域培训、教学、科研等多维度的合作。外事办孙艳坤博士介绍了我院临床、科研、教学等方面的情况，回顾了既往的国内与国际合作情况。MarkSoubiran 先生介绍了法国宜世学院的历史，精神运动康复技术的创立与发展历程，以及未来拟在中国继续开展的培训和推广工作。马弘主任系统回顾了我院开展精神运动康复培训的历程，以及推动国内合作医院发展精神运动康复的情况。自 2017 年至今我院已承担或组织 15 个 PMT 培训班及一个儿童工作坊，共计 1100 人接受过至少一次培训。在圆桌讨论期间，刘靖副书记高度评价双方既往的合作，并希望双方的合作能够进一步深入，在双方的共同努力下，将精神运动康复在我国进行更加广泛的推广，并服务于自儿童到老年所有需要帮助的精神障碍人群。我院孙洪强副院长指出我院会积极主导精神运动康复技术在中国精神疾病领域的推广，包括制定行业标准、培养人才等，并开展相关的科学研究，为在我国临床和社区应用提供有效的循证依据；王涌主任、马弘主任、王华丽主任、闫俊主任、程嘉主任及护士长李霞、邱彦红等也就既往合作培训及临床应用过程中面临的问题同法方进行了细致的交流和沟通。

本次座谈进一步加强了我院与法国宜世学院的合作，双方将在教育培训、科研项目、临床应用等方面展开深入交流，努力推动精神运动康复在中国精神疾病康复领域的发展。我院将发挥桥梁和纽带作用，规范精神运动康复的行业标准以及推广应用工作，使其更好地服务于中国精神疾病患者。

（外事办 孙艳坤 公事部 马弘）

附：法国宜世学院介绍：

法国宜世高等精神运动与康复学院（ISRP）成立于 1967 年，是世界上首个和最大的精神运动康复学校。1979 年，在宜世学院推动下创立了国际精神运动康复和放松疗法协会（OIPR），全球有 30 多个国家加入到该协会中。迄今为止，全法二分之一，全球四分之一以上的精神运动康复师均毕业于宜世学院。

作为精神运动康复专科院校，宜世学院的巴黎、马赛和薇姿三个校区共有本科和硕士生 1200 名左右，并同时开设继续教育阶段，现有 500 多名在职人员（康复师、护士、护工等）在学院进行在职教育培训。宜世学院的所有证书和学位都受法国卫生署和教育部的双重认可。自 2008 年起，宜世学院就多次参与法国国家级健康工程，例如阿尔兹海默病、神经退行性疾病、新生儿计划和自闭症计划等，成为了行业标准的制定方。

精神运动康复学介绍：

精神运动康复学是有别于 PT、OT、ST 并结合了心理学相关概念的独立治疗手段，同时综合了神经、心理和运动三个理念，代表着精神与运动的结合。精神运动康复学是一种非药物、非大型器械的治疗方式，始于法国，迄今已有 70 多年历史。吉赛尔·苏比昂女士（Giselle Soubiran）于 20 世纪中叶首先提出了精神运动康复学的概念。

这是一种针对患者身体机能运动与大脑间的联系而采取的治疗措施，其新颖之处在于将精神与身体视为整体，有助于治疗师更确切地掌握人体机能的复杂性。它研究身体与精神之间的双向影响，是一种特殊的以身体为媒介调整心理的机能再造的康复过程。精神运动康复师通过对患者的六大精神运动功能评估，调动、发展和加强个体本身精神认知并促使感觉、感知和身体机能再次成为一个整体。因此，精神运动康复的适用方向极其广泛从早产儿、新生儿疾病，例如自闭症，到成人精神疾病，例如抑郁症到老年神经性疾病，例如阿尔兹海默病等都有显著疗效。同时，精神运动康复还是一种预防性的治疗，把教育、训练和治疗合三为一。可以说，精神运动康复学是一门复杂的学科，其中汇集了全部与思考、心理、情感及脑功能密切相关的运动功能总和。

“共情”，“适应”、“关系”和“非语言交流”是精神运动康复的理念，让患者与其家人能真正主动参与到康复中。





我院参加北京市 12320 热线 2019 年诉求办理工作会议并作经验分享

2019 年 3 月 12 日，北京 12320 热线在北京市卫生健康委党校召开了 2019 年诉求办理工作会，会议由 12320 服务中心主任段长霞主持，市卫生健康委委员高小俊到会并讲话，全市各网络单位主管委（院）领导及工作人员共计 200 余人参加会议。我院党委副书记刘靖、党院办副主任孙思伟、门诊部刘朝忠老师等一同参加会议。

会上，12320 服务中心胡爽副主任做了 2018 年诉求办理工作总结，部署了 2019 年工作重点。随后，各网络单位进行经验交流。首都医科大学附属北京佑安医院介绍了《健康宣传重在落实》、中国医学科学院肿瘤医院介绍了《不断提高服务质量，全力做好群众诉求转办工作》、北京大学第一医院介绍了《打造投诉管理体系，持续改进患者体验》、北京市积水潭医院介绍了《落实一站式，专业化服务提升医疗服务质量》。我院因在 2018 年 12320 热线诉求转办工作中的突出表现，被邀请进行经验分享，门诊部刘朝忠老师以自身将心理咨询和治疗方面的知识应用到纠纷处理的经验，做了题为《以群众满意为目的，全面提升各项服务水平》的报告。

2018 年我院对接到的 12320 转来的工单按期办结率、反馈率、解决率、满意度和切合度都为 100%。这些考核指标在整个北京卫生系统都是少有的。各项指标 100%充分说明了我院参与信访工作的各位同志都做了大量细致的工作，也是我院各级领导高度重视的结果。

最后，北京市卫生健康委委员、机关党委书记，主管委领导高小俊委员总结，他强调各级领导要认清形势，服务大局；各单位要提高认识，落实制度、机制、程序要求，做好诉求办理工作，提高“为民解难、为党分忧”为国家战略服务意识。高小俊委员同时强调，建立好一支专业化队伍是做好信访工作的基础，建好各项保障机制，做好各种流程。他强调信访工作是一项“助人助我”的工作，在工作中要处理好三种关系：“他人、自然、自我”的关系，各单位领导要高度重视，专人办理，快转快办，坚持首善标准，切实提高“三率两度”指标，提升全系统工作水平。
(门诊部 刘朝忠)



春来又相逢——2019年AD医患者家属联谊会圆满举办

金猪旺财送冬去，万木含绿待春来。在这春暖花开、万物复苏之际，我们迎来了家属联谊会“诸事顺利”的新的一年。阳春三月，2019年的第一次家属联谊会圆满举办。

会上首先邀请了大家的老朋友、我院记忆中心主任王华丽教授做开场致辞，王教授对新的一年进行了展望和期待，并表示我们会不断努力让患者的生活品质得到更长时间的维护，让家属照护压力减少、生活质量有所提升。王教授表示家属联谊会就是我们的大家庭，希望所有的工作人员、家属、志愿者在新的一年里携手共进，越来越好！

我院家属联谊会属于开放性的团队，每次都有新朋友也有老朋友，因此在年初我们请来了我院护理教研室主任马莉老师给大家带来“认识阿尔茨海默病”的讲解。希望新朋友能够了解认识如何应对阿尔茨海默病，老朋友也能够再次学习，加深认识。

马莉老师从认识到如何应对阿尔茨海默病一一进行了讲解：首先她讲述了什么是阿尔茨海默病，到底是如何发病的、有什么原因、高危因素；早期、中期、晚期分别都有哪些临床表现；以及对于此病该如何诊断，有哪些治疗方案。最后马莉老师讲述了应对阿尔茨海默病的一些策略，药物和非药物分别是如何干预，以及诊断之后如何采取药物及非药物形式干预。

接着，精神运动康复师邢颖老师带领家属及老人进行运动康复训练的练习，一套完整的练习让家属和患者都做了一个全身心的练习和放松舒展。看着家属和老人们脸上洋溢着开心的笑容，我们也发自内心的感到高兴。睦友社工夏梦梦随后给大家系统介绍了社会工作者如何帮助阿尔茨海默病患者及其照护者。夏梦梦以社工角度，从社区、患者、照护者几个方面讲述了服务方法和内容，让大家更清晰地了解现在以及未来社工能够在这一领域发挥的作用。最后社工带领大家做了一些简单的认知训练，让家属随时随地可以带着老人练习。

最后我们的家属联谊会在大家的欢声笑语中接近尾声，未来我们家属联谊会会在保持传统的基础上不断创新，不断追求卓越！我们也会对大家的困难和要求做最大的支持和帮助，期待下个月与您的再次相遇，我们4月再见！

(临床研究室 孙婷婷)

《又见春暖花开》

夏梦梦

燕子回时，水流花开

花下泡一杯下午茶

不知从哪一天起

你开始忘记许多事

不知从哪一天起

我成了你眼中的陌生人

宛若寒风无情地在湖心划开的一道道痕

在我心房隐隐作痛

但是

当你在梦中呼喊我儿时的乳名

当你走到哪都紧紧拽着我的衣角时

让我又成为世界上最幸福的人

是啊

这世界，总有与众不同的美好

抬头望去

阳光划过树梢，洒入杯中的茶香

是的，又一个春天来了

我想带你去看春天的桃花盛开

去听溪涧的潺潺流水

燕过不留影

我想和岁月一起，给你所有的记忆

我想和阳光一起，给你所有的温暖……

我院工会与计财处联合开展多肉盆栽培训活动

为了庆祝“三八节”、丰富我院教职工文化生活，提高职工素养、陶冶情操，2019年3月5日中午，在科研楼三层英魁厅，我院工会和计财处共同组织我院女教职工开展了多肉植物培训活动。老师们对多肉植物十分感兴趣，抱着期待的心情学习养殖多肉植物。前来参加本次活动的老师共计50余人。

多肉植物迷你可爱、艳丽多姿、坚强好养，受到了教职工们的热情追捧；教职工在多肉植物栽种中缺没有专业的辅导。本次培训中，培训老师从多肉植物的分类、生长习性、养护要点等几个方面进行了讲授，让在座的老师们全面了解了多肉植物的相关知识。在实践操作过程中，大家根据老师的现场指导，自己动手栽植多肉植物，先将营养土倒进小花盆里，然后放上不同种类的多肉小苗进行种植、摆盆。

此次多肉植物培训活动，既让女教职工们增长了知识，又使其感受到了集体活动的快乐。

(工会 石旭)



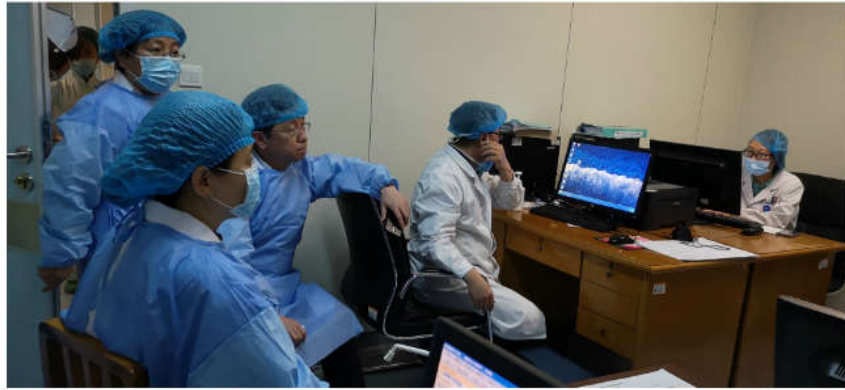
我院专家完成山西省乡宁县山体滑坡致楼房垮塌事故心理救援任务

2019年3月15日傍晚，山西省临汾市乡宁县枣岭乡发生山体滑坡致楼房垮塌，造成人员伤亡。3月15日深夜，我院接国家卫生健康委员会应急办的紧急心理救援任务后，紧急协调派出程嘉主任医师和邱宇甲主治医师前往山西指导当地开展伤者和家属的心理干预工作。

在现场救援期间，两位专家不辞辛苦，开展了大量的心理救援工作，从合理配置资源、规范操作流程，纵向、横向心理援助信息互通，明晰伤员个体化治疗重点，关注治疗后社会支持和救助者的创伤处理等方面提供了技术指导。同时，两位专家还对当地医生就为伤员家属做心理疏导、评估受伤患者的轻生风险、对重点丧失亲人的家庭进行一对一的评估、对受灾人群和开展救援工作的相关人员提供心理健康宣教等工作进行了指导。这一系列的活动，为乡宁县山体滑坡致楼房垮塌事故后的心理救援工作提供了指导和保障。

3月18日晚，两位专家在完成救援任务后顺利返京，我院孙洪强副院长、党委院长办公室孙思伟副主任等前往首都机场迎接，孙洪强副院长代表我院对两位专家在突发事件面前勇担社会使命、高效执行心理救援任务、无私奉献的精神表示了衷心的感谢。

后续，我院将继续关注和支持山西省乡宁县山体滑坡致楼房垮塌事故后期的心理援助工作，共同促进事故伤者的早日康复。（党院办 李怡雪）



我院 2019 年“世界睡眠日”公益活动成功举办

2019 年 3 月 21 日是第十九个世界睡眠日，今年睡眠日主题为“健康睡眠，益智护脑”，为了普及睡眠健康知识，加强公众健康睡眠意识，预防睡眠障碍相关的慢性疾病发生，我院睡眠医学科、病房一支部、党委院长办公室联合于 3 月 21 日上午在我院门诊五楼正谊厅开展了系列公益科普活动。

此次活动包括睡眠健康科普讲座和义诊两大部分。上午 9:30 准时开始，主持人我院副院长孙洪强介绍了此次公益活动的目的及健康睡眠的重要性。随后活动进入到了睡眠健康科普讲座环节。

首先，中国科学院院士、我院院长陆林以“睡眠与健康”为题向公众介绍了睡眠相关的科普知识。他提到，睡眠过多过少都会影响认知功能，同时，睡眠还受季节和气候的影响，如常说的春困秋乏就是这个道理。睡眠对于人们的身心健康有着重大意义，良好的睡眠不仅可以增强免疫力、保护记忆力等认知功能，还可以延缓衰老。因此，睡眠紊乱会严重影响人体的正常功能，导致高血压、冠心病、肥胖等躯体疾病的患病风险增加，还会增加抑郁障碍、焦虑障碍等精神疾病的患病风险。

随后，我院老年病房主任孙新宇主任医师以“老年常见睡眠问题识别和处理”为题进行了授课，她重点讲述了老年人睡眠结构及常见误区。随着年龄增长，老年人深睡眠和睡眠需求时间逐渐减少，不能再要求每天睡够 8 小时，这样过度要求睡眠时间，反而会加重可能已经存在的失眠。中国 2016 年的一项研究表明 37.75% 的老年人群存在失眠。导致老年人失眠的危险因素很多，比如精神问题、躯体问题、药物使用、独居等。失眠会影响学习和记忆能力，增加不良的情绪波动，引起免疫力下降，导致躯体疾病的发生，还会增加老年痴呆的患病风险。因此，一旦出现失眠状况，应该积极寻找病因，必要时进行药物治疗。

最后，睡眠医学科主任孙伟副主任医师介绍了“失眠的治疗”的相关科普知识。他重点介绍了失眠的应对方法，简单概括为失眠治疗三部曲，即“行动改善睡眠、药物辅助睡眠、从心根治失眠”。孙伟医生提示失眠病友要注意养成良好的睡眠节律，做到固定上、下床时间（如晚 10:30 上床，早 05:30 下床）。通过不补觉、不午睡、不赖床、适当运动的方法增加睡眠动力。同时，通过静坐正念呼吸、身体扫描等帮助身心放松，孙伟副主任医师将其总结为“上、下、不、动、静”的五步疗法，坚持 3-4 周的患者大多能显著改善失眠情况。但是，长期失眠者可能需要药物辅助睡眠，同时坚持行为治疗，3-4 周后可以缓慢减药。只要坚持规律的行为治疗，助眠药物是可以顺利减量甚至停用的。最后，孙伟主任重点强调了“从心根治失眠”。他提示我们寻找失眠的原因，比如是否跟性格或者家庭关系不良等有关。讲座最后，孙伟主任还向听众推荐了《失眠疗愈》和“失眠工作坊”公众号，希望能帮助到广大病友。

现场患者和家属认真聆听，反响热烈。同时，本次讲座也进行了网络直播，帮助未能到场的朋友在线了解睡眠相关知识。

讲座之后活动进入到第二个环节：专家义诊。义诊活动的工作人员由来自我院睡眠医学科、病房一支部的 10 余名医生、护士组成。病友和家属们提出了很多关于失眠的常见问题，也可以看出大众对于睡眠的关注和需求。对此，义诊专家们一一予以耐心解答，为他们提出了合理的睡眠建议，并讲述了健康睡眠知识。

本次“世界睡眠日”公益科普活动圆满结束，活动使广大群众对睡眠障碍有了更深刻的了解，得到了病友和家属的一致好评。（睡眠医学科 司飞飞）



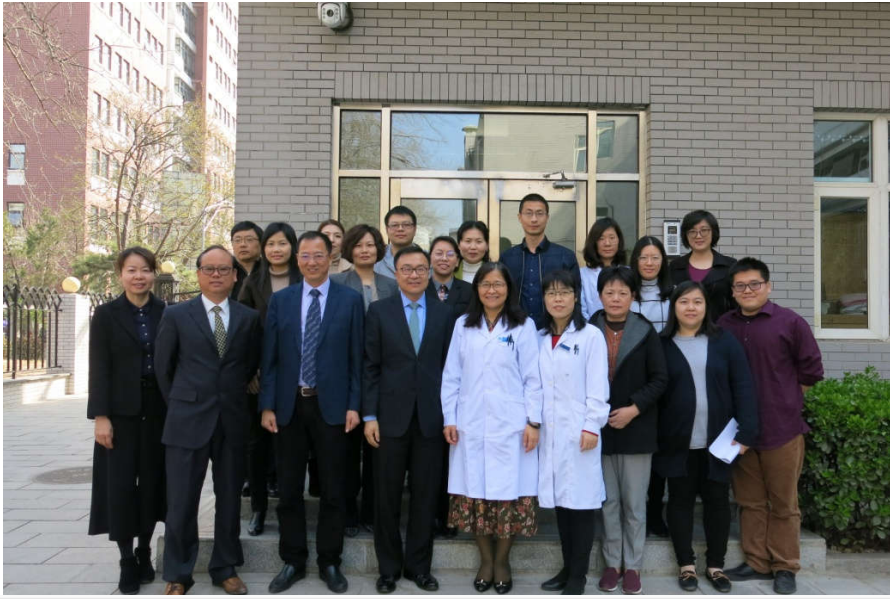
上海市浦东新区南汇精神卫生中心同道来我院参观交流

2019年3月26日上午，上海市浦东新区南汇精神卫生中心院长钱铭、副院长胡建德、周金平等一行14人赴我院参观交流。我院副院长岳伟华、党委副书记刘靖、党院办副主任孙思伟、计财处副处长潘琮、总务处副处长吴雪莹、信息化建设办公室副主任迟锐、医技科副主任邓佳慧等代表医院热情接待了来宾并参加座谈，座谈会由刘靖副书记主持。

在座谈会中，刘靖副书记首先代表我院对浦东新区南汇精神卫生中心同道的到来表示欢迎，并向来宾介绍了参加座谈会的人员。岳伟华副院长对我院的基本情况进行了简要介绍。

浦东新区南汇精神卫生中心钱铭院长在发言中提到，希望通过此次实地考察交流，学习我院各科室，尤其是睡眠医学科在病房建设等方面先进的发展规划和管理理念。医务科长潘丽红、护理部主任袁勤分别就医院睡眠医学科和护理门诊的建设进行了提问，我院岳伟华副院长和信息化建设办公室迟锐副主任一一进行回答。岳伟华副院长提到，可采用睡眠监测、远程监控的方法，关注将睡眠医学向社区转化。随后，我院刘靖副书记、党院办孙思伟副主任分别对我院新院区的病房建设和进修研修情况进行了介绍。各位老师们以开放的态度，全面地为来宾们分享了我院在相关领域的工作经验。

座谈会后，钱铭院长一行参观了我院综合一科、工娱室、临床心理科和睡眠医学科等科室。各科室负责老师们向来宾们细致地讲解了科室情况、病房设置和护理理念，进一步加深了来宾对我院的认识。（党院办 李怡雪）



我院工会举办全民健康系列之健康大步走年度活动 第一季迎春暨三月八日国际劳动妇女节庆祝活动

在人们的心里，春天是一年四季中最好的季节，因为春天会给人带来温暖，带来希望。为庆祝“三八”国际劳动妇女节，我院工会于2019年3月8日中午，组织了以“全民健康大步走”为主题的“庆三八”教职工大步走活动。全院近400名教职工参加了此次活动。

健步走活动是最受教职工喜爱的工会活动之一，不但缓解了日常的工作压力，同时也能锻炼身体，增进同事间的友谊。签到、出发、行走，踏着春天的脚步，大家走出办公室，从我院东门出发，绕北京大学医学部操场行走一圈，本次活动历时1小时。

活动结束后，每一位准时前来的参与者领到了工会为大家精心准备的午餐，带着运动后愉悦的心情返回到工作岗位。（工会 石旭）



保卫办公室开展《火灾风险防范指南》培训工作

根据我市和花园路地区消防部门的文件指示，我院保卫办公室近期组织开展了《火灾风险防范指南》相关培训工作。不久前，我国南方地区某化工厂发生重特大安全事故，造成严重的人员伤亡和财产损失，由此看出火灾防范是安全管理工作的重中之重。为了使宣教工作覆盖率达到最大，3月22日保卫办公室将北京市消防总队编写的《火灾风险防范指南》逐个分发到我院各个科室并告知学习的重要性。利用我院简报分三期在固定板块进行宣教文章的转载刊登。同时也利用微信平台将宣教文章发送至我院微信群、危化品管理工作微信群、北大六院安全督导员交流微信群。3月25日保卫办工作人员将领取的消防部门宣教海报张贴在我院大门口醒目位置。医院的相关化学品数据也上报至北京市卫生健康委。

今年我市将举办多个重大活动，安全管理面临新的挑战，我院保卫办公室将按照年度安全管理工作计划开展安全宣教、应急演练、防火巡查、灭火器年检、设备保养等工作，提高我院广大职工的安全意识，确保医院的平稳运行。

（保卫办公室 郭雨辰）



主 编：王向群
审 校：刘 靖
张 霞
责任编辑：李怡雪
编 辑：何小璐
孙思伟
白 杨