·中国医学科学院·

阜外医院院报

FUWAI HOSPITAL NEWS , CHINESE ACADEMY OF MEDICAL SCIENCES & PEKING UNION MEDICAL COLLEGE

2025年9月10日 第174期
内部资料 免费交流

地址：北京市西城区北礼士路167号　邮编：100037
电话：(010)68314466/88398866
网址：www.fuwai.com/www.fuwaihospital.org

医院官方微信　医院官方微博　医院官方APP

导读

德馨于行践初心，技精于勤耀仁心
——阜外医院举办庆祝中国医师节系列活动
雪域担当，用实干绘就奉献底色　第2版

铭记抗战历史 奋进复兴征程——门诊影像党总支实验诊断中心党支部赴中国人民抗日战争纪念馆开展主题党日活动　第3版

处暑：四时俱可喜，最好新秋时　第4版

从“心”出发 共“阜”新程

国家心血管病中心 中国医学科学院阜外医院2025年新员工入职

盛夏八月，万物竞发。国家心血管病中心、中国医学科学院阜外医院迎来了2025年新员工共210余人。为帮助新同事们尽快地融入阜外大家庭，适应新环境、转变新角色，8月4-8日，医院组织了新员工入职报道手续办理、教育培训、团建与宣誓仪式等一系列岗前培训与活动。

01 教育培训——快速提升能力素养

为了让新员工了解认识阜外医院的文化底蕴与发展历程、掌握医院基本的规章制度、自身需具备的职业素养、行为规范等，同时激发精益求精、锐意进取的奋斗力，8月6-7日，于医院报告厅，开展了新员工教育培训。

8月6日上午，中心和医院党委书记郑哲同志为教育培训会作致辞讲话。郑书记首先介绍了阜外医院的历史根基与红色血脉，强调了医院的前身为始建于1956年的中国人民解放军胸科医院，发展至今已有69年的历程，一代代阜外人厚植家国情怀，传承“听党指挥、对党忠诚”的军队文化与“严谨、博精、创新、奉献”的协和文化。郑书记对新员工们提出了殷切期盼：一是希望大家能够传承阜外前辈们艰苦奋斗、追求卓越的精神品格，珍惜当下的时代机遇、广阔的平台与资源，在阜外这一汇集国家级顶尖资源的平台上施展才华、快速成长；二是勉励大家能够保持严谨、专注、精益求精的职业素养与价值理念，领悟医院作为“国家队”肩负着引领推动全国心血管事业发展的责任担当，深刻理解自身所承担的医疗工作对保障人民群众健康、守护患者生命的重要意义和使命，要将其转化为自身的行为准则与思想自觉；三是激励大家树立远大志向，把个人的职业追求与发展融入到中心和医院发展当中，奋发有为，努力成为中国乃至世界一流的医疗工作者，并为推进国际一流心血管医学中心建设贡献自身力量。

授课专题主要围绕三大方向：“厚植阜外文化 传承家国情怀”“树立纪律意识 做合格阜外人”“素质能力提升 全面成才成长”。中心党政办、综合办、人力资源处、医务处、科研处、纪检监察处、信息中心、保卫处、行风办公室、工会等多部门的负责同志，以及内外科优秀青年骨干为新员工进行了多层次、多维度的教育培训。他们为新员工们详细全面、生动地讲授了阜外医院的文化底蕴、历史沿革，推动全国心血管病防治事业发展的历程，新时期推动“双中心”建设的成效与未来发展方向，人才培养的战略目标、规划与路径，医疗技术“品质与创新”、医疗质量安全的核心要求，“一体三翼”的科研布局、科研诚信的要求，深度应用信息化赋能临床服务能力提升的素养，廉洁从业、医德医风的行为准则与底线思维，保障安全生产与消防安全的处置能力，丰富的工会活动与职工福利等内容。同时，在各部门授课后，还专门安排了心理健康、医患沟通技巧的专题授课与讲座，对医务工作者如何处理复杂多样的医患关系提供了实用指导。

为确保培训教育的实效，还进行了课堂线上测验答题，并为答题排名情况前20%的新员工发放了奖品。

02 团建活动——高效凝聚团队力量

为快速增进新员工间相互了解，凝聚团结的力量，培养协作共享的精神，营造积极向上、和谐融洽的氛围，8月6日下午于月坛体育场，组织全体新员工进行了团建活动。活动设计注重熔炼团队、强化组织力、提升沟通协作，通过丰富多彩的破冰游戏、团队挑战任务等，让新同事们互相之间迅速拉近距离，奠定了彼此合作、信任的基础，为大家在未来工作中密切协作、共同奋进注入了的情感动能。

03 宣誓仪式——充分激发职业使命感

8月8日上午于报告厅举办了新员工宣誓仪式与授书仪式，中心和医院原党委副书记、纪委书记李天庆同志，医院副院长杨伟宪同志，以及有关职能部门负责人出席会议。仪

（下接第2版）

助力“一带一路”共建国家心血管诊疗技术升级

——阜外专家携三维脉冲电场消融(PFA)技术成功首秀东南亚

2025 年 8 月 15 日，中国医学科学院阜外医院（以下简称阜外医院）心律失常中心主任姚焰应印度尼西亚顶级医疗机构——雅加达 RSCM 医院邀请，与 Dr.Muhammad Yamin、Dr. Simon Salim 等专家紧密合作，成功完成三例具有里程碑意义的三维指导下脉冲电场消融 (PFA) 治疗房颤手术。此次手术不仅是中国国产高端电生理系统（惠泰医疗 HT Viewer 三维平台）与 PFA 导管在国际的首次临床应用，更标志着“中国创新方案”在国际心律失常介入治疗舞台上的精彩亮相。

技术突破：中国方案破解高难度房颤消融难题

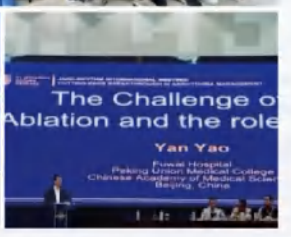
本次手术的三例患者均属极高难度病例：两例为长程持续性房颤合并巨大左心房，其中一例为心脏瓣膜病外科术后伴瘢痕相关性房速，另一例则合并严重心力衰竭。姚焰主任凭借精湛的技术和丰富的经验，利用国产惠泰 HT Viewer 三维电解剖标测系统进行精细标测，并应用惠泰 PFA 环形与点状压力 PFA 导管实施消融。面对复杂的心脏结构和电生理基质，中国技术展现出卓越的性能，三例手术均顺利达到理想治疗效果，患者成功恢复窦性心律，彰显了中国在复杂心律失常介入治疗领域的强大实力。

国际瞩目：中国电生理平台获高度赞誉

此次手术是东南亚地区首次实现三维系统指导下的 PFA 心脏消融，吸引了来自印度尼西亚、马来西亚、越南、菲律宾等 5 个国家、14 家中心的 20 余名心血管电生理专家现场观摩交流。术中，姚焰主任与各国专家就复杂房颤消融的策略、技巧以及中国 PFA 技术的应用心得进行了深入探讨。RSCM 医院主要术者 Dr. Simon Salim 教授在术后给予了高度评价：“这套三维系统性能优异，信号清晰直观，操作简便易学，即使是初学者也能快速掌握。它将传统的二维电生理记录功能与三维标测系统完美整合，简化了手术流程。消融导管的操控感与传统射频导管相似，且具有良好的兼容性。我非常愿意向其他医生推荐这套中国系统。”

学术引领：阜外声音传递中国创新力量

姚焰主任在“JAKC-RHYTHM印尼心律学大会”上，发表了题为《房颤消融的挑战与脉冲场消融(PFA)的作用》的主题演讲，结合国际前沿与中国经验，深入剖析了房颤消融面临的挑战，充分展示了中国理念与创新产品的优越性。



共筑“健康丝路”：践行“一带一路”医疗合作承诺

本次成功的跨国手术演示与高水平的学术交流，是阜外医院积极响应国家“一带一路”倡议，推动中国心血管尖端技术和国产高端医疗设备惠及沿线国家的生动实践。过去20余年，姚焰主任及阜外医院心律失常团队率先走出国门，积极分享中国在心律失常诊疗领域的先进经验与技术成果，为提升区域内心律失常诊疗水平、惠及全球患者贡献“阜外智慧”与“中国力量”！

文字：心律失常中心 吴国玫
图片：心律失常中心 吴国玫

主编：胡盛寿 郑哲　执行主编：刘怡华　主办：党委办公室　承办：宣传组　责任编辑：寿宇红　fuwaixc@126.com　电话：(010)88396412

阜外·中国医师节

德馨于行践初心，技精于勤耀仁心
——阜外医院举办庆祝中国医师节系列活动

他们屹立前沿，他们勇往直前
他们或许不耀眼夺目
却始终散发着温暖的光芒
怀揣着对生命的敬畏
选择成为守护健康的坚固防线
救死扶伤，无私奉献

值此第八个“中国医师节”之际，中国医学科学院阜外医院（以下简称“阜外医院”）围绕“德馨于行，技精于勤”主题，精心策划多项活动，以实干诠释医者担当，以温情传递崇高职业精神。

温情关怀润泽医者身心

医师节当天，阜外医院举办医师节庆祝活动启动仪式，院领导、内外科管委会、优秀医师代表、职能部门负责人等参加启动仪式。

院领导慰问医务工作者，为其送上鲜花和果盒。午餐期间在职工食堂为医务工作者送上节日蛋糕，向医务工作者致以崇高的敬意和衷心的感谢。

援疆援藏优秀医师合影

四地阜外医技入围心电图大赛决赛人员合影

技能赛场淬炼专业匠心

三大品牌赛事点燃学术激情。第五届依法执业知识竞赛中，医师们通过线上竞答筑牢法律底线；横跨四地的“心动阜外杯”心电图读图比赛，青年医师在智能辅助中突破诊断思维边界；第四届“妙手仁心杯”外科手术视频展示现场，无影灯下的精湛技艺通过8分钟浓缩呈现，现场邀请资深外科专家的点评指导，形成了“比学赶超、教学相长”的良好氛围，青年医师也能借助比赛充分吸取前辈经验、研学先进技术。

开展“医师家庭日”活动

8月17日，围绕节日主题，阜外医院医务处、护理部、手术室、介入导管室、工会、门诊部、后勤职工食堂等部门大力配合，开展“医师家庭日”——“医路‘童行’·用心守护健康”主题活动。活动吸引60组医师家庭、200余名职工及家属参与。当天开放日设置手术室探秘、急救培训等环节：家属分组穿戴手术服参观介入导管室与外科手术室，通过专业讲解直观了解医疗场景；通过儿童版心肺复苏实操、海姆立克急救法模拟培训，派发定制急救包等活动，促进职业认同与家庭健康守护能力提升。

义诊现场架起惠民连心桥

来自心内科、心脏康复中心、眼科、口腔科、营养科、门诊部、医保物价办的工作人员开展义诊，为百余位患者提供免费咨询，免费测量血压、发放健康保健宣传页、提供常见慢性病咨询服务。同时，为切实加强医保政策宣传工作，使人民群众知晓医保政策和业务经办流程，特开设“医保咨询服务台”，确保医保惠民政策落到实处。

人文光影定格大爱瞬间

阜外医院开展医务工作者摄影作品征集活动，“阜外家人们”纷纷拿起相机，以镜头为笔、光影为墨，用心捕捉工作与生活中的美好闪耀瞬间——或许是祖国山河的壮丽景致，或许是手术间隙窗外的一抹晨光，亦或是医患交流时温暖的笑容。这些定格的影像，成为为献给医师节动人的“仁心礼赞”。

本次中国医师节系列庆祝活动采用“四地阜外心连心、同欢庆”的方式，在“一体三翼”布局下丰富了活动形式，促进了四地交流，也是国家医学中心及区域医疗中心齐头并进、高水平、同质化发展的重要体现。阜外医院向所有坚守岗位、默默奉献的医务工作者致以最崇高的敬意。

文字：党委办公室 周雅婷
医务处 任晶晶
图片：党委办公室 邓洪峰

雪域担当，用实干绘就奉献底色

2025年8月18日，中国医学科学院阜外医院派出的第十批“组团式”援藏专家郭婷婷、徐亮两位医师圆满完成一年的援藏任务，凯旋归来。

郭婷婷：扎根雪域，医者仁心铸忠诚

郭婷婷医生始终以高度的政治责任感践行援藏使命，将“缺氧不缺精神、艰苦不怕吃苦”的信念融入日常，克服高原环境带来的身体挑战，全身心投入医疗帮扶工作。

在临床诊疗中，郭婷婷医生以患者为中心，坚持每日在心脏重症监护病房为每位患者开展床旁教学查房，细致评估每位患者病情并制定个性化治疗方案，确保急危重症患者得到及时救治；每周组织疑难病例讨论及手术病例术前讨论，深入社区、乡镇开展义诊，耐心普及心血管疾病防治知识。开展右心导管技术，建立了该技术在西藏自治区人民医院的标准操作流程(SOP)，作为肺动脉高压诊断的金标准，该技术精准填补了当地领域空白，让高原患者享受到与国内顶尖水平同步的诊疗服务。

同时，通过优化心脏重症监护病房诊疗流程、加强规范化管理，援藏期间心血管急危重症患者死亡率显著下降，救治成功率大幅提升，赢得了患者及家属广泛认可。在人才培养与科研方面，坚持“师带徒”模式，通过理论授课与实操带教，助力其快速掌握心血管急危重症诊治及右心导管操作等技能，帮助徒弟逐步成长为科室骨干。聚焦高原特色疾病研究，牵头申报课题2项。积极组织筹备举办了西藏地区“第二届中国高原心胸大会”，促进西藏自治区心血管疾病规范化诊疗体系和质控平台建设。

援藏期间，郭婷婷医生用专业知识为藏区医疗事业添砖加瓦，她的坚守与付出，让“带不走”的医疗力量在雪域高原扎根生长，以高度的责任感和使命感投身援藏事业，彰显了对西藏精神“特别能吃苦、特别能战斗、特别能忍耐、特别能团结、特别能奉献”的践行和传承。一年援藏任务结束，郭婷婷医生被西藏自治区人民医院评为“优秀共产党员”，这一荣誉既是对郭婷婷医生援藏工作的肯定，也是对她在援藏期间践行党员使命和担当的阶段性总结。

徐亮：雪域丹心，用技术与坚守践行使命

作为援藏队伍的一员，徐亮医生带着对生命责任的深刻感悟奔赴西藏拉萨。3650米的海拔带来了头痛、呼吸急促等高原反应，而更严峻的是当地医疗资源的匮乏——阿里、那曲等地先心病患儿众多，却因设备陈旧、技术不足，多数患者需远赴内地治疗，无法外出的患儿只能默默承受病痛。此前，西藏已将0-18岁儿童先心病免费救治纳入“我为群众办实事”项目，通过医保与财政补贴实现费用全兜底，形成“筛查-确诊-手术-随访”闭环，这让徐亮更坚定了使命：不仅要带来北京的先进技术，更要以“师带徒”教会本地医生，让援藏从“输血”变“造血”。

在西藏自治区人民医院，徐亮医生遇到了那曲7岁的藏族小姑娘因“包虫病”骨瘦如柴，体重仅9公斤，却同时患有罕见的粗大动脉导管未闭，这正是导致她发育不良的关键。若先做包虫手术，患儿极可能无法下手术台。他果断调整方案，先处理心脏问题。面对低体重、重度肺动脉高压、近12mm的动脉导管未闭等高危因素，徐亮顶住压力完成手术，当封堵器植入后肺动脉压逐渐恢复正常，他知道自己赌对了。术后一个月，小姑娘体重增加10斤，精神焕发，母亲送锦旗时的连连道谢，让他真切体会到援藏的意义。

徐亮医生深知，援藏不仅要救死扶伤，更要提升当地医疗水平。2025年，一名黑龙江患者因 “卵圆孔未闭合并腔隙性脑梗死”，专程跨越数千公里来拉萨找他，希望接受最新的“可降解卵圆孔未闭封堵术”。这项技术当时在西藏尚未开展，内地也仅北上广大型三甲医院能实施。徐亮团队迅速完成术前准备，成功开展西藏首例该手术，患者恢复良好。本地医生感慨：“以前都是我们的患者去内地，现在内地患者来西藏了！”这例手术标志着西藏先心病治疗实现质的飞跃。

短短一年，徐亮医生带领当地团队完成300余例先心病介入治疗，攻克多项技术空白，开展了双封堵器治疗多发房间隔缺损、主动脉缩窄球囊扩张等自治区首例新术式，还获批组援项目及医科院院所援藏基金项目各一项，组织民盟“名医大讲堂”扶贫义诊及第二届西藏高原心胸大会，推动学术交流与技术普及。

阜外医院一批批援藏专家怀着守护雪域生命的赤诚之心，跨越山海、扎根边疆，作为高原健康防线的“守护者”，坚守着“生命至上，医者担当”的信念，为藏区百姓的生命健康筑牢屏障。

默默践行使命的白衣使者
一身行囊，千里奔赴，深耕不辍
以仁心换民心，以奉献赴使命
在这个致敬医者的日子里
向每一位用生命守护健康的援藏医者
致以最崇高的敬意！

文字：援藏专家 郭婷婷、徐亮

（上接第1版）

式开始，通过一则短片合集回顾了本次入职培训的精彩瞬间与各小组展示；医师集体、护士集体、全体新员工分别进行了庄严宣誓，铿锵有力的誓言回荡在会场，表达了新员工们恪守职业准则、践行阜外精神、献身心血管医学事业、守护人民健康的坚定决心与崇高信念。随后在授书环节，依次向优秀组长代表、医技代表、护理代表进行了授书，手中一本本承载着阜外医院历史与文化的书籍，饱含着对新员工们的美好期冀。

心外科医师张航和护士张向毅在会上作为新员工代表进行了发言，他们充满干劲与信念，以真挚朴实的感情分享了加入阜外的初心、对阜外的认识与认同，以及满怀梦想对未来的憧憬，展现了新一批阜外人昂扬的斗志与青春的激昂。

李天庆同志为宣誓仪式作总结讲话。他强调每一位新员工作为“国家队”的医务工作者，要始终弘扬并践行“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的新时代医疗卫生职业精神，以患者为中心，用仁心仁术提升自身服务能力、赢得患者信任；要从入职第一天就树立正确的价值观，把廉洁行医作为终身坚守的职业底线，严守职业纪律，筑牢廉洁底线，严格遵守“九项准则”，规范诊疗行为；要充分施展才华、勇于探索创新，医院为青年人才创造“容错试错”的创新环境，并支持大家在心血管领域勇闯“无人区”；要认同并理解医务人员职业的特点与特殊性，在为患者提供优质医疗服务的基础上，也要重视自身的身心健康，培养健康生活方式，做到快乐工作、健康生活。他希望新员工们尽快完成角色转变，把个人成长融入医院发展，在临床实践中锤炼医术、涵养医德，做党和人民信赖的好医生、好护士。

新员工们纷纷表示，通过教育培训、团建、宣誓仪式等一系列岗前培训与活动，深刻激发了自身的职业使命感、责任感与荣誉感，对中心和医院近70年发展的家国情怀、使命担当有了深入理解与联结，他们希望秉承“用心守护健康”的核心理念，立足保障人民健康的使命，围绕人才培养“三支队伍”建设的目标，在未来，站在阜外这一广阔的平台上，持续努力精进自身的技术、涵养自身高贵的品格、脚踏实地成就远大的理想，重振行装迈向新程，与阜外共成长！

大鹏一日同风起
扶摇直上九万里
期待你们
立足阜外这片沃土
勇立潮头、大有作为！

文字：人力资源处 李文昕
图片：党委办公室 邓洪峰

阜外·主题党日

铭记抗战历史 奋进复兴征程

——门诊影像党总支实验诊断中心党支部赴中国人民抗日战争纪念馆开展主题党日活动

2025年，是中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年的重要年份。8月7日下午，门诊影像党总支实验诊断中心党支部组织全体党员群众，赴中国人民抗日战争纪念馆开展“铭记抗战历史 奋进复兴征程”主题党日活动，通过实地参观学习，缅怀先烈，感悟伟大抗战精神。

为纪念全民族抗战爆发88周年、中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年，中国人民抗日战争纪念馆推出《为了民族解放与世界和平》主题展览。以“铭记历史、缅怀先烈、珍爱和平、开创未来”为主题，在1.22万平方米的展厅内共展出了1525张照片、3237件文物。在纪念馆内，支部全体党员群众跟随讲解员，沿历史脉络，依次参观，透过历史图片、革命文物、影像资料，大家重温了中国共产党引领全民族抗战的壮阔史诗，体会到胜利的来之不易。

历史是最好的教科书，大家在参观完展览后，纷纷表示，此次活动是一次深刻的党性教育和精神洗礼。作为新时代的医务工作者，支部党员群众将以抗战精神为炬，在守护人民健康的战场上冲锋在前。新征程上，实验诊断中心党支部将以实际行动诠释新时代的“抗战精神”，在精准诊断、科研创新的“战场”上践行初心使命，为守护人民健康接续奋斗！

文字：实验诊断中心党支部 杨琳梅
图片：实验诊断中心党支部 杨琳梅

追寻红色足迹，弘扬医者仁心

——CCU党支部赴北大红楼开展主题党日活动

为进一步弘扬伟大建党精神，传承红色基因，激励党员医务工作者不忘初心、牢记使命，阜外医院CCU党支部组织支部党员、预备党员及积极分子赴北大红楼开展主题党日活动，共同学习党的先进思想，重温党的光辉历史，感悟党员前辈的革命故事。

北大红楼作为中国共产党早期革命活动的重要纪念地，是“新文化运动的主阵地”和“五四运动的策源地”，也是马克思主义在中国最早传播的重要阵地。站在这片充满红色记忆的土地上，通过一张张珍贵图片、一件件历史文物，CCU党支部的同志们深切感受到革命先驱们的崇高精神，进一步坚定了作为新时代医务工作者的理想信念。

承前启后，继往开来，岁月易逝，精神永存。此次活动恰逢第八个中国医师节，意义尤为深远。同志们纷纷表示，要把在红楼汲取的精神力量转化为守护人民健康的实际行动，在岗位上不断践行“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的新时代医疗卫生职业精神；要以革命先驱为榜样，充分发挥党员先锋模范作用，不断为增进人民健康作出新贡献；要自觉传承红色传统，发扬医者仁心，把“为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴”的初心使命与医学事业紧密结合，在新时代的伟大征程中贡献力量，脚踏实地做好本职工作，不断进取向前行，为祖国的医疗卫生事业贡献自己的一份力量。

文字：CCU党支部 张艳娟
图片：CCU党支部 张艳娟

推动党建与业务融合，提升自身服务能力

——外科第二党总支赴中国气象科学研究院开展联学联建与义诊活动

德馨于行，技精于勤。为持续推动党建与业务深度融合，践行医者初心使命，弘扬“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”新时代医疗卫生职业精神，阜外医院外科第二党总支于8月15日上午与中国气象研究院开展联学联建与义诊活动。

小儿外科恢复室党支部、小儿外科一病区党支部、小儿外科二病区党支部、小儿外科三病区党支部、麻醉中心党支部、结构三病区党支部、手术室、供应室和配液室党支部的多名医护党员、群众，以及心血管内科、神经内科医师等近20人参与活动。

首先，大家在中国气象局科技展厅参观并学习了中国气象事业的发展历程和成果。学习了中国气象局的前身是中央军委气象局，在延安窑洞的艰苦环境中诞生，其发展历程与时代同行，伴随新中国的成立、改革开放与新时代快速发展。领会了一代代气象人在祖国的每个地方，在最艰苦的极地、荒漠、藏北高原、原始林区等最恶劣、艰苦的环境下，坚守着气象站的岗位，他们在薪火相传中攻坚克难、砥砺前行，淬炼出“准确、及时、创新、奉献”的气象精神，推动着气象事业走向自主创新，气象大国的形象在国际间巍然而起，并广泛惠及各行各业，成为民生红利。

参观后，党总支与气象科学院党办（人事处）党支部以及影响中心党支部进行了联学活动。气象科学院党办主任于飞同志，医院外科第二党总支书记、麻醉中心主任袁素同志，影响中心研究员孙兆彬同志分别介绍了各单位的基本情况、核心业务、创新技术、未来发展方向等内容。袁素同志表示，阜外医院和气象局两家单位的发展史在军队基因与文化内涵方面都有着共同之处，也更是在党和国家的事业发展中孕育、成长与高质量发展。双方结合业务特色、党建工作，对未来进一步合作等方面进行交流，表示期待在此次联学联建基础上，今后能够加强交流、密切沟通、互学互鉴。

现场举办了健康科普与义诊活动。气科院以及气象局的工作人员、退休同志等50余人参与。我院心内科杜梦阳副主任医师和神经内科临床博士后刘欣敏医师分别围绕常见心血管病、脑卒中的早期识别、家庭预防等内容进行了深入浅出、生动地健康科普。现场气氛热烈。

在义诊现场，前来的工作人员、老同志络绎不绝，进行了约1.5小时。共分为心血管内科、外科、神经内科、儿科、护理康复5个小组进行了义诊，医师、护士们用自己专业的素养，为前来问诊的群众耐心地解答，给出相应的治疗、预防等意见建议，为大家提供了切实有效的服务。

本次联学联建和义诊活动，进一步推动了党建与业务深度融合，凝聚了全心全意为人民服务的初心使命。同时也提升了群众对心脑血管疾病提早识别、预防的认识，普及了构建健康生活方式的重要意义。

文字：外科第二党总支 鲁中原
图片：外科第二党总支 鲁中原

传承红墙精神，筑牢党性根基

——职能部门第二党支部与西山园区第五党支部赴西城区红墙意识教育基地联合开展主题党日活动

7月30日，职能部门第二党支部与西山园区第五党支部的党员同志们一同前往西城区红墙意识教育基地，开展了一场深刻而生动的党性教育学习活动。

新中国成立以来，西城人始终以生活在中南海“红墙”边为荣，素有服务中央、保卫中央的光荣传统。活动中，同志们循着红墙意识的发展脉络，感悟初心使命，汲取奋进力量，深入了解了红墙意识的核心内容——“绝对忠诚、责任担当、首善标准”，红墙文化的基石，深深烙印在每一位西城党员干部群众心中，成为他们工作生活践行的准则。

活动最后，两个支部全体党员同志在鲜红庄严的党旗下重温入党誓词，铿锵有力的誓言回荡在教育基地内，进一步坚定了大家的理想信念与入党初心。

党员同志们纷纷表示，将以此次学习为契机，把红墙意识融入日常工作生活，以绝对忠诚的政治品格、勇于担当的实干精神、追求卓越的首善标准，在各自岗位上践行初心使命，为医学与人民健康事业发展注入阜外的“红墙力量”。

文字：职能部门第二党支部 郭立筠
图片：西山园区第五党支部 戴诗韵

2025高血压专病医联体年会暨高血压诊治新进展培训会圆满召开

2025年8月24日，由国家心血管病中心、中国医学科学院阜外医院主办的“2025高血压专病医联体年会暨高血压诊治新进展培训会”在北京隆重开幕。来自全国各级医疗机构的200余位专家学者共聚一堂，围绕高血压防治的新策略、新技术与新理念展开了深入探讨和广泛交流。

开幕式上，中国医学科学院阜外医院副院长杨伟宪回顾了高血压专病医联体自成立以来的使命与成就，明确提出“深化协作、赋能基层、三高共管”三大目标，并对高血压防治事业的协同发展与互利共赢寄予深切期望。

会议聚焦高血压领域的热点议题与前沿进展，特邀国内知名专家就“原发性醛固酮增多症国际新指南解读”“高血压治疗三驾马车时代的深入思考”等专题进行分享。通过学术报告、互动讨论等多种形式，从多元视角探索高血压诊疗新路径。此外，基层青年医师汇报真实疑难病例，与会专家共同思辨讨论，交流实战经验，进一步规范诊疗标准、解决临床实际问题。会议还设置了高血压科普视频展示环节，体现出医学人才培养正朝着更全面、更贴近患者的方向深化。

最后，大会主席马文君对各位讲者的精彩分享表示衷心感谢，并期待与会者能将本次会议的收获与思考融入未来的医学实践中，以学术之光点亮健康之路，为更多患者带来健康与希望。

文字：高血压中心 李琼

赋能基层，守护生命起点
——国家小儿心脏超声筛查与诊断培训在阜外医院举办

为贯彻落实国家卫生健康委关于提升新生儿先天性心脏病等结构畸形筛查诊断能力、推进“筛 - 诊 - 治”连续服务模式的战略部署，受国家卫生健康委妇幼健康司委托，并联合中国出生缺陷干预救助基金会，由国家心血管病中心 中国医学科学院阜外医院承办的“小儿心脏超声筛查与诊断专项培训（云南新疆班）”于 2025 年 8 月 21 日至 22 日举行。本次培训旨在精准赋能云南、新疆两地专业技术骨干，助力提升区域儿童心血管疾病防治能力，是响应国家“儿科服务年”号召、推动优质医疗资源下沉的关键实践。

聚焦精准赋能，响应国家战略

先天性心脏病位居我国出生缺陷首位，是导致婴幼儿死亡及残疾的主要原因之一，其早期发现、精准诊断与及时干预，直接关系到儿童的生存质量与预后。本次培训紧密围绕国家 2025-2027 年卫生工作重点中关于强化儿科服务体系建设、加强出生缺陷综合防治的要求，针对云南、新疆两地医疗资源现状和实际需求，量身定制了高强度、实战化的培训课程，旨在为两地培养一支带不走的专业技术力量，筑牢儿童健康的第一道防线。

顶尖师资倾囊相授，内容凸显实战与前沿

作为心血管领域国家队，我院凭借在小儿先天性心脏病诊疗领域的深厚积淀，承担了本次核心教学任务。培训由我院医学影像中心牵头，组建了以超声科高年资、拥有极其丰富小儿先心病诊断经验的资深医师为核心的教学团队。

课程设计坚持“理论引领、实战为王”的原则，内容丰富、系统深入。

理论精讲：资深专家们系统梳理了小儿心脏超声的基础理论、标准切面获取规范、常见及复杂先天性心脏病的超声诊断思路与鉴别要点以及处置原则，并结合大量罕见、典型及疑难病例图像进行了深入浅出的剖析。

实战操作（Hands-on Workshop）：本次培训的重中之重。在专用的超声教学实验室，学员们在我院专家“一对一、手把手”的指导下，进行了高强度、标准化的实操训练。内容包括新生儿及婴幼儿心脏标准切面序列获取、异常结构识别、血流动力学评估以及床旁即时超声（POCUS）应用技巧等，极大提升了学员的实际动手能力和图像解析能力。

前沿与质控并重：课程融入了超声心动图技术新进展、诊断报告书写规范与质量控制（QC）体系等内容，确保学员不仅能掌握技术，更能建立标准化、同质化的质量意识。

学员反响热烈，培训成效显著

来自云南、新疆两地的学员学习热情高涨，全程投入。他们纷纷表示，此次培训机会珍贵、内容解渴、教学扎实。“专家们的讲解直击我们在基层工作中遇到的困惑和难点，病例丰富至极，让人大开眼界。”一位来自新疆的学员感叹。

“手把手的实操指导非常难得，专家耐心纠正我们的每一个手法和细节，这种收获是看多少视频都替代不了的。”一位来自云南的学员兴奋地分享。课后匿名问卷调查显示，学员对课程设置、师资水平、教学内容及实操安排的满意度均接近100%。普遍认为此次培训针对性、实用性强，极大地提升了他们对小儿心脏超声，特别是复杂疑难病例的诊断信心与能力。

筑牢健康基石，展望未来协作

本次培训的成功举办，不仅为云南、新疆两地播下了小儿心脏超声技术的种子，更是我院践行国家队使命担当、推动优质医疗资源下沉、服务健康中国战略的生动体现。它有效加强了我院与西部地区医疗机构的紧密联系，为后续建立远程会诊、技术帮扶和人才梯次培养机制奠定了坚实基础。未来，我院将继续发挥在心血管领域的引领作用，持续支持各地区儿科能力建设，为全面提升我国新生儿先天性心脏病筛查诊断覆盖率与干预水平，保障儿童健康权益，贡献“阜外”智慧和力量。

文字：医务处 任晶晶
图片：医务处 任晶晶

阜外·节气健康科普

处暑：四时俱可喜，最好新秋时

四时俱可喜
最好新秋时
8月23日，我们迎来秋天的第二个节气
处暑
沁人的“新凉”让人神清气爽
天地之气舒适宜人
一切都变得广阔起来

处暑的到来
意味着酷热难熬的天气到了尾声
在这个季节交替的时节
我们该如何调整自己的生活方式
来应对气候变化呢？

饮食调养：润燥养阴，健脾益胃

中医认为“秋冬养阴”，处暑后饮食应从夏季的清热解暑逐渐转向滋阴润燥、益气健脾。

首选滋阴润燥之品

秋燥易伤津耗液，阴虚阳亢则易诱发头晕头痛、血压升高、失眠心悸等不适。

推荐食物：百合、银耳、莲子、梨、甘蔗、芝麻、藕等。可煮制百合银耳莲子羹、雪梨蜂蜜水作为日常食疗。

增酸少辛

《黄帝内经·素问》云：“肺主秋……肺收敛，急食酸以收之”。酸味食物可收敛肺气，防止秋燥伤肺（肺与心同居上焦，肺气盛有助于心气运行）。辛味食物则发散泻肺，过多食用会加重秋燥。

增酸：可适量食用山楂、乌梅、石榴、葡萄、柚子等。山楂尤为推荐，既能生津止渴，又有活血化瘀、辅助调脂之效。

少辛：减少葱、姜、蒜、韭菜、辣椒等辛辣刺激之物的摄入，但并非完全禁止，烹饪时少量用作调料无妨。

健脾利湿

长夏暑湿未完全消退，需防湿邪困脾，导致运化失常，痰湿内生，阻塞脉道。

推荐食物：山药、薏米、茯苓、扁豆、芡实等。可用山药熬粥，健脾益气。

忌肥甘厚腻

避免过量食用烧烤、油炸食品，以免助燥生热，酿生痰浊，瘀堵心脉。

起居作息：早卧早起，防寒保暖

顺应阳收阴长

作息应逐渐调整为“早卧早起，与鸡俱兴”，早睡以顺应阳气之收敛，早起为使肺气得以舒展。

注意“秋冻”有度

俗话说“春捂秋冻”，但心血管病患者切不可盲目“秋冻”。昼夜温差超过10℃时，应及时添加衣物，尤其要做好颈部、后背、脚部的保暖。后背是督脉和膀胱经所在，受寒易损伤阳气；脚部离心脏最远，寒从脚生，易导致血管收缩，血压波动。

稳定血压

清晨起床时宜“慢三拍”：睁开眼躺一会，坐起停一会，下床站一会。避免因体位突然变化引发体位性低血压或心脑血管意外。

运动养生：舒缓平和，忌大汗淋漓

秋主“收”，运动不宜过于剧烈，以免耗伤阳气津液。

选择温和项目：推荐太极拳、八段锦、散步、慢跑、导引等。运动至身体微微出汗即可，切忌大汗淋漓。

最佳运动时间：建议选择清晨或傍晚气温相对温和的时候，避开早晚过凉的时段。注意补充水分。

情志调摄：安宁恬静，收敛神气

秋内应于肺，肺在志为悲（忧）。秋天易产生低沉、忧郁的情绪，所谓“悲秋”。情绪波动是心血管事件的重要诱因。

主动调节：多与家人朋友交流，参与一些使人心情愉悦的业余活动，如赏花、下棋、听音乐等。

登高望远：天气晴朗时，可登高望远，开阔胸襟，涤荡抑郁之气，有助于心神舒畅。

中医特色预防

穴位保健：

内关穴（心包经络穴）：位于腕横纹上2寸，两筋之间。常按揉有宁心安神、理气止痛之效。

足三里穴（胃经合穴）：位于外膝眼下3寸。常按揉可健脾益气，培补后天之本，化痰湿，助心行血。

中药足浴：

可用艾叶、红花、花椒等温经通络之品煮水泡脚，水温40℃左右，时间15-20分钟为宜。可促进血液循环，改善睡眠。

注意：严重心衰、下肢血管病变者需谨慎，水温不宜过高。

暑去秋来，登高望远
愿你在这个秋天
有所收获，继续前行

文字：党委办公室 周雅婷
中医科 殷仕洁