

健康企业巡礼

好的工作场所是什么样的?带着这样的疑问,记者近日走访了A.O.史密斯(中国)公司,探寻这家公司建设健康企业的秘诀——

用“微笑文化”打造快乐工厂

本报记者 徐翊 通讯员 夏荣灿



每天上班第一件事,打卡心情指数 张旭 摄

“今天的心情怎么样?是愉悦、平静还是沮丧?”A.O.史密斯(中国)公司的员工们每天上班第一件事,就是打卡心情指数。 “我们希望每个员工都能从一个好心情开始一天的工作,开心上班,开心回家。”A.O.史密斯人力资源经理刘月风告诉记者,从2020年12月起,A.O.史密斯开始在全公司推行“GPS微笑文化(Good Place, Smile)”,希望员工能在好的工作场所,发自内心地热爱工作,感受到关爱和归属感。公司以管理机制、企业文化、健康企业建设等工作为抓手,开展丰富多彩的线上线下活动,鼓励全员参与,让员工快乐工作。2021年12月,该公司被评为南京市健康企业。

厂制造车间经理孟有明说,车间里不同岗位组成不同的战队,每个战队成员都是“班干部”,如安全委员、质量委员、纪律委员等,“以前有活动,都是班组长在上面讲,员工在下面机械地听,现在是员工自己主动讲,大家积极性都很高。” 工厂GPS快涂战队CI专委赵忠强在内卷机调试时发现一项安全隐患,他立刻向战队队长郝宗杰反映该情况,并且提出解决方案。队当场核实后,第一时间联系设备部工程师讨论解决方案,最后通过更改系统设置彻底解决该安全隐患。安全部就就此隐患在全厂进行了排查和整改,并在设备点检表中增加该检查项。 “像这样的案例在我们企业微信里有很多,战队成员会主动晒出自己的成绩,公司管理层和其他员工都会点赞留言,这样的互动也让员工积极性更高。”孟有明说,“如今,我们的车间就像一个班集体,人人都是班干部,每个人都自觉参与到班级管理中来。”在孟有明看来,一线员工和管理层之间互相尊重,事事有人做,事事

有人管,员工把公司当成“家”,“GPS微笑文化”才算落到实处。 主动做好防护,做自己的健康第一责任人

“要这样将耳朵提起来,打开耳道,然后再戴,这样耳塞才能真正起到效果。”在A.O.史密斯APCOM工厂,先锋队队长李季今年年初刚刚获得2021年南京市劳动模范称号,已经在A.O.史密斯工作15年的他,对如今的班组管理模式很满意。“就像这个健康防护,以前怎么说都不听,不好好戴耳塞,如今轮到他们自己讲就能听进去了。”李文脚说,以前一线员工可能工作5年甚至10年都只会机械重复一件事,现在自主管理后,队员们可以认领不同角色,不仅工作更主动,而且经过公司的培训,专业化程度也不断提高,成长特别快。

在A.O.史密斯厂区,记者随处可见设置规范的职业安全、健康标识, 每个工作岗位都能看见醒目的安全与职业健康岗位风险分析标识以及正确的操作规程图示。公司医疗经理谭鹏告诉记者,噪声是制造业行业不可避免的职业危害因素,A.O.史密斯公司通过不断优化、持续引进先进生产设备有效降噪,并且设置了噪声监测设备,由专业医师逐一校验员工佩戴耳塞或耳罩后耳道内外的噪声值,通过此种方式能够有效验证护耳器佩戴的降噪效果,让员工知晓适合自己的正确佩戴方式。



以职业健康和安全生产为主题的学习会,班组每周都会举行 张旭 摄

“全方位关爱,不让一个员工掉队” 看病、取药、输液、清创缝合、理疗……在A.O.史密斯的医疗诊所,常规的医疗服务这里都能享受到。“我们的诊所已经成为南京市基本医疗保障医保定点医疗机构,并在2020年8月经过南京市人民政府批准成为社会医疗机构参照公立医院改革试点医院,开通了异地医保卡刷卡功能。”谭鹏说,诊所除了诊疗外,还对员工进行健康管理和慢病管理,指导员工健康生活。

A.O.史密斯在公司内部成立了“员工健走俱乐部”,积极倡导“每日半小时健走”“提前一站下车健走回家”等行为理念。时至今日,健走俱乐部的成员已有千余人,每年都会组织5至6次线下竞走活动。 职工的心理健康也是近年来公司关注的重点。目前,公司诊所的医生都接受了系统的心理诊疗培训,并取得全科诊疗资质和对应医资格证书,可以满足员工心理诊疗的需求。



在公司医务室,专业医师正在为员工进行噪声监测 张旭 摄

“把保护员工的生命和健康作为一项首要任务”,60多年前A.O.史密斯公司的时任总裁就有这样的想法。如今,通过“企业文化”“管理体系”“职业健康”三者的有机融合,A.O.史密斯不仅将健康理念融入日常根植于心,更为企业的绿色持续发展注入了内生动力。



使用灶台无人盯 烧开水、煮汤煲粥时无人看管,汤汁溢出,浇灭了火焰,导致燃气扩散。

预防热射病,营养也很重要

近日高温,多地出现热射病病例,其中不乏青壮年男性。通俗来讲,热射病是最危险、最严重的中暑,人体暴露在高温高湿环境下出现体温超过40℃、无汗液排出并带有意识模糊等特征,具有很高的病死率。热射病虽是由高温所致,但并非一蹴而就,与患者发病前的营养状况也密切相关。目前已有的预防措施侧重于环境条件、健康状况、衣物改良、热适应和有氧调节,较少考虑营养素的潜在作用,但无论是从“热暴露”到“热射病”的整个发病周期,还是救治全程,营养对于患者的整体健康都发挥着重要作用。

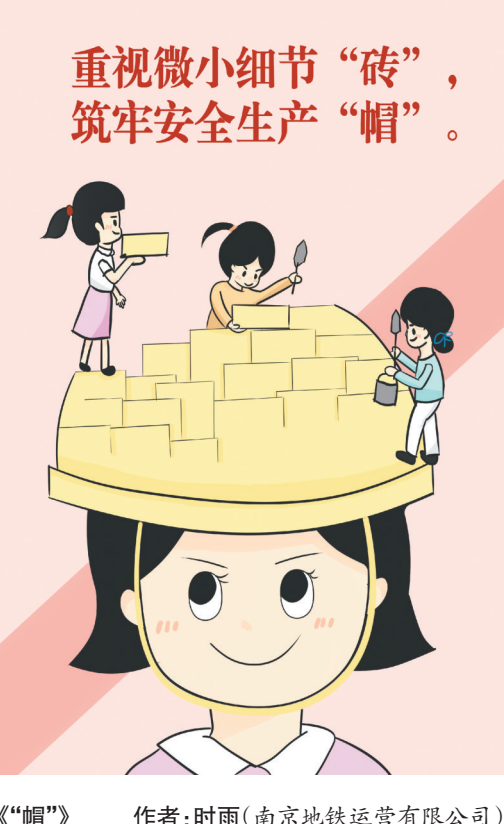
研究发现,运动员、军人等高温环境下工作的成年人可以通过营养补充和优化饮食结构的策略来最大程度地预防热射病。 碳水化合物 在高温环境下作业劳动≥90分钟时,超过1小时后,需每一个小时补充30-90g碳水化合物(葡萄糖、蔗糖、蔗糖+葡萄糖或麦芽糊精+果糖),能够有效增加脏器血流量

许柠檬汁。成人每小时喝2杯左右(400 ml)这样的补液,可以有效预防或缓解轻度脱水症状。 谷氨酰胺 在极端生理应激反应阶段,谷氨酰胺以一种十分重要的营养素发挥着重要作用。研究发现,谷氨酰胺可增加脏器细胞热休克蛋白表达,增加机体耐热性,帮助维护器官功能,降低热射病的死亡风险。蛋白质类食物富含谷氨酰胺,建议采取高蛋白饮食模式。 牛初乳 牛初乳作为一种新兴的可能有利于免疫健康的补充剂,在运动营养相关的指南共识中常被提及。研究显示,补充牛初乳(20g/天)能够帮助人体在高温环境下耐受20分钟的高强度运动,对保护肠道功能有明显的益处。 抗氧化剂维生素C 在高强度劳动前2小时口服补充维生素C补液,能够帮助减少肠道菌群易位,维护肠黏膜屏障功能,但可能对炎症因子改善作用有限。日常膳食搭配中可多吃富含维生素C的新鲜蔬菜和水果,建议每天蔬菜500-750g,水果250-500g,有助于预防高温中暑。

入伏后进入“烧烤”模式,大家要认真吃饭,好好睡觉,尊重科学,预防中暑。 王淑安

女职工安全文化优秀作品展示

近日,江苏省总工会女工委联合江苏工人报社在全省开展了女职工安全文化创意海报、漫画、摄影图片征集大赛。大赛共收到参赛作品328件,经专家评审,10件作品入围创意海报类优秀作品,9件作品入围漫画类优秀作品,8件作品入围摄影图片类优秀作品。本栏目将选择刊登其中部分优秀作品。



《“帽”》 作者:时雨(南京地铁运营有限公司)

安全隐患随手拍 雷电风险,不可忽视!

存在隐患 配电房配电柜未装防雷浪涌器,雷电事故易造成配电柜断电引起事故。 整改建议 配电柜加装防雷浪涌。 整改情况 已按规定要求在配电柜加装防雷浪涌。 江苏四新界面剂科技有限公司 王利伟 (江苏省总工会劳动和经济工作部供稿)



健康讲堂 孕妈宝妈们,疼痛别再忍了

在生娃的道路上,女性所要面对的远远不只分娩时的疼痛。在孕期及产后,身体变化带来的疼痛困扰着不少女性。我们时常能听到孕妈、宝妈们抱怨腰痛、腿疼、浑身疼,但为了宝宝的安全往往选择“忍”了之。这样不仅影响生活质量,还会拖延病情延误治疗。 孕产期出现身体疼痛该去哪里治疗?南京市妇幼保健院疼痛科近日开设全省首家“孕产期疼痛门诊”,专为孕期和产后的女性解决疼痛问题。 该院疼痛科主任岳莉介绍,女性在孕期和产后由于特殊的身体情况,会产生不同部位的疼痛问题。 孕期:为了让宝宝顺利分娩,孕妇的骨盆和盆底肌会逐渐扩张,孕晚期因为子宫偏大,胸椎会后倾,颈椎曲度会朝前。当身体出现不平衡,骨骼周围的肌肉筋膜组织就会受力不均匀,局部拉长变薄,日积月累就会出现疼痛点。加上有些孕妈的一些不良小习惯,比如跷二郎腿、长久单肩背包等单边肢体过度运动时,就会出现

骨盆倾斜、脊柱侧弯等情况,易造成疼痛。 准妈妈往往会现头痛、胃部灼烧灼痛、胸骨后或上腹部疼痛、乳房发胀有刺痛等症状。会有脏器疼痛、腰痛、骨盆区疼痛(耻骨、腿根部等疼痛或酸疼)、筋膜疼痛等。 产后:产后腰腿疼痛更是已生育女性中比较普遍的现象,发病率高达70%。多以腰、臀和腰骶部疼痛日夜缠绵为主,可伴有一侧或双侧的腿痛,疼痛部位多在下肢内侧或外侧,可伴有双下肢沉重、酸软等症。 还有很多新手妈妈在月子期间突然出现手腕部的疼痛,开始以为是不小心扭到,后来症状越来越重,大拇指根本无法用力,手腕也肿了起来,握握东西、写字这些基本动作都感到很难完成。这是月子病的一种,俗称“妈妈手”。 岳莉主任提醒,以上这些孕产期疼痛都是需要治疗的,针对孕妈和宝妈担心影响宝宝而不敢用药的问题,在“孕产期疼痛门诊”也有多种绿色物理疗法(防生贴扎术、PRP、射频治疗等)进行处理。 王凝娟

老人再一次被推入让他熟悉又陌生的手术室,在这之前,老伴在王大爷身边默默地说,“老头子,十四年前我陪着你在医院住了半年捡回了半条命,这次希望你挺住、加油!”悉心的陪伴和坚定的信念也感动了病房的医护人员。四个多小时后,手术成功地结束了。 老人有多次手术史、多种基础疾病,围术期医护人员通力合作,对患者实施腹腔扩容及腹壁顺应性训练、呼吸功能锻炼、抗感染、踝泵运动等措施,在精心的治疗照顾和真诚鼓励下,王大爷康复之路格外顺利,仅一周有余就恢复了胃肠功能,也没有发生感染、便秘、血栓和褥疮等并发症。虽然一开始也面临了造口回纳后胃肠紊乱的问题,但在患者及家属的信任以及配合下,在个性化的护理措施下,患者终于迎来了痊愈的一天! 出院当天,王大爷和家人专程为科室送来了感谢的锦旗。老人看起来精神矍铄,满目笑意,很难想象一个月前,他还是一位身心饱受折磨的造口病人。王大爷用颤抖的声音激动地说:“是你们给了我老头子第二次生命。” 何露 张莉萍 吴畅

医线传真 四小时手术后,告别十四年“造口”生活

73岁老人王大爷十四年前遭遇意外车祸,救治后成了一个“造口人”,多年来生活一直饱受困扰,最近不幸又得了造口旁疝,痛苦难耐。近日,在江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院)普外科与腹壁外科陈思梦主任医师团队的治疗下,王大爷不仅治愈了造口旁疝,还回纳了造口,为十余年的“造口人”生活画下了句号。 十四年前的一天,王大爷突遭车祸,导致肠破裂。就近送至医院后,接诊医生紧急为他进行了剖腹探查手术,保住了性命。然而不幸的是,术后发生了严重的肠瘘并发症。经历过高烧、肠痿、腹腔感染之后,王大爷又经历了第二次手术,之后在ICU足足躺满半年,成为了一个“造口人”。在十四年的“造口人”生活中,王大爷每日都生活在无尽的苦楚中,一不小心,粪便就会弄得满身都是,难闻的气味让王大爷越来越沉默、孤僻,感到失去了做人的尊严。

然而,痛苦的生活并没有就此打住,最近他发现造口开始变得越来越大,越来越突出,皮肤也因为粪水的污染开始溃烂,后来才知道这就是造口的并发症——造口旁疝,若不治疗只会越来越严重。辗转多家医院被拒绝后,家人听说江苏省人民医院陈思梦主任医师是治疗造口旁疝的专家,有着丰富的经验,治疗技术处于国内先进水平,赶紧带患者前来求医。 患者住院后,陈思梦主任很快为他安排了手术。经过仔细的术前检查及病史询问,陈主任还让王大爷带来了一个好消息:他的造口通过手术还可以回纳进去,这对于经历了十余年苦痛生活的患者来说是个意外之喜。

老人再一次被推入让他熟悉又陌生的手术室,在这之前,老伴在王大爷身边默默地说,“老头子,十四年前我陪着你在医院住了半年捡回了半条命,这次希望你挺住、加油!”悉心的陪伴和坚定的信念也感动了病房的医护人员。四个多小时后,手术成功地结束了。 老人有多次手术史、多种基础疾病,围术期医护人员通力合作,对患者实施腹腔扩容及腹壁顺应性训练、呼吸功能锻炼、抗感染、踝泵运动等措施,在精心的治疗照顾和真诚鼓励下,王大爷康复之路格外顺利,仅一周有余就恢复了胃肠功能,也没有发生感染、便秘、血栓和褥疮等并发症。虽然一开始也面临了造口回纳后胃肠紊乱的问题,但在患者及家属的信任以及配合下,在个性化的护理措施下,患者终于迎来了痊愈的一天! 出院当天,王大爷和家人专程为科室送来了感谢的锦旗。老人看起来精神矍铄,满目笑意,很难想象一个月前,他还是一位身心饱受折磨的造口病人。王大爷用颤抖的声音激动地说:“是你们给了我老头子第二次生命。” 何露 张莉萍 吴畅

图说安康 炎炎夏季,防患于未“燃”

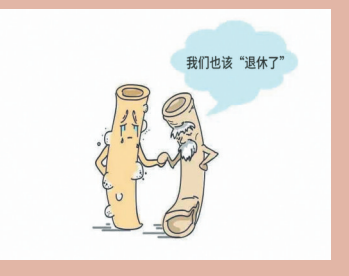
近日,天津市北辰区发生燃气爆燃事故,造成楼体受损和人员伤亡。炎炎夏日,燃气安全千万不可忽视!



夏季燃气事故高发原因 门窗紧闭空调 夏季比较炎热,不少燃气客户会因开空调而将卧室、厨房、卫生间的门窗都关起来。由于门窗紧闭导致空气不流通,如果发现不及时,极可能引起燃气爆炸或一氧化碳中毒等事故,极其危险!



使用灶台无人盯 烧开水、煮汤煲粥时无人看管,汤汁溢出,浇灭了火焰,导致燃气扩散。



胶管老化存隐患 高温极易导致胶管老化龟裂,也容易使胶管热胀导致胶管松动脱落,造成燃气泄漏,引发燃气事故。



损伤/包裹燃气管 开挖作业时,当燃气管线不小心遭到破坏或覆盖,且在密闭空间里,一旦燃气泄漏,极易引起爆燃事故。



保持室内通风 使用燃气时,不管多热,都要注意保持室内通风。



灶台使用需盯紧 灶具使用中要有人照看,以防汤汁溢出或被风扑灭炉火造成燃气泄漏,使用后要及时关闭燃气阀门。



合理装修定期检查 装修时切勿随意拆改燃气管道和设施,不要在燃气管道和设施上悬挂杂物,更不能将管道埋入墙内或地下,否则,发生漏气时很难察觉。注意定期检查橡胶软管,如发现老化应及时更换。软管的长度不应超过2米,使用年限一般为18个月。 来源:江苏应急与管理