

# 心会随爱一起走

——市中心医院肿瘤外科(普瘤一科)病患陪护家属见闻



肿瘤外科主任宰守峰(左二)带领医护人员查房

没有亲身的经历,就没有真切的感觉。

过去,对医护人员的印象,仅限于从媒体和影视中了解一些,特别是医护人员抗击疫情的画面,观后也为之动容。在日常生活中,除了到院看病外,和医护人员接触的机会相对少一点,对他们的工作生活也是一知半解。通过在市中心医院肿瘤外科(普瘤一科)十多个昼夜的病患陪护生活,才对医护人员有了更深层次的了解。

4月3日,我陪家属冒雨赶到市中心医院,住进了该院的肿瘤外科(普瘤一科),在护士长王梅芹的安排下,很快安置好床位,几分钟后,主管

医生邢玉广、孙航便到病房询问病情,及时安排有关项目的检查,病房内的医生、护士都在繁忙有序地工作着。

他们像打仗一样,为了和患者共同击败共同的敌人——病魔。生活没有规律,加班加点,就是他们工作的真实写照。急患者所急,想患者所想,体现在医护人员的行动中。

这些天在肿瘤外科观察到,科里的医护人员都是提前到岗,几乎没有一个按时下班的。中午、晚上休息时间,不少医护人员还穿梭在病房。特别是在手术期间,手术医生的辛苦是常人难以体会到的。

我在手术室外了解到,肿瘤外科

15日,这天是星期六,一大早,主治医师孙航就来到我家属住的病房,将术后病理结果详细讲解给我们。隔行如隔山,有时我们因手术而担心,邢玉广及其他医务人员及时为我们解释说明,让我们一家得到安慰,我们的担心也随之解除。

护理工作是整个医疗工作的重要组成部分,护理工作的质量直接关系到医疗安全、治疗效果和身体康复。普瘤一科的护士们履职尽责,像对待亲人一样对待患者,与患者和陪护人员融为一体。“叔叔,阿姨……”在护理过程中,一声声亲切的称呼,形成了像亲人一样的沟通交流。

在科室做了十几天的陪护人员,

发现肿瘤外科护理人员非常忙碌,一问才知道科里有3名护士休产假。所以科里护理工作很繁忙,很多时候护士都牺牲了自己的休息时间来加班,为了让患者得到最好的照顾。她们一直默默这样做着。

“妞妞,中午泡包方便面吃吃,早上吃过退烧药,一会儿就好了,妈妈晚上回去给你买好吃的……”在护士站前,无意间听到王梅芹护士长和女儿在电话中的对话,我一阵阵心酸。一天到晚,王梅芹既是指挥员,又是战斗员,可谓“两眼一睁,忙到熄灯”。

听说科室里有一位姓姜的护士,家中双胞胎孩子都在生病发热,由于人员紧缺,还自觉坚守在工作岗位上。

我在医院陪护期间的所见所闻只是市中心医院护理工作很少的一部分,动人的故事还有很多很多。

作为一名陪护人员,我并非有意评说医护人员的工作,我只是想说说自己的感受:医护工作是一个特殊的职业,肩负着救死扶伤的光荣使命,他们也是普通人,也有自己的小家庭。他们舍小家为大家地辛勤付出,需要全社会理解和尊重,也需要爱的回报。

“选择医学可能是偶然的,但你一旦选择了,就必须用一生的忠诚和热情去对待它。”最后,我将钟南山院士这句话送给市中心医院的全体医护人员以共勉。我相信,在院党委的坚强领导下,“人民至上,生命至上”的理念会在市中心医院得到更好的体现。

我们有理由相信:市中心医院的明天会更好,老百姓会更加信赖市中心医院。

(王英文/图)

## 我市开展“全国儿童预防接种日”宣传活动



本报讯 4月25日是我国第37个“全国儿童预防接种日”,今年的宣传主题是“主动接种疫苗,共享健康生活”。

为贯彻落实国家扩大免疫规划的方针政策,宣传预防接种,营造全社会关心和支持免疫规划工作的氛围,当日上午,按照市卫健委统一安排,市疾控中心组织我市主城区疾控机构及预防接种门诊共40余家单位,在市人民公园东门开展“全国儿童预防接种日”宣传活动。同时,各县(市、区)及凤泉区疾控机构、接种单位也在本辖区内开展了宣传活动。市卫健委党组成员、副主任刘红霞,疾控科科长盛作乾,市疾控中心副主任郭宝成、副主任付惠成莅临市区活动现场指导(如图)。

预防接种是维护公共卫生安

全、阻断疫情传播的重要手段,对保障人民群众生命健康具有十分重要的意义。

此次宣传活动中,市区各疾控机构和接种门诊工作人员积极向现场群众解答预防接种政策、传染病防控、疫苗查漏补种、新冠疫苗接种等问题,同时还提供免费测量血压等服务;并通过有奖答题、发放各类宣传折页、宣传物品等形式,向儿童及家长普及免疫规划政策、手卫生、传染病预防、新冠疫苗接种注意事项等相关知识。

此次宣传有效地引导群众树立了健康科学的生活新理念,提高了对预防接种的积极性和全民健康意识,增加了对预防接种工作的知晓率和认知度,取得了较好宣传效果,进一步筑牢了健康屏障。

(刘萍 王轶文/图)

## 市中心医院医学科技奖再创佳绩

本报讯 近日,从河南省医学会传来喜讯,经省医学会组织专家评审,在2023年度河南省医学科技奖评选中,市中心医院10个项目喜获河南医学科技奖,其中一等奖1项、二等奖3项、三等奖6项。此次获奖不仅是市中心医院在持续推进“科技兴院”战略方面取得的新的重大突破,也是该院在聚焦高质量发展、推进科技创新、促进科技成果转化的锐意实践中结出的丰硕成果。

“坚持守正创新”是市中心医院科研工作优良传统的正确领导,该院始终把医疗科研工作置于优先发展的战略地位,不断完善科研制度建设,持续加大科研经费投入,鼓励和扶持重点学科建设。在“科教兴院”战略指引下,该院科研工作成果数量逐年攀升,为医院医学科技工作实现跨越式发展奠定了坚实基础。

在今后的工作中,市中心医院将以此次医学科技奖成果评选为契机,对标先进,查找差距,聚焦前沿领域,进一步激发全院职工的创新活力,在攻坚克难中追求卓越,为医院的医学科技工作积蓄创新动力,为高质量发展再续辉煌。

(贾欢)

## 市中心医院东院区消毒供应中心举行灭菌开放日活动

本报讯 为夯实专业技术,构建和谐、安全的医疗环境,让医院同仁能近距离地了解消毒供应中心的日常工作流程,展现消毒供应中心团队精神风貌,日前,市中心医院东院区开展了以“践行标准,安全供应”为主题的消毒供应中心灭菌开放日活动。院领导和相关职能科室负责人,以及院外协作医院同仁前来参观。

消毒供应中心护士长陈茜引导大家进入中心进行参观。参观人员通过科室文化墙、科室工作PPT介绍,科室宣传视频对消毒供应中心的文化理念和日常工作有了全面的了解。讲解操作过程中,工作人员在去污区、检查包装及灭菌区、无菌物品存放区,向大家分别展示了腔

镜器械清洗消毒、腔镜器械检查及装配、物品灭菌监测及发放流程,使参观人员对如何处理精密化腔镜器械的工作有了新的认知。丰富的开放日项目安排和多项技能操作演练,充分展示出消毒供应中心专业严谨的技术实力和蓬勃向上的团队风采。

副院长岳爱民对本次活动给予了充分肯定。他指出,消毒供应中心的工作质量与医院的感染发生密切相关,大家要在今后的工作中继续严守规范严谨的操作标准,以一丝不苟的工作

精神保障患者就诊安全。

据悉,市中心医院东院区是我市医疗健康事业重大民生项目,消毒供应中心位于门诊楼三楼B区,建筑面积1500平方米。科室环境优美,设施先进,配备了国内一流的设备和智能化的信息系统。消毒供应中心将始终秉承“专业、创新、和谐、发展”的理念,不断提升专科质量内涵,为医院医疗服务提供安全保障。

(陈茜)



## 发挥专业学会优势 降低狂犬病发病和死亡率 市动物伤害预防救治专业委员会成立

本报讯 4月21日,市预防医学会动物伤害预防救治专业委员会成立大会,在新乡国际饭店成功召开。李树斌、魏秀丽、涂博、钱峰、王轶5名同志当选为市预防医学会动物伤害预防救治专业委员会副主任委员;叶明当选为主任委员;吴卫东当选为名誉主任委员。

资料表明,我国是世界狂犬病疫情最严重的国家之一,由于狂犬病可防不可治,一旦感染,发病死亡率几乎达到100%。由于社会生活的特殊需求,动物养殖、蛇虫饲养、游乐观赏等商业活动,也在不断拓展与增加,这就大大增加了人民群众与各类动物接触、偶遇的概率,从而导致各种动物对人的伤害事件频繁出现,对人类健康甚至生命构成了严重威胁,对公共卫生形成重大危害。

市预防医学会动物伤害预防救治专业委员会的成立,标志着我市公共卫生改革迈出了新的步伐,在医疗卫生部门和广大一线医务工作者之间架起了一座桥梁,将为推动我市狂犬病防治等工作提供更大的帮助。

选举活动开始前,市预防医学会秘书长杜永芳宣读了市预防医学会关于同意市动物伤害预防救治专业委员会成立的批复文件;市疾控中心主任医师叶明,代表筹备组向大会作筹备工作报告。

选举结束后,市卫健委副主任栗仁学、市疾控中心副主任郭宝成,分别对市动物伤害预防救治专业委员会第一届委员会正式成立表示热烈祝贺,并发表讲话。

郭宝成在讲话中简要论述了专

业委员会成立的必要性,希望市动物伤害预防救治专业委员会履行好神圣使命,积极深入基层,了解社会需要,掌握动物伤害特征,收集整理资料,总结经验教训,推进动物伤害专业救治技术的规范化和制度化,为全市消除狂犬病、积极拓展动物伤害预防救治作出积极贡献。

栗仁学在讲话中强调,市动物伤害预防救治专业委员会要充分认识狂犬病疫情防控面临的严峻形势;要充分构建免疫预防和动物防疫的长效机制;要充分发挥专业学会引领行业健康发展的作用,与各级疾控中心、医疗机构、动物疾控中心等相关单位加强合作,为降低狂犬病的发病率和死亡率、建设健康新乡作出积极的贡献。

省预防医学会动物伤害预防救治专业委员会主任委员、省疾控中心主任医师崔为国,省卫健委人感感染科专家组成员李发亮,安阳市疾控中心门诊部主任张改臣,专程到会市动物伤害预防救治专业委员会的成立表示祝贺,提出殷切希望,并在会后和我市疾控专家叶明、付瑞娟分别围绕“动物伤害预防救治专业的重要性及门诊规范化建设标准管理”等5个专题,为与会者开展了学术讲座。

成立大会由市疾控中心办公室主任程栋主持;专题讲座由新当选的市动物伤害预防救治专业委员会主任委员叶明、副主任委员王轶、常委兼秘书长连涛主持。

(程栋 李振根)

## 高血压知识浅谈

### 一、高血压有哪些危害?

心脑血管疾病已成为危害人类健康的头号杀手,而高血压是心脑血管疾病的“罪魁祸首”。高血压真正的危害性在于损害心、脑、肾等重要器官,造成严重病变,发生脑血管意外(中风)、心绞痛、心肌梗死、心力衰竭、肾功能不全等致死、致残事件。

### 二、血压降至什么水平合适?

年轻的、轻度的患者以血压控制在120/80mmHg为宜;老年高血压患者140/90mmHg以下为宜;单纯收缩期高血压也应将收缩压控制在140/90mmHg以下;糖尿病及肾病患者控制在130/80mmHg以下。

### 三、为什么要强调平稳降血压?

高血压得不到控制会导致中风、冠心病、心肌梗死和肾功能衰竭等疾病,控制不好,造成血压波动较大,同样会产生上述危害,就像一会儿绷紧,一会儿松开的橡皮筋一样,会变得脆弱易断。研究表明,由于高血压患者的自动调节功能不正常,血压大幅度下降和升高都会使患者不能忍受,引起大脑供血不足、缺氧、头晕等症状。此外,清晨醒来时是高血压患者发生各

种心血管意外的高峰时间段,如果在这段时间的血压控制不佳,会大大增加发生中风的危险,严重时甚至会导致死亡。所以,平稳降压并保持全天24小时血压稳定至关重要。

### 四、血压降下来以后可以停药吗?

原发性高血压由于目前原因不明,所以只能终身服药降压。当服用降压药后血压降到正常水平时,说明此时选择的降压药基本合适,但并不意味着高血压病已被治愈,应坚持治疗。若盲目自行停药或间断服药,常使血压波动很大,反而加重心、脑、肾和血管的损伤。对轻度高血压患者(舒张压在95mmHg~100mmHg),在天气转暖,尤其在盛夏之际,血压不经治疗降到正常,可短期减少药量或停药,但需反复测压,及时调整用药。某些降压药如可乐定,长期大量服用后如突然停药,血压会骤升,从而造成严重后果。长期大量服用β-受体阻滞剂如倍他乐克,突然停药有发生心肌梗死的危险。因此,应逐步减量,最后停药或改服其他药。如有病情变化应及时向医生咨询。

(新乡市中心医院/新乡医学院第四临床学院内科 王奕)

## 漫谈运动医学

生命在于运动,每个人都需要运动,运动能给我们带来哪些好处呢?1.运动可以防止肥胖或有利于减肥,控制体重。2.运动能抵御疾病,体育锻炼可以降低心血管疾病发生的风险,使血流更通畅。3.运动可以带来好的心情。体育锻炼会刺激大脑释放化学物质,让人感到开心、放松,进而增强自信心。4.运动可以使精力充沛。日常锻炼会增加肌肉力量,让人拥有更强的耐力,体育运动有助于体内将氧气和养分输送到各个组织,使心血管系统工作效率更高。5.运动可以改善睡眠。经常参加体育锻炼能够使人睡更快,睡眠质量更好,但要记住睡前千万别进行体育锻炼,否则会因兴奋而无法入睡。6.运动还可以给人带来快乐。体育锻炼可以通过社交活动进行,这样大家可以在运动中欢度时光、放松自我。

运动医学专业(sport medicine)是医学与体育运动相结合的综合性应用科学。研究与体育运动有关的医学问题,运用医学的知识和技术对体育运动员进行医学监督和指导,从而达到防治伤病、保障运动员的健康、增强体质和提高运动成绩的目的。运动医学专业学习的课程主要有:系统综述和综合分析、运动免疫、局部解剖学、精英运动员与运动医学、运动医学研究专题、运动医学研究方法以及医用细胞和分子生物学概论。

运动医学是特种医学的一个二级学

科。而骨科学则是临床医学的一个三级学科,其中特种医学与临床医学是平级的,所以严格意义来说运动医学比骨科学高一级。

但是实际工作中上运动医学又属于大骨科的范畴。运动医学科主要是涉及运动当中造成的创伤,运动中的劳损以及肌肉、骨骼、韧带等软组织的损伤。骨科主要是针对运动系统的感染、肿瘤、先天畸形、创伤以及炎症进行相应的研究和诊治。

运动医学科是近年来兴起的一门学科,专注于治疗运动损伤导致的各种疾病。比如在运动时导致轻度的损伤,肌肉的拉伤、各处关节损伤,包括膝关节韧带损伤、半月板损伤、肩袖损伤、肩关节脱位、肩袖撕裂、肩周炎、肩峰撞击症、腕关节撞击、踝关节炎、腕关节炎、肘关节炎等疾病。

运动医学科通过采取关节镜或者关节镜辅助下的微创手术,手术创伤比较小,疗效较好,患者术后恢复比较快,术后的并发症少,术后痛苦小。如果运动后有比较严重的损伤,比如韧带断裂、肩关节脱位、膝关节交叉韧带撕裂等,可以在关节镜下进行微创手术治疗,包括半月板损伤修复、韧带重建手术;如果是比较严重的关节疾病,可给予关节置换手术治疗。

“运动让生活更健康,医学为运动做保障”,这就是运动医学的意义。(新乡市第二人民医院骨科 叶明钧)

## 小儿髋关节超声检查的意义

小儿髋关节超声检查是为了筛查一种临床疾病——发育性髋关节发育不良(以下简称DDH)。DDH主要见于婴儿和儿童,它可导致髋关节出现异常。宝宝出现双下肢皮纹不对称,包括腹股沟和臀部下方皮肤皱褶的深度、长度、数量不对称或婴幼儿屈髋屈膝时,其双膝高度不相等。DDH患儿若未能引起足够的重视,髋关节不稳定、半脱位或脱位状况持续存在,则会严重影响髋臼、股骨头及髋关节周围肌肉的发育,导致患儿患侧

下肢缩短、跛行、鸭步、脊柱侧凸等功能性残疾的出现。

近年来,随着超声技术的发展,超声检查在儿科领域取得了显著的成效。由于婴幼儿的生理及身体特殊性,超声筛查DDH最佳年龄段是宝宝出生后4周龄至6个月龄,超声检查可以无痛、无辐射、准确地评估患儿髋关节发育状况,做到早诊断早治疗。

(新乡市中心医院超声二科 李向京)