



嘉兴一院报

仁爱 敬业

务实 创新



2016年3月第3期 (总第42期)

主办单位:嘉兴市第一医院 地址:嘉兴市中环南路1882号 总机:0573-82082937,82519999 门诊预约电话:0573-82153018 医院地址:www.jxdyy.com E-mail:wmyy2004@163.com

院党委部署学习贯彻《准则》、《条例》通知暨2016年院党委工作

本报讯(党办 吴贤芬)为全面落实从严治党,重申党的理想信念宗旨和优良传统作风,院党委在前期学习的基础上,结合市卫计委2016年党风廉政建设工作会议,多次召开专题会议,讨论制定了《关于学习贯彻〈中国共产党廉洁自律准则〉、〈中国共产党纪律处分条例〉的通知》,要求党委班子成员带头学习,各党支部认真抓好落实。

2月26日下午,院党委开展中心组理论学习,专题学习《准则》和《条例》,党委书记殷新光专题主讲,逐条对照学习《准则》和《条例》,强调严守政治纪律和政治规矩的重要性,要求党委班子成员对廉洁自律规范和“六项纪律”内化于心、外化于行;党办认真做好全院党员学习贯彻《准则》和《条例》的具体工作安排。院纪委切实履行好监督责任。

3月2日下午,院党委召开由各党支部书记参加的党委扩大会议。

首先,党委书记殷新光就院党委讨论制定的《中共嘉兴市第一医院委员会2016年度工作计划》与各党支部书记进行交流,从加强队伍思想建设、组织建设、作风建设、制度建设、党风廉政建设和行风建设、人才学科建设和医院文化建设等方面来推进服务型党组织建设。要求各党支部结合实际制定年度工作可行性计划,并强调各党支部组织全院党员认真学习《准则》和《条例》。

接着,纪委书记、副院长钱钢对党委制定的《关于学习贯彻〈中国共产党廉洁自律准则〉、〈中国共产党纪律处分条例〉的通知》进行解读并提出要求,强调每位党员必须认真学习,采取案例、专家解读等多种形式学习,同时重视学习效果的检验,要求党员谈学习体会,对照准则找差距;对照条例找风险。通过学习,提高党员党性意识和遵纪守法的自觉性,增强党员队伍的凝聚力和战斗力。

随后,副院长王正安对市卫计委《关于开展党组织关系集中排查工作的通知》进行部署,要求各党支部深入贯彻《通知》精神,每位党员认真填写《中国共产党党员基本情况登记表》,积极做好从严管理党员的一项重要基础性工作。

副院长姚明部署市卫计委关于持之以恒开展“天使在身边”党员志愿服务品牌建设,注重“党员+志愿者+社工”联动,各党支部在原有志愿服务项目的基础上,根据自身特色深入开展志愿服务活动,提升我院志愿服务品牌形象,传递正能量。

最后,殷新光书记再次强调,院党委把学习贯彻《准则》和《条例》作为履行全面从严治党主体责任的重要内容,坚持一级抓一级,层层抓落实,不让一个党员掉队。强调党员领导干部要主动作为,勇于担当,率先垂范。全院党员牢固树立党章党规党纪意识,在工作和生活中要严格要求自己,自觉养成遵纪守法行为。

本报讯(护理部 吕慧)3月15日下午,在我院内分泌病区,首届“糖尿病护理沙龙”在轻松愉快的气氛中拉开了帷幕。沙龙由章美琪护士长主持,糖尿病管理小组全体成员及部分科室护士长、护士参加。

本次沙龙形式新颖,一改传统填鸭式教学,力图通过营造简单、轻松的学习环境,增进大家对糖尿病专科护理知识的理解,从而提高今后对患者实施个性化健康教育的能力。沙龙由三个环节构成,首先由糖尿病专科护士金霞明就糖尿病的饮食计算、运动、药物治疗及居家护理要点做了详细介绍,并现场示范了胰岛素的正确注射方法以及注射部位的选择。接着,借助网络课程参与了江苏省中西医结合医院健康教育部主任、糖尿病资深专家楼青青的《慢性病的个案管理和行为干预》在线视频教学。楼主任以如何做好糖尿病的宣教为切入点,通过理论与案例相结合的方式,讲述了糖尿病行为管理的重点及难点,建议广大糖尿病护理工作要根据患者情况制定个性化的方案,设定正确目标,并采用科学行为干预流程,以提升患者的自我管理效能和行为能力。一个个真实而生动的个案,深深地吸引了在场的每一个人。在最后的自由讨论环节,大家针对日常糖尿病健康教育及护理工作热点、难点、疑点进行了充分讨论,并对今后的教育形式和内容进行了相互探讨,以期更好地为病人提供人性化护理。

随着糖尿病患者数量的逐年增加,如何指导患者有效控制病情、提高生活质量任重而道远。今后,我院将把糖尿病护理沙龙活动常态化,希望以点带面,吸引更多的临床工作者和患者参与学习和交流,不断提高我院糖尿病的专科护理水平,真正造福于患者。

足不出户,体验云端授课新模式
——我院举办首届“糖尿病护理沙龙”

■医院·家文化

我们一院我的家,漂漂亮亮赛插花

为迎接一年一度的国际妇女节,3月8日下午,2016“医院·家文化”系列活动之“庆祝三八节插花比赛”在我院报告厅如期举行。此次比赛由医院妇委会、工会女职委组织举办,共有来自内科、外科、门诊急、医技、行政、后勤等的18支队伍参加。队员们个个兴致高昂,在忙碌的工作之余尝玩了一把艺术体验,用鲜花点缀生活,点缀我们共同的“家”!选手们各展身手,经过综合评选,医技B7组和后勤A8组获得一等奖。

前方喜报

3月2日下午,嘉兴市卫计委举办“三八妇女节”艺术插花比赛。我院派出6名女职工分两组参加。其中一组插花作品主题为“守望幸福”,以别出心裁的创意和独特的造型,展现了卫生系统女职工对幸福生活的美好愿景,在15支参赛队伍中脱颖而出,获得第一名。



百余名职工齐走绿道 共享健康生活

由医院妇委会女职委举办的“庆三八”系列活动之“健康天使在行动”,健走新滕绿道活动于3月12日一早出发了!在忙碌的工作之余,来自各科的一百多名职工踊跃参与,他们在健走中亲近自然,感受春天,放松身心,强健体魄。这一活动让职工享受健康生活的时候,展现了昂扬奋进的精神风貌,体现了“医院·家”文化的活动宗旨。(院办 俞新红)



“天使在身边”三月赞

本报讯(依愿)我院党委高度重视“天使在身边”志愿服务,持之以恒打造志愿服务品牌,推进“党员+志愿者+社工”的联动服务体系,前期成功开展了“舞动粉红丝带·关爱乳腺健康”、“让‘肾’命之树常青·关爱肾友”、“爱心相助·出租车队暖人心”等服务项目。今年三月,雷锋纪念日到来之际,在门诊常规志愿服务的基础上,院党委又组织了形式多样的医疗志愿服务活动,弘扬雷锋精神,为社会传递温情。

为环卫工人健康“把脉”

3月3日下午,院党委组织10个在职党支部志愿者来到嘉兴市环卫管理处建南所,开展“学雷锋·送健康·关爱环卫工人”义诊活动。

由普内科、心内科、普外科、中医针灸科、心电科等科室组成的12位志愿者,为东栅街道的50名环卫工人义诊,测血压、血糖、心电图等常规检查,共查出血压偏高12人,血糖偏高3人,2人患有结肠炎等。志愿者们认真为环卫工人健康“把脉”,并根据他们的身体差异性提出合理化的锻炼方法和建议。

义诊活动结束后,我院党委还为环卫工人送上了一份暖心小礼品,有毛巾、肥皂、手套、护手霜等,为有需要的环卫工人发放一些免费药品。此次义诊活动得到了团市委和嘉兴市环卫处的

大力支持和帮助。

“妇女节”送健康福利

为关爱女性健康,呼吁女性提高自我保健意识,每年在“三八”妇女节来临之际,我院的乳腺科和妇科,均会开展公益活动为广大女性朋友送健康福利。

今年,在嘉兴人气网站“嘉兴19楼”邀请下,乳腺科和妇科联袂开展“关爱女性健康,让生活更美好”线上咨询活动,时间截止3月8日,已有2万多名网友点击留言咨询,两位党员志愿者、乳腺病科主任陈彩萍和妇科主任金秀凤下班后上线为网友一一解疑答惑。

线下开展“与美丽同行,乳腺病防治”健康知识讲座及义诊活动。3月8日下午,经过精心布置的乳腺病科活动室迎来了一批新老病友,她们在此相聚,庆祝“三八”妇女节,聆听健康讲座、参加义诊活动。乳腺病科的医护人员为大家耐心解答治疗和康复方面存在的问题,以帮助她们更好地融入正常的社会生活。

“世界肾脏病日”广场义诊

今年3月10日是第十一个世界肾脏病日,我院肾内科朱富祥主任、顾小红护士长、吴恒兰医生牵头,联合市二院、市中医院、武警医院的肾内科医护人员在市科技馆广场进行大型义诊活

动。医护人员认真解答现场老百姓的各种问题,用通俗易懂的语言给出了针对慢性肾脏病防治的有效意见、建议。义诊活动也受到了电视、电台等众多媒体的关注。

“医护进军营”志愿服务

3月16日上午,我院志愿者走进驻地共建单位——南京军区驻嘉部队,开展志愿医疗服务,为官兵们提供医疗知识与实践技能培训。根据部队需要,特邀消化科主任医师殷新光、耳鼻喉科副主任医师魏国彪、中医针灸科副主任医师朱勇、全科副主任医师郁慧杰、骨科副主任医师金林峰、市心理卫生中心主任王金6名专家和朱志红、居俏艳2名护士长,志愿者们对部队士兵提出的健康咨询给予认真地答复与指导,并为士兵提供实地心肺复苏急救演练、测量血压等服务。

“红马夹”携手共助失独病友

由市慈善总会转介的失独病友孙水荣再次入住我院肿瘤内科(一)治疗,3月16日上午,党员志愿者宋慧和社会志愿者夏政一起前往病房看望,并向经管医生询问了解其病情,为其作适当安慰和心理疏导。3月18日上午,党办组织党员志愿者王爱芬、宋慧和社会志愿者夏政一起前往病房探访,并为他带来了医院与志愿者们的慰问和关怀。在得知当日中午孙水荣就可以出院回家时,党员

医院简讯

- ▲3月1日,教学办组织召开2015年度我院教学工作总结暨表彰会。(教学办)
- ▲3月2日下午,护士科研创新能力系列微课程启动,50余名护理科研爱好者参加培训。(护理部)
- ▲3月5日上午,我院结对共建的长新社区于建荣书记再次带领2名社区党员志愿者来到门诊大厅进行志愿服务。(党办)
- ▲3月10日下午,预防院感科与医务科举办蚊媒传染病防治与防控培训,215名医务人员参会。(预防院感科)
- ▲3月23日中午,后勤服务中心举办《工勤人员保洁消毒与医废管理》培训,并邀请预防院感科马斐峰主讲。(后勤服务中心)

志愿者宋慧当即为他联系“长运爱心车队”。下午2点,夏政和“长运爱心车队”的队长沈亮准时来到住院部大厅,将孙水荣安全护送到王店的家中。面对处于困境的孙水荣一家,市优秀志愿者夏政再次拿出个人资金解囊相助。“红马夹”的帮助,让他感受到来自社会的关爱和温暖。

门诊支部5年义诊结对共建

自我院与长新社区结对共建5年来,门诊支部在陈锋书记的带领下,志愿者们坚持每月一次走进长新社区义诊,为居民“送健康”。五年如一日,在每个月月底的周末,志愿者们都会如约走进社区活动中心,为居民们量血压、测血糖、针灸推拿、作健康知识讲解、健康生活指导等形式多样的义诊活动。

内一支部走进长新社区

3月24日第21个“世界结核病防治日”,为进一步宣传普及结核病防治知识,内一支部书记朱志红和支部委员许金美又一次来到长新社区开展“天使在身边”党员志愿服务,为小区广大居民带来《结核病科普知识》健康讲座,详细讲解结核病的鉴别及日常防治,同时说明了结核病规范防治的重要性,并为有需求的居民提供健康咨询、测量血压、监测血糖等志愿服务。

外科支部志愿服务南北湖

3月27日,外三支部邀请外一、外二支部,联合开展“天使在身边,志愿医疗服务”暨“舞动粉红丝带,女性健康万里行”活动。一行专家科有乳腺科、妇科、疼痛科、普外科和特邀心内科宋良枫主任参加,志愿医疗服务活动得到了海盐南北湖村委会的大力支持,志愿活动历时2.5个小时,共服务对象约115人,受到了当地老百姓的热烈欢迎。

“夏穿三条棉裤”，冬天挥汗如雨吹电扇的怪病，又在我院疼痛科看好了

下雪天,如果只穿一件T恤,还要吹电风扇,这是怎样一种“酸爽”的感觉?对于65岁的金丽(化名)来说,这样的生活体验从15年前就开始了。冬天的时候,她前一分钟可能还在烤火,下一分钟就热得要吹电风扇。

有一次12小时内,发作了18次

从51岁开始,金丽第一次出现离奇的发热症状。“那个时候,就感觉心窝突然暖和了,然后脸上就热起来,感觉有100度,就像柴火在脸上烧,汗哗哗地往下淌。”

发热的时候,金丽的脸上红红的,就像喝了老酒一样。“别人看着还感觉我气色挺好的,其实我很难受的。”

虽然发热得厉害,但是金丽的体温却是正常的。最奇怪的是,这样的症状还是间歇性发作,每次发热个四五分钟之后,就慢慢退下去了,和正常人无异。但过个把小时之后,又会继续发作。所以,到了寒冷的冬天最难受,一发热起来,金丽就要脱衣服、用电风扇吹脸部,热退了之后又冷得不行,马上得穿衣服,烤火取暖。

在杭州的一家医院住院的时候,有医生曾经帮她计算过,从早晨6点到下午6点,金丽一共发作了18次。

这样奇怪的毛病给金丽的生活造成了很大的影响。“我平常都不出门逛街,连坐公交车都不好意思。发作起来,我汗止不住地往下流,眼睛都睁不开。别人就很奇怪地看着我,说天气也不热,

怎么出那么多汗。”

因为发作太频繁,金丽说,自己一度有过轻生的念头。“真的很烦人,如果是一天两三次也就罢了,有时候连睡觉的时候也会发热醒来,就睡不着了。”

四处求医,15年花了20万元

家住千岛湖的金丽苦不堪言,15年来四处求医。“杭州大大小小的医院都去过,什么检查都做,中药、西药也都吃过不少。”金丽说,自己和家人看到电视上、网上有哪里可以治疗这种病,都去试过,“钱花了,药吃了,都没有效果。”

之前,金丽在当地花了4万元买了一种还有些名气的药,吃了3个月也没什么反应。她毛估估算了一下,15年来医药费花了有20万元。

在一次次的检查过程中,金丽听到最多的诊断就是更年期综合征和植物神经功能紊乱。“每次出院,诊断单上基本上是这两种结果。但是开出的药物都没有效果。”

去年12月的一天,金丽难得出门到一家服饰店里买衣服,逛着逛着,又出现发热症状。满头大汗、脸部通红的她引起了店主的注意,向店主解释了原因后,店主想起在报纸上曾看到过夏天穿3条棉裤的报道,就把报纸拿给了金丽。

在经过这么多次尝试后,金丽对于治疗有些心灰意冷了,“15年跑了不少地方,说实话,不太相信了,最后是我儿子说再来试一试才来到嘉兴的。”

现在终于不用反复脱衣了

今年2月底,金丽抱着“死马当活马医”的心态住进了嘉兴市第一医院。

“以前发冷的病人较多,手汗、头汗、身上多汗的病人也有,但是一般发作跟紧张等因素有关,像这种无缘无故发出大汗的病人真是从来没有见过,而且是间歇性发热,我们观察了一下,基本上是一个小时一次。”市第一医院疼痛科副主任、主任医师黄冰说自己从业25年还是头一次遇见这样的病例。

为了确保诊断,金丽入院后进行了一系列的检查,各项指标基本都没有问题,黄冰认为是植物神经功能紊乱,并非胸交感神经出了问题。

“一开始我们给她进行诊断性胸交感神经阻滞术,如果她2至3个小时没有再次发作,就说明有效,结果第二天患者告诉我们她4个小时内都没有发作。于是,3月15日我们给她进行了长效手术。”黄冰说,手术其实很简单,就是在她胸交感神经两侧注射无水酒精,阻滞其冲动传导,“和上次那个夏天穿棉裤的病人是一样的,但作用只有5年左右,所以,5年之后如果出现症状



了,需要再次手术。”

前天,金丽已经出院返回千岛湖的家里。回到家里后,女儿笑她说:“以前穿那么薄的衣服都要吹风扇,现在棉袄终于能穿得住了。”

金丽告诉记者,发热的症状已经4天没有出现了,“15年了呀,好久没有感觉这么舒服了,我真的很满足了。”

(摘自3月19日《南湖晚报》记者余悦通讯员俞新红)

6岁女童腹痛竟是卵巢囊肿扭转,不要以为成年女性才有妇科病

近日,一名6岁的小女孩欣欣(化名),因腹痛伴恶心、呕吐,考虑肠痉挛和肠系膜淋巴结炎在外院消炎治疗,但治疗效果差,因而转来我院就诊。经再查腹部B超和盆腔CT检查后,发现“盆腔囊肿,来源于卵巢可能”,由妇科医生会诊后,转入妇科病房治疗。因手术及时,保住了孩子珍贵的生殖器官。

小女孩也会有妇科问题?为何容易被忽视?临床上这样的病人多不多?诸多疑问,请我院的妇科主任金秀凤来一一解答。

小儿腹痛常见原因

小儿腹痛是儿科门诊常见的急腹症,一般由感冒、肠炎、消化不良,甚至寄生虫感染等原因引起,表现为持续性或间断性隐痛或痉挛痛,但小儿的表述一般不太清楚,检查也不太合作,辅助检查如超声也没有作为一个常用的检查手段,或者超声可能仅提示有肠系膜淋巴结肿大,忽视了女童也可存在来自卵巢的肿瘤。外科方面除小儿疝气、小儿阑尾炎比较常见外,在女婴(童)如不明原因腹痛或反复发作,也要考虑有无妇科方面的问题。因此在处理时,更要重视内外科鉴别诊断,抓紧时间分别处理。

小儿妇科肿瘤引起的腹痛易被忽视

小儿妇科肿瘤最常见的是生殖细胞肿瘤,各个年龄段均可发生,甚至婴儿都有可能发生,其中较常见的是卵巢畸胎瘤,占生殖细胞肿瘤的44%,部分还可能是未成熟畸胎瘤(恶性)。因为小几年龄较小,骨盆发育不全,比较浅,腹腔的容量也有限,一旦卵巢上患有肿瘤,很容易超出真骨盆进入腹腔,因此腹痛的部位可能在中腹部甚至上腹部,加上患儿天生好动,卵巢韧带细长,肿瘤活动好,所以很容易发生急性扭转,发生剧烈的腹痛,也有暂时缓解的情况,而被忽视。因为腹痛的位置偏高,临床医生和超声科医生的注意力比较容易集中在中腹甚至上腹部,忽略了来自女性生殖腺的可能。而且,因为小孩的血管非常细,扭转后血供很容易受到影响而很快导致卵巢的坏死。

希望这样的伤痛不要再发生

“这方面我们有一些活生生的例子,对家长和孩子是伤痛,对医生也是难以忘怀的遗憾。”金主任列举了这些年遇到过的病例:

2009年30岁的上午,一位11岁患儿因卵巢囊肿扭转切除一例附件;

2011年国庆节,一位8岁的女孩因腹痛考虑阑尾炎在当地医院抗炎治疗3天,效果不明显,转入我院发现一侧卵巢囊肿扭转,急诊手术,但一侧卵巢输卵管已扭转坏死,只能行切除手术;

2013年7月,一位外院医务同道的女儿,11岁,腹痛3天,我院超声检查发现卵巢囊肿9厘米大,已扭转坏死,手术切除。

“虽然一侧附件切除不至于影响到孩子将来的生育功能,但对孩子幼小的心灵肯定造成了无法弥补的创伤,家长也常伤心自责。希望这样的伤痛以后不要再发生。”

(院办 俞新红)

胰腺炎——ERCP术后最常见、最严重的并发症

经十二指肠镜逆行胰胆管造影,简称ERCP。本法于1968年由McCunne氏首先报导,后由大井等人使本法日趋完善。近十多年来,随着器械及插管技术的不断进步,ERCP成功率逐年提高,目前已达90%左右,成为诊断胰腺和胆道疾病的重要手段。

尽管经过40多年的不断发展和完善,ERCP已成为目前诊治肝胆疾病不可缺少的重要手段,但无论是诊断性还是治疗性的ERCP,其并发症在一定程度上是难以避免的,少部分的并发症还是致命的。

其中ERCP术后胰腺炎(PEP)是内镜逆行胰

胆管造影(ERCP)最常见和最严重的并发症之一,在国外的前瞻性非选择性病例的试验中,PEP的发生率多在2-7%,高危患者PEP的发生率可达30-50%。虽然大部分PEP属于轻型,但10%发展为重症胰腺炎的患者延长住院时间、增加医疗费用,甚至危及生命。

ERCP术后包括急性胰腺炎在内的高淀粉酶血症发生率可高达50%,故是ERCP最常见的并发症。目前认为其发生与下列因素有关,年龄和Oddi括约肌功能障碍(SOD)。年轻患者的腺体功能良好更易发生急性胰腺炎,30岁的危险性是70岁的1倍;SOD患者并发胰腺炎的危险性可增加

5倍,这可能是ERCP使原本胰液排放有障碍而变得更为不畅。此外,胆总管直径小于5mm,多次插管和胰管多次显影等也是难以避免的因素。

虽然有并发急性胰腺炎、胆管炎、十二指肠穿孔等风险,严重时甚至危及患者的生命,但不可否认,ERCP是一项微创而有效的先进诊疗技术,尤其对于胆总管结石已是常规的微创手术。对绝大多数病人来讲,既避免了传统开腹手术所冒的风险,减轻痛苦,又减少住院时间和费用,作为目前肝胆胰外科常见微创诊疗手段,在三级医院广泛开展。

(院办 俞新红)

生死时速飞驰嘉兴救命

3月18日清晨五点多,海盐人老徐像往常一样早起准备出门。出门前,突然胸口袭来一阵爆炸样的绞痛,他不得不返回房间躺到床上,却大汗淋漓瞬间虚弱到无力。当他拿起电话向住在附近的弟弟求助时,发现自己的双脚已经迈不开路,除了一触即痛,完全麻木。更可怕的是,这种痛和麻木的感觉从脚底慢慢向上延伸,逐渐到达了肚脐眼的位置!头脑清醒的老徐作出了救自己命的正确抉择,“不能再等了,痛到上面就没命了!快把我送嘉兴,到嘉兴第一医院!”

不到1小时明确诊断,血管病魔无处遁形

早上七点多,日夜班尚未交接的抢救室内,一位看上去颇为健壮的50多岁的男病人被推进来,他不停呼喊着“医生救命!”急诊科主任曹伟中

迅速趋前诊治,“当时患者剧烈胸痛伴双下肢剧痛,左下肢活动不能,轻微腹痛,发病约2小时,判断主动脉病变可能性大,马上进行了CTA(CT血管造影)检查。”

CTA三维成像快速而精确地抓住了主动脉血管上的“真凶”,在这条人体运输血液最强大的高速主干道上,像倒置的弧形长伞柄形状的主动脉,从升部逆撕,向下至伞干——腹腔干,以及伞架——两侧髂总动脉、左右的髂内、外动脉等均有不同程度受累。诊断明确为“主动脉夹层-DeBakeyIII型”。

从办住院到完成手术3小时不到,无缝抢救赢回生命

8点许,血管外科主任许浏接到急诊的紧急

联系,立马放下手头的工作赶去会诊。会诊后,进一步判断该病例腹主动脉段假腔压闭真腔,左下肢完全缺血,右下肢缺血,腹腔内部分血管缺血,“形象一点表述,即主动脉血管壁的几处段面分裂为两层,大量的血液从正常通道涌进了夹层中,血液从循环通路跑进了断头路。如不急手术抢救恢复血供,几乎无生还可能”。

绿色通道迅即开启,急诊和7A病区的医护人员无缝衔接,完成术前准备,血管外科团队以抢救当前的急危重病人作为第一要务!由许浏主任主刀,老徐在全麻下接受了胸主动脉覆膜支架腔内隔绝术。至手术完成,时间不到3小时。

“医生护士都用跑的,没有浪费时间,躺上手术台,麻醉师跟我聊天、开玩笑,我放松了,相信自己能活下来!”时隔一周,老徐已经脱离危险,并且没有并发症出现,回忆起生死抢救的当天,他有点激动,“这里的医生护士都特别好,5月份女儿就要结婚了,我还能去,真要谢谢他们的!”(急诊科)

乳腺癌的“十大”认识误区,你中招了吗?

乳腺癌已成为当前女性发病率最高的恶性肿瘤,打碎了很多家庭的幸福,不少女性朋友因此谈“乳”色变。“三八”国际妇女节之际,为提高广大女性朋友对乳腺癌防治的正确认识,我院乳腺科主任陈彩萍特别总结了多年临床工作中遇到的,患者对乳腺癌的各种认识误区。

误区一:“医生,我摸到乳房内有一个肿块,担心是乳腺癌!”

其实,许多乳房肿块是良性的。有调查显示:40岁以下有乳房肿块的女性患者,进行肿块组织切片检查,90%的结果都是良性的。因为在雌激素的作用下,女性在生理周期之前或生理周期期间,经常会出现乳房胀痛或摸到乳房肿块。自查发现乳房肿块时及时就医,由医生来判断肿块的良恶性,而不是过度的自我担忧。

误区二:自我检查没有发现乳房肿块,因此高枕无忧,肯定自己不会患乳腺癌

乳房肿块并不是乳腺癌的唯一症状,许多病人的早期症状只是乳房的对称性改变,如皮肤变厚、乳房皮肤出现橘皮样变、乳房有分泌物、溢水或溢血等。因此,发现乳房有上述异常时也应该及时就医。另外,自我检查不能代替专业体检,定期体检对早期发现乳腺癌至关重要。

误区三:“我没到更年期,乳腺癌和我搭不上边!”

许多年轻的女同胞认为乳腺癌是中老年妇女的“专利”,所以平时并不关心乳房健康。然而我国例行体检和抽样调查发现:女性乳腺癌的发病年

龄呈年轻化的趋势。“我国女性乳腺癌发病率的高峰在45-50岁。但是临床上每年新发现20多岁的年轻患者,30-40岁的患者也明显增多,比如大家熟知的姚贝娜。”

误区四:“我家没有人得过乳腺癌,我应该也不会得!”

尽管没有家族史,不及时防治仍有可能患上乳腺癌。家族病史并不是乳腺癌的主要病因。不健康的生活方式和饮食习惯,以及缺乏正确的预防意识才是导致乳腺癌的根本原因。

误区五:男性怎么可能得乳腺癌

乳腺癌是由于乳房细胞内出现恶性的肿瘤组织所致,男性也有乳腺组织,所以同样有可能得乳腺癌。

男性乳房没有小叶及腺泡的发育,因此乳房比女性小得多。但是,正因为男性的乳腺组织较薄弱,一旦发生乳腺肿瘤,很容易向四周扩散,无需太长时间,肿瘤细胞就能扩散到乳房的皮肤和肌肉组织,因此,男性乳腺癌患者往往在初次就诊时就已经是疾病晚期。

所以,男性在日常生活中要高度警惕乳房异物。如果男性在平时发现乳房出现局部疼痛和压痛现象,发现边界不清的无痛性肿块,乳头向内凹陷,或有分泌物时,应立即到医院的乳腺专科进行相关咨询与检查。

误区六:得了乳腺癌必须切除乳房

由于放疗和药物治疗效果的改善,现代保乳手术和切除乳房手术的术后生存率是相同的,对

于大部分乳腺癌患者而言,没有必要切除整个乳房。保乳手术不会增加死亡率,反而能帮助患者更自信地生活。即使病情需要切除乳房,也可以通过手术再造乳房。

误区七:拒绝化疗

有人认为,化疗敌我不分,毒性太大,接受化疗反而不好。其实,乳腺癌属于化疗中敏感药物,化疗可以降低30%-60%的复发率,对患者利大于弊。且随着技术的进步,研发出越来越多高效、低毒的药物,能够减轻化疗副作用的药物也越来越多。因此,患者切不可“因噎废食”。

误区八:轻视内分泌治疗

乳腺癌内分泌治疗的时间一般来说需要连续五年,部分患者需要十年。有些乳腺癌患者轻视内分泌治疗,认为内分泌治疗无效,治疗期间,用药断断续续。其实,我国大部分乳腺癌患者雌激素受体阳性,属于激素依赖性乳腺癌,内分泌治疗具有相当好的疗效,对降低乳腺癌复发意义重大。

误区九:过度依赖非常规治疗

有些患者对医生不信任,反而偏听偏信一些偏方、秘方,以求一方救命,其实这不起不到作用,反而会延误病情。乳腺癌并不是不治之症,如能早发现、早诊断并及时治疗,其治愈率可高达95%。

误区十:术后放松警惕

患者在做完乳腺癌手术以后,认为就没有多大问题了。其实乳腺癌是有一定复发风险的。曾遇到一例乳腺癌患者在术后17年出现胸壁复发。因此,手术以后必须坚持长期随访复查,不可掉以轻心。

关于乳腺癌的诊治,人们的认识误区还有很多,这些误区影响到患者治疗的积极性以及长期的生存质量。因此,只有正确认识、科学治疗,才能够提高乳腺癌的治愈率。(依愿)

关注肾脏健康，从儿童开始

2006年，国际肾脏病学会和国际肾脏基金联盟联合提议，确定每年3月份第二个星期四为“世界肾脏日（World Kidney Day）”这个决定突显肾脏疾病对人类的危害极大，也显示了全世界对肾脏疾病的认识在提高。与往届不同，今年关注的主题是“肾脏健康从儿童开始”。

据了解，慢性肾脏病以其低知晓率、高发率、高死亡率而被称作是“沉默的杀手”。一些成人肾脏病可以始于儿童时期。近年来，儿童肾脏病发病率有持续增高的趋势。据统计，我国现有200余万肾脏病患者，其中慢性肾衰竭的病例正以每年13%的速度递增，肾脏病已成为严重威胁儿童健康的疾病。

“不久前，一名八九岁的小男孩就因为

服用了退烧药导致急性肾脏损伤。”我院肾内科主任朱富祥介绍，这名儿童因为发高烧，家长给予服用退烧药后体温降下去后又升高，在反复服用退烧药后，出现了少尿的情况。到医院给孩子做了尿常规、肾功能等相关检查，最终诊断是由药物引起的急性肾脏损伤，经过停药，使用护肾、改善肾功能的药物后，患者的肾功能恢复了正常。

在临床上，因为药物滥用引起肾脏损伤的情况也很多。“比如抗生素、止痛药、中草药等”。一知半解的情况下自己用药，这是很不科学的。“是药三分毒”，绝大部分药物都是通过肝脏和肾脏来代谢的，因此药物对这两个脏器的影响最大，如果不当使用，容易引起肾脏损伤。”朱富祥说，这种情况比较常出现在小孩和老年人身上。

朱富祥还提醒，现在生活节奏快，一些年轻人因为生活、工作压力大，头疼的时候常有人使用“散粒痛”等止痛药，也应该引起注意，有些敏感的人尤其是本身有慢性肾脏病的人，使用后会出现急性肾损伤或加重原有肾脏疾病，临床上有很多这样的病例。

由于肾脏病的发病大多比较隐匿，一些症状不是很典型，易与其他疾病相混淆。有些孩子患了肾脏病是在学校或幼儿园的例行体检中发现的，而在此之前家长浑然不知。对此，朱富祥建议：对于儿童患肾病，预防在先，有家族史、可能有疾病携带基因的人，结婚生子时应从优生优育的角度做一个相关的基因检测；关注儿童肾脏健康，家长平时应多注意观察孩子的尿色、尿量，定期为孩子做个尿常规检查。（肾内科）

识别与防治春天里的小「痘痘」

春天是出疹性呼吸道传染病的好发季节。当“春姑娘”正迈着轻盈的步伐向我们走来时，您会发现“忽如一夜春风来，千树万树梨花开”，但春风拂面后，却会在您原本美丽光洁的肌肤上留下许多红色的“小痘痘”，就是我们临床上称之为病毒疹的皮疹。

这类皮疹大多呈暗红色，宛如小山、丘陵般凸出于皮肤表面，其名曰丘疹、斑丘疹；有的在周围一圈红晕之中突出一个水疱，名曰水痘。他们的散发，有的密集，先后或同时发生于全身皮肤，大约一周左右，逐渐消退。不但影响美观，而且会令人发热、咽痛、乏力等全身不适及伴轻度的皮肤瘙痒。在医学上，这些“小痘痘”各有自己不同的名字即：风疹、麻疹、水痘，均为出疹性传染病。顾名思义，分别由风疹病毒、麻疹病毒及水痘——带状疱疹病毒所引起。

以下教您几招识别常见病毒疹的方法：

1.出疹时间与发热关系：风疹与水痘常在发热第一、二天后出现皮疹，麻疹于发热第四天后出疹。

2.出疹顺序与皮疹特点：风疹最早出现于面部颈部，24小时内遍及全身，皮疹于出疹后2-4天消退，耳后、颈部及枕后淋巴结肿大。水痘皮疹先见于躯干，其次是头部及四肢近端皮肤，分布呈向心性，以躯干部较多，四肢远端较少。而麻疹出疹首先在发际、耳后，渐自上而下，最后达手掌、足底而散布全身，最突出的表现为流泪、畏光、眼脸浮肿、眼结膜充血并有分泌物，呈特殊的“麻疹面容”。

3.实验室检查：查病毒系列抗体、麻疹抗体及病毒分离等。

对此类疾病究竟如何防治呢？具体如下：

1.注意个人及环境卫生，少去人群拥挤的公共场所，对确诊或疑似病人应尽可能进行隔离治疗，直至症状、体征消失为止。

2.对易感人群接种麻疹、风疹疫苗。

3.对已经发病的病人，如病情较轻，并无并发症，可在家隔离，多饮开水，注意室内通风，温水擦浴降温，给予易消化清淡饮食，如米粥、烂面条、蛋花汤等。避免乱用退热药物。由于此类病属自限性疾病，一般一周左右渐可退疹。但如果病情较重，有并发肺炎、脑炎及其他感染时，请立即来院就诊，以免延误治疗。

还有一种好发于5岁以下儿童的“手足口病”，它是由柯萨奇病毒（一种肠道病毒）感染引起，以手、足、口腔等部位发生丘疱疹为主要特征。患儿早期常无典型症状，可有低热、咳嗽、流涕、流口水等类似于感冒的症状，或是恶心、呕吐等胃肠道症状，发热1-2天后开始出现皮疹，通常出现在手、足、臀部，或出现口腔黏膜疱疹，也有些孩子没有发热直接出现疱疹。如家长发现自己的宝宝有上述情况，应引起重视。

每到春天，这些恼人的“小痘痘”——病毒疹，都会潜伏在人群中悄悄散发，它们不是洪水猛兽，但也不可掉以轻心。如果在您的周围有此类病人，请保持距离，注意自我防护，如果已感染上，可到医院感染科门诊来就诊。

（感染科 陆许贞）

春季儿童常见疾病及预防

春天，孩子的抵抗力差，在忽冷忽热的天气下很容易生病，春季儿童常见病主要有以下几大类：

呼吸系统疾病：是春季最常见的疾病，如上呼吸道感染、支气管炎、肺炎等，其中以上呼吸道感染最常见。

传染性疾病：春季是一些传染病的高发季节，在儿童春季常见的传染病有风疹、麻疹、流行性腮腺炎、流行性脑脊髓膜炎（流脑）、猩红热、禽流感等。

过敏性疾病：春季里空气干燥，加上风多、花粉、飞絮的扩散量也大，过敏体质的宝宝容易诱发哮喘、皮炎、鼻炎、结膜炎等过敏性疾病。

如何预防春季儿童疾病？

1.适时增减衣服。初春乍暖时，不要急于给孩子减衣；气温骤降时，要及时添衣。家长可以经常摸摸孩子的脊背和手，孩子小手温暖、脊背无汗最适宜。

2.注意卫生。要经常保持室内清洁，开窗通风，使室内空气新鲜，但要避免穿堂风；阳光充足时，要勤晒被褥和换衣裳；在感冒流行的时候，尽量不要去人多的地方，避免接触感冒病人。

3.合理膳食。日常膳食中，除吃适量鱼、



肉、鸡、蛋外，应多吃些乳、豆制品、蔬菜和水果；多喝水，饮食上应尽量以流食或软食为主，以减轻消化道的负担。

4.充足睡眠。保证小儿充足睡眠，既有利于小儿生长发育，又可增强免疫力。

5.加强室外活动。让孩子到多到室外活动，能得到日光照射，吸进新鲜空气增强小儿造血及免疫功能。但要注意，大风天要

避免着凉。

6.计划免疫。要按计划及时进行预防接种，以预防小孩子常见传染病。

7.暂时不要洗澡，晚上睡觉前可以用热水给孩子洗脸、洗手、洗脚。

8.睡好休息好，以免感冒加重或引起其他疾病。

（32病区 胡娟）

活虫是怎么长进眼睛里的

最近，医疗朋友圈里流传着这样一张照片以及一段视频，一条小小的线样小虫在眼睛前房内蠕动，着实触目惊心。据悉这是一种称为线虫的寄生虫，当食用未煮熟的肉类或接触被人畜粪便污染的水源时，有时会被感染，虫卵或虫体往往经血行进入眼内。

其实，寄生于人体内甚至眼内的寄生虫并不少见，往往是由于吃法不对，导致感染。下面简单介绍一些易感染的食物：

螺类：如福寿螺、螺蛳等。一只福寿螺可藏多达3000条至6000条寄生虫。海鲜大排档上种类繁多的螺，藏匿着大量“管圆线虫”，这种虫子非常凶猛，发病迅速，一进入体内就主要感染神经系统，严重的会发生休克、狂躁等症状，甚至危及生命。消灭这种寄生虫的最有效方法是高温煮熟，因此在食用各种“螺”时必须经100℃的高温彻底煮透。

腌制的生海鲜。在江浙一带，尤其是宁波等地区有传统美食：醉蟹，用活螃蟹加黄酒腌制后食用，味道极鲜，喜欢的人对其趋之若鹜。但这种食物中易寄生“肺吸虫”类寄生虫，经醉蟹入口，游走于全身，这种寄生虫不同于其他，可在体表游走。黄酒根本不足以杀死寄生虫和虫卵，预防肺吸虫主要就是不吃生蟹、醉蟹或未熟的蟹、蛤类。

生鱼片、鱼生等。这类食物中“肝吸虫”最多，它并不一定寄生于肝脏内，有时会出现其他意想不到的地方，如喉咙等。广东曾有医生在给患者取喉部异物时取出一条活生生的虫子，之前一段时间此人就吃过生鱼片。不少爱吃生鱼的人认为吃生鱼时只要蘸调料，既杀虫又灭菌，这种想法是错误的。杀死肝吸虫最好的办法是高温，超过90℃只需几秒钟就能杀死肝吸虫。所以最好吃熟鱼，淡水鱼不生吃。

牛肉、猪肉。牛身上有很多人畜共生的寄生虫和病菌，“牛带绦虫”以人为其唯一终宿主，一般肚子里的绦虫有4-8米长，但曾有病人肠子里寄生了31条绦虫，不可想象！预防的方法仍是不吃生肉，牛排最好九成熟以上。

羊肉。羊群中“弓形虫”的感染率为61.4%，一半的羊都携带弓形虫，弓形虫的幼虫往往藏在羊的肌肉细胞中，人们吃火锅时往往只把肉片稍稍一烫，这种短暂的加热并不能杀死寄生在肉片中的弓形虫，所以感染这种寄生虫的人往往是食用火锅后。感染弓形虫后，淋巴结肿大、头痛、肌肉关节痛和腹痛，尤其是在眼科，眼弓形虫病并不少见。先天性弓形虫病是由于母体妊娠期感染弓形虫病而引起胎感染，并转移至胎儿所致，主要病变为视网膜脉络膜炎、先天性无虹膜、小眼球、无眼球、脑水肿及精神与运动障碍等，一部分胎儿可流产、早产。成人后天性眼弓形虫感染者，原虫经血流侵入视网膜组织，引起炎症反应并在其中繁殖，继发其他进一步损害。

还有多种寄生虫不一而足。人们在食用大量美食的同时，仍应警惕“病从口入”，尽量不吃生食！

（眼科 王晟）

说说“雀斑”的那些事 ——春光明媚，我院皮肤科与您“美丽相约”

在这春光明媚的大好时节，为满足广大爱美人士的需求，我院皮肤科将开展为期一月（4月1日-4月30日）的“美丽咨询”活动，关于祛斑、嫩肤、脱毛等等，如果您或身边的朋友正在烦恼，可以致电皮肤科（82519541）咨询。开启您的美丽春天，赶紧约起来吧！

春天来了，到我院皮肤科就诊或咨询脱毛、祛斑等激光治疗的爱美人士不少，继《说说脱毛的那些事》之后，我们现在再来谈谈“雀斑”。

雀斑，是一种发生在面部的皮肤损害，呈斑点状或芝麻状、褐色或浅褐色的小斑点。最常出现在双颊部和鼻梁部，也可泛发至整个面部甚至颈部，是影响面部美观的最常见原因之一。日光暴晒或紫外线照射过多可促发和加重本病。

可为啥春天才到，日光尚未强烈，雀斑就加重了呢？

猫了一冬天的人们，都喜欢出来晒晒太阳，踏踏青的，暴露于阳光之下的机会多了，一旦忽视防晒工作，就给了雀斑“淘气”的机会，已有的雀斑会加重，也会有更多的雀斑呈现在脸上。

到底平时要怎样护理，才能减少雀斑“跑”出来的几率呢？

一要避免过度的日光照射，更别谈暴晒了。外出一定要注意物理防晒或使用防晒霜；二要多食富含维生素C和维生素E的新鲜水果和蔬菜；

三要忌食光敏性食物及药物，如：莴笋、香菜、芹菜等；

四要保持心情舒畅、愉快，避免忧思、抑郁的精神状态；

五要切忌随便使用药物点涂，要在医生指导下合理用药。

恼人的雀斑怎么破？

喝柠檬水，敷茄子皮，用醋洗脸等等这些民间偏方管用吗？——长点心吧！！喝柠檬水倒也罢了，起码对身体有好处。

茄子、土豆皮……直接上脸？——你就不怕过敏吗？

用醋洗脸？——皮肤屏障都要被破坏了呀！

到“某某院”用药水点涂？——运气不好下一个“月球表面”可能就是你了。

可满脸的雀斑实在心烦，有没有什么快速有效又安全的方法可以祛除雀斑呢？

能选择性地被黑素小体吸收的激光都能去除雀斑，例如：Q开关、Q开关紫翠玉宝石激光、Q开关KTP倍频激光、脉冲染料激光DPL——不要嫌我啰嗦！无论哪种方法，必须在有资质的医院，由专业的、有经验的医师进行操作哦。

特别介绍Q开关激光治疗雀斑的原理：黑色素瞬间吸收大量激光能量，黑素小体发生爆破，变成细微的颗粒，表浅的伴随皮屑排出，深层的随着淋巴循环/血液循环排出体外。治疗后皮肤会有红肿，之后逐渐出现黑色痂痂，1周左右结痂脱落愈合，大部分1-2次可愈。

祛斑后会不会复发？术后怎么护理？

由于雀斑具有遗传性，所以即使全部祛除干净，只要不防晒，累积了足够的损伤就会再现。此处要强调——不是复发，而是新发（新发的斑可以在原来的部位，也可以是其它的位置）。所以，治疗与预防同等重要。为防止色素沉着和术后雀斑新发，患者应尽量避免紫外线照射，外用高效防晒产品是必需的（SPF30+以上的防晒产品）。必要时可口服维生素C、维生素E等。（皮肤科）

世界睡眠日 谈谈失眠

3月21日是世界睡眠日，今年的主题是：“健康心理，良好睡眠”。当今社会，生活节奏加快，竞争激烈，思想观念的动荡、变迁，使人们的心理压力、心理冲突增加，遭受失眠痛苦的人也日益增多。

失眠常表现为入睡困难、早醒、频繁惊醒、多梦或整夜不眠，倘若这种睡眠紊乱每周至少发生三次并持续1个月以上，又能排除器质性因素，医学上便诊断为失眠症。

医学上通常将失眠分为原发性和继发性两大类，以继发性失眠多见。

引起继发性失眠的常见原因有以下几类：

1.临床工作中发现，超负荷的职业压力，加上过高的自我要求是引起单纯失眠的主要原因。

2.精神心理疾患，大多数精神心理疾患伴有失眠症状，特别是神经症病人，其中又以焦虑症、神经衰弱多见。另外，抑郁症、双相情感障碍也常伴有严重的睡眠障碍。

3.生活事件、重大的生活环境改变，人们在适应期内也会有失眠，如突然失恋、高考落榜、知道配偶有外偶、晋升等等。

4.任何影响中枢神经系统的躯体疾病。

5.酒、咖啡或药物的影响，如嗜酒者在戒酒时常发生失眠，睡前服用咖啡易失眠，长期服用催眠药物突然停药也会失眠。

大约有15%的失眠患者找不到任何原因，称为原发性失眠。不过与遗传有一定的相关性，有些父母有睡眠障碍的子女，失眠发生率要明显高于正常人群。

失眠的表现多种多样，如睡眠时间减少、入睡困难、睡眠浅、易醒、多梦，或醒后不解乏等等。各种疾病对睡眠影响的结果不同，如神经衰弱病人为入睡困难、醒后不解乏，以及睡眠节律日夜颠倒；抑郁患者则为早醒；焦虑症患者多为睡眠浅，易醒等。因此，单从失眠难以做出确切诊断，必须根据详细病史，全面进行体格及精神检查，找出患者目前主要的临床症状群，方可作出恰当的诊断。

当然，偶尔失眠并不奇怪，大脑会自动调节、修复。过分焦虑，生怕再睡不着，预期性焦虑过重，反而影响正常睡眠。如果各种睡眠障碍中的一种或数种每周至少发生3次，并持续1个月以上者，则说明有严重睡眠障碍，应及时就诊，以明确诊断，对症治疗。如果失眠是继发其他心理疾病出现的，必须在治疗原发性疾病的基础上短期使用助眠药。原发性单纯失眠伴焦虑者，可选用有抗焦虑作用的助眠药。

睡眠在相当大的程度上是一种习惯，因此为了防治失眠，养成和保持良好的睡眠习惯是很重要的。如早睡早起，睡前不服用刺激性的饮料（如咖啡、酒等），不看过于紧张、刺激的读物与电视，不过于集中、强度过大地用脑等等。

更重要的一点是，忍耐失眠、过度关注睡眠，一旦睡不着时心里就烦躁不安，都会加重失眠。能够做到顺其自然，失眠便不足为奇，不致为害。当然凡事不过高要求自己，平和地对待生活、工作，放下自己，有一个积极向上、能宽广胸怀的信仰，以及增加运动，都可以积极防治睡眠障碍和心理疾患的发生。

（心理科 周敏娟）

■ 医患情

暖医：当妙术遭遇仁心，“心”因你而动，“情”为你而暖

当妙术遭遇仁心，当坚持相伴理解，当努力获得信任，停摆的心脏可以动，医患的情可以暖。感谢媒体轻扬起医患和煦的春风，希冀这股风越来越强劲，拂走一些尘，吹散更多霾，让人们用清澈的眼睛，看到杏林生生不息的新绿。

用心谱写对生命的敬重与爱 ——心内科医生胡惠林与他的医患深情

医院是救死扶伤的神圣场所，与时间赛跑的生命守护每每刻刻都可能上演。在大多数人睡梦香甜的深夜，坚守急救一线的医护人员却仍然紧绷着抢救生命的弦。今天，让我们通过嘉兴市第一医院心内科副主任医师胡惠林最近发生的两件难忘的医患故事，体会常年奋战在一线的医务工作者是怎样尽心竭力、妙手回春的，又是怎样暖人心怀，用实际行动谱写医患深情的。

哪怕只有1%的胜率

也要与“死神”一搏

3月15日凌晨2点，夜色深沉，正是心脏病魔夺人性命的一贯“作案时机”。

值班医生胡惠林的手机铃响，打破了四周的宁静。“医院刚收治一名疑似急性心肌梗死病人，请速来！”从挂上电话到穿上白大褂来到患者面前，胡惠林耗时不到15分钟。情况很不乐观。胡惠林眼前是一位65岁的男性患者，以往有高血压、脑梗死病史，因胸痛三个小时来急诊就医。其间，发生心电骤停一次，经全力抢救而复律，但仍意识不清，呼吸微弱。“医生，请一定救救我父亲！”他晚上11时就已身体不适了，自己硬扛着没有告诉我，这才变成这样的……”病人的儿子沈振宇焦急万分，和身边六神无主的母亲一起，把全部希望寄托在了胡惠林身上。

心脏的三根血管，两根堵死，另一根仅存1%的缝隙。在临床上，这样的情况就是命悬一线了。作为临床经验丰富的心内科医生，胡惠林对这台手术的风险心知肚明。“生命没有第二次机会，任何一项救护措施必须分秒必争。我们应该迎难而上，奋力一搏！”胡惠林一边抢救，一边和家属沟通。沟通起到了效果，他的决定得到了家属的充分信任和支持。一场没有硝烟的“战斗”开始了。整整三个多小时的抢救，终于让“死神”知难而退。

“太惊心动魄了，我们真的做到了！像这样血管几乎完全堵住又成功救回来的病人，近六七年来只有两个啊！”心里的大石头落下，参与手术的医护人员们不禁在自己的微信朋友圈里感叹道。看着病人家属和由急诊、心内科、ICU等不同科室医护人员组成的“战友”们的喜悦表情，胡惠林笑了。

这并非胡惠林第一次主动承接这样的高难度、高风险手术。“许多人曾问我，为什么不做一个更看重成功率率的医生，为什么总和自已过不去，去接受这种希望渺茫的挑战呢？”采访中，想起身边好友、家人的疑问，胡惠林希望通过一组数字来说明：和2010年相比，他在2015年需要做手术的病人数量翻了4倍。其中，最年轻心肌梗死的病人是20岁。最多的时候，他一天需要做5台手术。“说这些数字不是为了体现我的工

作量，而是说明，这类救治需求在明显增长。这些需求的背后，是一条鲜活的生命。因此，只要能得到家属充分理解，作为医者的我没有理由不去搏一把，给患者最后一次机会。”

5小时、500公里星夜兼程

只为患者的一份依赖和信任

“凌晨3时，历经5个小时，开了整整500公里，到达安徽安庆潜山县看一个70岁的风湿性心脏病患者。她在我那里已经看了5年多病，最近病情恶化，念叨着要嘉兴的胡医生来看看，她儿子哽咽着给我打电话后，我毫不犹豫决定去看看！作为医生，我见过很多家属及子女，但这样的孝子不多见！我不是最好的医生，但我会尽我所能照顾好每一位病人！”最近，胡惠林朋友圈里的一条状态引得了朋友们的纷纷点赞。

3月6日晚上9时，在休息中的胡惠林接到了一个特殊的电话。“胡医生，我母亲病情恶化了，已经两天没有小便。我们现在在老家一个县城医院，医疗条件也不好，我们真的好害怕、好担心……”听到对方的声音，胡惠林马上分辨出了，这是他一位老患者的家人。“别怕，我现在就来看你们！”尽管对方一再劝阻，胡惠林还是当机立断，决定只身驱车前往潜山县。第二天凌晨3时，披星戴月的胡惠林赶到当地医院，来不及休息就

赶紧帮助检查病人的病情。考虑到当地医院缺乏必要的诊疗设备，为了给患者更规范、更有效地治疗，在征询患者及其家属的意见后，于清晨7时启程赴嘉兴接受治疗。可喜的是，经过CT与血液等一系列检测、用药后，病人的病情再次得到了控制。3月17日，这位病人已经出院，一家人再次得以团聚。“我之所以会作出这样外人看上去有些冲动的决定，主要是对这份难能可贵的医患深情难以割舍。从个人情感上来说，我愿意自己多做一些，多帮他们一些。”胡惠林说道。

事后，病人家属特意写了一封感谢信来医院，信上的每一个字每一句话都在流淌着医患情深的感人温度：“胡医生舍弃自己宝贵的休息时间，忘却夜晚长途驾车的高度风险，为了一个普通病人的生命健康，实际践行白衣天使救死扶伤的精神，令人动容。当时，我因风险太大阻止他前行，电话中他说‘这可能是我为老人所能做的最后一件事了’，作为子女的我已是泪流满面。你让我们病人及家属在疾病的折磨下倍感温暖，更是嘉兴市精神文明建设中的一道亮丽风景线！”

（摘自3月23日《嘉兴日报》记者 潘程程 通讯员 俞新红）

医者真诚用心，患者们都感受得到

摆脱6年苦痛，72岁老人写信表达自己的感恩

3月2日，晚报报道了一位患者写给嘉兴市卫生和计划生育委员会的主任吴燕的一封信。68岁的写信人陈金宝是要表达自己在嘉兴市第一医院就医期间，被吴一鸣医生精湛的医术和高尚的医德所感动（3月2日嘉兴新闻版《一颗医者心换来的一封信》）。无独有偶，就在这两天，嘉兴市第一医院党办也收到了患者沈韵华的一封信感谢信。

在这封感谢信中，记者看到，沈韵华今年72岁，自称是晚报的“忠诚订购者”，也正是因为通过晚报看到了陈金宝对吴一鸣

医生的感谢信，他也决定提笔表达自己对姚明副院长的感恩之情。

原来，沈韵华之前生了一种怪病，双面三叉神经痛。而且已经痛了6年，在很多医院求诊都没有治愈，包括上海的专家。因为通过读晚报，得知嘉兴一院疼痛科能看这种病后，沈韵华抱着试试看的心情前往医院，非常幸运的是，他正好碰上医院里的疼痛专家、副院长姚明在查病房。沈韵华当即把病情和盘托出，姚明答应亲自为他做手术。

“第一次的手术非常成功，不痛也不麻（这是左面部）……第二次手术，姚院长又来给

我做……”沈韵华在感谢信中提到，“他人（指姚明副院长）一点院长的架子都没有，对人亲切和善，平易近人，态度也非常好……”

正是因为敬佩姚明副院长精湛的医术和高尚的医德，同时也是看到疼痛科在姚明副院长领导下还有很多优秀的好医生，像黄兵医生、费勇医生等，沈韵华说自己无法形容心中的感激之情，唯有通过这封感谢信祝愿嘉兴一院疼痛科的医生护士工作顺利，生活愉快。

（摘自3月21日《南湖晚报》记者 钱姬霞 通讯员 俞新红）

做一名合格的护士

时光荏苒，不知不觉，我已成了一名护理人员。身穿洁白的护士服，头戴燕尾帽，迈着轻盈的步伐，微笑着走向患者，这是护理部老师教我的第一课。我原本以为“护理”只要对患者耐心、工作认真、吃苦耐劳就够了，可事实并非这样简单。

这几个月的工作，使我成长了很多。从科室举办的每月知识考核到院的基础技能考核，从简单的临床护理到大出血病人急救，我深深地明白，要做一名护士——容易；可要成为一名合格的专科护士——真的不易。

做一名合格的护士，要具有高度的责任心和良好的职业道德。要树立“一切以病人为中心”的观念，尊重、理解、同情和关心病人，对病人无论性别、种族、贫富贵贱一视同仁。不但要关心病人的病情，也要加强对病人的心理护理及健康教育。护士所做的工作就是护理患者，让患者受益，让患者满意，更要让患者尽快地康复！这，就是我的工作。患者对我提出意见那是我的不足，并不是他们无理的要求。如果连患者的需要我都没有了解到、没有及时地给予，那就是我的失职，更没有资格去谈工作的高尚了。只有患者的赞许才是最高的荣誉。

在护理工作中我们应该是“做”和“说”同时进行的，甚至有些时候“说”要比“做”来得更为重要。在与病人沟通中技巧占着很大的因素，我们科的责任护士在这方面有着很深的“功力”，让人不得不服。在工作中，我愈意识到护理工作要顺利开展，首先要取得患者信任，信任是双方交往的基础，是人与人之间最美好的语言。在交流过程中，要讲究语言的艺术性，避免套用生硬的医学术语，擅于使用非语言沟通技巧，运用亲切的目光，良好的言行举止，缓和患者的紧张心理，使其积极配合治疗，最后获得双赢。“信任”是我们护士和病人之间最好的桥梁，让我们把这座桥梁搭得牢固些吧，用我们的细心，换取患者的舒心！

做一名合格的护士，要有熟练的技能。一是要稳，动作轻柔，有条不紊，不仅给病人安全感，还给病人美感；二是要准，操作严格按照护理常规，操作准确无误，恰到好处；三是要快，即动作熟练，手快眼快，干净利落，用较少的时间高质量的完成任务；四是要好，即质量好，效果好，使病人和自己都满意。

做一名合格的护士，要有健康的身体、充沛的精力。对工作一丝不苟，认真负责。护士的临床工作繁忙且劳累，而且对重病人的护理，要求我们时刻保持头脑清醒，精力旺盛，尤其是在抢救病人过程中，要做到反应迅速、灵敏、果断，这都是与健康分不开的。护士在临床工作中要严格遵守医院各项规章制度，认真学习“三基三严”理论，严格无菌操作和消毒隔离，对每一个医嘱应及时、准确地处理，并完善各项护理文书。护士是第一哨兵，所以要严格按照护理级别巡视病房，观察病人病情变化，发现问题及时通知医生。

做一名合格的护士，也必须具备主人翁精神、团队协作能力。护士面对的医疗环境和人际关系较为复杂，一不小心便会误入雷区，造成不愉快。作为一名合格的护士应懂得集体的力量才是强大的，断不可脱离集体，节外生枝。一滴水只有放进大海才不会干涸，一个人只有在将自己的利益与集体融为一体时才会有力量。集体是个人智慧的源泉，是陶冶个人才能和品格的大熔炉。一个团结协作的集体，会为了病人的健康、科室护理质量的提高而奋发努力、团结向上。团结就是力量，协作是帆，人情如水，只有团结协作，人情共济，船才会开得更稳、更远。

做一名合格的护士，应有高度的法律意识。随着人们生活水平的提高，病人对护理质量的要求也在提高。随着法制社会的建设，病人就医知情权和医药知识不断增长，护理人员很小的疏忽便会引发病人的不满或投诉。因此要求护理人员不断提高自己的法律意识，更新观念，严格要求自己，避免与病人争吵，认真核对并执行医嘱，规范化操作，各种操作有理有据，热情服务，努力营造一个良好而安全的医护环境。

总之，做一名合格的护士，要热爱本职工作，树立良好道德，有高度责任心，吃苦耐劳、踏踏实实认真工作。要不断学习，解放思想，适应时代需求不断提高。路漫漫其修远兮，吾将上下而求索！（祝诗怡）

花自开放 无畏落殇

雨过天晴，春的布幔缓缓落幕。她漂亮得令我错愕惊奇，连雨滴也夹杂着温柔的情绪，我伸手，抚摸江南的美丽。三月的杨柳丝丝拂面，暖阳温情，清风徐徐，我看到的却是水中镜子里的迷离。皎洁的月光也令我恍惚，也曾纯净天真地映衬你的容貌，我们心心念念的美满幸福，如掌中沙，流失迅速，所失不多，也渐渐遗失消散，是手掌包不住沙子的纷杂细腻，还是沙子无意于手掌的温存。

时光流逝，欢颜如初的容貌，定会漫漶而模糊，如井底捞月，可望而不可即。坚挺、坚强、沧桑，以至于青丝雪霜，花白的发色映衬出身影的羸弱以及岁月的无情。那时候，方可明白一切的恨与痛已然记不清，或许，那份无法言说的话语，早已随着逝去的年华消弭得一二净。记得昨天的回忆，未尝不是承认过往，但承认不代表着认可，回忆如清水漫漫凉入心境，遗憾似泪水阵阵涌出眼底。眷恋如昨，纵使，我明白总有一天它会逝去得无影无踪，如同冬去春又来，冰雪消融，了无痕迹。我会回忆着过去，然后，比昨日的欢颜，比今朝的温暖。年华虚度，几十年如同



摘自网络

一个昼夜，突然之间，觉得时间像泼出去的水，再也收不回。

时光，就这样，在回首展望中，兜兜转转；流年，就这样，在兜兜转转间一去不复返。打开一扇窗，睁开眼的夜空，空空的天空，是无数古今往来的眼睛，在夜幕上流一滴眼泪，像是永恒的灵魂，注视着从前和未来的自己。稍纵即逝的流星光景，诠释的是没有生根的土地，在流年岁月里，即使你是飘着，也是无法注意。沧海的凝聚，桑田的混淆，注定是没有生根的土地。一切的一切，擦肩而过，即使会有短暂的停留，也别去贪婪，也是一样地一笑而过，随着风儿远去，没有什么会在我们需要的时候，驻足停留。

岁月流逝，这世界如同过往烟云，不会为每一个人伫立永远，记忆，也是滚滚红尘中的一道划痕，割上了永远也不会完整的躯体。某天，某个时刻，如果还会忆起，只不过是一道模糊的风景，是不能追忆的过往。向前看，向后看，在一望无际的宇宙之中，又怎能有一个参照物呢？找到前后的方向，蓦然回首，方向成了没有定格的文字，在键盘上胡乱敲击，如果岁月还在的话，就继续在这岁月里浮浮沉沉。心神安然，灵魂无恙；花自开放，无畏落殇！（李海燕）

有那么一群人

——你所不了解的介入医生

有那么一群人，他们不是上班就是值班，不是值班就是加班；不是加班，也许正在赶来加班的路上。

他们没有周末，没有节假日。对于他们，平常的双休是一种奢望。

他们工作在基层，战斗在一线，他们看尽生老病死，感触乏天无力。

他们是普通人，却像超人一样，全天候呼叫，有呼必应，有令必达。

他们不怕自己受累，最怕老婆孩子的

一句：啥时候回家？

有那么一群人，他们也是医生，却没有内科先生源远流长的传承，也没有外科大夫惊心动魄的刀光剑影。

他们头上长着第三只“神通眼”，手中握着纤细的“定海针”。

他们可入脑探究，能达四肢活络。

他们在心脏和血管中漫步，在肌肤内

让他们无情的阻隔重新相通，使深藏的病根现出原形。

他们有热血、有信仰。他们肯付出、敢战斗。他们正值青春，甘于奉献。他们用热情和汗水换来一次次生的希望，他们是放射科那一群戴着口罩的不知名的医生。

急诊！急诊！华灯初上，他们披星戴月，晨曦微露，他们彻夜鏖战。他们奔跑在抢救危重的路上，毫不迟疑！他们与临床医生协同作战，力挽狂澜！他们默默无闻，他们也有勋章。（钱英）