

杭州市临安区第一人民医院

THE FIRST PEOPLE'S HOSPITAL OF HANGZHOU LIN' AN DISTRICT

杭州市临安区第一人民医院 内部资料 总第 236 期 2021 年第 6 期 6 月 30 日

总 编:王建江 星期三 农历五月廿一 E-mail:larmyyyb@163.com



省卫健委党委书记、主任张平来我院调研新冠疫情防控及安全生产工作

6月23日,省卫健委党委书记、主任张平一行来我院调研指导新冠疫情防控及安全生产工作。副区长高吉亚,区府办副主任余筱杭,区卫健局党委书记、局长洪忠东,副局长陆旭军,党委委员、计生协会专职副会长余福友,党委委员、副局长许向军陪同调研。我院党委书记金描宏,党委副书记、院长王建江及疫情防控相关科室负责人参加相关活动。

张平主任一行先后视察了我院发热门诊、方舱 CT、高压氧舱、住院部卡口等场所的疫情防控工作,详细了解疫情期间我院核酸检测流程及发热门诊的就诊模式,参观了消控中心,对我院安全生产工作及疫情防控工作重点安全隐患问题进行督导检查;同时还视察了“远程在线手语翻译”、智能穿戴等服务工作。随后走访了我院医共体成员单位青山湖街道社区卫生服务中心。

视察走访后,张平主任慰问了优秀医务人员和困难职工,亲切询问了他们



的工作情况,送上了党和政府的关怀和温暖。

张平主任充分肯定了我区疫苗接种

工作,对我院疫情防控工作给予充分肯定,并对下一阶段工作提出了具体要求:一要全面落实网格化监管措施,织牢织密

防控网,压实网格员、网格长责任;二要强化举措落实,织起卫健系统、镇街两张“大网”,狠抓医院、卫生室疫情防控,强化发热病人管理,网格双相联动,形成管理闭环;三要进一步提高疫苗接种点医务人员待遇,做好关心关爱工作;四要加强对省人民医院的进一步合作,同步提升区第一人民医院硬件与软件水平,让群众看病更方便、更省钱;五要大力推进“天目医养”项目,为患有高血压、糖尿病等慢性病的老年人提供更全面的医疗服务,提升群众的就医舒适感,获得感。

高吉亚副区长表示,下一步将实施网格双向联动机制,不断健全镇街网格化体系,同时充分发挥纪检监察机关监督作用,形成闭环管理。她还指出,在省市领导的关心支持下,区第一人民医院已与省人民医院实现合作共建,希望今后省卫健委能给予更多的建议与支持,进一步改善临安区人民的就医环境,增进民生福祉。

(区卫健局)

党建引领促发展 凝心聚力谱新篇

临安一院医共体举行庆祝建党 100 周年歌咏比赛暨表彰大会

6月25日晚,由临安区第一人民医院医共体主办、杭州医学院协办的“临安区第一人民医院医共体庆祝建党 100 周年‘唱支山歌给党听’歌咏比赛暨表彰大会”在杭州医学院活动中心举行,医共体各党支部及医院农工党支部共组 14 支队伍轮番登台,放歌抒心声,歌咏庆华诞!

临安区卫健局党委委员、计生协会专职副会长余福友,卫健局副局长陆旭军出席晚会,卫健局组织人事科及部分区属医院负责人、医院党政领导班子全体成员参加晚会。

临安区第一人民医院党委书记金描



宏致辞,他充分肯定了过去一年中全院干部职工取得的优异成绩,并对下一步医院的高质量发展提出了五点规划:一是全力做好新冠肺炎疫情防控和常规医疗服务工作;二是夯实 DRGS 实施和等级医院

复评工作齐头并进;三是坚持医教研协同发展,持续开展优质护理服务;四是加强运营管理和内部控制,提升智慧医院建设水平,五是持续加强清廉医院建设,深化公立医院综合改革。

晚会现场还举行了 2020 年先进党支部、优秀共产党员、优秀团队、优秀管理者、抗疫先进个人以及优秀单项、优秀个人的颁奖。

2021 年是中国共产党成立 100 周年,在新的历史征程中,全院广大干部职工将以实干成就事业,以奉献诠释品质,用最优异的成绩献礼建党 100 周年。

(对外宣传部 龚岚)

浙江省肿瘤医院妇科于爱军专家工作站正式落户临安一院

6月29日,中国科学院大学附属肿瘤医院(浙江省肿瘤医院)妇科于爱军专家工作站揭牌仪式在临安一院妇科病区举行。省肿瘤医院妇科于爱军教授及团队专家,临安一院副院长季华峰、医务科及妇科相关人员参加仪式。

我院副院长季华峰与于爱军教授共同为名医工作站揭牌。据了解,于爱军教授从事妇科肿瘤的诊治已有 30 年,有着丰富的妇科诊疗经验,擅长妇科肿瘤的微创手术治疗,以及为妇科恶性肿瘤患者制定高水准及个体化的术后辅助化疗、靶向治疗及放疗的综合治疗方案,帮助妇科肿

瘤患者进行规范化诊疗。于爱军教授表示,在临安一院成立专家工作站,目的是把技术传授给临安的医生,打造一支带不走的具有先进诊疗技术的妇科诊疗团队。今后除了定期会安排团队专家来临安一院门诊坐诊之外,还会授课、查房、手术等,让临安的患者在家门口就能得到省级专家的诊疗服务。

我院妇科主任陈晓丽表示,目前我区妇科肿瘤病人越来越多,包括一些较为复杂的肿瘤,我院迫切需进一步提升诊疗技术,于爱军名医工作站的成立,不仅是方便了临安百姓,同时大大提升了我院诊

疗技术及手术能力。

副院长季华峰表示,省肿瘤医院于爱军妇科专家工作站落户临安一院,对医院妇科诊疗能力的提升起到极大的推动作用。他要求妇科以此为契机,加快推进学科发展和人才梯队的建设,加强科研课题申报,争创杭州市重点学科,打造群众满意、医院放心、社会认可的品牌科室。

从 7 月份起,于爱军名医工作站的专家们将每月定期来我院门诊坐诊、查房和手术,具体时间请关注微信公众平台“临安区第一人民医院医共体”推送的“专家来临”信息。

(对外宣传部 龚岚)

喜报

6月18日,2021 年临安区“知史爱党 知史爱国”党史知识竞赛在临安区委党校举行。临安区第一人民医院派出吴超儿、楼溢程和楼霞三名队员,代表区卫健局参赛,经过笔试初赛和现场总决赛,最终在全区 31 支代表队中脱颖而出,获得全区党史知识竞赛一等奖。

本次总决赛分必答题、抢答题、风险题和附加赛 4 个环节,以场上队员答题和助威团答题的形式进行。必答题、抢答题阶段,场上选手沉着应对,凭借扎实的党史知识储备一分未失,场下助威团也藏龙卧虎,为比赛增添更多的精彩。

风险题题型分为 20 分、30 分、50 分题,参赛选手们都义无反顾地选择 50 分的高难度风险题,在前面几支队伍相继出现失误的情况下,区卫健局代表队仍然选择了 50 分题,并且一字不差答对了。最后,比赛进入附加题环节,场上的气氛更加紧张,经过激烈的角逐,最终区卫健局代表队凭借着他们扎实的党史知识储备和精彩的临场发挥获得了最后的胜利。

本次活动以赛促学,进一步增强党员干部学习党史知识的积极性和主动性,引导广大党员厚植爱党、爱国、爱社会主义的情感,为建设健康临安奉献力量。

(党建办 章艳)

我院代表队获全区党史知识竞赛一等奖

倾情援建 大爱满疆

我院援疆医生田春来凯旋归来！



6月28日,临安一院骨科副主任医师田春来作为杭州市第十批援疆工作队的一员,圆满完成援疆任务返杭。医院副院长季华峰带领相关职能科负责人及田春来的家属一同前往机场迎接。

2020年4月,田春来远赴新疆阿克苏人民医院开展工作,担任阿克苏人民医院骨科副主任。在援疆期间,他立足本职、兢兢业业,以高度的责任感和使命感,努力克服地域差异,积极将临床经验运用到援疆工作中,致力于提升当地的骨科诊疗水平,并取得了显著的成效。

中西结合,引进技术

作为一名经验丰富的骨科副主任医师,田春来根据当地骨科实际情况,采取了中西医结合的诊疗模式,在兼顾中医骨伤保守治疗的同时,重点向关节镜微创手术方面开展工作。他主动引入浙江先进理

念和优质资源,协助骨科先后成立“杭州市运动医学学会阿克苏中心”、“无痛病房”、“无栓病房”以及协助成立杭州柔性援疆名医专家库。建立健全科室管理制度、实施重点病种质量监控管理,及时更新临床诊疗路径及常见病诊疗规范;落实核心制度,提高医疗质量,保障医疗安全,精准助力学科发展,不断提升医疗管理能力和诊疗水平。

全心带教,授之以“渔”

为进一步深化杭阿“组团式”医疗援疆工作,田春来与阿克苏医院骨科2名骨干医师结为师徒,通过导师带徒、师徒“六个一”机制,对其进行带教指导包括病历书写指导、临床思维能力培训、操作及手术指导,并逐步形成“多院帮科·专科联盟”名医工作室的医疗援疆模式。

田春来充分发挥业务骨干和学科带头

人的作用,一年来组织召开了《杭阿运动医学论坛微创技术学习班》、《骨科MDT围手术期疼痛管理学习班》、《2020杭阿名医论坛》等继续教育学习班。通过带教、讲座、学术交流等方式指导当地医生学习先进技术,培养和提高了医疗卫生人员的理论水平和业务能力。

巡回义诊,远程合作

在疫情防控的常态化背景下,田春来协助组织杭州市第一人民医院、临安区第一人民医院、富阳中医骨伤科医院与阿克苏市人民医院四家医院的线上远程会诊。同时,积极加强援疆医疗队与周边医院的交流与协作,积极开展巡回义诊宣传,为广大群众送医、送健康、传播医学知识,不断扩大骨科在阿克苏地区的影响力。

一年来,随着多项新技术的落实,援疆医疗团队工作成绩不断受到社会各界的肯定,团队事迹多次被学习强国、人民网以及各类省市级媒体平台宣传报道。田春来本人因优异的工作表现获得2020年度杭州市援疆指挥部授予的“团结协作先进个人”,阿克苏市人民医院授予的“特殊贡献奖”;2021年6月,获得阿克苏地区授予的“优秀援疆人才”称号。

一年的援疆任务已圆满完成,田春来在阿克苏的工作岗位上兢兢业业,将专业知识和临床经验传授给阿克苏人民医院的同行,做好传、帮、带,留下了一支“带不走的医疗队”。

他说:“一旦这边有需要,我可以随时过来,如果没有机会再过来,我也可以通过远程指导,为这边的发展尽自己的绵薄之力,争取做到善始善终,善作善成。”田春来用他的赤诚之心和实际行动践行了一名医生不忘初心、牢记使命的精神。在建党100周年之际,谱写了一曲无私奉献、勇于担当援疆赞歌。

(对外宣传部 龚岚)

我院“三伏贴”开贴啦,有需要的小伙伴赶紧约起来！

三伏天即将来临,虽然它是一年中最热的时候,但却是冬病夏治不容错过的最佳时机。

何为冬病夏治?

中医素有“冬病夏治”的做法。所谓“冬病夏治”就是冬天易发的疾病在夏天治疗,这就是中医所谓的“择时施治”之一。尤其是颈椎病、骨性关节炎、腰椎间盘突出症等骨性关节疾病,它们在中医里都属于阴寒性质的疾病,若在夏天采取一定治疗会得到不错的治疗效果。

何为三伏贴?

三伏贴是冬病夏治法中最为盛行的一种。在三伏天,人们的肺脏气血通畅,药

物容易直达脏腑,是治疗肺脏疾患的最佳时机。此时进行贴敷治疗最能刺激穴位,使药物更好地循经导入。因药物不经胃肠道代谢,故能保护脏腑,且使用方便、副作用小,避免了打针吃药之苦。

适用的疾病

- 1.呼吸系统疾病:慢性咳嗽、哮喘、慢性支气管炎、过敏性鼻炎、反复感冒等。
- 2.风湿免疫性疾病:关节疼痛及肢体麻木、肩周炎、风寒湿引起的各种颈肩腰腿痛等。
- 3.消化系统疾病:慢性胃炎、胃肠功能紊乱、慢性肠炎、消化不良等。
- 4.耳鼻喉科疾病:过敏性鼻炎、慢性鼻

窦炎、慢性咽喉炎等。

- 5.儿科疾病:哮喘、咳嗽、支气管炎、体虚易感冒、脾胃虚弱等。

- 6.慢性皮肤病:荨麻疹、冻疮、硬皮病等。

- 7.妇科疾病:慢性盆腔炎、痛经、产后头痛、经行泄泻等。

预约电话:0571-58622563

治疗时间:

头伏:7月11日-7月20日

中伏:7月21日-7月30日

加强:7月31日-8月9日

末伏:8月10日-8月19日

(康复科 张瑜)

凶险！大叔突发消化道出血,医生胃镜下一招化险！

近期,我院消化内科成功救治一位“食管胃底静脉曲张破裂出血”患者,该患者现病情稳定,已于近日出院。

“食管胃底静脉曲张破裂出血”是所有消化道出血中最为凶险的,因为病情变化迅速,一旦血管破裂后,血液喷射而出,若不及时采取有效治疗,死亡率高达100%!

近日,60岁的朱师傅(化名)在家中的躺椅上休息,迷迷糊糊中突然有种想吐的感觉,哪知刚一起身就呕吐了起来,看着地上近500毫升的鲜血,他被家属护送到我院就诊,急诊科立刻给予补液输血治疗后,并收住消化内科病区。

消化内科值班医生吴志龙接诊并询问了病史,了解到朱师傅有酒精性肝硬化史,一年前还发生过心肌梗塞,行介入手

术后长期服用阿司匹林,这是一种防止支架植入后形成血栓的药物,消化道出血也是其常见的不良反应。

从发病到住院,朱师傅已经呕血4次,且颜色鲜红伴有大量血凝块,四肢皮肤稍冷,精神萎靡不振,这是休克早期的表现。血压也在80-90/50mmHg的状态徘徊,一旦休克加重,全身脏器功能衰竭,特别是心肌供血供氧严重不足,随时都有心肌梗死再发或猝死的可能。

通过评估,吴志龙医生认为需马上进行急诊胃镜探查治疗。值班医生立即向我院消化内科主任王哲民汇报该患者病情,王哲民主任指示马上启动消化道大出血抢救流程,以最快速度安排床边急诊胃镜。一切准备就绪,当胃镜进入食管后,只见大量暗红色血液涌出,视野模糊不清,

王哲民主任经反复吸引清除后,终于在贲门部找到出血点,仅10分钟,便为患者成功止血,一招化险,阻止了病情进一步恶化,将朱师傅从“死神”手上拉了回来。

在此次救治过程中,医生采用了三明治疗法,可以将胃底的静脉曲张粘合封闭,达到止血效果,该技术难度大,需要在患者封闭的体内,仅凭显示器的非直视环境下,手持柔软胃镜,短时间内完成“寻找出血点+精准定位+注射止血”三个重要步骤,术中护士及助手的配合也需要环环相扣、无缝对接,容不得半点迟疑。此项技术,我院消化内科主任王哲民曾多次在浙一医院进修学习,与国内省内的同行反复交流镜下止血治疗的经验,目前操作技术已非常娴熟。

(消化内科 吴志龙)

我院又添『新利器』,GE62排124层CT正式投入使用

为进一步提高我院医技科室检查诊断水平,更好地向广大患者提供更优质的医学影像检查服务,我院放射科新引进一台美国GE62排124层CT。日前已安装调试完毕,现已正式投入使用。

美国GE62排124层CT,中文名为GE Optima CT620青城124层C,专业擅长低剂量肺部筛查,全身各部位二维、三维CT检查,血管CTA、CTV检查,心脏冠脉检查,有着扫描时间更短、准确率更高、覆盖范围更大、患者接受辐射剂量更低等诸多优点。

一、Optima 620 特点及临床优势

低剂量肺部筛查:在确保高清成像的同时,CT620能降低约60%~70%的辐射剂量,实现全身超低剂量下的高清成像,维护患者安全,促进临床精准诊疗,极大优化了临床流程。

临床功能丰富:CT620为疾病筛查和诊治提供了强有力的支持,对全身心脑血管系统、肿瘤诊断学等都具有极好的影像诊断效果,扫描速度快、覆盖范围大。CT620以其快速、薄层、丰富的后处理软件等优势成为循环系统、骨关节、呼吸系统、消化系统以及全身各部位疾病诊断的优先检查手段,例如全身血管成像、骨科病变诊断及术后评价、全身良恶性肿瘤的分析等。

准确率高:CT620融合了GE医疗的领先技术和创新理念,将超精细的图像与低剂量完美结合,为诊断提供更精准的信息。

它实现了从硬件到软件的全方位突破,将特有的技术融为一体,得到更清晰、更准确的诊断图像。

二、临床应用示例

心脏解决方案:CT620是一台三率合一的可以扫描心脏的CT。能够提供高时间分辨率、高空间分辨率、高密度分辨率的诊断,使得心脏检查更加精准。

神经系统解决方案:CT620的视网膜探测器和超高端ASiR平台,使得在对神经系统进行高清扫描的同时可以降低剂量,让高清低剂量扫描成为常规。

胸部解决方案:CT620的视网膜探测器和超高端ASiR平台,使得可以对胸部进行高清扫描,同时降低剂量,最终用更低的剂量进行胸部诊断。

肺结节识别智能技术应用:CT620还可自动标记出CT各层面上的疑似结节,辅助医生快速、精准完成肺癌筛查。

(设备科 钱迪旭)

幽门螺杆菌会致癌吗？应该如何治疗？

最近,消化内科门诊来了很多要求检测幽门螺杆菌的人,且普遍年龄在20~30岁,当问到他们为什么要来检查这个项目,得到的回答基本一致:在抖音上和微博上看到感染这个细菌,会得胃癌,所以很害怕才来检查。面对五花八门的咨询,现向大家科普下幽门螺杆菌的检查和治疗。

一、什么是幽门螺杆菌？

幽门螺杆菌(以下简称Hp)是一种螺旋状细菌,其生存能力极强,能够在强酸性环境中生存,是目前发现的唯一能够在胃里面生存的细菌。

而人又是唯一的传染源,人人与人之间传播是唯一传播途径,其传播渠道主要是口-口(共用餐具、洗漱用具、亲吻、聚餐等)、粪-口(随大便排出)。尤其一家人很可能通过餐具、洗漱用具、亲密行为等相

互传播,因此,一人感染,其余家庭成员也有可能已经感染。一旦感染后我们身体不会自发清除,从而造成终生感染。

二、危害主要有哪些？

在我国《第五次幽门螺杆菌诊治共识》中明确指出:绝大多数胃癌的发生是幽门螺杆菌、环境因素、遗传因素共同作用的结果,约90%的非贲门部胃癌的发生与幽门螺杆菌感染有关。世界卫生组织也将Hp列为一类致癌物!除了致癌风险外,还有以下危害:

1.可导致消化道疾病:长期感染可引起胃黏膜活动性炎症,70%的人感染Hp后没有症状,10%的人可能存在消化不良,10%~20%的人可能有急性、慢性胃炎,消化性溃疡等。

2.还可导致胃肠道外疾病:如缺铁性贫血,慢性荨麻疹,口臭,牙周疾病等。

虽然感染Hp有患癌风险,但也不用太过恐慌,感染Hp的人中不到1%发生胃癌,而且根除Hp可以降低胃癌发病率。

三、怎样才能根除治疗？

根除Hp,需服用抑制胃酸的药物(PPI)、两种抗生素以及铋剂,共计四种药物,也就是“四联疗法”。所有抗Hp药物都是每日2次,连服10日或14日。

用药一定要规范,要吃够疗程,一般建议14天,不能低于10天,也不建议多于14天。很多人杀菌失败,都与这些不规范用药关系。根除治疗期间,一定不要喝酒,饮酒可能会引起相关抗生素的双硫仑反应,甚至危及生命。

另外,不建议14岁以下儿童进行Hp检查和根治治疗。因为儿童是易感人群,抗Hp的四联疗法中含有大剂量抗生素、铋剂,服药疗程长,对儿童的肠道正常菌

群会造成影响,另外儿童器官发育不成熟,容易发生不良反应。除非有强烈杀菌指征,一般不建议儿童进行根治治疗。

四、注意预防很重要

幽门螺杆菌感染,平时要从以下几方面注意预防:

- 1.饭前便后要洗手,阻断传播途径。
- 2.餐具定期消毒,家庭聚餐后也应消毒。
- 3.建议分餐:如果家人感染,强烈建议分餐;应选择使用公筷、公勺,直至其完全治愈。
- 4.禁止口对口喂食:一定要避免给孩子口对口喂食。平时饮食中大人和小孩的餐具尽量分开。
- 5.注意口腔卫生:建议使用一段时间漱口水和抑菌牙膏,缓解口腔炎症,牙刷三个月换一次。(消化内科 吴志龙)

可怕！那些从来不吃早饭的人现在都怎么样了？

俗话说:一日之计在于晨,一顿健康美味的早餐是一天的开始。但现在很多人晚上熬夜睡不着,早上闹钟叫不起。到了周末一觉睡到中午,更不要说吃早饭了。但是长期不吃早饭,真的对健康没有影响吗?那些不吃早饭的人都怎么样了,我们今天一起来了解一下。

一、“饿”出全身慢性炎症

2020年刊发在《营养学》杂志的一项针对7万余名成年人的研究分析发现:长期不吃早饭的人,血中的超敏C反应蛋白水平明显增高,说明不吃早餐可能与全身慢性炎症有关。

研究人员介绍,C反应蛋白,是体内反应炎症水平的指标。慢性炎症也可以说是一种沉默“杀手”,可在体内潜伏数十年,没有任何症状,但一旦发作,就可能发生致命性后果,比如,冠心病就是一种慢性炎症疾病。此外,糖尿病、老年痴呆、中风和癌症都与慢性炎症有着

千丝万缕的联系。

二、“饿”出了胆囊结石

临床中不少胆囊病患者都同时伴有胆囊结石,而且他们有着共同的饮食习惯——长期不吃早餐。经常不吃早餐会导致胆结石等胆道疾病发生,而胆囊癌与胆结石关系密切,并有日渐递增的趋势。

三、“饿”出胃炎、胃溃疡

不吃早餐,使胃长时间处于饥饿状态,胃酸分泌过多,容易造成胃炎、胃溃疡,不吃早饭会增加一些慢性炎症的风险。

四、“饿”出了糖尿病

2012年一项发表过的研究对近3万名没有糖尿病的健康男性跟踪调查16年,发现和每天规律吃三餐的人相比,每天不吃早餐而只吃1~2餐的男性糖尿病风险会升高25%。即便除去其他可能导致糖尿病的因素,甚至消除体重变化的影响,不吃早餐也会让患糖尿病的风险升高16%,也就是说,不吃早餐,哪怕并没有引起体重增加,仍然会更容易患上糖尿病。相比之下,两餐之间吃零食,容易导致肥胖,从而增加糖尿病的危险。

五、“饿”出了肥胖

你有没有发现,很多不吃早饭的人都比较胖?少吃一顿饭,并不会让你瘦下来,反而可能变胖。长期空腹不吃早

饭,身体误以为处于缺乏食物的“饥荒期”,一旦再进食,身体就会不舍得浪费食物中的营养成分,易致午餐或晚餐食量增加且身体吸收能力更好,易变成脂肪储存在体内。

为什么不吃早饭伤害这么大?主要是以下几方面原因:

- 1.不吃早饭,胆汁无处释放
胃饿了一夜,要用早饭把胃填饱,它才能给我们的身体提供满满的能量,开始新的一天。此时,为了配合胃里食物消化,胆囊内储存的胆汁需要向小肠输送,如果不吃早饭,胆汁就无处释放,全部积存在胆囊里,时间一长就变成胆结石了。
- 2.不吃早饭,激素会紊乱
早餐距离上一餐时间有十个小时左右,人体需要补充更多能量。如果人们空腹时间比较长,会导致早餐血压升高。而若是常年不吃早餐的话,势必会导致相关激素的紊乱,这样的话,人更容易出现暴饮暴食的行为和肥胖的发生,也会造成身体血脂水平的波动。相关研究发现,吃早餐有助于降血压,进而防止血管堵塞等各种心脑血管疾病的发生。

- 3.不吃早饭,会刺激肠胃
长期不吃早餐,或者一顿不吃一顿吃,对胃不好。人在睡眠中,胃仍在分泌少量胃酸,如果不吃早餐,胃酸没有食物去中和,就会刺激胃黏膜,导致胃部不适,久而久之则可能引起多种肠胃疾病。

有了健康,才能有一切,每天的早餐,构成人一生的健康基石。
(急诊科 马淑娟)

无痛分娩 帮你告别痛不欲生

三胎政策都来了,如果你还不知道无痛分娩,那你就out啦。无痛分娩可以让准妈妈不再经历疼痛的折磨,让准妈妈得到休息,有足够力量完成分娩。

目前“椎管内分娩镇痛”是所有无痛分娩方法中镇痛效果最确切的方法,由麻醉医生实施操作,可控性强,安全性高,准妈妈意识清醒,能主动配合、积极参与整个分娩过程。这种无痛分娩法是目前各大医院运用最广泛、效果比较理想的一种,也是我院的无痛分娩方式。相信很多准妈妈对此颇感兴趣,让我们来为你一一解答吧。

一、无痛分娩一点都不痛吗？

不是。无痛分娩并不是完全不痛,而是极大程度的缓解分娩疼痛。分娩过程中准妈妈们仍能感觉到宫缩以及轻微不适。完全不痛并不适用于分娩,因为分娩过程中需要准妈妈对宫缩的感知以及积极配合。

二、无痛分娩安全吗？

无痛分娩技术较为成熟,大量研究证实椎管内镇痛无痛分娩对准妈妈和胎儿是安全的。无痛分娩时用药剂量极低,因此进入母体血液、通过胎盘的机率微乎其微,对胎儿几乎也不会造成什么影响。

三、打了无痛分娩针会没力气生孩子？

当然不会。无痛分娩的整个过程均采用低浓度药物,在控制疼痛的同时并不会影响产妇运动,对子宫收缩也影响很小,所以打了无痛,分娩同样有力气!

四、无痛分娩可以持续多久？

麻醉医师会根据准妈妈产程的长短调控用药,保证准妈妈足够长时间的镇痛。

五、每个人都可以做无痛分娩吗？

无痛分娩并不适合所有的产妇,有以下情况的产妇就不适合进行无痛分娩:1.有阴道分娩禁忌症的产妇;2.有椎管内麻醉禁忌症的产妇(有凝血障碍的产妇、严重腰椎疾病的产妇、有神经系统疾患的产妇等)。产科医生和麻醉医生在进行无痛分娩前都会进行仔细的评估。

六、分娩失败改剖腹产还要再打麻醉针吗？

这取决于无痛分娩的镇痛效果,若镇痛效果较好则可免去麻醉操作的过程,调整用药即可。若效果欠佳,则需进行麻醉操作。

看了这些介绍,相信准妈妈们都心动了。怀胎十月,终于等到这一天,这一次,告别分娩的恐惧,来一个无痛分娩之旅吧。

(麻醉科 余青青)



小心病从口入！夏季肠道传染病高发,预防很重要

夏季气温高、湿度大、蚊虫密度高,各类细菌、病毒生长繁殖的速度也大大加快,水源、食物、环境极易被污染,一不小心就病从口入,染上肠道疾病。

肠道传染病是经消化道传播的疾病,常见的主要有细菌性痢疾、手足口病、霍乱、病毒性肝炎、细菌性食物中毒等。

细菌性痢疾

细菌性痢疾是夏季最常见的肠道传染病之一。据专家介绍,细菌性痢疾是由痢疾杆菌引起的一种急性肠道传染病,主要表现为腹痛、腹泻,部分病例可出现发热等症状,症状严重的可出现高热并伴有感染性休克症状,甚至出现脑水肿和呼吸衰竭。

细菌性痢疾一般是通过被痢疾杆菌污染的水和食物传播,也可通过日常生

活接触传播。夏天天气热导致人们喜欢吃生冷食品,引起肠胃功能紊乱也会增加痢疾杆菌感染风险。

手足口病

除了细菌性痢疾,夏季还有一种肠道传染病就是手足口病,多发于儿童。症状表现为发热,手、足、口腔、臀部出现皮疹或者疱疹,少数患儿会并发肺炎、脑炎、心肌炎等,甚至导致死亡。

手足口病除了可通过消化道传播外,还可以通过呼吸道传播和接触传播,患者说话、打喷嚏、咳嗽等喷出的飞沫唾液和集体生活中使用共用的玩具、餐具、密切接触都可能造成疾病传播。

夏季肠道传染病的预防措施

1. 预防夏季肠道传染病的关键是把好“病从口入”关,要注意饮食卫生,养成良好的卫生习惯。隔夜饭菜要正确存放,

存放时间不能过长,食用前要重新加热,如有变质异味应弃去,切勿食用。

2.注意个人卫生和防护,养成勤洗手的习惯。饭前便后要用洗手液认真彻底清洗。

3.积极参加体育锻炼,增强免疫力。

4.保证充足的睡眠,合理安排作息,做到生活有规律,劳逸结合。

5.应尽量减少外出就餐,或者不去卫生条件差,餐具消毒不严,无卫生营业执照的夜市、小摊进食。

6.切莫讳疾忌医。一旦出现腹泻、呕吐,要及时到各医院的肠道门诊就诊,不要怀着侥幸心理,以致延误病情。身边有肠道传染病患者时要进行隔离。尤其对患者粪便、呕吐物等要处理好,避免造成水源和食物污染。

(普外一科 陈秀燕)

编者按

徐光来主任是临安一院原大内科主任,从事内科诊疗工作 50 余年,发表专业论文 32 篇,获科技进步奖 5 项,退休后依然笔耕不辍,著有《心血管健康新知》、《慢性病飙升你如何应对》等健康科普书籍。为鼓励和关心广大青年医生,耄耋之年的徐老再次提笔写作,以毕生的工作经历和感悟,用朴素的语言,鼓励中青年医生成长成才。本期刊登第二篇《临床医生基本功不能丢》。

临床医生基本功不能丢

近几十年来,医学技术发展越来越快,许多过去诊断不清楚的病,现在都能诊断清楚了,另外,治疗也比过去好多了。但目前临床工作中情况很让人担忧,那就是诊断的基本功丢了,临床思维没有了。

尽管现在病人很多,但其中绝大部分是常见病,疑难重症不会超过 10%,这些病依靠医生的基本功(病史、体检、超声、心电图、X 线胸片和三大常规),是可能诊断清楚的。这些基本诊察手段和办法,是永远不会过时的,如果我们掌握得好,用好,至少 80%的病是能够诊断出来的。

还有些年轻医生诊察疾病时,最基本的望、触、叩、听都不做,有的医生听诊器都不带,来了病人,就开一大堆检查单,给病人“撒大网”,特别是常常开一些高新技术的检查,这些没有针对性的大检查,有时反而将医生的思路引向迷途,而且让病人花大笔的钱。

虽然高科技的检查手段多了,但误诊率仍居高不下,这与医生忽视基本功有很大关系。当然,基本功不是万能的,不同科室、不同疾病还要作些相应的进一步检查。采集病史是医生最重要的基本功,也是培养医生诊断思路的过程。病史要边采集边思索,分析各种症状的内在联系。

对疑有身心疾病患者,同时要注意望诊(望神态)和听诊(听语音)。一个基本功扎实的医生,对一个初诊病人,通过详实的病史,同时对病史进行去粗取精,由表及里的哲理分析,疾病诊断的框架就会自动跳出来,这就是基本功到位了,临床经验也丰富了。

其实,大多数疾病还是要靠病史和体格检查解决问题,解决不了,根据病情需要再开检查单。当医生千万不要把简单的事情搞复杂。有句话值得我们记取:“把复杂的事情做简单是智慧,把简单的事情搞复杂是愚昧”。

听诊器是临床医生最基本的检查方法之一。虽然,听诊器并非万能,人体很多疾病已不能单选它来判断。一方面是听诊器受的自身构造所限,检查到的信息完全靠耳朵听,有很大的局限性。另一方面使用者的水平也决定了听诊器的可利用率。听诊器所收集到的有关疾病信息,如果医生不能辨别,同样属于无效信息。因此,有些医生就省去听诊器的检查,直接用高级检查手段代替。

其实,无论是心、肺专科医生、急诊科医生、产科医生或全科医生,听诊器应该伴随其职业的终生。因为听诊是医生自

己直接获得的信息,在某些程度上比仪器获得的客观信息都可靠。

书写病历也是医生的基本功。医生的基本功是否扎实,看病历一览无余。病历更是一份法律文书,客观、及时、规范、完整已成为书写病历的基本要求。在医疗纠纷中,病历已成为非常重要的证据,往往一份不合格的病历使原本无错的医疗行为处于不利境地,对个人、医疗机构乃至医疗行业产生恶劣影响。

现在,传统的病历已被系统化、程式化、模式化的电子病历所取代,快捷的电脑方式也很难锤炼人的脑力,而拷贝的陋习会使病历没有特点,千篇一律,有时还会出现不应有的低级错误。有些病历表面上看一项都不少,但重点、特点不突出,缺乏归纳和提炼,没有贯穿医生的个性化分析和思考,只能算一本流水帐,也就失去了病历真正的价值。病历的质量问题越来越多,因而内涵也更加令人担忧。

怎样提高病历的质量和内涵?首先,住院医生要从每天的查房、写病历开始,用严谨、求精的态度,用勤奋、奉献的精神去书写好每一份病历,将学习、思考、经验都融汇到“笔尖”,培养自己细致认真的工

作习惯。

其次,医生要多到病人床边去,提升病历的内涵。无论是诊断的探索、治疗的成败,疾病的转归,都要到床边由病人来考量,病人的感受总是第一位的,如果医生说治疗很成功,但病人却感觉很不舒服,那就不能说是一个成功的治疗。只有把病人的感受与实验室资料相互印证,通过由表及里的逻辑分析,才能判断和提升事物的真实。把这个过程说清道明,便是一份内涵深刻的病历。

学好用好基本功还要有点“课外”知识。医生在业务活动中,面对的是病人,人是有思想、有情感、有生活、有喜怒哀乐。从这个意义上说,写病历有点像写小说,医生要有主人公的“生活”才能动笔。手术前,如何对病人的心理诉求、职业、家庭等背景情况与患者和家人“共情”才能取得“双赢”。如果把这些“小事”写进病历,这份病历不仅有内涵而且还有点灵气,这就要求临床医生要懂点人文学、心理学、伦理学、法学、逻辑学、哲学和艺术等,才能写出一份好病历。

当然,写病历不是写小说,不能异化,也不是要写“平行病历”,但把医学生文融入病历却是无可非议的。(徐光来)

因为热爱
所以坚持

时间过的飞快,我进入临安区第一人民医院工作已经是第三个年头了,在这里实现了我人生的蜕变,我亲身感受到医护人员对病人的同情、关心和爱护。当然,工作中也难免有抱怨与情绪,但我依然热爱我的工作,并将持续在自己的岗位上发光发热,实现自己的人生价值。

络绎不绝的患者,护士们匆匆的脚步,不曾间断的治疗护理……早已习惯这种精神紧绷,争分夺秒的生活,每一分坚守的背后都是对生命的敬畏和尊重。

病人分很多种,有通过我们努力能痊愈的,也有就算我们付出

很多,因为病情发展还是恶化的,遇见不一样的病人对我们的态度不一样。当你看见痊愈的病人在对你说谢谢时,那一刻心里觉得是值得的,当你看见心脏骤停的患者被我们抢救过来,那一刻内心是兴奋的。

急诊人流量大,每天接触的病人也都不一样,对于我们来说每天都在不断的学习中,我们要不断积累经验,提高自己业务能力和水平,努力为患者做好服务工作。

在工作中首先要取得患者信任,信任是双方交往的基础,一个信任的眼神可以化解病人焦虑的情绪,一句信任的话足以让患者刻骨铭心。花几分钟时间和患者及家属交流,让病人感受到我们的耐心,良好的言行举止,缓和患者紧张的心理,使患者积极配合治疗,最后获得双赢。

在三年的工作中,有苦有累,有酸有甜,曾有过放弃的冲动,但更有坚持的决心,我认为对工作的热情始终能打败抱怨,我会坚定不移的走下去,相信自己能做的更好,实现自己的人生价值。

(急诊科 陈燕尔)

为病寻理,见微知著,做一名优秀的病理师

我们都知道病的诊断是治疗的前提,病理诊断对许多疾病的确诊、治疗方案的选择和预后的判断具有重要意义,素有诊断金标准之称,临床病理医生则被称为“医生的医生”。众所周知,病理科医生的成长与经验关系格外密切。作为病理科的年轻医生,我也曾焦虑过,不知道自己猴年马月才能像老师那样拥有丰富的经验。在病理科三年里,我得出了一些成长的心得,记录下来与大家共勉。

读片练好基本功

显微镜下阅片是病理诊断的基本功,病理组织的形态千变万化,即使同一疾病,其组织形态类型往往也多种多样,十分复杂。病理医生必须练就一双“火眼金睛”,才能满足临床工作的需要。达到这种目的的唯一途径就是大量研读切片,对其形态变化了然于心。因此在规培期间,对每一例日常活检切片我都仔细观察,即使是正常组织学结构也反复对比图谱学习。因为只有掌

握正常组织学结构,才能一眼发现异常之处,对所用诊断用语都熟记其定义、代表的含义,掌握其规律,通过日积月累大量读片,总结其变化规律,掌握其诊断要点。

疑难病例多请教

病理医生的训练是师傅带徒弟式的手把手地教、一张切片一张切片地看,一个诊断一个诊断地分析。所以病理医生学会的东西都是老师带教出来的。老师教过的诊断,掌握了才能不出大错。反之,老师没有带教过的病例,尽管查阅文献,看似一模一样,冒然诊断也可能出错。学习之初就有老师教导过,“诊断过的病例多诊断,没诊断过的病例一定要找老师或同行复诊后才能发出病理报告”。

与临床医生勤沟通

病理检查的目的是给临床提供尽可能准确和丰富的诊疗参考,但是病理诊断不是孤立的,它离不开临床所提供的信息,准确和完整的病理诊断离不开临床医生的协

作。病理医生在诊断时一定要避免仅凭显微镜下所见就雾里看花、瞎子摸象,而是要多与临床医生沟通交流,这样不但可以增强我们诊断的信心,积累经验,还可以为临床解决实际问题,提高病理诊断的“含金量”。

例如有一例淋巴结活检标本,镜下发现淋巴结结构有破坏,疑似是淋巴瘤。但与临床沟通后了解患者为青年男性,突然发热,伴颈部淋巴结短期内肿大,据此我们继续做了免疫组化及原位杂交检测发现 EBER 阳性,最后诊断为传染性单核细胞增生,而非淋巴瘤。在鉴别诊断中,临床信息起到了很大的提示作用。

因此,作为青年病理医师,我们一方面要勤于实践和思考,注重实践和经验的积累,对各学科的病理都要有基本的掌握;另一方面要着重于几个专业领域集中学习和提高,在临床与科研方面都能提供有力的支持和帮助。(病理科 韦富美)

健康成长!我在医院过“六一”!

今天是“六一”儿童节,妈妈说:“等我出院了,给你补一个儿童节。”可我就想今天过儿童节,因为过了今天就不是儿童节了……

忽然,病房里进来一位护士姐姐,说要给我们住院的小朋友过儿童节,是真的吗?

我张望着门口,护士姐姐怎么还没来?突然,一只小黄鸭朝我走过来,拉起我的手,和我一起跳洗手操,哇,我太喜欢小黄鸭了,它好可爱!

还有绵羊姐姐、奶牛姐姐、红蟹姐姐,带我们一起跳洗手操,

她们说每次把小手洗的干干净净的,以后就不会生病。大家一起跳完洗手操,小黄鸭说要给我们讲故事,还一

起学画画,护士姐姐给我们讲了海娃、刘胡兰、毛主席的故事,他们的事迹让我好感动。

随后,护士姐姐又教我们画党旗,大家都画得特别认真,红色的党旗特别好看,姐姐们还给我们拍了照片,护士姐姐还给一些刚刚出生就住院的弟弟妹妹们过了人生的第一个儿童节,她们拿着手机,让爸爸妈妈们和他们的小宝贝视频。

活动结束后,我跟妈妈说:“您不用给我补过儿童节了!因为今年的儿童节很特别,我过得很开心,我会乖乖听医生和护士的话,赶快把病养好,好好学习,健康成长,将来做建设祖国的栋梁之材。”(儿科 杨莎)

