

一生,为医而生

■ 王 玥

提到医生,大多数人想到的是神圣、崇高、救死扶伤等。他们就像一个装满知识的机器,看了症状就能自动准确检索出疾病和治疗方法,我曾经也和大家一样,觉得他们的神圣是因为他们一定能治好疾病。

但是现在
我从一个曾经站在他们对面的人
变成了如今站在他们身边的人
关于医生我有太多想说的了
……

作为一名手术室护士,平时接触最多的就是外科医生,外科医生就像是特殊的“修理工”。哪里破了给它缝上,哪里断了给它接上,哪个位置坏了把它摘了,“以新换旧”是常有的事。但如果你真的把他们当成修理工,那又错了。手术无大小,或许在常人眼里的一个肿块、一个阑尾都是小问题,可在外科医生眼里,他们必须极度细致认真,因为无论什么手术,他们的每一步操作都关系着病人的预后和康复,稍有不慎,就会带来无法预计的后果。所以,别看外科医生每天早上踏入手术室时气宇轩昂,其实他们干的都是提心吊胆的事。

医院普外科的医生们承担了医院最杂最多的手术,有时候一个癌症根治手术,一上台就是一天,要么怎么说医生是神圣的,在我看来他们确实是一个足够神的存在,竟然可以5、6个小时,甚至7、8个小时不吃不喝、不上厕所,一直保持站立姿势。

再来看看骨科医生,他们更像是一位“工匠”。榔头、电钻、钉子是他们常用的工具,他们专业的复位手法,精准的手术固定让无数骨折的病人重新恢复功能位。骨科手术最大的一个特点就是术中要不断进行透视,以判断骨折复位的情况。手术中经常会碰到复位困难的病人,受条件限制,透视下复位结果总是不理想。众所周知,射线对人体是有伤害的,大家唯恐避之不及,但是骨科的蒋臻主任和郑明君等一众医生为了一个相对良好的对位就保持一个姿势在里面一同被透视。如果说做手术是他们的本职工作,那么他们愿意为了透视时保持良好的位置而一同被放射则是一种鲜为人知的牺牲。而这些,病人及家属都无从得知,只有我们看在眼里,不忍在心里。

再来说说妇产科医生,清一色的女医生,干起活来却一点也不输给经常干体力活的骨科爷们儿。妇产科的女医生们干练自信,可以说是真正的巾帼不让须眉。在家里,她们是母亲、是妻子,温柔贤惠。可在医院里,尤其碰上急诊的孕产妇,跑起来都能有专业运动员的速度。记得有一次晚上值班,妇产科打电话通知胎儿宫内窘迫,需急诊剖宫产。陈旭萍主任接到通知就立刻从家里赶往医院,值班的妇产科医生也是以百米冲刺的速度冲进手术室。备台、麻醉、消毒……人员全部到位,划皮后三秒钟就听到了宝宝的第一声啼哭。大家的心也终于放了下来,随后开始仔细处理产妇,我们常开玩笑说,没有一颗强大的心脏就干不了妇产科,我认为妇产科的女医生们不仅有着一颗强大的心脏,这颗强大的心脏更是暖人的。

除了以上这些,还有泌尿外科、肛肠外科等科室的医生,他们有着写不完病历,换不完的药,他们就像是一台装着永动机的骡子。但即便如此,外界仍不断会有质疑的声音,甚至是一些不尊重的行为,让我们医生们越来越寒心。其实医生也是有血有肉的普通人,他们也会为睡上一次懒觉而欣喜满足,只不过后来他们选择了医生这份特殊的职业,所以他们开始比别人更加努力,开始学会把情绪收在心底。

每一个行业都有着不为人知的心酸和无奈,多换位思考,多一些理解,一切就会变得简单。他们深知群众把生命托付给自己是一种信任,既然选择了成为一名医生,那这一生,都将会为医而生。



守护生命之美
——记县一医院重症医学科主任余美红

■ 范小英



写在开头:白大褂、听诊器是你的标配,匆忙弯腰的背影是你的日常,身边的人追求很多,但你的目标只有一个,就是用付出换来了百姓的笑容,用医术和仁心换取更多人的平安和健康。在我们的身边,有一群最温暖、最可爱的人,他们把爱洒满人间,用真情与执着来守护每一个生命。接下来,我们将继续用镜头和文字记录下那些最美的身影。

250—350公里/小时,这是高铁的时速。而是否有人测算过抢救生命的时速?有一种人,无论春夏秋冬、寒来暑往、昼夜不歇,他们时刻为生命和健康而奔跑忙碌,辛勤劳动;因为疾病的发生发展不可预测,为了守护生命,他们从不离开。

我身边就有很多这样默默奔跑、甘于奉献的劳动者,耳濡目染中,常常让我为之感动并铭记。

余美红,淳安县第一人民医院重症医学科主任。2019年春节,从除夕到初七,她没有安心吃过一顿饭,更没有闲暇和家人共享天伦之乐,她始终守护在救治生命的第一线。除夕夜,虽然不是她值班,但科室里躺着17位重症患者,他们的病情安危是她最放心不下的牵挂。大年三十,从清晨到夜晚,她认真查看每一位患者的情况、各项检查及监护的指征,及时准确记录危重患者的每一点病情变化、出具医嘱、调整药物……在监护室的各种仪器,如血透机、PICCO、呼吸机同时持续运转的当儿,在面对各种类型的急危重症患者(严重多发伤、休克、危重孕产妇、重症感染、多器官功能衰竭),她就如同一场重大战役的总指挥,一道道精准的医嘱就是一声声军令,整个监护室的医护人员在她的指挥下,紧张却有条不紊地忙碌着……

在喜庆中国年这个特殊时节,因为有着她的日夜坚守,让科内其他值班医师和护理团队既安心又笃定,救治工作更加井然有序。虽然一切还是紧张、忙碌,但每个人都深感踏实而温暖,每一个奔跑的脚步更加坚定有力。

在救治工作的忙碌之外,作为科主任的余美红更没有忘记,没有忘记那几位她和她的团队付出过无限努力,却依然正在走向凋亡的生命。因为医学实在没有发展到能医治所有疾病,那些或者年轻或者年迈的生命终将在某一个点走向衰竭,这其中有着长年需要呼吸机支持的、有需要持续血液透析的……他们人住在监护后病房。

余美红在年前做了个决定,她拿出自己的工资,准备了4个特殊的红包,每个红包200元,并让当教师的爱人附上祝福小卡片。为了这个祝福语的内容,她更是和爱人一起慎重斟酌字句——“祝您康复!”可是有人已然没有了康复的希望,那就“愿您快乐!”。除夕夜,当这4位特殊的病人收到这满载关爱与祝福的特别礼物时,已不能用语言表达的他们,用他们各自所能表达谢意的方式,也给了余美红最最暖心的回馈:有人眼角滴下了感动的泪水、有人紧紧握住她的手……那一刻,这个外表坚强、内心柔软的女汉子想的是:如何才能更好地延长他们的生命?如何才能让他们更有质量地活着?

高铁时代的到来,让更多的人可以随时来一场“说走就走的旅行”,因为大多数人的心中都有一个关于诗歌和远方的梦。

本来根据科室排班、按照计划,1月30日下午余美红可以轮休半天,次日下午再上班,于是应女儿央求,答应一起去上海走走。孩子当时就兴高采烈提前购买了高铁往返车票,并预订了住处。但30日上午,科内有一患者出现病情波动,体温异常升高、肺部听诊不理想,且这还是一例社会关注度较高的病例。患者的安危才是最重要的事!余美红果断跟女儿说,科室要抢救病人,上海不去了。

孩子从小就了解母亲的性情,虽然内心郁闷,但还是默默退了高铁票,可由于临近年关,住宿费有协议在先,无法退还了。

全身心扑在患者身上的余美红无暇顾及这些,经过她的持续关注及对症施治,该患者终于转危为安,几天后转入普通病房,该患者的成功救治更是产生了良好的社会反响。

如果提前了解了你所要从事的职业,你是否还有勇气前来?余美红,给了我一个满意的答案,这位铁血柔情的女汉子,她的答案足够动人,她付出的劳动之美足够动人!而在我的身边,默默工作、甘于奉献的劳动者还有很多,衷心祝愿他们所求皆如愿,所行化坦途!

怎么吃才能吃得健康又合理

随着生活水平的提高,我们从食不果腹到如今的小康生活,饮食的内容也发生了翻天覆地的变化。

那么,怎么样吃才能吃得健康又合理?

合理膳食:

一、二、三、四、五、红

黄、绿、白、黑

一.指每天喝一袋牛奶(酸奶),内含250毫克钙。

二.指每天摄入碳水化合物250~350克,相当于主食6~8两。

三.指每天进食3份高蛋白食物。

四.饮食保健四句话:有粗有细、不甜不咸、三四五顿、七八分饱。

五.指每天保证500克蔬菜及水果。

红:西红柿、红葡萄、红辣椒。

黄:黄色蔬菜,如胡萝卜、红薯、玉米、南瓜等,补充胡萝卜素。

绿:绿茶、绿色蔬菜延缓衰老。

白:燕麦、大蒜、豆腐能降胆固醇。

黑:黑木耳可降低血液粘稠。

主 编 陈秉宇

编 委 王雪峰 蔡茂华 王少青 余小红 范小英 单靓云 胡芳 李维维

院 址 淳安县千岛湖镇环湖北路1869号

传 真 64812271

邮 编 311700

邮 箱 caxdyrmyy@163.com

淳安一院报
CHUN'AN YIYUAN BAO

厚德 精医 求是 创新

淳安县第一人民医院 主办 2019年4月30日 星期二 第4期(总第177期) 内部资料 免费赠阅
浙江省人民医院淳安分院 主办 http://www.chunanhospital.com www.淳安县第一人民医院.com



淳安县第一人民医院医共体首创——与乡镇领导共商大事

4月3日,县一医院医共体特邀11家成员单位的所在乡镇分管领导来院参加医共体执行院长工作会议。

县一医院常务副院长蔡茂华解读了《浙江省卫生健康委关于印发2019年度县域医共体建设重点任务清单的通知》等文件。

县一医院副院长王建军传达了医共体建设中医疗技术提升方面的工作。他同时指出,县域医共体的建设相关工作需要各乡镇的支持和配合。

各乡镇分管负责人纷纷表态,将全力支持医共体建设和公共卫生等工作,做好基层群众的宣传和引导。

县一医院院长陈秉宇强调,县域医共体建设是关乎淳安民生的大事,也是县一医院“三乙”创建的重要工作内容。淳安作为全省医共体建设的11个试点县之一,受到上级卫健主管部门的高度重视。在此背景下,县一医院医共体要不断提升医疗技术,突出亮点特色,让老百姓在家门口就能享受到更便宜、更容易、更满意的“三yi”医疗服务。

就做好医共体建设,陈秉宇指出,要强化医共体牵头单位与成员单位“一家人”的理念;要加强人才建设,通过基层医院骨干来县级医院学习,县级医院专家下沉到基层单位开展指导等方式,不断提升基层医疗机构的技术和服务能力,赢得当地群众的信赖和肯定;希望各乡镇加大对基层医疗机构的支持,不断优化硬件设施,改善就医条件;医共体牵头单位要执行扁平化、垂直化管理模式,齐心协力,为基层百姓提供更加优质、便捷的医疗服务。(院办)

千岛湖镇家庭医生签约优质服务示范点创建工作推进会在院召开

4月23日下午,2019年千岛湖镇家庭医生签约优质服务示范点创建工作推进会在淳安县第一人民医院召开。

县一医院医共体千岛湖社区分院执行主任王继洪解读了创建方案。此次方案规范了优质服务的内容、职责、人员组成及工作目标。

这次示范点共4个,千岛花园小区签约服务示范点、行岗路小区签约服务示范点、景秀花园小区签约服务示范点、坪山村签约服务示范点。2019年、2020年示范点内的高血压、糖尿病患者规范管理率要>60%;严重精神障碍患者规范管理率要>75%;签约服务人群中十类重点人群签约服务覆盖率达到65%,主要是慢性病的签约率达90%以上,续签率达80%,继续保持困难人员和计划生育特殊家庭签约服务走访全覆盖。方案中还提出了开设签约门诊、签约团队开展下乡巡回医疗服务、每月一次的义诊服务、签约医生建立签约居民微信群、加强宣传、按需求出诊、居家服务等一系列创新签约服务工作方式。

通过开展医共体建设和推进优质家庭医生签约示范点等服务措施,有效推进分级诊疗工作深入实施,优化卫生资源配置,实现规范合理的就医秩序,缓解居民看病贵、看病难问题,从而形成规范合理的就医格局,逐步实现小病不出村、大病不出县。(洪波峻)

4月短波

4月3日,县一医院医共体执行院长工作会议在我院召开。

4月4日,我院举办胃肠道早癌筛查启动仪式暨专题培训。

今年“全国肿瘤防治宣传周”主题为“科学抗癌,关爱生命”。4月9日上午,我院特邀省人民医院肿瘤专家卢丽琴、赵同伟一同开展义诊活动;下午,还到千岛湖镇社区卫生服务中心进行肿瘤专题讲座。

4月9日,我院行政后勤党支部联合院团委前往“中国最美乡村小学”富文乡中心小学开展“三服务”活动。

4月10日,浦江县卫健系统来我院调研医共体建设。

4月14日,我院举办了2019年第一轮高层次紧缺人才招聘考试。

4月16日,杭州市人大姚坚一行来我院调研医共体建设。

4月18日,兰溪市副市长傅朝云一行来我院调研医共体建设。

4月23日下午,2019年千岛湖镇家庭医生签约优质服务示范点创建工作推进会在院召开。

4月23日,嘉善县第一人民医院一行来我院调研医共体建设。

4月25日,杭州市卫健委滕建荣等人来我院调研医共体建设。

4月26日,乐清市三医院来我院调研党建及医共体建设。



我院召开全院通讯员会议

4月26日,我院召开全院通讯员会议。

2018年,医院全年在微信公众号推送文章达347篇,县级以上媒体刊发各类消息稿、政务信息稿共计149篇,其中省、市级媒体发稿19篇,取得了良好的宣传效果。一年来也涌现了部分质量上乘的优秀稿件,结合投稿数量质量,同时根据宣传工作制度,院部评选出6位优秀通讯员,会上对其进行了表彰。



“作为通讯员,虽然时常有压力,但领导对我的关怀和同事对我的帮助成为我继续做好通讯员工作的强大动力。”“要细心观察,在临床上发现好的案例和医患间的小故事,记录下来。”优秀通讯员代表宋毅和来自五病区的通讯员洪迦分别作了表态发言。

会议还特别邀请了千岛湖传媒中心网络部编辑邹楚环给大家上了一堂精彩纷呈的讲座,她围绕“没东西写”、“如何写”、“一些有趣的公众号”进行了阐述和分享。

如何做好宣传工作,会议强调,要牢记职责和使命。新闻舆论工作职责和使命:引领导向,围绕中心、服务大局、鼓舞士气、凝心聚力、对外交流。医院宣传工作职能:扩大传播力和影响力,提高新闻宣传质量,强化舆论引导作用,为医院改革与发展提供有力的舆论支持和良好的社会发展环境。要承担起职责和使命,就必须把政治方向摆在第一位,坚持党性原则,坚持正确舆论导向,坚持正面宣传,弘扬时代主旋律。下一步,要落实意识形态工作责任制,加强对医院网络、微信、微博、客户端的监管,确保意识形态安全,要结合建国70周年主题,主动策划围绕主题宣传;要做好关于诊疗技术、医疗服务、科技创新等宣传,不断推出先进典型人物,大力培育积极向上的医院文化,扎实开展健康促进和科普宣传,为医院可持续发展源源不断地注入正能量,要健全舆情监测和重点舆情应付机制,正视服务对象反映的问题,加强舆情处置,有效维护医院及医护人员形象。

会议还对新修订的《淳安县第一人民医院宣传工作制度》进行了解读。

(院办)

“三服务”系列报道

以爱之名 服务最美小学



柳芽初吐，碧草连天，春天的淳安生机盎然。当前，“三服务”活动正如火如荼地开展中，淳安县第一人民医院行政后勤党支部积极响应号召，结合实际，推出“三服务”走进校园活动，坚持问题导向、注重结果评价，以实实在在的成效服务学校、服务学生、服务基层，将孩子的健康问题记在心间，用心守护孩子们的健康。

4月9日，县一医院行政后勤党支部联合团委，前往“中国最美乡村小学”富文乡中心小学开展“三服务”活动。结合当前一些会对孩子造成危险的不安定因素，该党支部为在校学生讲解了生活中存在的安全隐患，指导孩子们认识安全警示标识，并学会一些基本的急救措施和技能。

在学习心肺复苏环节，从呼叫到按压，孩子们也由一开始的懵懂和羞涩，逐渐变得熟练起来。虽然学习的过程有些辛苦，不少孩子眼睛一眨不眨地盯着医务人员的示范，脑袋上也冒出了许多汗珠。在自己操作时，更是认真仔细，但当能够完成整个心肺复苏后，孩子们脸上露出的是自豪和欣慰的笑容。

趁着天色还早，县一医院篮球队还与富文乡中心小学的老师们开展了一场篮球友谊赛，大家用激情和汗水传达着对生活的热爱，更架起了医院与学校间友谊的桥梁。

据介绍，本次活动只是一个开端，富文乡中心小学校长姜蔚颖说道：“学校非常希望能够与县一医院进行长期合作，希望医院医务人员能定期对师生们进行安全知识和急救技能的培训。同时，结合多元化的教育理念，让孩子们都能报名参加学校组织的小小急救员的体验活动，感受医务人员工作的艰辛，也更懂得尊重生命、敬畏生命。”

县一医院行政后勤党支部书记江宏斌表示，少年儿童是祖国的未来和希望，是社会主义现代化建设的接班人，作为中共党员，有责任和义务去关心、关注和关爱这些希望之苗。该党支部的全体党员将积极同富文乡中心小学开展长期帮扶合作，为孩子们的健康保驾护航。(医务科 胡芳)

我院药剂科年轻药师获殊荣

4月26日，在杭州市医院好药师——“药”为你服务演讲比赛中，县一医院药剂科药师徐栋敏凭借出色的发挥，荣获二等奖。

这次比赛由杭州市药学会联合杭州市医学会临床药学会和杭州药事管理疾控中心举办，也是为配合浙江省“医院好药师”项目而开展。

此次比赛，徐栋敏以《药师日记》为题，讲述了作为基层药师如何与患者交流、如何进行个性化的用药指导、如何给予慢病健康宣教和心灵的慰藉。在演讲中，他也说道，基层药师一直不断努力将药药学服务向下延伸，将药学带到每一位老百姓身边去。

整场比赛历时5个小时，角逐激烈、精彩纷呈。来自杭州市各市级医院及各区



县市的27名选手参加，27名药师从当下关心的话题着手，通过精彩纷呈的演说、精美PPT的展示，阐明了药品的合理使用、患者用药的注意事项、提升药师服务、基层药师的服务转变、中药文化的历史传承等方面进行了精彩论述。比赛旨在进一步增强医院药师队伍的专业学术水平和团队凝聚力，转变药学服务模式，响应国家加快药学服务高质量发展的要求，促进药师在科学科普与合理用药服务等方面能力的提升，同时也为医院药师提供了一个展现自我、提升自我的机会和舞台。(药剂科 李莉)

放下手术刀和病历本的他们都在干啥？

书，是人类文明的果实，书，是贮存知识的宝库，书，是人类进步的阶梯；书，是全世界的营养品。英国著名思想家培根说：“读书足以怡情，足以博彩，足以成才。”唐代大诗人杜甫说：“读书破万卷，下笔如有神。”著名作家林语堂说：“读书能让人得新知，增学问，养性灵。”

在世界第24个读书日来临之际，为深入贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，进一步传承红色精神，激发青年团员的爱国热情，增强民族精神力量。4月19日下午，县一医院团委在“悦读益站”举行以“回顾共和国岁月，青春建功新时代”为主题的读书沙龙活动。

活动一开始，主持人紧紧围绕习近平总书记关于青年成长的讲话精神，培养年轻干部“好读书、读好书、善读书”的学习习惯，突出“回顾共和国岁月，青春建功新时代”读书沙龙活动主题，走进历史读本，感受红色魅力。

在此次读书沙龙活动过程中，每个青年团员都分享了一本自己喜爱的书籍，介绍书中的精髓，释放自己内心的情感。例如，洪映霞推荐路遥的《平凡的世界》，该书是以孙少安和孙少平兄弟为中心展开一系列故事，普通人受到生活接二连三打击，也许会怨天尤人、甚至轻生，但他们连“放弃”都没有想过半点，好好地活着，努力走出困境。又如，医师余鸿艳讲述的故事，中国学子在国外求学期间，遭受外国人的歧视，中国志气青年用真才实学向世界证明了自己的能力，并引用孟子的一句话：人必自侮，然后人侮之，家必自毁，而后人毁之；国必自伐，而后人伐之。通过这句话大家都明白了一个道理，做人就是要先自己瞧得起自己，别人才不会小瞧你。

当团员们读了这些振奋人心的故事后，纷纷表示，将以更加昂扬向上的姿态面对工作，永不放弃，更好地服务患者。

县一医院团委发出“青之倡议”，呼吁更多人加入读书沙龙活动，不要让快节奏时代的流行产物，使大家养成“看过即忘、用过即扔”的不良习惯。青年朋友们应该崇尚读书，拒绝平庸，学以致用，养成终身学习的好习惯。

作为生活在阳光下的年轻一代，我们应该努力丰满自己的羽翼，站在巨人的肩膀上，我们可以看得更远；以书作垫脚石，我们可以攀得更高。“读不在三更五鼓，功只怕一暴十寒。”朋友们，让我们以审视的目光来阅读书籍，以书为友，以书为鉴，让一缕书香伴你我同行！让我们一起走进满溢书香的人间四月天！（五病区 洪如）

家访，来的却不是老师，而是他们……

为更加科学地管理腹膜透析患者，提高患者的依从性及对疾病的自我管理能能力，尽快让其自信地重新融入社会，县一医院肾脏病科医护团队代表吴惠珍主任及姚淑琴护士长带队下村，直接前往患者家中，与他们进行面对面的家庭访问。

来到患者家中后，腹透医生张娟、护士管艾华首先查看了腹透操作间的环境，另外，对紫外线灯管安装位置、消毒时间、有无水池、废弃物处理、患者是否按培训进行操作、透析日记、透析液储存等情况也进行了检查和指导，并为患者测量了血压、体重，查看导管出口处有无感染，详细询问了患者的饮食、服药、睡眠等，给予针对性的建议和指导。

尿毒症虽然不可治愈，但患者的自我管理能能力直接影响着治疗效果和生活质量。这次家访访问了千岛湖镇及姜家镇的4位患者，发现这些腹透患者的生活质量较开始腹膜透析以前有了较大提高，甚至能够做一些力所能及的家务活和一些轻便的农活。

在姜家大塘村，一位身患糖尿病肾病的35岁姑娘，原本是个爱笑的女孩子，确诊尿毒症后，经常因为胸闷浮肿住院，连生活起居都需要家人照顾，基本丧失了劳动能力。“做好腹膜透析后，我现在能够在家中做一些力所能及的家务，做做饭、晒晒笋干、打打扫扫房间。”女孩子开心的笑声再次回到了家中，热情的她一再感谢医护人员，并邀请他们一定要尝尝自己做的豆腐。

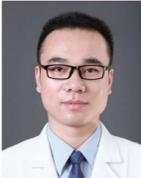
“我们希望通过这一次次面对面、心贴心的家庭访问，除了帮助患者治愈身体的不适，更希望能关心患者的生活、家庭及心理健康情况，帮助他们树立与慢病抗争的信心和力量。”这也是县一医院肾脏病中心腹膜透析小组不断为之努力的目标。(姚淑琴、张娟)



微信公众号

专家介绍

肾脏病科



沈泉泉

肾内科。副教授，副主任医师，医学博士。复旦大学硕士，2012年毕业于日本静冈县立综合病院研修血管通路的管理，2016年于美国哈佛大学医学院附属布莱根及妇女医院肾脏科访学1年。对各类肾炎肾病、血液透析和腹膜透析的诊治有较丰富的经验，尤擅长对血液透析血管通路的建立和维护，对血液透析和腹膜透析患者的管理。

主诊科目：肾内科
专家门诊时间：周三上午

神经内科



于民

神经内科。教授、主任医师。浙江省医学会神经病学分会常委，浙江省康复医学会副主任委员。毕业于浙江大学医学院，从事神经内科临床工作30余年，擅长神经内科危重、疑难病症，尤其对脑血管疾病和运动障碍疾病的诊断治疗，具有丰富的临床工作经验。

主诊科目：神经内科
专家门诊时间：周三上午

大肠里长了肿瘤，别担心，内镜技术帮您搞定

60多岁的张阿姨(化名)因发现大便带血3月余来县一医院就诊，经肠镜检查发现距肛门10cm处见一大约3cm*3cm侧向发育型腺瘤(LST)，病理提示不典型增生。为了让患者得到更好的治疗，消化内科主任医师、科主任周利民随即与县一医院消化内科派驻专家吴伟权主任取得联系。吴主任查看患者情况，分析患者资料，经科室讨论及外科会诊，排除禁忌症，认为患者可以进行内镜下直结肠侧向发育型腺瘤(LST)黏膜剥离术(ESD)。

日前，在内镜中心护士的大力配合下，手术顺利进行。由吴主任亲自操作内镜，发现病灶后，吴主任首先用氩离子标记病变范围，再用DUAL刀距离病灶边界0.5cm处预切，再进一步黏膜下层剥离，最后用圈套器完整切除病灶，术中少许出血，最后再用钛夹夹闭深处创面，病灶大小约3.5cm*3.5cm。术中每一步吴主任都小心翼翼，胆大心细，每一个动作都娴熟自然。术后患者禁食3天，未出现穿孔等并发症。目前患者已出院，随访恢复良好。

据消化内科周利民主任介绍，在我国消化系统恶性肿瘤占有所有恶性肿瘤一半以上，由于缺乏对疾病早期预防的观点，以及对消化道早癌重视不够等诸多因素，淳安本地的多数患者就诊时已处于中晚期。而对消化道肿瘤早期进行干预和诊治，不仅符合国家肿瘤防治策略，也是降低患者医疗经济负担、改善生存质量、降低恶性肿瘤死亡率的有效途径。随着消化内镜下EMR、ESD等技术的出现，不仅明显提高了消化道早癌的检出率，也为消化道早期癌的内镜治疗提供了良好的基础。

据最新研究，内镜下黏膜剥离术(ESD)与传统外科手术相比，治疗早期肿瘤更有众多优点，不仅微创，而且经济，避免了外科手术创伤大、手术费用高、术后生活质量下降等弊端。由于ESD是一项高难度和高风险的介入手术，而且技术难度大、操作费时、风险相对较其它内镜手术明显增高，稍有不慎，会出现严重并发症，比如出血、穿孔等，严重时可危及生命。因此对于术者的操作技术要求更高。县一医院消化内科开展内镜下直结肠侧向发育型腺瘤(LST)镜下黏膜剥离术(ESD)从无到有、从有到能常规开展，让更多淳安老百姓从中受益。(消化内科 王巨峰)



孩子流鼻血怎么办？许多家长都做错了

季节交替，近日气温忽高忽低，增加了儿童鼻出血的发生几率。鼻出血属于急症，严重时可能导致孩子失血性休克，一旦发生要及时止血。

导致儿童鼻出血的诱因主要有：

- (1)鼻腔黏膜干燥、毛细血管扩张、有鼻腔炎症或受到刺激容易出现鼻出血；
- (2)气候条件差，如空气干燥、炎热、气压低、寒冷、室温过高等都可以引起鼻出血；
- (3)有的小儿有用手抠鼻孔的不良习惯，鼻黏膜干燥时很容易将鼻子抠出血；
- (4)在饮食上挑食、偏食等不良习惯也可以造成因维生素的缺乏而致鼻出血；
- (5)外部伤害是小孩流鼻血的一个主要原因，小孩好动顽皮，不小心撞到硬物也有可能引起鼻出血；
- (6)鼻黏膜糜烂、鼻中隔偏曲等是最常见的原因，建议到耳鼻喉科进行检查确诊。

很多人在流鼻血时，都会采取仰头、塞纸等措施，但其实这些做法并不科学。我们的前后鼻孔是相通的，仰头可能会导致出血从后鼻孔流向咽喉部，然后咽入胃里，导致胃部出现不适。更严重的是，如果鼻子出血量过多，采取这样的体位还可能致出血呛入气道。

那么，要如何做才能迅速止血呢？处理鼻出血的正确姿势：身体前倾、自然低头、让出血从前鼻孔流出。迅速止血的三个锦囊：

- 当您处理鼻出血的状况时，除了掌握正确姿势，还可以学习下面三个“锦囊”，能够帮助迅速止血。
- 指压止血法

在处理小孩鼻出血时应尽量使孩子安静，避免哭闹。最好让孩子采取坐位，用拇指和食指压住双侧鼻翼，张口呼吸，大约3—5分钟，一般少量的鼻出血就可以止住了，也可以用食指压迫患侧鼻翼5—10分钟，进行压迫止血。特别提醒：按压部位是在鼻翼两侧，这样才能到达止血效果。

冷敷法

用浸有冷水或冰水的毛巾、冰袋，敷在前额及颈部，通过冷的刺激，造成血管痉挛、收缩，从而达到止血的目的。不过您要记住，冷敷的毛巾一定要每2分钟就浸入冷水1次，以保持它的凉度。如果有冰贴这种比较好固定的材料，也可冷敷在鼻局部部。

填塞止血法

填塞止血法，一般由专科医生来操作，但如果是在家发生了鼻出血，您也可用消毒止血棉进行简单处理。最好不要用卫生纸来填塞，因为不清洁的卫生纸，会增加感染几率，也会在就医时增加专业医生鼻腔清理时的难度。

当然，以上三条“锦囊妙计”，仅适用于生活中出血量不大的鼻出血。如果您遇到鼻腔反复出血或者大量出血时，请一定要及时就医找出出血原因。

附上：

- 鼻出血处理口诀
- 鼻子出血别慌张
- 指压止血效果佳
- 冷敷辅助不要忘
- 局部填塞消毒棉
- 及时就医莫要慌
- (十三病区 郝娟)

警惕关于口腔健康的10个误区



俗话说：“牙痛不是病，痛起来要人命！”在我们的生活中，其实存在许多关于护齿的误区，这些误区将会极大影响牙齿健康。小编也为您梳理了10个关于口腔护理的误区。

- 1、牙疼起来才想拔牙。时常会遇到病人牙痛得厉害，来院后的第一句话就是：“快把我的牙拔了，实在是太疼了。”很多人认为拔掉就不疼了，只要不疼，牙少一颗不碍事。其实除了智齿，每一颗牙齿都有它的功能，就像人的手指一样。所以，治牙要趁早，最好定期做牙齿检查。
- 2、不愿意拍摄牙片。有些患者觉得不需要拍摄牙片，也有些患者因担心辐射而不愿拍摄牙片。其实，拍摄牙片的辐射剂量并不会影响身体健康。而牙片则能使医生了解牙齿与牙周状况，也是口腔科的常用诊断手段之一。
- 3、没有牙病就不用看牙医。牙齿疾病从发生到恶化大约需要1—5年，如牙痛就是由小小龋齿或缺损发展而来。专家建议：半年到一年前往牙科检查一次，早发现早治疗牙齿疾病。
- 4、乳牙早晚要换，不用治。乳牙疾病对孩子恒牙的萌出、面型发育、心理健康都有极大影响，会引起恒牙萌出困难、进食咀嚼困难致营养不良影响发育、咀嚼困难导致面部发育不良影响美观、口腔感染等，家长应高度重视。
- 5、拔智齿会影响智力。智齿一般在20岁以后萌出，而人的智力在20岁以前早已发育完善，所以，拔除智齿与人的智力毫无关系。
- 6、没有“神经”的牙齿就不会再疼。牙齿疼痛是由多种因素造成，许多无牙髓(牙神经)的牙齿因细菌毒素对牙根尖的刺激引起疼痛或牙龈肿胀。
- 7、洗牙容易把牙表面的釉质磨除。这是人们普遍存在的对洗牙的误解。其实，洁牙是用超声振动将牙结石振动脱落，不是磨除。只要操作手法得当，对牙齿是无伤害的，并且定期清洁牙齿污垢对牙齿牙周的保健有极大的帮助作用。
- 8、不按预约时间复诊。部分患者在牙痛的急性症状缓解后，就不再按时复诊，这样不仅延误病情，有可能会使之前的治疗前功尽弃，需“从头再来”。因此，按时复诊很重要！
- 9、要求医生缩短治疗时间。牙齿疾病的治疗需要多次复诊，而每次治疗期间需观察1—2周或数月不等。如深龋、根管治疗、冠修复、种牙、矫正牙齿、复发性口腔溃疡、扁平苔藓、手术患者等，都是医生根据病情和疗效而制定复诊时间。为了您的口腔健康，请按时复诊。
- 10、不愿意做牙套。根管治疗后的牙齿因丧失牙髓的营养供应使得牙齿本身变得较脆易裂。通常医生会建议，做完根管治疗的牙齿要做牙套保护，以达到根管治疗的目的。

与其它疾病一样，预防、早期发现与治疗是防治口腔疾病及相关并发症的关键！口腔健康，从齿开始！

