



仁爱 敬业

务实 创新

嘉兴一院报



嘉兴市第一医院APP下载二维码

嘉兴市第一医院微信公众号: jx1dyyy82082937

2016年9月第9期(总第48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.jxdy.com E-mail:wmyy2004@163.com

以赛促学,推动“两学一做”学习教育知行合一

本报讯(党办 俞新红)9月23日下午,根据院党委“两学一做”学习教育实施方案,一场以学习党章党规、习总书记系列重要讲话为主要内容的“两学一做”学习教育知识竞赛在我院报告厅如期举行。

经过近一月的充分准备,来自全院党支部的六支联队参加竞赛。每支参赛队由上场队员3人及后援智囊团4人,共计7名队员组成。院党委书记沈咏率支部书记(委员)组成裁判席,各支部党员代表、预备党员、入党积极分子约150人观赛共同学习。

竞赛分个人必答、小组必答和抢答三个环节。赛场气氛紧张而热烈,在两组必答环节,各队比分紧紧“咬住”,难分高下,经过最后一轮抢答的激烈角逐,最终行政党支部联队以优异成绩独占鳌头,荣获一等奖;内急党支部联队、医技党支部联队并获二等奖;内科党支部联队、外科党支部联队、后勤党支部联队获得三等奖。

此次知识竞赛活动,旨在以赛促学,以学促行,达到学习教育入脑入心、学以致用、知行合一的目标,不断增强我院党员干部对党章党规和党的十八大以来习总书记重要讲话



精神的学习领会,激发广大党员“学党章党规,学系列讲话,做合格党员”的热情,检验学习成果,以此推动“两学一做”学习教育融入融合深入开展。

托管新团队 助力双下沉

——新一轮王江泾分院托管工作会议召开

本报讯(外联办 魏国彪)9月2日下午,院长钱钢、副院长王正安带领新一轮托管团队成员一行12人,来到了我院王江泾分院,召开托管新团队专家和王江泾分院全体中层干部的见面会和对接会,同时进行了一次别开生面的座谈会。

王正安副院长首先介绍了本轮派驻专家的基本情况以及各自医疗特长,希望派驻新专家团队,通过“授之以渔”方式,让分院同仁们在知识理论上有收获,技术上有提高,能更好地为当地百姓健康提供医疗服务,真正落实省委、省政府关于“双下沉 两提升”的卫生工作精神的指示。

钱钢院长强调,为充分贯彻省委、省政府的“双下沉 两提升”卫生工作精神,2014年我院启动了全面托管王江泾医院的工作,这是我院践行新医改工作的一项新举措。钱院长首先肯定前任托管团队工作所取得成绩。接着宣布新托管团队名单,神经内科副主任胡进担任王江泾分院副院长,由大外科主任徐鹿平挂帅的肝胆外科四名专家和骨科副主任陈其荣代表的骨科四名专家,组成二个重点科室的托管团队。钱院长指出,托管团队成员的组成是在王江泾分院内部调研的实际需求基础上组成,按需组成的托管团队将更接地气、更符合分院的实际。我院的托管方式

也将由全面托管模式转向重点托管模式,这是根据王江泾分院实际情况,经过充分讨论和准备后,与秀洲区卫计局、王江泾分院领导班子充分沟通后的决定。这充分遵循王江泾分院对托管的需求和我院派驻专家组托管团队的实际情况,让托管工作落在实处,真正体现“双下沉 两提升”的精神。

见面会,我院院领导及托管团队全体人员和王江泾医院领导班子进行了一场别开生面的座谈会,双方就托管模式和任务进行充分沟通,明确双方供需需求,达到支援目的与方向明确。

“两学一做”

把实践的触角放在提升服务,一站式服务中心获评“最美窗口”

本报讯(党办 俞新红)一座精美的花环状奖杯,一份盛载“荣誉与期望”的奖励,9月6日上午,院党委书记沈咏亲自来到门诊大厅的“一站式服务中心”,颁发给在医疗服务提升月活动中荣获“最美窗口”称号的服务团队。

按照市卫生计生委“两学一做”学习教育的总体部署和《关于开展纪念建党95周年系列活动方案》精神,我院于2016年7月开展了“医疗服务提升月”活动。

在22个窗口科室参与每月“优质服务示范岗”评选的基础上,结合七月份各科的服务创新举措、患者满意度问卷调查、正风肃纪检查、医疗服务投诉、表扬信、锦旗等情况综合评比,综合评价最高科室为“最美窗口”。上周,经活动领导小组的评选,一站式服务中心

在以上各项工作中表现突出,被授予医疗服务提升月活动“最美窗口”荣誉称号。

沈咏书记希望一站式服务中心再接再厉,各窗口科室相互学习促进,共创嘉兴市第一医院的优质服务品牌,从而让百姓就医有更好更多的获得感。

在本次活动中,医院党委坚持“两学一做”学用结合,突出问题导向,倡导各科职工在日常工作中牢固树立“以病人为中心”的服务意识,服务主动上前,办事认真高效,立足小窗口提供大服务,真正将“两学一做”融于日常



工作,最终使党的“两学一做”学习教育在提升服务中得以具体延伸、生动实践。

我院荣获2016年嘉兴市青年医疗团队急救技能竞赛(团队)一等奖

本报讯(团委 刘宇婷)9月23日,由卫生和计划生育委员会、共青团嘉兴市委主办的2016年嘉兴市青年医疗团队急救技能竞赛在市第二医院举行,来自嘉兴五县二区和市级医院的11支医疗团队和55位选手参加现场竞技。

本次青年医疗团队急救技能竞赛同时被列入全市“提素质、强服务、建功十三五”竞赛活动之一,自6月份竞赛通知下发后,在青年医护人员中掀起了一股比、学、赶、超的学习、培训热潮,来自各级各类医疗机构的637名医护人员、113支代表队经过初赛层层选拔,选拔出优秀选手和团队参加市级决赛。

竞赛分理论笔试和操作竞赛两个环节,其中操作竞赛给予的案例是急诊心肌梗塞的抢救,竞赛首次使用了市二院技能中心的仿真模拟人,模拟人能根据评委的指令可出现心率、血压、呼吸的模拟真实病人在紧急情况下出现的生命体征变化,考核案例中设置了出现心跳骤停的紧急情况,从而考验医护人员的观察能力、应急判断和团队的配合,重现了临床一线抢救病人的全过程。

我院团委、医务科、护理部、急诊科联合参赛,由急诊科副主任郁慧杰带队,许嵩翔、孙辉、张凤萍、陶春燕、李维参赛。经过一天的激烈角逐,我院参赛队获得嘉兴市“提素

质 强服务 建功十三五”暨2016年嘉兴市青年医疗团队急救技能竞赛(团队)一等奖。

急诊是抢救病人生命第一线,急诊医护人员直接影响病人的救治率。本次青年医疗团队急救技能竞赛完全模拟临床的实战情景,考核团队的应急能力、医疗行为规范、危重病处理流程、急救组织协调力等。通过全市范围内开展团队急救的培训、演练,展现了青年医护人员勤于学习、救死扶伤、爱岗敬业的精神风貌,有效提升了青年医护人员的急救技能和应变能力,有利于发现人才、培养人才,为青年提供展示风采、展现技能的舞台。

本报讯(党办)近日,省政府授予全省75人浙江省有突出贡献中青年专家荣誉称号,我院副院长、麻醉与疼痛医学中心主任姚明博士获此殊荣。

“浙江省有突出贡献中青年专家”,是省政府授予的专家荣誉称号,专门用来表彰对我省科技进步和经济社会发展作出突出贡献的中青年人才,涵盖教育、卫生、农林、水利、宣传文化、体育及企业等各个行业领域。

姚院长虽肩负繁忙的行政管理重任,但从未停止医学探索的脚步。他坚持临床麻醉和疼痛诊疗工作,在专业领域建树颇丰;成为中国医师协会全国委员、浙江省疼痛学会副主任委员、浙江中医药大学博士生导师,我市学科带头人。先后获得了嘉兴市十大杰出青年,我市年度“两创”人物暨南湖英才、市自主创新贡献奖、浙江省“151”第二层次及省卫生高层次人才培育人选,在学科建设、人才培养、新技术与科研等方面均取得了显著成绩。

他曾参加中国援马里医疗队,在传染病肆虐、医疗资源匮乏的非洲,两度身患恶性疟疾,仍忘我工作与学习,抢救病人于垂危。不仅获得马方同行和病人的赞誉,还受到马里总统(前非盟轮值主席)接见,为祖国争得了荣誉。

他带领团队锐意进取,建立我院疼痛病房,被省卫计委授予我市首家“癌痛规范化治疗示范病房”;建立疼痛医学研究室,并成为市级重点实验室;组建了嘉兴市级疼痛医学创新团队;成为温州医科大学硕士研究生培养基地;率疼痛科成为首批浙江省医学创新学科共建单位、省中西医结合疼痛医学创新学科;我院的麻醉与疼痛医学中心成为浙江省麻醉学浙北区域专病中心。团队充分利用影像引导、射频、三氧等现代化的高科技手段,着力开拓各类神经调制技术并应用于临床,研发十余项原创技术,声誉鹊起省内

外。针对患者辗转求医而无法治愈的雷诺氏病、多汗症、遗尿症、下肢动脉闭塞性脉管炎等多种疑难杂症,应用神经调制技术取得立竿见影的神奇疗效。这些新技术大大拓展传统麻醉技术的应用范围,取得一系列创新性成果,解除了来自全国各地26个省市的数百位患者的沉疾。

疼痛科近年来在技术上引进与创新、基础与临床科研、学科建设与发展等方面取得了长足的进步。近年来已取得省、厅、市级科技成果三、二、一等奖13项,连续5年蝉联院级新技术新项目一等奖,发表SCI收录及中华级论文20余篇,目前有省、厅、市级9项课题正在研究中,省、市财政下拨款研究与学科建设经费200多万元。姚院长申报的项目《基于p38MAPK信号通路介导的脊髓P2Y12受体在骨痛中的作用和机制》获得国家自然科学基金立项,实现医院历史上国家自然科学基金项目零突破。

姚明副院长荣获2016年度『浙江省有突出贡献中青年专家』称号

医院简讯

▲9月份,护理部成功举办国家级继续教育项目《基层医院老年病人护理安全管理》和《基层医院胸外科老年护理安全与质量控制》。(护理部)

▲9月2日下午,由护理部、监察室、工会三部联合召集的“病房优质服务百日竞赛活动”动员大会在报告厅举行。(护理部)

▲9月2日下午,科教科召开蚌埠医学院与我院联合培养的14名在院专硕研究生座谈会。(科教科)

▲为增强新入职护士的优质服务意识,护理部于9月5日启动为期一周的“一日陪护角色体验活动”。(护理部)

▲9月6日下午,教学办组织临床学生技能培训课,提升医学生的临床技能。(教学办)

▲9月9日下午,护理部组织召开2015-2016年度进修护士座谈会。(护理部)

▲9月10日,肾内科承办的嘉兴市医学会肾脏病分会学术年会暨腹透透析基层医院推广论坛顺利召开。(肾内科)

▲9月13日下午,浙江省肿瘤医院大肠癌诊治MDT团队来院指导交流。(肿瘤外科)

▲9月22日下午,我院轻舞飞扬舞队参加第四届嘉兴广场舞总决赛荣获三等奖。(女工委)

▲9月29日下午,院长钱钢召开节前行政查房动员会,并率院领导班子携各职能科室负责人进行节前安全综合检查。(院办)

激光微创手术治疗早期喉癌

喉癌是一种严重影响日常生活的癌症,但早期喉癌治愈率还是很高的。传统手术治疗早期喉癌需要颈外切口、创伤较大,而且手术治疗必须气管切开,这让很多患者忐忑不安。我院耳鼻喉科在嘉湖地区率先引进 CO2(二氧化碳)激光手术设备,直接把早期喉癌组织完全切除,创伤小、恢复快、更安全。

今年 68 岁的李先生是我院耳鼻喉科接受 CO2 激光治疗早期喉癌的一位患者,平时喜欢大声讲话,爱抽烟,三个月前,他感觉到喉咙不舒服,声音嘶哑,一开始没在意,最近一直咳嗽,自己买了些药,怎么吃症状都没有好转。

“明显感觉喉部卡着一块东西,讲话费力。”李先生说。感觉到严重性的他当天就在家人的陪同下来到了我院耳鼻喉科,科主任司马国旗主任医师为他进行了详细的检查,用视频喉镜一

看,发现孙先生声带有新生物,从新生物浸润深度初步判断是早期喉癌,立即收治入院。

考虑到李先生已经 68 岁,且有糖尿病和高血压病史,司马国旗主任组织全科对李先生病情进行了讨论。“李先生的检查结果确定为早期喉癌,认为可以通过 CO2 激光手术切除。”司马国旗主任表示,对于早期喉癌患者来说,用激光切除,病人恢复很快,而且不用气管切开、不用颈外切口,术后当天就能够进食,避免了插鼻胃管的痛苦,对术后患者的生活能力和生存质量都有大幅度提高。

“由于患者年纪比较大,术前我们做了充分的准备,历时半个多小时,成功完成手术。”司马国旗主任表示,李先生已经顺利的进行了手术,当天就能够进食,病情明显好转,术后住院一个星期,目前已经康复回家休养。

早期喉癌传统方法多采用喉裂开声带切除术、部分喉切除或放射治疗,但都存在创伤大、治疗时间长和费用高等缺点。激光微创手术治疗早期喉癌是当今喉癌外科治疗的发展趋势,因其具有治疗时间短,能尽可能减少声带组织损伤及喉框架结构破坏,在彻底切除病变的基础上,减少创伤,能更好地保护好喉的发声和呼吸功能。激光治疗早期喉癌的方法很多,包括 CO2 激光、Nd-YAG 激光、KTP 激光、半导体激光、钬激光等,其中 CO2 激光最常用。由于组织吸收激光能量迅速和完全,数毫秒产生蒸发,从而达到气化、切割、凝固的作用。CO2 激光止血作用好,术后水肿轻,不必做气管切开和放置鼻胃管,避免了颈部手术疤痕。其治疗效果好,5 年生存率达 85%~100%。

早期喉癌的 CO2 激光手术在国外有大量报道。国内近些年才逐渐开展起来。我院率先在嘉

湖地区引进 CO2 激光,整个技术在浙江省处于领先水平,将 CO2 激光手术设备、手术显微镜、支撑喉镜三者结合起来应用于喉部手术,优点是颈部无切口,手术准确性高,手术损伤小,术后恢复快,喉的功能保存好,并且缩短了患者的住院时间,减轻了患者的经济负担。也就是说术后患者可保留说话、呼吸、发音的功能。一般不需要做气管切开的手术,患者只需住院 1 周左右。

喉部良、恶性病变的早期症状主要有声音嘶哑、咽部不适、吞咽不适、吞咽疼痛、痰中带血丝等,随着发病时间的延长肿瘤生长到一定程度后,可出现呼吸困难的症状。但在某些部位生长的肿瘤出现症状的时间较晚或不明显。此外,喉狭窄、喉麻痹等疾病也可出现呼吸困难。患者应提高警惕,应及时到耳鼻咽喉科就诊,以便得到及时的检查和治疗。(耳鼻咽喉科 姚望)

子宫脱垂不能“将就着过” “难言之隐”更需及早就医

57 岁的夏阿姨有难言之隐,原来她患上了子宫脱垂。“三年前,我在老家的妇保医院做检查时,医生曾提醒我子宫轻度脱垂,那时感觉没什么症状,也就没有引起重视。而现在,我有时上厕所或蹲着洗衣、择菜时间长了,就会感觉下面有东西掉出来。”我院妇科诊室内,就诊的张阿姨一脸担忧地说。

69 岁的王阿姨也是因为子宫脱垂来医院就诊。据她回忆她的子宫脱垂已经有十几年了,她不好意思和儿子儿媳讲,一直忍着没有治。现在有一部分子宫已露在外面,连走路都不自在,只有在平躺着的时候才好一点。子宫脱垂出来的时候就自己用手塞进去,一直熬到实在难受才来医院看病。

那么子宫脱垂的发病原因是什么呢?它的主要表现又是怎样的呢?我院妇科副主任医师陶素萍主任医师介绍,女性的子宫位于膀胱和直肠之间,依赖于骨盆底部肌肉、筋膜的支持和附着在子宫上韧带的悬吊。如果子宫阴道旁两侧结缔组织损伤,子宫主韧带韧带复合体完整性缺失,盆膈虚弱,导致子宫位置及阴道穹窿位置的下移。子宫从正常位置沿阴道下降,宫颈外口达坐骨棘水平以下,甚至子宫全部脱出于阴道外口以外。子宫脱垂常伴发阴道前后壁脱垂。

陶主任指出子宫脱垂主要是功能性疾病,主要发病原因分为以下几个方面:

1. 分娩损伤,尤其是多次分娩造成宫颈、宫颈主韧带、骶韧带的损伤,盆腔支持组织未能恢复正

常。2. 未分娩者发生子宫脱垂的多系生殖器官支持组织发育不良所致。3. 腹腔内压增加,患有长期慢性咳嗽、便秘、腹水、盆腔巨大肿瘤均可引起。4. 绝经后雌激素减低,盆底组织萎缩退化、薄弱引起。

“很多子宫脱垂的患者不就诊,很重要的原因是受到传统观念的影响,认为生过孩子的人都是这样,又不好意思说出来,只好‘将就着过’。”陶主任说,子宫脱垂属于盆底障碍性疾病,它会给女性的生活带来很大的影响。

近年来,我院开展的腹腔镜下子宫悬吊术就可以解决患者痛苦,陶主任介绍,这是一种微创手术,通过腹部 3 个仅有的 1cm 的穿刺口,将无菌的聚丙烯网吊带缝合扎在子宫颈近峡部,拉紧吊带将子宫位置恢复至正常。手术方法简单,

完全在前盆腔操作,避开盆底的血管和神经,手术安全性高,完全的保留了子宫及其功能,取得良好临床效果。

陶主任提醒广大女性朋友,子宫脱垂虽然不危及生命,但可能会导致排尿排便障碍、性生活出现不适等问题,严重时会出现步行困难。因此,一旦发现小腹有下坠感且总觉排尿、排便排不净或轻度子宫脱垂需及时就医。对于严重的子宫脱垂,不能“将就着过”,手术修补、硅胶子宫托、盆底功能重建等都是可以选择的治疗。另外,保持良好生活习惯,保持排便通畅,每天坚持盆底操锻炼,避免腹压过大的劳作,都是可以减少子宫脱垂疾病发生及加重的重要治疗手段。

(党办 周君)

嘉兴市第一医院护理员(护工)培训项目正式启动

9月21日上午,嘉兴市护理员(护工)技能培训项目启动仪式暨第一期培训班在我院临床技能培训中心举行。

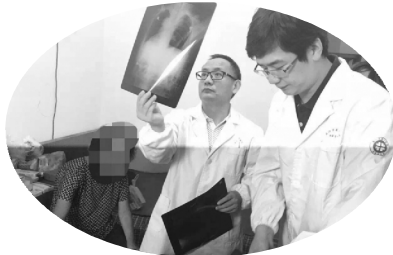
启动仪式简短而隆重,嘉兴市政协文教卫体委员会、市人社局、市财政局、市卫计委等部门领导,嘉兴市第一医院、第二医院、妇保院、中医院、省武警总队医院、省荣军医院的分管院长、南湖职业技术学院领导,嘉兴市护理学会常务理事,各医院护理部主任出席了启动仪式。嘉兴市护理学会理事长谢丽萍女士主持启动仪式,市卫计委调研员沈勤女士代表卫计委对医院护理员(护工)的培训工作进行了重要指示。

在启动仪式上到会领导为嘉兴市第一医院、第二医院、中医院、省武警总队医院、省荣军医院 5 家医院授牌,5 家医院成为了嘉兴市护理员(护工)技能培训基地。首批 30 名学员是来自各家医院从事护理工作多年的护工,他们也集体参加了启动仪式,嘉兴市第二医院的护工代表发表表态发言。在接下来的培训中,学员们将接受职业道德与职业守则、病房消毒隔离、患者安全防护等相关理论知识和饮食照料、排泄照料清洁卫生等 15 项操作技能的规范化培训。

据悉,今年 2 月份嘉兴市卫计委、嘉兴市人社局、嘉兴市财政局联合发文《关于加强护理员(护工)职业技能培训的通知》。8月4日,市政协医药卫生界、市委农工党就加强我市护理员(护工)队伍建设问题与市政府相关部门进行了专题协商,明确了护工技能培训工作由护理学会负责落实,联合嘉兴市南湖职业技术学院,至 2017 年上半年完成 200 名中级护工、500 名初级护工的培训、考试、发证工作,全面完成经浙江省卫计委批准的我市护理员(护工)职业技能培训项目。

并将通过此项目的实施,建立我市护理员(护工)职业技能培训体系,完善培训机制,创新培训方式,扩大培训范围,切实提高护理员(护工)职业技能培训的针对性和有效性,保证护理员(护工)从业人员都能参加职业技能培训,通过培训考核,使从事护理员(护工)的从业人员取得《护理员(护工)证书》,提高我市护理员(护工)队伍的职业素质和护理技能,为住院患者提供更好的生活照料服务。(护理部 谢丽萍)

“天使在身边”党员志愿服务丰富多彩



在“两学一做”学习教育中,我院各支部积极践行“一员双岗”,把党员志愿服务作为加强服务型党组织建设、发挥党员先锋模范作用的重要抓手,持之以恒开展“天使在身边”党员志愿服务。

妇委会、女职委进社区健康讲座

为积极响应市妇联做好“一下移,两下沉”专项工作,9月6日下午,在我院妇委会、女职委联系下,党员志愿者、院感防保科长陆锦琪为长水街道联星社区的百余名老人送去一堂高质量的健康公益讲座,受到社区工作人员和老年居民的一致好评。

内三支部圆梦患者“微心愿”

9月9日下午,我院内科 3 党支部党员志愿者——风湿科主任王宏智、主治医师张斌、护士长马娟一行来到七星沈阿婆家中,为她义诊。

原来,七旬的沈阿婆,受强直性脊柱炎折磨已经十多年了,她的女儿通过 FM1041 嘉兴新闻广播联合嘉兴市计划生育协会共同开展的“大爱有声·圆梦微心愿”公益活动申请了微心愿,希望船上母亲减轻痛苦。我院内科 3 党支部书记王宏智看到这条消息后,当即认领,并联系了所属支部的风湿科专家上门义诊。

新职工党员志愿者迎检志愿服务

为顺利迎接“国家卫生城市、省级文明城市”检查组对我院暗访检查,营造一个卫生、整

洁、干净的就医环境,9月9日下午,17 名新职工党员志愿者在党办、社工部组织下,参加了“爱院如家,洁院如家”卫生大排查志愿服务活动。

内一支部为街道送健康

9月11日上午,内科 1 党支部党员志愿者——心内科副主任胡慧林、主治医师沈亮、吴月萍护士长和曹叶萍护士长组成的医疗服务队到城南街道办事处机关 2 支部进行义诊。

胡主任为离退休的老党员和老干部作了“清晨课堂——血压之计在于晨”健康知识讲座。服务队为大家测量血压,提供健康咨询以及发放冠心病、高血压和糖尿病等健康宣传资料。

内五支部进村入户义诊

9月14日上午,内科 5 党支部书记肖琴锋来到南杨社区五保户王大伯家中义诊,为其听诊、测血压、把脉健康。内科 5 党支部党员志愿者将每月入户一次为老人体检。9月21日上午,在内科 5 党支部书记肖琴锋与党员志愿者曹晓莉、朱玲雅,与 96345 志愿者一起走进金穗月亮湾,为社区居民义诊并发放健康资料。

门诊支部“爱牙日”主题健康宣教公益行

9月19日下午,“走进民丰蓝天学校爱牙”公益行——FM104.1 嘉兴新闻广播的协助下,门诊支部党员志愿服务队走进民丰蓝天学校,为四年级 3 个班的孩子们宣讲爱牙护牙知识。

志愿者们利用多媒体图片、动画给同学们

上了一堂生动的爱牙课,让同学们了解如何爱护牙齿,怎样戒除口腔不良习惯等问题。课堂气氛活跃,在互动环节,孩子们争相发言讲述自己平时是如何保护牙齿。志愿者们还贴心地为同学们送上了宣教资料和儿童牙刷,让他们在爱牙日享受了一份特殊的呵护。

护牙“为老”做起——老年健康讲座

9月16日下午,联合《南湖晚报》老年周刊,门诊支部党员志愿服务队在院科教后勤楼的第一教室开展了“爱牙日”老年护齿健康讲座。

60 多位老年朋友听取了门诊党支部书记、口腔科主治医师钟佳永和口腔科医师张凤鸣的讲课。钟医师具体介绍了口腔健康与全身健康的相关性,老人比较容易出现牙周炎、龋齿、牙齿缺失、牙本质敏感等。张医师用牙齿模具为老人们介绍了刷牙的几种方法,以及如何使用牙线等知识作讲解。

整场讲座,老人们认真听讲,还有不少老人仔细地做笔记。活动赢得掌声一片,得到老年朋友的肯定。

内四支部走进结对帮扶家庭

9月20日,内科 4 党支部委员胡曼雷、张丽萍以及神经内科陈哲哲主任医师、张林燕护士长等一行 4 人走进城南花园结对帮扶对象陈女士家中,为其义诊。

陈女士身患慢性粒细胞白血病 8 年多,其父亲 6 年前因意外去世,仅靠母亲微薄的退休工资维持家用。而她需长年服药,现在又合并有糖尿病与高血脂,出现了神经性耳聋,家中生活困难。

志愿者们详细询问陈女士的病情,对她的用药进行指导,鼓励陈女士积极面对生活,并将持续关注她的病情,为其提供力所能及的咨询和帮助。

内二支部到幼儿园健康宣教

9月26日中午,内科 2 党支部党员许金美、钱惠江、孙丹凤携手走进翰林府邸“三之三”幼儿园。孙丹凤医生为全体教师和生活阿姨带去《常见幼儿传染病的预防》,详细介绍手足口、水痘的常见表现和预防措施。许金美护士长为大家演示常见外伤的急救和鼻出血的应急处理,全体教师和阿姨们听得津津有味,还跟着学习动手进行伤口包扎和鼻出血的急救处理。他们一致表示这是一堂生动、贴近生活的课程,对于幼儿的实践教学有很好的指导作用。

党员服务站落户基层卫生院

9月30日,我院“天使在身边”党员志愿者——内科 1 党支部书记、心内科副主任医师胡慧林,支委 ICU 沈鹏主治医师和 13B 病区费叶萍护士长一起走进秀洲区王店镇建设卫生院,结对并设立“嘉兴市第一医院内科一支部党员服务站”。

这是我院党支部践行“两学一做”学习教育的生动实践。“党员服务站”旨在为基层群众提供更方便的医疗保健服务,将定期联合其他专科及护理领域专家、业务指导以及授课等方式,为建设群众提供疾病诊治、医疗健康咨询等各项业务。(党办)

基地联合体 2016 届规培学员岗前培训班结束

为进一步提高 2016 届规培学员的岗位胜任力,尽快融入“嘉一”大家庭,适应规培新角色,9月20日至22日,我院报告厅举办主题为“成长、积累、蜕变”的规培学员岗前培训。

院党委书记沈咏代表院领导向全体规培学员致欢迎词,姚明副院长对学员提出了希望与寄托。

培训内容丰富多彩,包括住院医师规范化培训政策的解读与实施,我院住院医师规范化培训管理与考核,管理平台的应用,医院文化、医学人文、医德医风、医疗质量与安全,核心制度、病历书写、传染病和院内感染的预防、控制与上报规范,职业暴露与防护,消防知识、宿舍安全、药品管理、处方管理、危急重症的识别、医患沟通、临床思维、科研思维培养、中英文数据库检索与应用等等。同时邀请了 2 位优秀规培学员代表讲述自身规培的体会。(科教科)

入秋易患皮肤病 如何预防是关键

保护牙齿有诀窍

虫咬皮炎：
夏秋季多昆虫，如螨、蚊、毒蛾、毛虫、蜂类等。人被叮咬后，皮肤会出现丘疹、红斑、水疱等症状。

预防措施：
尽量避免去草丛，对宠物要勤洗澡，减少感染率。

足癣和股癣：
足癣和股癣是由真菌感染而引起的皮肤病。

1. 足癣表现为足底或脚趾间出现水疱、脱皮、浸渍会糜烂，并有瘙痒感，严重者因过度搔抓而引起局部的感染。

2. 股癣表现为大腿内侧、臀部的环状红斑脱屑，呈离心性扩大，周围可见小丘疹，自觉瘙痒或疼痛。

预防措施：
无论是足癣还是股癣，都有一定传染性，因此应避免共用公共浴室、游泳池、旅馆的拖鞋或毛巾等。

注意保持足部清洁干燥，穿透气性好的鞋袜，平时不宜穿运动鞋、旅游鞋等不透气的鞋子，以免造成脚汗过多，脚臭加剧，而且应勤换鞋袜。

勤换内裤，不穿紧身的内裤或牛仔褲。
勤洗澡，保持身体清洁。

皮炎：
夏秋季天气高温及闷热，很多人不注意防护，患上或轻或重的皮炎。

主要表现为皮肤上可见片状红斑，红斑上有密集针头至粟粒大小的丘疹，甚至丘疱疹，搔抓后出现较多线状抓痕、血痂，时间长了可能会造成皮肤粗糙、淡褐色色素沉着、苔藓化。皮炎瘙痒明显，轻度灼热感。

预防措施：
保持室内通风、散热措施得当，使室内温度、湿度适宜，衣服宜选用棉质、宽大、轻爽、吸汗，保持皮肤清洁干燥，清水洗后及时用毛巾擦干。

带状疱疹：
是由一种水痘带状疱疹病毒引起的，平时潜伏在人体某个神经节上，当人体抵抗力下降时，这种病毒就会发作，沿着神经分布而行，从而使皮肤出现红斑水泡，并伴有剧烈疼痛。

预防措施：
换季时要注意保暖，不要着凉，因为感冒发烧时人体抵抗力较低，易诱发该病毒。同时，要注意合理休息，不要熬夜。在饮食上应注意补充维生素和水分。平时也要经常锻炼身体，以增强抵抗力。

脓肿：
人体皮肤的毛囊和皮脂腺通常都有细菌存在，人体因具一定的免疫能力，细菌与身体倒也可以相安无事，但当身体免疫力下降，皮肤受到擦伤等情况时，脓肿就有可能发生了。

预防措施：
首先要讲究皮肤的清洁卫生，其次避免皮肤

破损，特别要保护衣领、腰带等皮肤易损区。
皮肤被蚊虫叮咬后不可用力搔抓，否则细菌入侵最易生疔。及时治疗痒痒性皮肤病，如湿疹、痒疹和足癣等。

洗澡时，不要用碱性大的肥皂，以免破坏皮肤表层的弱酸性环境，而降低其天然抗病能力。
饮食宜清淡，不要吃油腻和辛辣食品。

(皮肤科 陈峰)



大学生遭电信诈骗猝死 人真的可能“心碎而亡”吗

近期，大学生遭遇电信诈骗后猝死的消息备受关注，遭遇不幸通常来说都是让人“心碎”，不过人真的可能“心碎而亡”吗？

因为没有明确的结论，所以我们只能从病例中推测。我院心血管内科副主任胡惠林副主任医师介绍，真有一种心脏病是跟极度伤心有关——“心碎综合征”，不过这种致命案例比较稀有，并且一般是本身具有心脏病风险的人才容易死于所谓的“心碎”。

“心碎综合征”，又名应激性心肌病，又名章鱼壶心肌病，又名 Tako-Tsubo 综合征。

“心碎综合征”是日本人首先报道的一种心肌病，由于心尖部呈气球样隆起、心底部运动增强、

整体形态与章鱼壶相似而被命名为 Tako-Tsubo (章鱼壶) 心肌病，又称心尖球形综合征 (Apical Ballooning syndrome)。

胡主任介绍“心碎综合征”往往发作突然，没有预见性，在受到较强烈情绪刺激后发生，常见症状主要为急性胸痛，伴心力衰竭患者可有呼吸困难，心源性休克和心室颤动很少见。绝大部分患者表现类似心肌梗死样剧烈胸痛，胸痛症状发病前数分钟或数小时都有一个明显的心理或躯体应激情况，常常因某种突然的情绪激动(例如突发事件、亲人去世、惊吓、激烈争吵、过度兴奋、医疗诊疗措施前的惊恐状态、驾车迷路、遭遇车祸、抢劫等)或者是由于原来的疾病加重，包括脑血管意外、癫痫发作、支

气管哮喘、急腹症等而诱发。

“不过，这个病好发于女性。像遭遇电信诈骗而发生的猝死病例，是否真患上‘心碎综合征’，现在也不能确定。”胡主任表示，目前这个病因机理还不是非常清楚，至今没有完全明确是什么原因导致的发病，也不清楚为何有如此明显的性别差异，但可以明确找到它和情绪应激有关系。

应激性心肌病临床表现和急性心梗非常相似，但是冠状动脉造影提示冠脉正常。这可能是因为交感神经兴奋后，强烈刺激使机体释放大量的儿茶酚胺所造成的心肌梗死，从而导致心尖球形综合征。在急性期患者心肌收缩功能低下，但心功能常在短时间内恢复，多数患者预后良好。

(党办 周君)

骨折后别忽视了功能锻炼

没有系统的康复，从某种角度上来说，意味着患者一部分功能的丧失。对于骨折或关节脱位者来说，固定是必须的，但固定也有一些不利因素：会造成肌肉萎缩、关节粘连，甚至挛缩、骨质疏松和软骨退化。患者因患肢固定而无法下床活动，容易发生压疮、肺炎、尿路感染、尿路结石和下肢静脉血栓等并发症。所以在病人的愈合期至恢复期，如果骨折或脱位已得到妥善处理，病情已稳定，需要进行康复锻炼。

一、康复锻炼的部位及基本方法

伤肢未被固定的关节

做全方位的主动运动。如老年人常见的腕部克雷氏骨折，石膏固定在前臂至掌指关节下，就可以主动做肩、肘和手指的活动。必要时旁人给予协助，争取达到正常幅度。上肢，要特别注意肩关节的外展外旋，及掌指关节的屈曲；下肢，应特别注意踝关节背伸跖屈。中老年人关节挛缩倾向很大，应特别留意。

患肢被固定部分的肌肉

做静力性练习(或称等长练习)，俗称用“死力”，即在关节不动的情况下，让肌肉收缩用力。通常患者在数天后疼痛减轻时开始进行练习。心血管病患者进行此练习时，需注意不要屏气。

脱位或骨折累及的关节

可在关节固定后的2-3周，每天取下固定物，在保护下作关节不负重的主动运动，运动后再予固定。这个方法可以促进关节软骨的修复，同时防止关节内粘连形成。这种做法适用于没有金属内固定的骨折。

未受伤的肢体

病人应尽可能早起床，保持正常的活动。必须卧床的，特别是年老体弱者，应每日做保健康操，包括深呼吸、有效咳嗽、扩胸运动，未受伤肢体的活动等，以防止全身并发症。卧床保健操会使心率加快，大范围关节活动和抗阻练习时，运动心率应接近耐力练习水平。

二、恢复期功能锻炼

外固定物去除，进入恢复期后，则应在康复专业人员指导下进行全面的肌肉力量练习和关节活动范围练习。在关节活动范围和肌力稍有基础后，即应进行平衡、协调和实用功能练习。

上肢：提、持或摆弄各种由轻而重的物件，或做由简单到复杂的动作，如持碗、持杯、提水并倒水、开关水龙头、开锁、结绳、穿脱衣服鞋袜、梳洗、用匙或用筷进食、书写、缝纫、编织等，使用各种工具如锤子、旋凿、扳手、钳子等。

下肢：练习从坐卧位起立、站立、步行、下蹲起立、上下楼梯、跑步、骑自行车等。

康复锻炼必须得法和适度，否则，会适得其反。如果病人有运动禁忌，如何康复还得听从医生安排。如有可能，还应该记录每次锻炼的情况。如何康复锻炼，何时开始康复锻炼还需在医生的指导下进行，切勿自作主张。

(9A/骨科一 褚雪文)

告别痛经不是梦，谈谈针灸治疗痛经

“哎呦，我的肚子痛死了！”

“肚子痛得快吐了！”

“好姐妹，快去帮我拿片止痛药，我痛得受不了了！”

相信很多有痛经经历的女性对上述情形不会陌生。25岁的小赵，因这病“折磨”了近8年，尝试过喝红糖水、热水袋热敷、服止痛片等各种治疗，效果不明显，听说针灸治疗痛经不错，于是在痛经下腹胀疼痛难忍时来我院针灸，仅仅通过针刺十七椎一个穴位，针刺得气后，针柄上放置2.5cm长艾柱点燃，隔30分钟后起针，小赵惊奇地发现腹痛明显减轻了，接着连针两天，往常要持续痛好几天的症状消失了，月经也比以前顺畅很多。

此后小赵月经来临前3天来院针灸治疗，共针灸12次，行经时仅轻微胀痛，且以前每次来例假时的大块血块都不见了，小赵对针灸治疗该病赞不绝口！

笔者临床发现大多数痛经者均有冒雨涉水、坐卧湿地、下水游泳、冬季穿裙等受寒病史，损伤体内阳气，导致行经时呈现一派阳虚畏寒之象，如腹部呈抽痛、痉挛性痛、坠痛、冷痛，手脚冰冷，腰酸冷痛，面色苍白，全身怕冷等。此时针刺位于督脉上的十七椎一穴，针后根据病情需要，可放置艾绒，温针治疗，可温补阳气，散寒除湿，对于非器质性病变者引起的原发性痛经，一般连续针刺3-5个月经周期，即9-15次后获得较好疗效，部

分可治愈。

对因慢性盆腔炎、子宫内膜异位症等引起的继发性痛经，则需配合中药一起治疗。临床疗效证实，原发性痛经疗效较继发性痛经佳。此外，中药汤剂治疗，隔药灸灸治疗等疗法治疗该病疗效也很肯定，都是通过针灸、药物调整患者的阳虚寒盛之体质，从而从根本上治疗该病。

最后，痛经患者饮食起居调摄莫忽视，如饮食宜清淡，忌食或少食生、冷、辣之物；保持乐观开朗的心态，转移注意力，以减少对痛经的恐惧感；适当锻炼，如散步、慢跑等，以共同增强体质。

(中医针灸科 张爱军)

什么药物不能与牛奶同服

牛奶中含有钙、磷、铁、多种维生素、蛋白质、氨基酸和脂肪等物质，与不少药物之间存在相互作用，同时服用可在药物表面和胃黏膜形成一层薄膜，待薄膜被消化吸收后，药物可能错过最佳吸收期，因此降低药物的吸收和疗效。

牛奶中的钙、磷、铁容易和中药中的有机物质发生化学反应，生成难溶并稳定的化合物，使药物的有效成分受到破坏，故绝大部分的中药药性和中成药不能与牛奶同服。

服用以下药物需要注意什么呢？

1. 抗菌药物
牛奶中的金属离子可与喹诺酮类、四环素类、红霉素类、甲硝唑等形成不溶性螯合物，影响吸收，降低抗菌作用，甚至完全失效。
2. 钙剂制剂
牛奶中的蛋白质可与乳酸钙、葡萄糖酸钙、氢氧化铝等药物形成凝胶，不仅

影响吸收，还会加重胃肠的负担，严重者还会生成胆结石、肾结石。

3. 铁制剂
缺铁性贫血是妇女、儿童的常见病，牛奶中的钙离子可与铁剂在十二指肠吸收部位发生竞争，降低疗效，服用含铁药物时不能同时服用牛奶。
4. 抗酸药
枸橼酸铋钾、碳酸氢钠等抗酸药与牛奶同服可导致乳-碱综合征。
5. 强心药
牛奶与洋地黄、地高辛类强心药同服，因牛奶中所含的钙能增强洋地黄、地高辛的毒性，药物容易产生蓄积性中毒反应，甚至发生意外。
6. 止泻药
牛奶中含有乳糖成分，既可降低止泻药的药效，还会加重腹泻症状。
7. 降压药
严重高血压病人使用优降宁等降压药物与牛奶或奶制品相遇，可能引起血

压骤升，重者会使血压持续性升高，甚至发生高血压危象。

8. 抗抑郁药
牛奶不能与抗抑郁药中的单胺氧化酶抑制剂同时服用，因为牛奶中含有丰富酪胺，当单胺氧化酶被抑制时，酪胺就会大量蓄积，引起血压骤升，心律失常，严重者可导致脑出血甚至死亡。
 9. 维生素C
服用维生素C时别喝牛奶，更不能服用牛奶送服维生素C，因牛奶中的维生素B2和维生素C会在胃肠道内发生氧化还原反应而失效。
 10. 比沙可啶
牛奶可使药物肠衣过早溶解，导致胃或十二指肠刺激现象，因此服用比沙可啶片剂前后2小时内不得饮用牛奶。
- 总之，牛奶最好不要与药物同服，至少间隔一个小时，以避免产生相互作用，增加不必要的副作用。

(药学部 陆晓蕾)

岗位廉政风险警示教育学习体会

近期,我们科室组织大家学习了《岗位廉政风险警示教育读本》,以卫生系统的典型案例开展警示教育。通过学习发现,个别党员同志在个人欲望和利益的驱使下逐步淡漠了法制观念,忘记了一个共产党员的宗旨,在权力、金钱面前丧失原则,置党多年的培养教育于不顾,利用职务之便做出有悖于共产党员的原则的事情,迈出了罪恶的步子,将自己送入了监狱之门。我认为:教训是深刻的、令人痛心的,前车之鉴,后车之师,我们一定要从这些案例中吸取教育,引以为戒,要做到以下几个方面:

一是要加强学习,始终保持好的学习习惯。活生生的事例告诉我们,不学习,思想就得不到改造,欲望就容易膨胀,就抵制不了诱惑,一遇到诱惑就容易乱了方寸,就容易被诱惑的绳索绊倒。而学习不能走过场,要讲究实效,要深入学习党纪国法,并以案为鉴,以古为镜,时刻为自己敲响警钟,始终保持清醒的头脑,要明白自己该做什么、不该做什么。

二是要坚定信念,始终保持廉洁和自律意识。丧失了理想信念,就会失去精神支柱,失去灵魂。党一直教育我们要廉洁奉公、严格自律,经常向大家敲警钟。我们一定要树立正确的世界观、人生观和价值观,牢记全心全意为人民服务的宗旨,自重、自律、自醒,排除非份之想,常怀律己之心,常修为官之德,始终保持共产党人的浩然正气。

三是要规范行医,严格遵守医疗卫生行风建设“九不准”。秉承医者仁心和廉洁行医的职业理念,合理检查,合理用药,拒收红包、回扣,不断提高诊疗质量和服务水平。同时,加强内部管理,规范操作流程,进一步加强岗位廉政风险防控,堵塞漏洞,规避风险,防止医药使用和购销领域商业贿赂。

通过此次廉政警示教育的学习,我将以此警示自己,无论工作中还是生活中都要牢记全心全意为人民服务的宗旨,廉洁自律,恪尽职守,在从医的道路上走得更加坚定和从容。

(曹晓莉)



坚定理想信念,筑牢廉政防线 ——学习卫生系统典型案例有感

根据我院加强岗位廉政教育的部署,我科组织员工对卫生系统典型案例进行了集中学习,并开展了热烈讨论,医护人员均对此表示教育深刻,针对性强,都是身边事,身边人,受到了很好的启发、警示与警醒。从二季度学习的医疗卫生行风建设“九不准”到三季度的岗位廉政风险警示录,无不告诫每一位员工,无论什么岗位,若丧失廉洁自律的意识,必将犯错。

在现今物欲横流的经济社会,社会仍存在很多不良的风气,拜金主义盛行,违规违法的事也时常有之,因贪致富的人也不在少数,看看身边人各种致富成功,难免使自己心理的天平失衡,追求物质生活的欲望逐渐强烈,期盼有朝一日暴富的意念使自己失去了应有的矜持,看到别人违规违法致富,而未受到惩处,不是警醒自己,而是效仿,不是考虑如何勤劳致富,而是如何投机取巧,损人利己,损

公肥私在一些人的心里不是一种耻辱,而是当作沾沾自喜的能耐来炫耀。

从诸多典型案例的分析中可以看出,任何岗位都存在犯罪的可能,虽然事件各有不同,犯罪的方式各种各样,职务有高低,工种差异很大,但都有一个共同的特点,那就是个人私欲的膨胀,只要手中有一丝的权力,就会成为谋取私利的工具。金钱的诱惑如同吸毒一样,一旦沾上,就欲罢不能,越陷越深,直至被抓的那一天。

在我们中层干部看来,所处的岗位风险犹为突出,手中有了一定的权力,且似乎不必假于人手而获利,从人、财、物的管理,到手中基本的处方权,无一不能成为腐败的温床。我们急诊科是一个大科,所涉很广,设备采购、药品引进、人员招录,处处都有风险,甚至有些供应商会想方设法地主动提供好处,意志稍有不坚,就会被其攻破,而为其奴役,堕入

无法自拔的深渊。

防范岗位廉政风险主要是个人控制欲望的意志,我始终相信外因必须要通过内因起作用,加强自身修养,端正自己的“三观”,做到君子安贫,身清气正,持之以恒。在岗位履职中是一种挑战,也是一种自我保护,更是一个人的责任。“慎独”意识常在心头,才能保护自己,不受侵蚀。

仅凭自身的修养和修炼是不够的,人有差异,意识与“三观”更有差异,减少岗位廉政风险还要靠健全的管理制度和强有力的监督。作为组织和管理部门,除了做好平时的教育和提醒外,还要把更多的精力放在监管上,深挖严查,防微杜渐,主动发现,惩处有力,可以对那些常在河边走的人以震撼。不让腐败腐蚀一代又一代的从医者。

改善社会风气,从自身做起。

(曹伟中)

研究生在嘉一院

我是心内科在读研究生,导师是嘉兴市第一医院心内科唐关敏主任,从2015年的2月份来到心内科,就在汪世军副主任医师、翟昌林副主任医师的悉心带领下工作及学习,下面是我在心内科工作的心得和体会。

医务工作者应该都知道,心血管病往往起病急、变化快、后果重,甚至在短时间内导致病人死亡,所以心内科是临床各科室中风险和压力非常大的科室之一。毫无疑问,作为嘉兴市第一医院心内科的当家人,唐关敏主任更是付出了很多,始终坚守着医者仁心,传承着医者仁术,追求着内心不变的医者理想。当我在家中吃着年夜饭时,不经意间看到主任的微信里显示“过年犹如平日,急诊手术不断,在欢度春节的同时,别兴奋过度,别进太多大鱼大肉!珍惜你的引擎心脏。”这时才感受到,多少个春夏秋冬,多少个严寒酷暑,多少个急促的电话,让他一次次披星戴月赶往医院的病房,为解除病人疾苦而忙碌;多少次父母的守望,多少次孩子的期盼,都被他遗弃在抢救患者的紧张中。作为科室主任,他把建立一支团结拼搏、努力进取、业务一流的团队作为努力方向,他以坚忍不拔的精神,带领大家克服困难、奋发向上。

凡是在心内科工作、实习、规培的人员都

知道,汪世军和翟昌林医生每天早上七点就来到病房,这些都是为了既不影响门诊工作,又能指导病区医师对住院病人的诊治,查看新入院病人、疑难复杂病人和危重病人,甚至自己休息时也不忘查看危重、疑难病人,指导我们这些年轻医师进行各项诊疗工作,切实保障医疗安全。他们起早贪黑,节假日很少休息,平均每天工作时间在10小时以上,真可谓是“工作时间争着干,下班时间多奉献。”他们默默无闻、埋头苦干,干一行、爱一行、钻一行、精一行,时时、处处、事事严格要求自己,以实际行动全心全意为人民服务,将自己的智慧和力量都献给了自己热爱的医学事业。多少次因患者突发心跳骤停,汪医生和翟医生放下手头工作,立即冲向前对患者进行胸部按压,同时指挥同事予升压、强心等综合用药。在一次抢救过程中,在一旁的患者家属都已经情绪失控地又哭又闹,但他们依然没有放弃,继续沉着冷静地按压抢救着,当患者救回来时,没有人注意到他们已是筋疲力尽、全身大汗淋漓了。

吴月萍护士长,在从事护理事业中,她认真学习钻研业务,并体贴关心病人,为病人着想,从自身做起并带领全科护理人员真诚急病人所急,多次受到患者及家属的赞扬;落

实各项方便患者就医的措施,协助院部做好各病区病患满意度调查工作;关心科室的建设和发展,热心参加医院组织的各项活动;积极做好科主任、医生、护士及病患、家属之间的沟通协调工作。同时,她还十分关注科内人员的家庭、思想、身体状况和工作状态,在同事遇到生活及工作上的困难或生病住院时,都会如大姐般关爱我们,科内凝聚力不断增强,更好地做好临床一线工作。而每当她看见亲手术护理后即康复出院的病人,走出病房时向她伸出感激的手,她的脸上无一不露出恬静的笑容,相信这是这份职业所带给她用心付出后收获的自豪和满足。

在心内科1年多的时间里,我感受到团结协作精神的重要性,它是一个医院、一个科室生存的动力与灵魂,只有互相拥抱才能展翅高翔。如果紧紧依靠领导的殚精竭虑,却没有员工的积极参与和响应,这个团队不是一个有效的团队。一个医生的医术总是有限的,只有通过团队合作,才能交流出更好的结果。同样在抢救病患时,医生和护士的团结协作显得更加重要。相信在科主任的带领下和医生护士的团结协作下,嘉兴市第一医院心内科的明天将更加欣欣向上!

(马芳)

一个人的夜

拖着疲惫的身体,刚到家门口,先生打来电话因单位有事晚饭不回家吃了,放下电话一阵窃喜,今天不用做饭咯!说实话,今天白天12斤的铅衣穿了一天,吃了不少射线,上班干活时不觉得累,下班了才感觉双腿像灌了铅一样的沉重,走路都不想走,而且一点食欲都没有。

赶紧的开门开窗通风,给阳台冲点水降降温,给绿植浇点水解解渴,给自己洗个澡既降温又解乏。随后一个人信步来到阳台,刚冲过水的地面已经不见了水渍,绿萝吊兰叶色翠绿,紫竹梅桃红色的小花争相绽放,缸中粉色的睡莲不似清晨般的怒放而像害羞的姑娘一样半闭着花瓣。晚风透过纱窗吹在身上,一阵阵的惬意,忽然意识到立秋已过了多时。

拖出搁置了一夏的藤桌椅,捧出插上调羹

的红瓤脆皮西瓜,尝着多汁甜爽的西瓜,听着瑜伽的舒缓音乐,窗外银杏叶随着晚风的吹拂摇曳着,好像广场跳舞的人们。远处天空G20蓝美不不胜收,洁白的云如大鸟展翅的羽翼,有的似西施姑娘浣纱,有的如层叠的山峦,有的如甜甜的棉花糖……东边一轮若影若现的弯月,西边落日的余晖将天空染成红色、橘色、深蓝色,眨眼间,夕阳耗尽了余辉,夜幕降临了。

打开灯,随手拿来一本《读者》翻阅,《怀着爱情做出来的拉面》吸引了我。故事是这样的,作者在日本生活了2年,有一次在农贸市场,一位农夫见其正在审视他的产品,便骄傲地说,这可是我怀着爱情做出来的拉面,绝对品质纯正。作者感觉日本的匠人精神植根于一种邻里乡亲的亲情,日本人近乎本能的把消费者当成自己的近邻或亲人,所以会尽力

做最好的产品,提供最好的服务。

听着舒缓的音乐,闭目沉思。工作中,也该如此!把病人当作亲人般对待,尽力尽责,努力为病人服务,记起每次术中肠镜,为了不污染无菌的手术台面,护士只能蹲在的地上配合肠镜,等到结束起身,发现双脚麻木,完全站不起来。还有轮急诊的日子里,不敢早睡,不敢外出,手机不敢离身,只为万一有急诊病人,可以第一时间到医院,第一时间为病人解除痛苦。

睁开眼睛,一轮皎洁的明月高挂窗前,如圆盘,一片云飘过来给明月蒙了层纱,一会遮住了整轮明月,一会又恢复如初,似乎跟我捉迷藏似的在云层里穿梭。哈哈,快吃饭吧!养好身体,是一切一切的根本!

(何慧轩)

我爸是医生,我妈是护士

每当我这么说出来的时候,总有人会说:“现实中真有这样的啊!”或者说:“好浪漫啊!”其实,我也经常会这么想,因为这太像电视剧或者小说里的情节。

也许有人会说,那你对医院、医生和护士一定很熟悉吧。其实不然,对于这两个像是天生捆绑在一起的职业,在某方面看来,我比一般人知道的还少一些。因为平常有个伤风感冒、头疼脑热,在家喂两颗药就完事了,在爸妈的眼里这些似乎都是不值一提的小事,去医院找医生看病的大次数屈指可数。

我所知道的是,从记事起,幼儿园、小学,我总是第一个到校,最后一个离开学校;暑假假期,每天在我醒来的时候,不过八点多几分,家里已不见父母的踪影,桌上留着纸条,电饭锅里的粥已经保温了近两小时。到了下班时间,楼下的车已一辆一辆的归位,我却迟迟不见爸妈

回来,时常是拖啊拖,无止境地拖班。

我所知道的是爸妈的手机天天24小时开机,在休息日也要去医院瞄一眼,在半夜一个电话就得飞奔去医院。别人的节假日是欢聚、旅行,而他们常常是在加班中度过,我则是成了一枚到处寄放的“托儿”。

我只知道父母的职业很忙,但一些事我并不清楚,后来我的一个护士姐姐说,在她第一次看着病患去世时,她哭得比家属还凶。不过后来就不会再哭了,不是麻木,而是因为她逐渐变得强大、冷静、沉着。可能这是其他职业所不能体会的,当医护人员,需要有强大的内心,在生老病死面前,不说释然,最起码要保持冷静。

当然在更多的时候,是幸福感吧。使病患恢复健康,这种幸福感是别的职业无法体会的,也包括我这个医护的家属。每当晚餐时说起医院的趣闻,说到哪段惊险的抢救过程最终化险为

夷,哪个重症患者转危为安,话题总是透着轻松愉悦,难掩职业的幸福。我曾经偷偷看了一本妈妈在看的书——《外科解剖刀就是剑》,书中说外科医生最幸福的事情是完成一台大手术后抽的一根烟,这应该是完成杰作之后的幸福感吧。

因为父母职业的特殊性,我能见到的他们工作的场景不多。有限的几次是在他们吃饭的时候,午餐总是让上早班的人去带盒饭,因为这样可以节省时间;桌上的酱菜、辣酱、点心,无论是谁的,都是大家的,一个西瓜切开,一眨眼就全吃完,许多人围着一张不大的桌子吃饭,很挤,很热闹。墙上贴着很多团队活动的照片以及花啊草啊蝴蝶什么的图片,还有一行很大的字——奋斗的青春最美丽。看起来乱,说丑也不过分,但也透着一份欢乐,似乎告诉人们,这是一个很有凝聚力的团队。

每次看到这幅画面,我总有想当个热血医生的冲动。不过每次我妈总是说“好是好,就是太辛苦了”。每到这时,我总是不吭声,低下头,好像接不上话了。

医生护士每天都紧绷着神经,像上了发条一样一刻不停地转动。而现在呢,还有更多的压力来自于病患和社会,时不时有新闻报道的医闹伤医更让我为父母担心,医患关系不该如此恶劣。我们应该信任医生,我相信这个社会的绝大部分医生都是为病人着想的,就像我的父母,他们把人生大部分的时间和精力奉献给了职业。如果性命相托的医生都不相信,那么我们还能相信谁呢?

未来,也许一切都会变好吧?我希望我的父母职业幸福感能更多一些。当然,无论社会怎么看,我还是为我的爸妈是医护而骄傲!

(施辰婕)