

一双红鞋垫

——背后的故事惊险又暖心

小时候，经常看见婆婆婶婶、大姑娘小媳妇儿们在飘起鹅毛大雪的冬天，围坐在哪一家的炕头上，一人手里捧一副或白底或红底的鞋垫笑意盈盈的缝纳，或粗糙亦或骨节隆起的手指沾着穿过五彩绒线的细针弯曲跳跃。有时这手指也会戴一个磨的光亮的顶针，更多时候她们会把那针屁股放在头皮上摩擦几下，到现在我都不知道那些摩擦到底是为了让针更好用还是头皮痒了？我也不愿去细纠，总感觉这个动作极别致好看，让我常常内心安静，想得出神。

上面这个场景是我能回忆起纳鞋垫最美好的画面了，只是也二十几年来再重现。今天看见同事小风捧着一双新式十字绣法红鞋垫换成一朵美丽的

芙蓉花，又将我带回到记忆中。去。

“这么精致的鞋垫，你婆婆做给你啦？”我们都围着鞋垫打趣她。

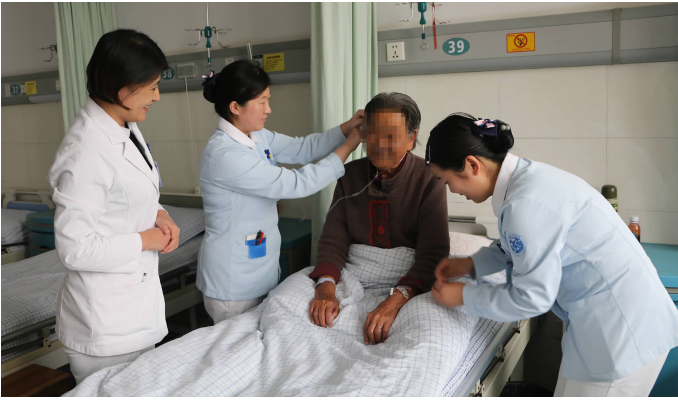
“不是不是，我这正发愁呢！准备去找护士长问问怎么办？你们记得之前我分管的妊娠合并肺栓塞的那个大姐吗？她好转出院后特地回来找我，我当时正忙着呢，她拉过我就往我口袋里塞了这个红鞋垫。说非常感谢，还说让我有时间去她家吃水饺，我不要，但她跑远了。”于凤护士一脸无奈的说。

“哪个大姐？妊娠合并症的来过好多？”护士王梦瑶加入红鞋垫讨论圈。

“我知道我知道，那个病号我印象太深了，高龄二胎早孕

14周，在妇幼保健院查出下肢深静脉血栓，去青医附院治疗，因为地域问题转咱们科了！当时可是肺栓塞、下肢深静脉血栓形成，情况紧急又特别凶险，记忆犹新啊！”护士尹蕾一说，大家都有印象了，纷纷讲起当时的情景。

“你这么一说我有印象了，是不是李凤臻书记亲自送到我们科，苑院长和王主任接收的那位大姐？在我们科总共住一个多月吧。记得她和家属依从性都特别好，非常信任大夫和护士，当时真怕她栓子脱落，还好逃过一劫，当时咱们不是特别讨论过高龄孕妇怀二胎的各种凶险了吗？”我脑海中记起了那个绝对卧床但又笑容温婉的大姐和她一笑露出洁白牙齿的憨厚丈夫。



图为呼吸内一科护理团队正为住院老人实施个性化人文护理。

“对，就是她！她从山大回来咱院的，因肺动脉栓塞转到咱呼吸内一科，我们先是请了介入科给予下腔静脉置入滤器，然后转入产一科终止妊娠，后面咱科继续治疗。其实我分管她时，也没做什么特殊的事情。虽然每一次都是有惊无险，但在让人替她捏一把汗，一旦栓子脱落，真是不敢想。她们两口子也确实不容易，高龄产妇本来风险就大，什么都让她赶上了，但好在她非常乐观，我也经常安慰她。都是女同志，知道生孩子的伟大，更知道失去未出世宝宝的痛苦，感同身受的同时只能用我们的专业知识去减少她的痛苦，然后去尽力宽慰，她能康复，我真的特别高兴！”

于凤护士将故事前因后果娓娓道来，护士长听见了我们围绕红鞋垫展开的讨论闻声赶来。

“我在办公室排班，听你们说话听得真着急。这是好事！患者出院了还能想着于凤，还给

送来红鞋垫，这是对于凤的肯定，也是对咱们护理工作的肯定，更是咱们成功开展人文护理的有效成果。一双普通的红鞋垫折射出了护患关系中最美好的一面，这名患者病情比较复杂，能逃过一劫实在不容易，后期还要来咱们医院取滤器，需要继续复查，就由我来做这名患者的随访工作，也感谢她的信任和理解。”

护士长说完，我们都很高兴，仿佛人人都有一双绣花红鞋垫，也仿佛看见那位与死神较量成功的大姐坐在灯下，一针一线的缝纳着鲜艳的花朵、五彩的鸳鸯、清新的葡萄图案，随针线起伏的还有医护人员的一颗颗责任心、换位之心、博爱之心和大姐的一颗信任之心、理解之心、感恩之心，这一颗颗爱心最终汇聚成这幅七彩鸳鸯图，在这个秋天让我们暖意融融。

（呼吸内一科 张庆芳）
科室电话：6173829

守初心，精益求精



像是沙漠里的一片绿洲，给人生存下去的决心……

经历两次介入手术后的一个月，让我们惊讶的是老人拄着拐杖来复诊。更意外的是，术后八个月，家中随访，老人生活基本自理了，还给我们“表演”了一段走路。我们在欢声笑语中快乐地结束了回访，返回途中我思绪万千，不断地反问自己，医生到底是什么样的一个职业？

其实医生的职业看似神圣却又很简单，就是精益求精，治病救人，尽自己之所能解除患者病痛。我是医生，虽眼里面阅过世间百态，可我觉得我们最富有的就是善良，一种天然的使命感与生俱来。善良的本性从骨子里流淌而出，在物欲横流的世界里，就像一股清泉，奉献与帮助他人时，感到生命的另一种含义。拜读王铁梅老师的《这样工作最出色》。层层

的忧思渐渐平静，澎湃的思潮渐渐苏醒，埋藏心底最深处的声音再次响起：健康所系，性命相托。我们曾经的呐喊，我们永远的誓词……

守初心，与患者风雨同舟，血脉相通；守初心，当以患者心为心，尽职尽责。立德立行，无问西东，只问勇敢，只问深情！（介入科B组 董昌 孙世超）
科室电话：6357134

相遇是一个多么动人的名词。每天有多少的相遇擦肩而过？每天又有多少的匆匆擦肩而过？但在这个最能触痛心底深处的医院里，总有能抵达内心深處的触动……

近日，偶遇曾经一位老年患者的儿子，告知老人现在生活自理，悠然自在。比起曾经彻骨骨髓，彻夜无眠的状态，甚是满意。仔细回想了这位患者，仍历历在目。

老人是直肠癌术后髂骨里髓白转移。他经历了无数次化疗，效果非常不理想，疼痛难以有效缓解，夜不能寐。在大量止痛药物下，才能坐在轮椅上勉强眯会儿，以至于形成了“失眠—疲乏—疼痛—失眠”的恶性循环。

看到老父亲这样颓废的生活状态，患者儿子说，这些痛苦只能漫无目的地在心里疯长，却无能为力。一次偶然的机会，听朋友提起介入治疗，于是抱着试试看的态度入我科接受介入治疗。

刚入科那会儿，老人满脸苦相，痛不堪言，大剂量的吗啡药物下，才能勉强缓解些疼痛。老人如期进行了一次微波消融治疗。

术后第二天，老人高兴地说：“谢谢大夫，我终于舒服地睡了一个晚上，早知道介入治疗这么“神奇”，我早接受这种微创治疗了！”老人久违的笑容让我记忆犹新，像是黑暗处的一团火，照亮了前方的路，



潍坊市医务社会工作培训班

我院社会工作办公室成立以来，以志愿服务为切入点，积极拓展医务社会工作项目，先后开展了亲子志愿服务体验、门诊导诊社区义诊等服务，并引入社会志愿者积极参与其中，使我院医务社会工作走在了潍坊市前列。图为9月18日至20日，我院社办主任丁治伟应邀在潍坊市卫健委和潍坊市人社局联合举办的“潍坊市医务社会工作培训班”上做了典型发言。他围绕“促医患和谐、打造有温度的医院”主题，分享了我院社会工作经验及志愿服务成果，并与在场学员进行互动交流，为全面提升医务工作者理论素养、业务水平和工作能力，推动医务社会工作规范化专业化发展，提供了有力遵循。

（通讯员 董昌 孙世超）
科室电话：6357134



狂暴的心脏杀手 “爆发性心肌炎”

最近流感病患增多，因感冒引起的爆发性心肌炎重症患者在各大医院的重症监护病房也不少见。这种疾病极为凶险迅速，变化莫测，如果不能及时准确判断救治，患者就可能命悬一线，死亡率高达90%以上。近期，我院就收治一名因病毒感染引起的爆发性心肌炎患儿。

患儿12岁，呕吐、腹泻2天，当地医院按照“急性胃肠炎”给予消炎、补液治疗，第3天病情持续加重，出现憋气、精神萎靡伴全身青紫。约上午10点迅速送入我院急诊内科，血压及血氧饱和度均已测不出，且精神极度萎靡，全身黄染、四肢冰凉、口唇及肢端青紫。

医护人员迅速抢救，给予扩容、补液、升血压等治疗，及时完善了头颅、胸、腹部CT，并立即请儿一科及重症监护室会诊。

儿一科会诊医师考虑患儿目前爆发性心肌炎可能性大，因本病病情发展迅速，预后凶险，随时有猝死可能，迅速转入重症监护室抢救。在监护室，医生第一时间完善了患儿心电图彩超及肌钙蛋白、心肌酶等指标，提示爆发性心肌炎诊断成立。因本病随时可能需要体外膜肺（ECMO）等高级生命支持，限于我院现有条件，于是立即联系了济南急救中

心，请求快速转至上级医院继续治疗。此时患儿病情危重，继续给予气管插管呼吸机辅助呼吸、丙种球蛋白降低心肌炎反应、大剂量激素冲击增加心肌细胞稳定性及营养心肌、强心、利尿等一系列强有力的抢救措施。

但遗憾的是，就在济南救护车抵达我院时，患儿大动脉搏动消失，医生们全力以赴的积极抢救也未能将患儿从死亡线上拉回！悲痛、惋惜冲击着所有医护人员的内心。

爆发性心肌炎早期症状不典型，病情进展快。可发生于任何年龄、任何季节，但儿童及青壮年多见，冬春季流感流行季多发。临床常表现为急性充血性心力衰竭、心源性休克和（或）恶性心律失常！

本病早期病死率高，但一旦度过急性危险期，长期预后良好。故一旦怀疑本病，需高度重视，尽早识别，快速反应，多学科合作，全力救治，帮助患者度过危险期。

（儿一科 刘琳）
科室电话：6173857



当心！吃法不对，引起脱发

越来越多的人出现发际线后移，这些“头顶大事”已不再是中年人的“专利”，年轻人也加入了脱发大军。目前我国脱发人数不断上升，每6人中就有1人脱发。

高碳水饮食或增加脱发风险

专家介绍，人们常说的脱发主要是指病理性脱发，是指头发异常或过度脱落。造成脱发的原因有很多，如营养因素、内分泌因素、化学因素、遗传因素、精神因素等。目前，临床上最常见的是脂溢性脱发，即雄激素源性脱发，造成的原因主要与遗传因素、二氢睾酮水平有关。

从饮食角度来看，挑食、偏食及节食等不良饮食习惯，可能造成蛋白质及锌、维生素D、B族维生素等营养素摄入不足，致使严重营养不良导致脱发。另外，《柳叶刀》杂志曾刊发的一篇文章显示，男性脱发可能是由胰岛素抵抗引起的，即胰岛素水平增高，脱发速度加快。

四种饮食习惯防止脱发加剧

对于已经脱发的人，日常饮食需要注意以下四点，防止脱发加剧：

1. 饮食要营养均衡，不要盲目节食。
2. 尽量少吃或不吃含精制糖的食物及饮料。减少精制米面摄入，可与粗粮搭配，全谷物、杂豆类建议占主食的1/3。
3. 摄入适量蛋白质，不吃加工肉类。多吃蔬果，每天摄入的食物品种要多样。
4. 保持合理体重，体质指数尽量控制在18.5~23。

另外，还有人疑惑，许多健身达人的发量都不多，难道健身也会导致发量减少？专家解释，这种想法并不完全正确，长期进行肌肉训练等无氧运动会造成雌激素水平上升，会导致脱发，但并不代表所有健身训练都会导致脱发。如短期的无氧运动和有氧运动，对脱发完全没有影响。此外，有氧运动还可以促进血液循环，有利于毛囊吸收养分，滋养头发，所以适当的有氧运动和无氧运动不会造成脱发。

来源《扬子晚报》

《诸城市人民医院》

院报编辑委员会

主任：孙玉娥

副主任：丁亚文

主编：管培兰

副主编：王 劫

联系电话：6353717

投稿邮箱：zyyb3717@163.com



内部资料 仅供交流

主办：诸城市人民医院

人民医院

青大医疗集团诸城医院

2019年9月30日

农历九月初二

星期一

总第61期

http://www.zchospital.cn

新闻热线：18853631212 13562688570



诸城市人民医院二维码

我院扎实推进“不忘初心、牢记使命”主题教育

本报讯（记者王劫）9月16日下午，在我院“不忘初心、牢记使命”主题教育工作会议上，我市卫健局副局长赵澜发表重要讲话，要求认真贯彻落实中央要求，对主题教育进行动员部署。医院党委书记、院长孙玉娥主持会议，要求全院各支部迅速立足实际，全面扎实推进“不忘初心、牢记使命”主题教育学习。

连日来，我院把开展主题教育学习摆在突出重要位置，牢牢把握根本任务，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，采取党委理论中心组学习和各支部举办读书班等形式，从严从实高质量推进主题教育，营造了浓厚的学习氛围。

院党委领导班子、各支部先后组织“不忘初心、牢记使命”主题

教育学习，全院19个支部分别制定支部和个人《“不忘初心、牢记使命”主题教育学习计划》，将主题教育学习落实到具体内容和具体行动上，明确主题教育学习重点、方向、方法，以高质量推进主题教育开展。通过重点学习《党章》、《习近平关于“不忘初心、牢记使命”论述摘编》、《习近平新时代中国特色社会

主义思想始终铭记历史的重要力量，是党不断开创未来的重要基础。我们将把“初心”和“使命”融入到医院发展的全过程，贯穿到各个环节，覆盖到各个方面，艰苦奋斗、攻坚克难，使命重在担当，实干铸就辉煌。我们唯有不忘初心，带头实干，为实现中华民族伟大复兴的中国梦注入不竭动力。

潍坊专家组来院督导“医疗服务集中行动”

本报讯（记者王劫）9月9日上午，为贯彻落实全市改善医疗服务集中行动会议精神，进一步提升城乡居民看病就医满意度，潍坊卫健委二级调研员吴桂珍一行4人组成督查组，以现场听取汇报和实地查看方式，对我市改善医疗服务60条措施的开展落实情况以及母婴安全、安全生产等情况等进行督查。我市卫健局党组书记、局长秦嗣炜，副局长陆洪伟、赵澜等领导陪同，我院与中医院、妇保院相关领导参加。



现场会上，秦嗣炜局长汇报了关于落实改善医疗服务60条措施的具体情况；常务副院长臧东升就我院医疗服务措施的开展落实、存在问题、打算和母婴安全管理、安全生产进行了详细汇报，随后中医院和妇保院负责人也分别根据各自医院的实际情况进行了汇报。

督导组专家戴淑玲就《孕产妇妊娠评估风险》及《山东省母婴安全行动计划（2018—2020）实施方案》进行了详细讲解。随后

专家组现场督导了急诊科、产一科和儿一科，并了解了我院胸痛中心和卒中中心创建工作的进展情况，对我院改善医疗服务60条措施的落实给予高度评价，对存在的相关细节问题给予指导，希望医院一如既往地抓好管理，把全面提高医疗质量和服务质量作为发展的重要抓手，建立行业标杆。

提升健康素养，促进“主动健康”

——我院举办STEP基层糖尿病结构化治疗与教育项目培训会



本报讯（记者王劫）9月26日，STEP基层糖尿病结构化治疗与教育项目培训大会在我院五楼会议室召开，北京大学医学博士、护理学硕士李明子教授受邀到我院指导STEP糖尿病教育项目工

理团队对STEP非糖尿病结构化治疗与教育进行现场展示，展示中通过现场问卷调查的形式让患者参与其中，使患者在学习中了解饮食的注意事项和禁忌，提高了接受更规范、更专业控糖知识的积极性。随后，李明子教授对该展示进行了现场点评，并结合实际案例生动形象的从应该教患者什么？低文化程度人群怎么办？以及如何应用STEP来提升患者三个方面作了详细讲解。

我院内分泌科自2017年6月起，已成功开展糖尿病结构化治疗与教育课程，并荣获“全国糖尿病结构化治疗与教育示范项目”。李明子教授在参观我院内分泌科病房时，对该科室在糖尿病患者健康教育方面做出的成绩给予高度评价，并与相关人员进行了深入交流。

我院国庆节前夕走访慰问离休老干部

本报讯（记者王劫）金秋送爽，丹桂飘香。在新中国喜迎70华诞之际，我院领导王金清、工会主席阎秀华和老干部管理科谭平一行，代表院党委走访慰问多名离休老干部、老党员，并代表院党委向他们致以崇高敬意和诚挚的问候。每位老干部、老党员走上革命道路的经历，都是一本厚重的教科书，值得我们认真学习。

作为共和国历史的见证人和建设者，他们的贡献国家没有忘记。当院领导将中共中央颁发的“庆祝中华人民共和国成立70周年”纪念章佩戴在他们胸前时，



9月28日，我院5名参赛选手代表诸城参加潍坊市卫健委、潍坊市总工会主办的潍坊市卫生健康系统第二届“健康杯”产后出血救治技能大赛，经过激烈的角逐，我院荣获团体二等奖，医师郑金鑫、护士李泉泉、助产士王欣文和麻醉师钟明强分别荣获个人单项二等奖。本次比赛共有18家医疗保健机构85人参加，主要检验产后出血救治综合能力，重点包括产后出血识别、出血量估计、快速反应团队的建立、救治物品准备、救治基本程序、救治能力等。

简讯

◆9月12日是“中国预防出生缺陷日”，为了宣传普及优生优育科学知识，9月11日上午，我院与龙都街道办事处联合开展“一二三四健康”宣传活动。医护人员携带听诊器、血压计等，为居民问诊查体并普及慢性病防治知识，耐心解答咨询台、悬挂横幅等多种形式的群众讲解有关出生缺陷的防治知识，并为市民免费测量血压、耐心解答群众提出的疑问，此次活动共发出健康宣传资料200多份、接受咨询70余人次。

◆9月26日，我院公共卫生科在超然合组织开展“一二三四健康”宣传活动。医护人员携带听诊器、血压计等，为居民问诊查体并普及慢性病防治知识，耐心解答咨询台、悬挂横幅等多种形式的群众讲解有关出生缺陷的防治知识，并为市民免费测量血压、耐心解答群众提出的疑问，此次活动共发出健康宣传资料200多份、接受咨询70余人次。

琴瑟和鸣，谱写“医路”风采

有一种浪漫，不是花前月下，卿卿我我，有一种爱情也不叫轰轰烈烈，你依我依，但却天长地久，历久弥香。那是从象牙塔里一路走来的志同道合，那是在白大褂下珍藏的一颗医者初心。

在我院就有这么一对医生“夫妻档”，丈夫是胃肠外科苏红军主任，妻子是消化内科A组曲少贤主任。他们在医院里都有着很高的声誉，无论在同事眼中还是患者眼中都是德艺双馨的好医生。但他们的工作实在太忙碌，连喝口水的功夫也有患者进进出出，咨询问题，短短几分钟的采访都被患者打断，想要坐下来详细了解一下他们在生活当中的点滴，实在是一种奢望。

1993年，苏红军和曲少贤双双毕业于泰山医学院临床医学系，共同的理想和追求让曲少贤放弃了回家乡烟台工作的机会，毅然与苏红军携手相伴，来到我院开启了他们的新的征程。

了解医生的人都知道，医生这份职业承载了多少责任，多少风险，又怎是一个“忙”字了得！手术、查房、会诊、疑难病例讨论，还有没完没了的加班，半夜加急的电话……

这似乎就是他们家和医院两点一线生活的全部，然而，这一做就是几十年，他们从一名普通的医生到科室的领头雁，

从满头乌发到霜染双鬓，依然无怨无悔，风雨同行。

但谈起忙，谈起加班，他们都是不谋而合地云淡风轻，认为这就是应该做的工作，已经习以为常，既然选择了医生这份职业，就要对病人负责到底。可是，又有多少人知道这背后的艰辛和付出？

曲少贤回忆道，“我们双胞胎女儿小时候，也是两人最难的时候。那时候我们轮流外出进修学习，无论我还是他单独带着两个孩子，再赶上孩子感冒发烧，加上工作忙碌，真是让人焦头烂额。但我们没有丝毫埋怨，彼此的信念和相辅相依，让我们勇敢地走了过来。”

提起自己的双胞胎女儿，二人是既自豪又愧疚。即使孩子高考他们都没有时间给予关照，但孩子都要对病人竭尽全力，做到问心无愧。”

有道是“巾帼不让须眉”，妻子曲少贤2007年担任消化内科主任，科室业务技术水平得到了日新月异的发展。肝硬化、上消化道出血等疾病的治疗技术达到了同级医院领先水平，2007年在潍坊市同级医院中率先开展了 ERCP 手术，免除了胆总管结石病人开腹之痛，同时还开展了食道静脉曲张套扎术、胃底静脉曲张组织胶注射术等多种手术。遇上出门诊，病人排成了长龙，她一上午看 60 多个病人，忙的喝口水，上个厕所的时间都没有；病房里，大查房一站就是一上午；做胃镜，一站就是一天，做 ERCP 一站就是好几个小时，穿着

谈及双方的父母，苏主任和曲主任充满了感恩和敬意。曲主任笑道：“好在父母身体都还硬朗，他们从没有给自己添麻烦，知道我们工作忙，有什么身体上的小毛病，也从不会告诉我们，就怕影响我们工作。”因为曲主任家在外地，平时很少回家，逢年过节回去，父母从来不会对自己说，可是等自己离开了，又会去找当地的医生看病。

真是“可怜天下父母心”！他们双双作为科室主任，即使在

电话传真情

人生不如意十之八九，人间温情如同一道光，为人们照亮前行的希望。

“你好，请问是马女士吗？这里是人民医院，想对您做一下回访。”投诉办工作人员正在进行每天的例行工作。

“好，那我就先说一下，我觉得现在你们人民医院是真好，不但技术好，服务好，做好的一些事情比我这当闺女的还要好，感觉在那里就像家一样，太感谢了！”9月12日，马女士热络地通过电话向投诉办回访人员传递着自己的感谢。

原来 20 多天前，家住繁荣东路的马女士父亲因烦躁、行为异常 6 小时，并言语不清、口角流涎 2 小时，被以脑梗塞、高血压、2 型糖尿病、双侧股骨头无菌性坏死收入康复科病房治疗。据马女士介绍，到医院以后，其父亲已经白纸上翻，血糖 2.6MMOL/L，病情非常危重。

“父亲发病送到医院当天，我当时就懵了眼，我们没想到会这么严重，因为我们刚到康复科病房时，看到医生们都在忙，还在想怎么和医生说，没想到科主任李永红看了一眼就立即放下手头工作，带

领一大群医生护士跑过来进行抢救。说真的，我当时看到他们给我父亲吸氧，输液，做监护一系列的事情，看着他们进进出出，忙忙碌碌的样子很绝望，也没有了信心，很焦躁。”马女士在电话里回忆当时的情景时说的很揪心。

“就在我焦灼地往返于病房走廊时，父亲终于有了转好的迹象。”马女士说到此声音已经哽咽。“当天的夜班护士丁芳、李琳每 2 个小时过来巡视一趟，准时监测一次血糖，还不时给父亲盖被子，弄得我这个当女儿的都自愧不如！”

抢救成功后，科主任多次查房，精心调整用药，护士长

年年如此。对于孩子和父母来说，他们陪伴的实在太多了，付出的太少了。他们把更多的时间留给了病人，留给了医院，留给了朝夕相处的同事们。

2005 年，苏红军担任胃肠外科科主任后，在他的带领下，科室不断发展壮大，形成了特色专科。每年慕名来找他看病的患者近两千人，独立完成的各类手术近万例。开展了胃癌扩大根治、胰十二指肠切除术等普外科高难度手术，提高了胃肠道肿瘤患者的生存率及生活质量，与此同时，每年完成腹部外伤在内的急诊手术约 200 余例。他经常对大夫们说：“德不近佛者不可为医，才不近仙者不可为医。”“作为一名医生，何时何地都要对病人竭尽全力，做到问心无愧。”

有道是“巾帼不让须眉”，妻子曲少贤 2007 年担任消化内科主任，科室业务技术水平得到了日新月异的发展。肝硬化、上消化道出血等疾病的治疗技术达到了同级医院领先水平，2007 年在潍坊市同级医院中率先开展了 ERCP 手术，免除了胆总管结石病人开腹之痛，同时还开展了食道静脉曲张套扎术、胃底静脉曲张组织胶注射术等多种手术。遇上出门诊，病人排成了长龙，她一上午看 60 多个病人，忙的喝口水，上个厕所的时间都没有；病房里，大查房一站就是一上午；做胃镜，一站就是一天，做 ERCP 一站就是好几个小时，穿着

带领护士们精心照顾，贴心护理，并加强生活指导。很快，患者症状明显缓解，精神状态良好。后因病情需要转到关节外科继续治疗，科主任陈军和副主任刘阳也都多次观察患者，分管护士认真负责，对患者嘘寒问暖，由于这次良好的住院体验，让马女士一家都深刻感受到人民医院像家一样的温暖。

透过电话传递给马女士一家的是关心和责任，而马女士传递过来的却是感激与认可，这份温情连接着电话的两端，彼此信任，彼此成就，你是我的天使，我是你的“家人”！

（投诉办 张亭）



沉重的铅衣，汗水湿透了脊背。20 几年来，被她成功救治的病人不计其数。

他们志同道合，相互理解，相互尊重，携手向前。没有情人节的玫瑰花，没有朋友圈的秀恩爱，甚至都很难找出他们两人同框的照片。然而，这些都不重要，重要的是两人的心有灵犀与相濡以沫。“从一个小医生到一个老医生，就像从一棵不禁风雨的小树，长成一株苍天的大树，我伸展的枝叶可以为人们遮风挡雨，任凭风雨雷电，

“你好！肾内科。百草枯患者？好！”

我挂断电话，立即通知正在忙碌的医生和护士：“马上上来一位百草枯中毒患者，快准备床位，病人现在急诊洗胃。”我心里忍不住感叹，又一个美好的生命如此不懂得珍惜。

大家可能听说过“百草枯”，都知道它是一种除草剂，但是却鲜少人知道喝了它即便最高明的医生救治都难有回天之力的绝望。急诊的这位病人来到病房后，值班医生对其进行了查体并做了病情说明。病人眼窝凹陷，看上去六七十岁的样子，安安静静地端坐在病床上，是那么不知所措。站在他旁边的儿子一直红着眼圈寸步不离，哽咽着对我们说：“大夫，你们救救我父亲，用什么办法都行，只要能救他！”

此时的我们仿佛有很多话要说，但却如鲠在喉，只能先为病人做着检查。我测完血氧饱和度，查看病人口腔时发现已经有大面积溃烂，便嘱咐家属让病人喝点康复新液缓解一下病痛。我想此时此刻，这位大爷因为病情的加重已经无法躺下了，面对这些人力无法改变的现实，突然觉得心里有点堵，一个鲜活的生命将这样渐渐逝去。懊悔、自责、难过、恐惧，五味杂陈地充斥在他们周围。

就在我准备离开时，突然一个微弱的声音喊住了我：“护士，我，我真的没救了么？”我回头望着大爷渴求生命的眼神，想象曾经多么伟岸的一位父亲，此时此刻，竟然

也不会把我坚强的枝干折断，我心里知道，一直都知道，我是医生，哪怕眼含泪水，我心里始终有一片阳光，一片绿荫。”这是去年首个医师节，曲少贤主任吐露的心声，也是她几十年始终不变的初心。我想，苏红军主任一定听得懂，所有人都听得懂。

（内分泌科 赵治香）
胃肠外科电话：6357073
消化内科电话：6173860

这样无助和恐惧。我无法回答他，立即转身抑制着不争气的眼泪，望向窗外。

寻死者重干，医者可以医病，但无法医心。最近这段时间，科里断断续续来了好几例像大爷一样喝了百草枯的患者，但没有一例能活下来，而每年科室都会收治五六十名这样的患者。靠近他们就会发现，

真想通过服毒了结自己生命的病人，少之甚少，大都一时意气罢了！然而，一时的冲动，一口 5ml) 的剂量都足以让人送命，造成无法挽回的悲剧。

那些喝了百草枯的人在接下来的时间里，将目睹自己身体器官的衰竭，因为开始自觉地心存侥幸，最后只能在清醒绝望中走向死亡。他们有的在纸上写下，“我想活，我不想死！”有的拽着医生的手，拽出血印来，一直喊，“救救我！”有的抱着自己的亲人，直到呼吸停止。

生命可贵，未来的生活总是存在无限希望，生活中纵然有各种不幸，还是要心怀希望。因为百草枯，只给你后悔的时间，却不给你一丝活着的机会！

（肾内科 徐蔚萍）
科室电话：6173800



小孩子为什么要选择儿童牙膏?

儿童专用牙膏具有以下的特点和优点：

1.天然水果味和透明膏体，刺激性小，避免损害儿童的口腔黏膜和味觉，适合儿童的喜好。

2.精美的包装，迎合儿童的心理，使儿童富于想象并长知识，提高儿童刷牙的兴趣，从小培养良好的口腔卫生习惯，有利于减少蛀牙等口腔疾病。

3.适当的氟化物含量，使儿童乳牙更容易吸收，强化牙齿表面钙化，增强抗酸能力。

儿童使用牙膏有哪些注意事项：

一、儿童不宜使用牙膏：多泡沫牙膏

牙膏分多泡，中泡，少泡三种类型，泡沫的多少取决于其含皂量的多少，多泡牙膏含皂量在 18%以上，皂质在口腔唾液中容易分解成苛性碱或醋酸，不但刺激口腔黏膜，而且破坏唾液中的酶类。另外，含皂量大，摩擦力相应降低，从而影响洁齿效果。因此，家长不宜给儿童选择多泡沫牙膏。

二、含氟牙膏

儿童使用含氟牙膏对发育和健康有不良影响。实验证明，局部使用氟化物可以预防龋齿，但效率仅有 20%。

三、儿童忌长期使用药物牙膏

药物牙膏的电视广告很多，而儿童患牙疾的比例很高，父母疼爱之心切，长期给孩子使用药物牙膏，反而会影儿童口腔卫生。因为杀灭一些病菌的同时，还会杀灭口腔中正常的细菌，不仅会给疾病治疗带来困难，还会出现新的感染。

四、牙膏不宜挤太多可诱发口腔癌

牙膏中有几种活性成分令人担忧。牙膏中广泛使用的化学物质“月桂醇硫酸钠”被认为可能会导致肠胃病和肝中毒；含汞更容易溃烂，患口腔癌。牙膏中的研磨剂也被认为是伤害牙龈，令牙龈更易受到侵害，所以使用牙膏时不要挤太多。

转自《大众网》

保护心脏，爱护生命

——经皮冠状动脉介入治疗心肌梗塞

主讲人：周鹏

心脏疾病是人类健康的头号杀手，中国每年大约有 260 万人死于心血管疾病，死亡人数列世界第二。为了在世界范围内宣传有关心脏健康的知识，并让公众认识到生命需要健康的的心脏，每年 9 月的最后一个星期日定为世界心脏日。

人从出生时心脏就开始日以继日的工作，可以说心脏是身体的发动机。然而心血管疾病却严重威胁大家的健康和生命。急性心肌梗死是最容易引起猝死的心脏病，今天我们一起了解一下关于“急性心肌梗死”相关知识。

一、急性心肌梗死的诱因有哪些？

1.工作过劳累，重体力劳动等均可加重心脏负担，导致心肌耗氧量猛增；
2.情绪激动和精神紧张；
3.饱餐、大量饮酒，进食大量脂肪类食物；
4.长期熬夜，生活不规律；
5.大量吸烟；
6.便秘、腹泻或大量出汗；
7.创伤和手术；
8.寒冷刺激。

二、心肌梗死的早期症状有哪些？

1.典型症状是胸口闷痛

心肌梗死最典型的症状就是胸部有“闷痛”。感觉像被人往胸口重重的打了一拳，疼痛逐渐加剧甚至使人呼吸困难。此外，胸口闷痛还往往伴有烦躁不安，大汗淋漓，头晕恶心，极度恐惧等症状。

2.身体其它部位疼痛

疼痛部位常见为胸部，一般疼痛范围为一个巴掌大小，但有的人可能表现为整个胸部，甚至肩膀、左臂、脖子、咽喉、牙齿、胃部等部位不适。

3.持续时间长

如果胸痛和不适感反复发作，或持续超过 15 分钟，要高度警惕急性心肌梗死发作。

4.硝酸甘油难以缓解

如果胸痛或不适发作，舌下含服硝酸甘油 1 片，3-5 分钟后不能缓解，则有可能是心肌梗死。

5.常有发作诱因

6.这些人更容易心肌梗死

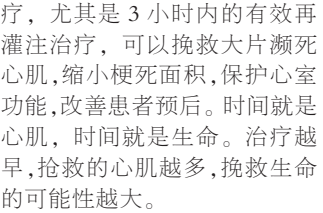
心肌梗死多发于中老年人，男性、吸烟饮酒、糖尿病、高血脂、高血压、肥胖的人更容易发生。

而对于不典型心肌梗死，可以没有胸痛，只有轻微胸闷、呼吸困难，牙痛，肩痛，头晕恶心、憋气、大汗、胃痛、胃胀、呕吐等不典型症状中的一种或多种。不典型心肌梗死在女性和老年人中居多。

出现上述症状时，患者本人及家属需格外警惕，最好马上送医院，决不能硬着头皮忍耐。因为急性心肌梗死具备高致死性，宁可错杀一千，不能放过一个。

三、心肌梗死为什么要尽早治疗？

冠状动脉闭塞 20 分钟自内心膜向外膜呈进行性损害直至坏死。闭塞 40 分钟后坏死面积约为总面积的 30%，3 小时约为 50%，6 小时约为 70%，24 小时约为 80%。如于冠状动脉闭塞 3 小时内恢复有效再灌注可使 50%以上的心肌免于坏死，可见心肌总缺血时间是决定心肌梗死面积大小的最重要因素。因此，早期有效再灌注治



疗，尤其是 3 小时内的有效再灌注治疗，可以挽救大片濒死心肌，缩小梗死面积，保护心室功能，改善患者预后。时间就是心肌，时间就是生命。治疗越早，抢救的心肌越多，挽救生命的可能性越大。

四、急性心肌梗死的就诊流程是什么？

由于 STMI（急性 ST 段抬高型心肌梗死）患者心肌梗死面积与心肌缺血时间密切相关，因此 STMI（急性 ST 段抬高型心肌梗死）救治的核心理念是：尽可能缩短心肌总缺血时间，并在此前提下，力争尽早开通梗死相关血管，恢复有效、持久的心肌再灌注，才能挽救存活心肌，缩小梗死面积，减少并发症。

我院于 2010 年开展了急性心肌梗死急诊 PCI 术，特别是 2017 年诸城市胸痛中心设立，胸痛患者拨打 120 急救电话，急诊医生接诊患者在救护车上进行心电图检查，并可将心电图立即上传至胸痛中心微信群，在线专家确诊后可立即启动导管室，开通绿色通道，120 救护车达医院后患者绕行急诊科直接到介入手术室，这样就大大缩短患者就诊时间，为迅速开通闭塞血管赢得宝贵的时间。我院心内科医师 24 小时待命，为大家心脏健康保驾

护航。目前上传第一份心电图至血管开通时间<90min。急性广泛前壁心肌梗死术前：



术后：

五、什么是心肌梗死的二级预防？

STMI（急性 ST 段抬高型心肌梗死）患者恢复后可发生再次心肌梗死、心力衰竭及心血管死亡等不良事件，因此出院后科学、合理的二级预防十分重要。

1.非药物干预的重要性。包括戒烟、适度运动及控制体重。
2.阿司匹林、氯吡格雷/替格瑞洛、B 受体阻滞剂、ACEI/ARB 以及他汀类药物均有大量的循证医学证据，无禁忌证的患者均应坚持食用，并尽可能使血压、血糖、血脂达标。

3.心肌梗死后康复治疗有利于患者恢复较好的生活及工作质量，并降低总死亡

率及心脏病死亡率，应予提倡。

专家点评：

急性心肌梗死发病急，病情重，致死致残率高，药物保守治疗的院内死亡率 10-15%，急诊 PCI 可以降低死亡率至 3-5%。目前急诊 PCI 治疗是世界公认的首选治疗方法，黄金时间 120 分钟。经皮冠状动脉介入治疗 (PCI) 是一种微创手术，在有条件的医院的导管室进行。

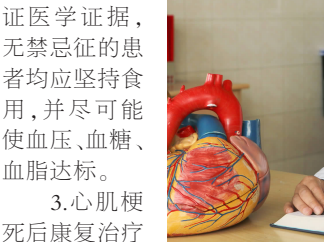
术前，医生会通过心电图检查，判断患者是否适合接受 PCI。术中，医生在患者大腿或手腕血管处插入导管，沿血流方向伸入到冠脉病变部位，血栓多的，可以先用球囊抽吸导管将血栓抽出来，抽出血栓后，极大的保障了诸城人民的心血管健康。时间就是心肌，时间就是生命！牢记：有胸痛拨打 120，剩下的事由我们来做！

四、急性心肌梗死的二级预防？

STMI（急性 ST 段抬高型心肌梗死）患者恢复后可发生再次心肌梗死、心力衰竭及心血管死亡等不良事件，因此出院后科学、合理的二级预防十分重要。

1.非药物干预的重要性。包括戒烟、适度运动及控制体重。
2.阿司匹林、氯吡格雷/替格瑞洛、B 受体阻滞剂、ACEI/ARB 以及他汀类药物均有大量的循证医学证据，无禁忌证的患者均应坚持食用，并尽可能使血压、血糖、血脂达标。

3.心肌梗死后康复治疗有利于患者恢复较好的生活及工作质量，并降低总死亡



点评专家：郭焕伟 主任医师
院长助理、心血管内二科主任
门诊时间：周一、周三

认知障碍≠“老糊涂” 防治需从生活方式入手

在刚刚过去的世界阿尔茨海默病日上，有专家表示，很多人对于这种疾病存在认知误区：认为是“老年”导致了“痴呆”的必然结果，专家表示“痴呆”是一种病而非衰老的必然，要用防治病病的心态来对待它，预防和延缓老年痴呆。

现在普遍的一种常见误区是，很多老人的认知障碍已经很严重了，可家属仍坚持认为老人只是“老糊涂”，不是病，无需就医。

老年期认知障碍，即俗称的“痴呆”有多种分类，占主要部分的是阿尔茨海默病，还有额颞叶痴呆、血管性痴呆、路易体痴呆、朊蛋白病等，上述几种痴呆所导致的认知功能

退化都是不可逆的。

针对预防和延缓老年痴呆，专家表示要从生活方式入手。首先健康的饮食，控制血压、血脂、血糖，对防治痴呆有一定功效。其次，有研究表明运动对预防痴呆有很大帮助，例如走路、跑步等。

专家表示，两点一线、生活乏味单调的人更容易患老年痴呆，因此环境刺激对预防老年痴呆非常有效。丰富的生活内容和社交圈子都可以有效刺激大脑皮层，“活到老、学到老”也可以持续锻炼大脑，预防老年痴呆。还有研究表明，睡眠和认知功能有着不可忽视的联系，每天应保持 7 个小时以上的连续有效睡眠。

——来源《科技日报》

