



水墨徽州 宋辉摄影

HEALTH INFORMATION 健康资讯



全国优秀医院期刊

保定市第一中心医院
总 307 期 2022 年第 3 期

准印证号: JL1200028
内部资料 免费交流



新 闻 · 视 点 · 故 事 · 人 物 · 资 讯 · 文 化

“警医保”联动 畅通交通事故伤者绿色救助通道
普通外二科微创“拆弹” 巧化胆总管囊肿于无形
让孩子健康成长是我们的心愿



服务号



订阅号

总院地址: 河北省保定市长城北大街 320 号
东院区: 保定市五四东路 443 号
西院区: 保定市恒滨路 77 号 (朝阳北大街与恒滨路交叉口西北侧)

// 中共保定市第一中心医院党委致女职工“三八”国际妇女节慰问信 //

激扬巾帼风采 成就美好未来

TO INSPIRE WOMEN TO ACHIEVE A BETTER FUTURE

保定市第一中心医院女职工们：

春日载阳，有鸣仓庚。在这充满生机和希望的季节，我们迎来了第112个“三八”国际妇女节。值此之际，院党委向长期以来为医院发展做出突出的女同胞们致以节日的问候和诚挚的祝愿！向奋斗在抗疫一线的“巾帼战士”们致以崇高的敬意！

一年以来，全院女职工秉承尚德精术、和谐图强的医院精神，在平凡的岗位上锐意进取、无私奉献，为医院的发展付出了辛勤汗水。在疫情防控工作中，广大女职工积极响应院党委号召，不畏风险、冲锋在前，勇挑重担，义无反顾冲在疫情防控第一线。你们不计得失，舍小家为大家，连续奋战，用实际行动诠释了敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆的职业精神。你们是新时代的巾帼榜样！

巾帼绽芳华，奋进续华章。2022年是喜迎党的二十大胜利召开之年，是实施“十四五”规划承上启下的关键之年。让我们坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，忠诚拥护“两个确立”，坚决做到“两个维护”，在市委、市政府、市卫健委的带领下，以更大勇气和魄力投身医院高质量发展主战场，在建设高水平、创新型、智慧型医院的伟大进程中展示新风采，为奋力推动现代化品质生活之城绽放新颜值、跑出加速度。

最后，衷心祝愿全院女同胞节日快乐、工作顺利、身体健康、阖家幸福！

中共保定市第一中心医院党委
2022年3月8日

让医学生成为更成熟的人

□ 北京大学医学部中美医师职业精神研究中心主任 柯杨

医学教育在技术高速发展的今天，需要更多地补充一些人文内容。我们实施医学生全人教育，人文精神教育和医德教育非常重要。

医师职业精神本质上是这个职业特有的，高于一般道德之上的。职业精神不好评估，更多的是靠自律，靠行业里行规性质的东西，把行规内化到每个人心里。医师职业精神的核心内容是利他精神，患者利益至上，站在患者角度考虑问题。

医生是有执业风险的。新冠肺炎疫情中，我们被医务人员逆行深深感动，他们向老百姓展示了这个行业的职业精神。我做教育管理以后，一直在边学边干边思考：我们的教育应该有什么内容？我们应该怎么教学生？我们该如何规范医学生人文精神的培养？我们的医学教育不仅要让学生能为病人服务，还要让他们成为更成熟的人。

职业精神教育不是光靠说教，这里面有些潜移默化的东西。学生的各种实践，还有榜样的力量对职业精神的培养都特别重要。老师对学生的关注和关爱，对他们成长的全身心投入，对学生来说就是一种教育，也是我们需要进一步加强的。

选择学医，已经有很好的利他倾向。学医不容易，面临着很多挑战，需要很多的付出。要有思想准备，这个行业对人的道德水准要求比别的行业要高。但这并不可怕，干好了，职业价值会得到很好的体现。当然，职业精神也要用能力作为支撑。如果真的喜欢这个职业，就要好好坚持下去。

摘自《健康报》

主办单位
保定市第一中心医院

编辑
《健康资讯》编辑部

总编
殷树欣

主编
郑红

责编
孙宇 赵洁
王拓 夏凡 樊璠

校对
杨雪 薛岩 傅紫桐

地址
河北省保定市长城北大街 320 号

电话
0312-5976507

传真
0312-5976586

投稿邮箱
bd5976507@163.com

网址
www.bddhospital.com.cn

邮政编码
071000

准印证号
JL 1200028

印数
800 份 / 月

设计
保定市正达广告有限公司

印刷
保定市正大印刷有限公司

日期
2022 年 3 月

CONTENTS 目录

2022 年第 3 期 总 307 期

01 卷首语

04 综合新闻

- | | | |
|----|------------------------------|-----|
| 04 | 我院召开疫情防控工作推进会 筑牢安全防线 | 郑红 |
| 05 | “警医保”联动 畅通交通事故伤者绿色救助通道 | 赵洁 |
| 06 | 做实做细日常监督 构建“大监督”格局 | 赵洁 |
| 07 | 市妇联首批“直隶福嫂实训基地”落户我院 | 王伟 |
| | 我院成立肿瘤免疫治疗相关不良反应防治 MDT 小组 | 王运良 |
| 08 | 我院举办 2022 年度科研课题与临床研究项目管理培训会 | 贾雪姣 |
| | 我院召开新冠疫苗接种操作规范与安全专项培训会 | 张蕊 |

09 关注

- | | | |
|----|-----------------|----|
| 09 | 让孩子健康成长是我们的心愿 | 赵洁 |
| 11 | 让危重症新生儿救治充满爱与希望 | 樊璠 |

13 专家访谈录

- | | | |
|----|-----------------------|----|
| 13 | 李俊巧：孜孜不倦的带头人 推陈出新的探路者 | 杨雪 |
| 16 | “贾氏正骨”传人李伟：让更多人看到中医之美 | 郑红 |
| 19 | 徐朝辉：康复医学 让生命再次绽放光彩 | 杨雪 |

22 临床视点

- | | | |
|----|------------------------|-----|
| 22 | “身材发福”的“罪魁祸首”竟是颅内垂体瘤 | 樊璠 |
| 23 | 普通外二科微创“拆弹” 巧化胆总管囊肿于无形 | 张天昊 |
| 24 | 头疼头晕 可以试试针刀松解疗法 | 赵洁 |

25 社会责任

- | | | |
|----|-------------------------|----|
| 25 | 我院开展“关注健康睡眠”主题义诊与线上讲座活动 | 张雪 |
| 26 | “春雨家园”润人心 | 赵洁 |
| | 关注慢性便秘 共筑健康“肠”城 | 夏凡 |

27 清廉家风

- | | | |
|----|------------|-----|
| 27 | 《南怀瑾的家风家教》 | 尹桂荣 |
|----|------------|-----|

28 战疫

- | | | |
|----|------------|-----|
| 28 | 妈妈下班，妈妈回家！ | 姜荣格 |
| 30 | 共战疫情 你我同行 | 张麒 |
| 31 | 为了谁 | 赵春香 |

32 健康热线

- | | | |
|----|---------------------|---------|
| 32 | 如何正确使用耳机 | 王丽伟 崔宇希 |
| 33 | 一到春天鼻炎就犯了？中医教你做好这些事 | 何宇 夏凡 |

34 医声医事

- | | | |
|----|------------|----|
| 34 | 老兵心中的“英雄梦” | 赵琳 |
| 35 | 爱与温暖永远都在 | 赵玮 |

封面图片 骨科手术机器人

赵洁 摄影

封底图片 水墨徽州

宋辉 摄影



我院召开疫情防控工作推进会 筑牢安全防线

□ 郑红



3月14日下午，我院组织召开疫情防控推进会，院党委书记郭淑芹，院长张志强，副院长樊峰萍等领导分别就疫情防控工作进行再安排、再部署。

会议指出，当前全国多地发生本土聚集性疫情，已波及30多个省份，我省已有多个地市出现奥密克戎变异株传播，形势十分复杂严峻。各部门要全面落实党中央、国务院和省委、省政府、市委、市政府及市卫健委工作要求，把疫情防控摆在重要位置，绷紧疫情防控这根弦，严格落实各项防控措施，坚决守住疫情防控底线，做到防控工作和正常医疗服务两手抓、两手硬。

会议指出，自今年初疫情出现反弹以来，我院启动疫情防控紧急应对机制，派出医疗队员奔赴定点救治医院南院区，打了几场漂亮的硬仗、胜仗，最大限度、最快速度阻断疫情传播。此次奥密克戎变异株已成为主要流行株，传染力强、传播速度快，疫情防控形势十分严峻。各中层干部是疫情防控第一责任人，要在

思想上高度重视，行动上要抓紧落实，层层传导，压紧、压实责任，把疫情防控每项工作，每个环节落实到岗、落实到人，不留任何盲区、死角，全力打好疫情防控阻击战。

会议要求，要强化院感防控意识，严格按照院感防控要求落实工作，科学防范，防止院感事件发生。职能部门要加强预检分诊、核酸采集、发热门诊、病房管理等公共区域的管理和监督；根据防控要求在预检处安装公共手部消毒智能装置及手消毒液，为就诊人员提供手消毒设施；加强对第三方人员的防护培训和教育，规范保洁流程；增加电梯消毒频次，预防院内交叉感染发生；要严格落实每日巡查、病房探视及缓冲病房使用等各项规章制度，保护好患者及医护人员安全。

医务科、物价处、医保处就分管工作提出要求及落实措施。

各支部书记、科室主任、护士长300余人参加会议。

“警医保”联动 畅通交通事故伤者绿色救助通道

□ 赵洁



近日，46岁的温先生在定兴发生交通事故，造成多处骨折，需要及时手术治疗。事故双方家庭都很困难，治疗费用对于他们来说，成了一个大难题。而前不久，保定市交警支队、保定市第一中心医院、中国人民保险公司三方刚刚签署的抢救资金垫付联动协议，正是为了解决诸如此类的难题。经交警初步鉴定，这起交通事故符合道路交通事故救助基金先行垫付条件，经三方商讨共同确定后，保定市第一中心医院为伤者温先生及时办理了垫付手续，保证了他在第一时间得到了科学有效的抢救和手术治疗。

作为三方联动绿色通道的第一例受益者，温先生的家属说，虽然家人发生了交通事故很不幸，但幸运的是享受到了这么好的政策，住院期间不用为钱的问题发愁，可以安心治疗了。

据医院医务科相关人员介绍，这位伤者为右髌臼骨折、左胫骨粉碎性骨折，医院骨一科为他施行了右髌臼骨折切开复位内固定及左胫骨闭合复位内固定术，这在骨科手术中是难度较大的手术，属于四级手术，费用也

就相对较高。救治资金的第一时间垫付为这位伤者很好地解决了费用问题，保证了有效救治。

据了解，为进一步做好道路交通事故受伤人员紧急医疗救治及抢救费用垫付工作，更好地保障人民群众生命安全，3月9日，保定市公安局交警支队、保定市第一中心医院、中国人民保险公司保定分公司在警医联动、警保联动合作基础上，三方建立警、医、保联动工作机制，并正式签署联动协议。据悉，此举措在河北省内率先启动。保定市第一中心医院院长张志强代表保定市第一中心医院签署协议。

三方从组织保障、任务目标、职责分工、抢救资金垫付种类及办理流程、纠纷解决机制等方面进行了规范和确定。每年，医院都会收治多起由交通事故引发的紧急医疗救助事件，医院需开通绿色通道承担救治费用，而造成医院的经济压力。三方联动模式启用后，可以启动道路交通事故救助基金先行垫付。

“警医保”联动机制的建立，体现了“人民至上”的服务理念。保定市第一中心医院承担着全市重大突发公共卫生事件的紧急医疗救援及保定市120院前急救服务功能。警医保三方联动互动可以实现各方信息共享，第一时间完成交通事故责任预判、医疗费垫付，确保交通事故受伤人员得到快速救治、妥善处置，降低事故致死率，切实为群众干实事，解决群众的燃眉之急，解决好警医保交通事故处理最后一公里问题，为保定现代化品质之城建设贡献力量。

我院召开反腐倡廉工作大会 做实做细日常监督 构建“大监督”格局

□ 赵洁



为认真贯彻落实中纪委和省、市纪委会精神和工作部署，坚持不懈把全面从严治党向纵深推进，3月31日，我院纪委召开2022年党风廉政建设和反腐败工作暨警示教育大会。市纪委监委、市监委委员杨文彪，院党委书记郭淑芹、院纪委书记付英出席会议。院党委副书记、院长张志强主持会议。

院党委书记郭淑芹强调，要不断深入学习贯彻党的自我革命的战略思想，推动形成党自我净化、自我完善、自我革新、自我提高的制度规范体系，推动政治监督具体化、常态化，坚持不懈地整治群众身边微腐败，加强新时代廉洁文化建设，认真落实党风廉政建设主体责任和监督责任，把严的主基调贯穿工作始终，把党风廉政建设和反腐败斗争推向纵深。

院纪委书记付英总结了过去一年我院党风廉政建设

和反腐败工作并对今年重点工作进行部署。院纪委持续强调政治监督为重点做实做细日常监督，构建“大监督”格局，将廉政文化教育作为基础性工作，扎实推进专项整治行动，加大执纪问责力度，扎实做好满意度评价工作。2022年院纪委将围绕牵牢一条主线、抓好两项监督、突出六个重点、用好一个平台，坚定不移打好党风廉政建设和反腐败斗争攻坚战持久战。

会上，院党委书记郭淑芹与医院科主任代表签订《加强行风建设与抵制商业贿赂责任书》，与供应商代表签订《廉洁诚信协议书》。科主任代表及供应商代表分别做表态发言。

医院副院长殷树欣、贾同乐、樊峰萍、李志红，医院党支部书记、纪委委员、党支部纪检委员及各处室主任、护士长、供应商代表共约300人参加会议。

市妇联首批“直隶福嫂实训基地”落户我院

□ 院工会 王伟



3月28日上午，市妇联“直隶福嫂·巾帼家政”提升工程推进会及授牌仪式在市委会议室举行。市委、市政府、市妇联、市总工会、市卫健委、市家政服务业协会代表，保定市“直隶福嫂·巾帼家政”提升工程领导小组负责人等50余人参加会议。副院长殷树欣代表我院参加了推进会授牌仪式，我院正式成为保定市家政工作“直隶福嫂实训基地”。东院儿科张立红、老年病科曹志娇、

西院妇产科王琪被市妇联聘为保定市家政工作指导委员会专家组成员。

家政服务业关乎千家万户的福祉。2022年，“河北福嫂·燕赵家政”工作被列为全省20项民生工程之一。市妇联围绕市委书记党晓龙关于我市家政工作的重要批示精神，落实“河北福嫂·燕赵家政”提升工程的安排，由市妇联搭建平台，加强各成员单位联动，明确责任分工，为妇女创业就业提供全方位服务，全力推动我市家政服务行业高质量发展，助力品质生活之城建设。

我院作为保定市妇联“巾帼家政实训基地”，将认真贯彻市委、市政府、市妇联精神，发挥巾帼家政培训基地作用，做好妇产、儿科及老年病家政护理人员的培训指导，为我市广大妇女学习家政服务技能提供良好的教学环境及高质量家政培训专家，以实际行动为我市家政服务业提质扩容作出积极贡献。

我院成立肿瘤免疫治疗相关不良反应防治MDT小组

□ 肿瘤内科 王运良

为加强我院肿瘤免疫治疗相关不良反应（irAE）的防治工作，保障医疗安全，近日，由医务处牵头组织、肿瘤内科负责，成立了我院肿瘤irAE防治MDT小组，由医务处吴瑞锋处长担任组长，各相关临床和医技科室主任担任专家组成员，将根据需要进行MDT会诊，并定期组织学习相关领域最新进展。

3月3日，我院肿瘤irAE防治MDT小组启动会在我院顺利召开，副院长李志红，医务处处长吴瑞锋出席会议并致辞，肿瘤内科贾喜花教授主持会议。

李志红首先对肿瘤irAE防治MDT小组的成立表示祝贺，并对MDT小组今后的工作提出了要求和期望，

希望通过专业的MDT会诊和交流学习，提升对肿瘤irAE的认识和处理能力。

本次会议邀请国内肿瘤免疫治疗领域的著名专家、河北医科大学第四医院史健教授和汪治宇教授，就肿瘤免疫治疗的新进展以及irAE的全程管理等相关热点问题，进行精彩的学术报告和学术交流。

贾喜花说，肿瘤免疫治疗因其独特的作用机制而具有独特的副反应，严重时甚至可能会危及患者生命。我院成立肿瘤irAE防治MDT小组，将进一步促进肿瘤免疫治疗的全程规范化管理，并提升对肿瘤irAE的认识和处理能力，更好地服务肿瘤患者、造福社会。

我院举办 2022 年度科研课题与临床研究项目管理培训会

□ 科教处 贾雪姣



3月3日，我院科教处在西配楼五楼会议室举办了“科研课题与临床研究项目管理培训会”，副院长李志红出席会议并发表讲话。我院科技人员、硕士研究生导师及专硕研究生参会，科教处长陈宏伟主持会议。

我院召开新冠疫苗接种操作规范与安全专项培训会

□ 公共卫生处 张蕊

为了做好新冠疫苗接种工作，3月1日，公共卫生处在总院西配楼五楼会议室组织召开“新冠疫苗接种操作规范与安全专项培训会”。此次培训进一步推进了新冠疫苗接种工作，提高了接种人员业务工作水平，加大了接种人员储备，充实了专业队伍。培训由公共卫生处张欣处长主持，护理部、感控处、预防保健处专家进行专题讲座。

张欣指出，加强我院新冠肺炎疫苗接种工作人员队伍建设是做好疫苗接种的一项重要工作，广大医务人员务必要不断提升新冠疫苗接种应知应会知识，全面提升新冠肺炎疫苗接种保障能力水平，全面提高疫情防控工作能力水平。

护理部李慧君主任就新冠疫苗接种人员梯队建设和组成提出要求，对接种过程中的查对制度、防护要

求及工作人员承担新冠疫苗接种任务前后的注意事项进行强调，并介绍了新冠疫苗生产的不同工艺技术路线特点。

李志红强调，我院注重医、教、研一体化发展，医院的发展离不开科研，研究生导师是研究生培养的关键力量，肩负着培养优秀医学人才的使命与责任，临床的发展需要与科研相辅相成，全院科技人员树立科研诚信意识，鼓励大家重视科研的开展。

随后，陈宏伟就“科研诚信政策与临床研究管理”作了系统的讲解与说明，对科研诚信相关文件进行解读，希望各位导师明确科研开展要点，树立科研诚信与伦理审查意识，指导研究生严格按照相关规定、要求和流程开展科研课题。科教处宋雨轩、贾雪姣就“医学伦理审查要点与流程”“科研立项与结题及论文发表报销流程”等方面内容为大家进行知识普及与问答，详细讲解了科研立项与结题、论文发表与报销的要点与细节，并提出了建议和要求。

感控处沈月副处长和预防保健科申娟娟分别对新冠疫苗的安全性和有效性、新冠疫苗的种类及如何接种、接种全过程的操作规范和注意事项及新冠疫苗接种感关注点等专业知识进行了讲解。

我院三院区疫苗接种梯队工作人员共计100余人参与了此次培训。据悉，自2020年12月开展新冠疫苗接种工作以来，我院在总院区、西院区（高新区电谷接种点）设置专项接种场所，在市政府、卫健委工作安排与精神指导下，全力推进疫苗接种工作。2021年全年共计完成新冠疫苗28万人次的接种，为全民接种屏障的建设作出一中心贡献。

让孩子健康成长是我们的心愿

儿童是国家的未来民族的希望，城市要让人民生活更美好，首先要对儿童更友好。我院积极贯彻落实市委、市政府战略部署，把促进儿童健康融入医院发展战略，全方位构建儿童友好型医院大格局。

□ 赵洁

关爱儿童 让孩子们健康快乐成长

陈同学因身材矮小而苦恼自卑多年，家长的心里也一直压着一块大石头，在我院内分泌二科就诊后发现是甲状腺激素水平异常，专业医生给予针对性治疗后，他的身高增长加速，由之前每年增长4cm增长到每年增长8-9cm，这个惊人的变化令他开心不已。眼看着自己的身高和同龄人一样了，他的性格变开朗了，学习成绩也提高了。“现在家长对儿童生长发育疾病的知晓率不高，并且存在一些认知误区，我们应该更多关注孩子的生长发育健康，引导生长发育异常患儿合理就医，避免耽误孩子生长发育的‘黄金时间’。”副院长、内分泌专家李志红说道。

儿童生长发育和多种内分泌代谢病息息相关，矮小、性早熟、性发育异常疾病、肥胖症、糖尿病、甲状腺疾病均可导致儿童生长发育异常，甚至对儿童的身心健康产生严重危害。要最大限度促进青少年健康成长，需要在儿童成长过程中定期进行生长监测和评估，及时发现问题及时纠正。

健康知识的普及、专业的健康指导、规范的筛查和针对性治疗，在青少年健康保障中尤为重要。多年来，保定市第一中心医院内分泌二科生长发育专家诊疗团队持续致力于青少年生长发育领域，集各种方式全面发力，从院内走向院外，提高自身诊疗水平的同时，将科普触角和专业培训范围不断延伸，获得了保定区域广大家长及相关医务人员等的认可和肯定。

2019年12月，由河北省内分泌代谢病诊疗中心授



牌，保定市第一中心内分泌二科获批“河北省生长发育与矮小症专病联盟单位”，这是对该生长发育团队诊疗水平的肯定，也是专业优质诊疗服务的新起点。

坚持开展义诊活动 早诊断早治疗

“我家孩子个子矮，以前都得跑到北京去看，特别麻烦，一去一回还耽误孩子学习，”一位来自保定阜平的家长高兴地说，“现在咱们家门口就能看上儿童生长发育的专家，方便多啦！”2021年“六一”儿童节这天，内分泌二科举办了“关爱矮小，青春童行”为主题的义诊活动。很多家长带着孩子早早来到医院活动现场，一些外地的家长也驱车赶来参加活动。医院副院长、儿童生长发育领域专家李志红、内分泌二科主任李宝新等多位经验丰富的专家到场为家长们解答儿童生长发育中的各种问题，为就诊患儿进行相关体格检查，并及时给予了针对性的治疗建议和个体化治疗方案。



这只是内分泌二科关爱儿童生长发育的一个小片段。自 2014 年开始，科室每年寒假（1-3 月）、暑假（7-9 月）、六一儿童节等期间都会进行生长发育义诊活动。面向保定区域所有儿童，筛查包括矮小及生长迟缓、性早熟、阴茎短小、儿童肥胖病、儿童糖尿病，儿童甲状腺疾病，儿童性发育异常疾病等多种内分泌代谢及先天疾病等相关疾病。活动期间医院免挂号费、免费进行生长发育评估，确诊矮身材、性早熟等有问题的儿童免费测骨龄。通过义诊筛查，对患有相关疾病的儿童给予及时治疗，避免了疾病进展给孩子造成不可逆的后果。目前已筛查 15 余次，筛查总数 8000 余人，治疗的 1000 余名儿童均取得显著效果。燕赵都市报、保定晚报、保定电视台等媒体进行追踪报道，产生较大社会影响。

科普进校园 走近青少年儿童和家长

自 2017 年 8 月，内分泌二科与保定市剑桥幼儿园正式接洽，建立健康促进长期合作关系，充分发挥科室生长发育专业优势特色，持续为剑桥集团旗下的 20 余家幼儿园开展生长发育疾病义诊筛查及有关儿童生长发育的家长大讲堂。

系列健康讲座每年达 20 余次，参与活动的家长人数达 2000 多人次，科普讲座内容涉及儿童生长发育、肥胖、如何补钙及维生素 D、甲状腺疾病等青少年生长发育过程中家长需要了解的各方面健康知识。

2019 年，内分泌二科再次扩大科普范围，走近小学生和他们的家长。目前已为保定师范附属学校、保定市榜样堂学校二、四、六年级家长举办了“健康成长、

你我同行”系列讲座，每次授课人数 400-500 人。内分泌二科李宝新主任介绍说，我们希望通过这些科普活动，让更多家长了解生长发育相关疾病对孩子造成的危害，早诊断早治疗，以正确的态度和方法帮助孩子健康快乐成长。

开展培训帮扶 提高区域青少年生长发育诊疗水平

一个团力量有限，不断壮大团队才能为更多患儿带来全面优质的服务。

自 2016 年起，内分泌二科开始面向保定市各医院内分泌、儿科、内科、全科等相关医务工作者，开展生长发育相关业务培训及继续教育。培训围绕“儿童身材矮小、性发育异常疾病诊治、生长发育疾病新进展、生长发育疾病病例讨论”为主题进行，每次参与数达 200-350 人，截止目前已经开展共 10 余次。

同时，内分泌二科还积极开展生长发育专业对口帮扶，来到曲阳县人民医院、涑水县医院等，为儿童进行生长发育评估、生活方面健康指导，同时与当地医院儿科医生分享诊治经验。旨在提高当地医务人员对生长发育疾病的认识及诊疗水平，为生长发育患儿连续性治疗及双向转诊奠定基础。

充分利用宣传力量 扩大科普影响力

内分泌二科在社会责任感的驱动下，努力将思维不断开拓，善用凭借宣传的力量，不断扩大科普影响力，在健康科普和助力儿童友好医院的路上不断贡献着自己的力量。

2018 年 10 月，内分泌二科开始做自己的公众号，坚持利用微信平台传播健康知识。同时，与医院宣传处、电视媒体多次合作，畅通科普渠道，多次走进电视台名义直播间普及儿童生长发育知识。疫情期间利用线上授课方式为家长答疑解惑，所面对的人群更为广泛，科普渠道也更加多样化。

树立儿童友好新风尚，关注青少年生长发育健康，呵护孩子的身体健康和心理健康，保定市第一中心医院在儿童友好医院建设中不断努力、用心完善，以期在细节中体现友好，在点滴中流淌关爱。

让危重症新生儿救治充满爱与希望

近年来，新生儿科开展新生儿换血术、一氧化氮吸入治疗肺动脉高压、亚低温治疗等先进技术项目，护理团队开展业内领先的新生儿 PICC 技术，有效缓解了低出生体重儿反复穿刺的难题 这些新技术的开展为保障患儿医疗安全提供了源源动力。

□ 樊璿



“杨主任，感谢您，你们是我们欢欢（化名）的救命恩人。”监护室外，欢欢爸妈紧紧抱着孩子，泪流不止。出生只有 800g 的欢欢，在我院新生儿科的全力救治下，闯过了呼吸窘迫综合征、坏死性小肠结肠炎、新生儿感染一道道难关后，终于能回家了。“2021 年，国家对儿童友好医院建设提出要求。但事实上，早在新生儿科成立之初我们就开始了对儿童友好的探索。十几年来，科室稳扎稳打，一直为畅通儿童危急重症抢救绿色通道、提升救治水平而努力。”市一中心医院新生儿科主任杨梅说道。

拓宽渠道 提升新生儿生存质量

在我院新生儿科发展过程中，从未放松对医疗技术和医疗质量的高要求。两年前的一个下午，竞秀区医院有一名产前胎心不好、羊水三度粪染的小患儿，紧急电

话求助一中心医院新生儿科。“患儿到的时候呼吸困难、全身青紫，紧急行气管插管、肾上腺素气管内滴入、盐水扩容，同时拍摄胸片，发现患儿右侧大面积气胸。患儿仅出生 41 分钟，选择常规胸腔穿刺抽气有创操作易造成组织损伤，引起感染。”杨梅说，“我们决定采用高频通气纯氧吸入置换，治疗气胸。这种治疗方式需要娴熟的高频通气操作技术才能成功。”几天后，患儿闯关成功。近年来，新生儿科开展新生儿换血术、一氧化氮吸入治疗肺动脉高压、亚低温治疗等先进技术项目，护理团队开展业内领先的新生儿 PICC 技术，有效缓解了低出生体重儿反复穿刺的难题 这些新技术的开展为保障患儿医疗安全提供了源源动力。

杨梅认为，新生儿救治水平提升的关键点，不仅仅单纯提高医疗技术，浓厚的学术氛围及科研意识也非常重要。科室围绕新生儿疾病诊治，优化人力、设备、经费等资源配置，在临床工作不断积累经验，为科研提供临床研究循证依据和新思路，提升新生儿科医教研的整体实力。近几年，新生儿科团队共完成保定市科技成果奖 4 项，并获吴阶平医学基金项目 1 项。

2013 年，新生儿科开通危重症新生儿转运绿色通道，启动“移动新生儿重症监护病房”急救系统。危重新生儿的风险关口前移，新生儿科建立之初，它的目光就辐射到整个保定地区乃至保定周边县市所有需要救治的新生儿。“保定地域范围较广，如果让危重症患儿自己到医院，单路程可能就需要两三个小时，转运途中风险很大。新生儿科开通危重症新生儿转运绿色通道，24 小时开通转运电话，目前转运范围包括保定地区各县区，

还辐射至保定周边如沧州、廊坊等地区。”杨梅说。目前，新生儿转运形成了包含新生儿急救指导、现场救治、转运、反馈及培训的完整系统，转运车辆也数次更新换代。

让健康的孩子更聪明，让异常的孩子更健康。2015年，新生儿科早期干预门诊成立。6岁以内的孩子经过医生的专业评估后，依据患儿生长发育、智力发育的不同，医生指导家长家庭当中去培养训练孩子，促进孩子的神经发育，同时也可通过小儿推拿、小儿捏脊、中医针灸、耳穴压豆等方式，促进婴幼儿躯体、智力、运动、行为和情绪的全面发展。

新生儿科在发展中不断提升新生儿急危重症整体救治水平，目前，“危重症新生儿救治中心”通过省卫健委验收。

护理创新 持续改进 “有温度”的服务

如何将儿童友好理念融入科室？在新生儿科护士长马静看来，提供高质量护理服务的基础上，尊重和满足新生儿的权利与需求，为他们提供“有温度”的服务。

“把水垫放在最下面，然后用纯棉包单像滚筒样卷好，围成一个像鸟巢一样的椭圆形就是水床式鸟巢。”马静说，“水床能减少早产儿受到的外部惊吓，让他们感觉舒适安静，同时，早产儿在运动过程中产生的水的振动抚摸固定早产儿，减少损伤，满足早产儿身心需求，更好地促进其生长发育。”男女宝宝粉蓝腕带、床头卡、睡袋改良、非营养性吸吮、重症监护室的光线声音调节等等这样温暖的服务细节在新生儿科病房随处可见。

马静介绍，近期新生儿科再次拓宽“护理范围”，开设母婴同室。“母婴同室以家庭为中心的治疗和护理模式，新手妈妈在医护人员的悉心指导下，掌握必备的新生儿照护、急救技能，解决家长在实际护理过程中遇到的各种难题，更好地帮助新生儿从医院回归家庭，促进新生儿早日康复。”

护理创新在临床实践中迸发出惊人的力量。新生儿暖箱的插卡条是每位小患儿诊疗信息的重要体现，原有标识牌贴在暖箱上不仅占用很多地方而且不容易更换清理。护士们改进创新，制作小巧透明外壳，张贴在暖箱统一位置，将插卡条插入，并根据患儿病情变化及时更

换插卡内容，不仅整齐美观、提高工作效率，更有利于保障患儿生命安全。

“护理创新不是一次性的，也不会是一成不变的，它在护理工作中不断完善、持续优化其功能性。”马静说，“而且，护理创新必须由临床验证，不是纸上谈兵。”X线胸片检查是评估新生儿呼吸系统最重要的手段，新生儿没有自主能力，配合度低，如何改变。新生儿科护士发明了新生儿拍摄X线片体位固定带，通过佩戴固定带拍摄X线片质量高，为临床提供准确依据。但在使用过程中，护士们发现子母扣固定于新生儿下颌，造成不适，二次创新中改革头部固定枕，让新生儿使用中体感更舒适。“X线片体位固定带”运用临床已经四年，经过不断的调整修改，已经成为X线片拍摄必备物品，护理创新在不断发展中焕发出强大的生命力。

看似与护理工作无关的“小物件”，也会帮助护士们解决“大问题”。利用手机支架有效固定气管插管管路、一次性手套制作患儿枕头进行头部有效塑形、新生儿立位辅助固定袋、3M弹性胶带联合水胶体敷料“双重固定”胃管等一系列护理创新“巧心思”，丰富了护理服务内涵，提高了护理工作的效率和质量，让小患儿享受更优质的护理服务。

“对小患儿的关爱体现在日常工作的每一个细节上，新生儿科的医护人员双手不会佩戴任何饰品，只为抱起宝宝时能够孩子一个温暖舒适的怀抱。”杨梅说。作为儿童友好的践行者，我院新生儿科在危急重症新生儿救治方面提炼经验，同时加强与相关科室密切合作，关注新生儿健康发展，为儿童友好型城区建设不断努力。



李俊巧：孜孜不倦的带头人 推陈出新的探路者



手机扫描二维码
看更多视频

她，为人谦逊，平易近人；她，胆大心细，工作严谨；她，行医30余载，是孜孜不倦的带头人，是推陈出新的探路者。她就是保定市一中心医院风湿免疫科主任——李俊巧。

□ 杨雪

善于伪装的早期表现、治疗不及时的高致残率、牵连全身的并发症……医学界有种说法，认为风湿免疫病是临床上的疑难病症高地，而近年来，这类疾病的患病率却在逐年攀升，严重危害人们的身体健康和生活质量。就类风湿关节炎来讲，国家皮肤与免疫疾病临床医学研究中心（NCRC-DID）近日发布《中国类风湿关节炎发展报告2020》。报告显示，据初步估计，我国目前约有500万名类风湿关节炎患者，平均发病年龄

只有45岁。

“如何从困境中寻得突破、为患者祛痛解忧，考验着医者的专业发展智慧和临床诊疗水平。”李俊巧主任说。

正确认识病症 精准抓住真凶

66岁的张先生因存在胸腔积液而被当地医院诊断为患有结核病，经过一段时间的治疗后，张先生的病情并没有好转。张先生经朋友介绍后找到我院风湿免疫科



主任李俊巧寻求帮助，李俊巧主任经过详细的问诊排查，并结合多年的诊疗经验，最终确定张先生的胸腔积液非结核病导致，而是类风湿关节炎引起的。李俊巧经常教导年轻的医生要多学习、多积累经验，“例如类风湿关节炎可导致一个有胸内表现的广泛的疾病谱，包括间质性肺疾病、类风湿肺结节、胸膜疾病等，其中，当类风湿关节炎侵袭到胸膜时，就会导致患者出现胸膜炎、胸腔积液等问题”。她根据张先生的实际情况，指导主管医生在积极控制原发病的基础上，给予免疫调节治疗，大大缓解了张先生的病情，张先生康复出院后送来锦旗表示感谢。

正确认识病症，精准抓住真凶——这是李俊巧主任的拿手绝招，也是她带领团队刻意修炼的“内功”。“风湿免疫病是多种疾病的统称，包括类风湿关节炎、系统性红斑狼疮、干燥综合征、硬皮病、强直性脊柱炎以及系统性血管炎等。由于致病因素复杂、且有很多非特异性的临床表现，诊断上难度较大，如果不具备深厚的风湿免疫病专业知识，诊断经验不够丰富，就很难锁定目标。”李俊巧主任说，“目前我国风湿免疫病患者超过3000万，但大部分风湿免疫病的早期表现和其它局部疾病类似，使得很多人没能得到及时治疗。”风湿病患者只有在专业科室，通过早诊早治，且规范化的治疗，病情才能得以缓解，才能将致残率降到最低。为此，坚

持以鉴别诊断为中心，不断学习新公布的临床指南和专家共识，提炼临床诊疗思路，使诊断程序清晰条理化，促进临床诊疗规范化，才能在攻克疑难病症方面取得显著成效。

发挥中医药优势 为患者祛痛解忧

对很多患者来说，选择到保定市第一中心医院风湿免疫科接受治疗，一是放心医生的诊疗技术，二是看中了科室独特的中医药诊疗服务。正如李俊巧主任所言，中医疗法是我们的特点，是我们与其他医院同类科室的最大差异，不断提高中医药参与，发挥中医药的临床效能，是我们的使命。

患者孙女士就是中医药治疗的受益者之一，患有干燥综合征的她深为口干、眼干等不适而感到痛苦。但西医药物对此症状改善不明显，李俊巧主任根据该病阴津亏虚的特点，为此开具包含麦冬、玄参、枸杞子、菊花、赤芍、佛手、玫瑰花等药材的方剂，辨证论治，精心配伍，通过滋阴益气、养血活血、化痰软坚，最终达到流津增液、润燥除干的目的。

“中医药不仅在干燥综合征、强直性脊柱炎等疾病中发挥重要的作用，还可以帮助患者减轻诸如胃口差、睡眠质量差、口臭、便秘之类的不适感。为此，科室配备了中频电疗仪、电磁波治疗仪，开展了多种中医特色

疗法。”讲起科室的诊疗特色，李俊巧主任侃侃而谈。

以人才发展带动科室发展

任何一个学科的发展，都需要团队锲而不舍的奋斗和长期积累。作为临床团队，首先要立足于临床，要有过硬的医师队伍，诊治来自各地的疑难重症患者，与此同时，还要重视医生们的临床科研思维和方法，培养大家做学术型临床医师。“我们团队的原则是以临床为根本、以科研为动力、以人才为核心。”李俊巧主任说。

风湿免疫科2002年成立，在路克文主任、李俊巧主任的带领下，科室不断发展、壮大。近年来，科室的教学、科研及学术交流不断展开，科室开展的16项科研项目，分别获省科学技术奖一等奖、保定市科研进步一、二、三等奖。李俊巧鼓励科室年轻的医护人员积极参加国内外学术会议、国内风湿免疫病短期培训班，不断学习，不断进步。

目前，联合检测血清抗环瓜氨酸多肽抗体、抗角蛋

白抗体、类风湿因子等类风湿早期血清学标志物以及借助骨关节核磁共振成像和高频超声成像技术等多种诊断方式，开展了对早期关节炎的筛查，来识别诊断早期类风湿关节炎，并及时采用多种干预措施的联合治疗方案；科室开设了免疫相关性“胎停专科门诊”，帮助复发性流产、免疫相关性胎停患者成功分娩，同时通过媒体平台定期推送免疫相关性胎停前沿进展、科普知识等，为患者提供更优质的诊疗服务。

在李俊巧主任的要求下，风湿免疫科经常组织科室内部疑难病例讨论，通过学习，医务人员提炼了诊断思路，提高了诊疗水平，同时还降低了药占比，受到了患者的广泛好评。

坐在办公桌前的李俊巧眼神坚定，“风湿免疫病科是一个非常年轻的临床学科，还有大量的临床问题亟待解决，我们将坚持内外兼修的可持续发展理念，不断拓宽诊治范围，彰显学科特色，提升医疗服务能力，打造市级一流的风湿病专科。”





“贾氏正骨”传人李伟：让更多人看到中医之美



手机扫描二维码
看更多视频

李伟，主任医师，中医骨科主任，保定市名中医，“贾氏正骨”第四代传人，河北省女子医师协会理事，河北省中西医结合医师协会骨科分会委员、保定市骨科医师协会委员。擅长：腰椎间盘突出症、颈椎病及脊柱相关疾病、肩周炎、四肢骨关节炎及骨折创伤等的诊断及治疗。对腰椎间盘突出症、颈椎病等、肩周炎等手法推拿治疗有独特疗效。

□ 郑红

走进中医骨科病房，空气中弥漫着浓浓的中药味，病房里躺满了正在做牵引、针灸、药疗的患者。慕名而来的人都知道，出身于中医骨科世家李伟主任治疗骨伤很有一套，其正骨手法独到，尤其对小关节紊乱引起的功能障碍，基本都能“手到病除”。

尽管李伟头上有许多光环，闻名遐迩的“贾氏正骨”传人、保定市名中医、中医骨科学术技术带头人……但她却是个低调务实的人，对她来说，患者永远都是第一位。

中医正骨 传承精髓

早晨 8 点，市第一中心医院东院，中医骨科门诊已排起了长队，老田在儿子的搀扶下弯着腰走进诊室，不久前，老田在搬东西时不慎扭伤腰，开始不在意，感觉休息几天就会好，没成想越来越重，而且疼痛难忍，走路都直不起腰，儿子带他到医院检查，诊断为腰间盘突出、腰椎滑脱，建议手术治疗，可老田对做手术有些恐

惧，托人挂到李伟主任的专家号。

李伟看了老田的影像资料，查体后指着固定在诊室墙上单杠，让老田双手抓住，只见她双手放在老田腰部，就在摸、捋、提、抬之间完成了“贾氏正骨”疗法，复位仅用了 3 分钟。老田瞬间感觉轻松了许多，腰也挺直了。“这比武侠小说中的桥段还要神奇”老田的儿子感叹道。

从医 20 多年来，她用“贾氏正骨”推拿手法治疗腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄、颈椎病、肩周炎等患者不计其数，深受群众的颂扬。

中西医结合 优势互补

谈及中西医治疗骨伤的区别，李伟说：“中医是博大而包容的，它并不排斥西医，在骨伤治疗方面中西医各有优势。”李伟出生在河北省唐县中医骨科世家，自幼和姐姐贾向辉跟随父亲贾林（贾氏正骨第三代传人）学艺，对祖传的“贾氏正骨”有浓厚的兴趣，立志要像父亲一样为病人解除痛苦。1996 年，李伟大学毕业时，中医骨科在“贾氏正骨”第四代传人贾向辉主任的带领下早已声名鹊起，以推拿的为特色，结合中药熏蒸、针灸、骶管注射、水针刀等方法，治愈颈椎病、腰椎管狭窄、椎间盘突出、腰椎滑脱、腰肌劳损、膝关节滑膜炎等病症的患者遍布各地。2007 年，中医骨科就成为了河北省中医重点专科，各地慕名而来的患者络绎不绝。可李伟大学毕业后却加入了以手术为主的市第一中心医院骨二科团队。“中西医各有所长，对一些闭合性骨伤有独到之处，一般采取手法复位外固定，创口小，愈后效果好，而对一些严重的骨伤治疗更直接更快，比如粉碎性骨折、一些开放性骨折采用手术来得更快。中西医结合优势互补，是当今骨科发展的趋势。”李伟心里有个大目标，决定要变换一种思维方式去实现。

在骨二科的 15 年，她通过做各种复杂手术、阅读影像学、参加病历讨论，潜心学习，练就了扎实的西医理论基础和创伤骨科治疗的实践经验，结合她祖传的中医正骨技能，李伟对骨科疾病的认识有了一套属于自己的理解和经验。她通过逆损伤机制，打开回纳通道而达到复位，提高了手法复位骨折特别是关节内骨折的整复成功率，从而拥有一大批忠实的“粉丝”。

博采众长 发展特色

2018 年，中医骨科第二任科主任王新玉退休，李伟挑起了科主任的重担。“从中医骨科的发展趋势来看，走中西医结合，博采众长才是发展之路。”这就是李伟心中的那个大目标，也是对科室未来的定位。“中西兼修”的她，带领团队，在传承“贾氏正骨”推拿手法的基础上，不断研究和创新中医骨伤传统技术与现代微创技术相结合的新疗法，让更多疑难骨病患者从中受益。

60 岁的陈女士称自己是李伟的“铁粉”，“几年前，我母亲在北京做了腰椎手术，后来腰痛的毛病又犯了，晚上疼的睡不着觉找到李主任，她利用祖传的推拿手法，结合活血化瘀中药药浴、熏蒸、针灸等理疗方法，两周后母亲的疼痛症状消失了，又能下地活动了。前不久，





我的颈椎出了问题，右侧胳膊剧痛，李主任诊断为神经根型颈椎病，用水针刀治了两次就好了，让我再次体验到中医的博大精深。”一来二去，陈女士和李伟从医患关系变成了朋友，逢年过节互相问候。

与其它中医师不同，有着 15 年的西医临床经验的李伟，将骨病手术适应症与保守治疗把握的恰如其分。她认为，80% 的骨病患者不需要手术，疼痛是他们最大的困扰。西医多选择药物治疗，中医则用手法推拿、牵引治疗腰椎间盘突出、腰椎滑脱、颈椎病；用潜心调制的中药经验秘方治疗腰腿疼痛；用磁疗仪、超激光疼痛治疗仪做肌肉的拉伸和对抗；用骶管注射冲击疗法治疗腰椎管狭窄引起的疼痛等。多年的手术经验，让李伟对受伤部位的解剖和神经入路了如指掌，运用水针刀松解疗法微创治疗颈椎病、腰肌劳损、筋膜炎等病症更加游刃有余。

进入一中心医院工作二十多年来，李伟从没有停

下学习的脚步。周一、三、五出门诊，其余时间组织科室业务学习和病例讨论，提升年轻医生的创新能力。她还多次走进电视台，为公众传播健康知识。

名中医工作室为“中味”赋能

学科发展不能单打独斗，中医也一样，协同并进才是硬道理。医院抢抓京津冀协同发展的机遇，引入国医大师“晁恩祥名老中医传承工作室”，邀请国医大师团队来院出诊。肿瘤科、中医科、中医骨科、康复科等中医专家联手打造“名中医专家门诊”这块金子招牌。开展名中医联合义诊，走进电视台为百姓宣讲科普，借助远程中心对接京津冀优质中医资源，通过疑难病会诊、转诊、培训，极大提高了为百姓的服务能力，让中医发展有了更足的底气。

“中医中药是国粹，是中国人的骄傲，要继承，也要创新。今年的冬奥会就有一项特别的安排，是在北京主媒体中心设立了科技范十足的中医药文化展示空间、体验馆，这也是在世界级赛事中集中展示了中医之美，中医从不排斥先进的科学技术，反而更需要充分借鉴现代医学科技向着更高、更广去创新和发展，让更多人看到中医的美。”李伟对中医骨科的未来充满信心。

“中医中药是国粹，是中国人的骄傲，要继承，也要创新。今年的冬奥会就有一项特别的安排，是在北京主媒体中心设立了科技范十足的中医药文化展示空间、体验馆，这也是在世界级赛事中集中展示了中医之美，中医从不排斥先进的科学技术，反而更需要充分借鉴现代医学科技向着更高、更广去创新和发展，让更多人看到中医的美。”李伟对中医骨科的未来充满信心。



徐朝辉：康复医学 让生命再次绽放光彩



手机扫描二维码
看更多视频

徐朝辉保定市第一中心医院康复二科主任、副主任医师、医学硕士。河北省康复医学会理事、河北省康复医学会康复心理专委会常委。擅长神经系统疾病的诊疗及康复；骨关节疾病的康复治疗；心肺功能障碍的康复治疗、心理方面的评价及康复治疗等。

□ 杨雪

在保定市第一中心医院，有这样一支队伍，他们将传统医学与现代医学理论相结合，集按摩、针灸、推拿等传统中医疗法和现代康复治疗为一体，采用先进的医疗设备，为患者量身制定个性化治疗方案，一步一步地重建患者的功能，一点一点地让患者对自己的未来恢复自信和憧憬，不断地化腐朽为神奇，让残缺的生命获得新生。这就是徐朝辉带领的康复医学二科。

“奇迹”可以发生在任何地方

前不久，康复医学二科接诊了一名特殊的患者，王女士因意识障碍、肢体运动障碍住到康复医学二科，而陪同她来的是两年前遭遇车祸的丈夫张先生，见到熟悉的医护人员，张先生握着徐朝辉的手激动地说：“徐主任，真的是太感谢你们了。时隔两年，我能从‘大字不识’到现在可以作为陪护家属与你们一起参与我爱人的



康复治疗，这都要归功于徐主任你们的精心治疗和不懈努力，让我感觉康复医学科也是创造‘奇迹’的地方。这次我爱人住院，请你们一定要帮助她尽快好起来。”

两年前，张先生因车祸致多发性大脑损伤，术后存在严重的认知障碍、肢体运动障碍等，初来康复医学二科时只能卧床，精神差、情绪烦躁，连初期康复评定都不能配合完成，同时合并肺部感染，徐朝辉带领团队详细研究张先生的病情，根据张先生的个人情况为他量身定做了治疗方案，从帮助家属了解康复医学到初期的镇静、抗感染、营养神经、改善认知功能治疗，再到后期的肢体康复训练，徐朝辉和他的团队尽职尽责、精益求精。终于，经过全科医护人员和家属 2 个月的共同努力，张先生在出院时基本可以在旁人指导下行走，而且记忆力改善、逻辑思维及执行能力改善，复诊时，张先生已经可以在电话指挥下购买早餐，同时自己付款找零钱。

这次，认识到康复重要性的张先生在爱人生病后，积极主动配合医护人员为她进行康复治疗。王女士入院时被诊断为四肢运动障碍、肺功能障碍、语言障碍等，康复医学二科全体人员从她的日常擦洗、喂饭、翻身拍背，到陪伴她床旁肢体训练，温暖的话语、力所能及的帮助让她和张先生倍感安心。当张先生看到自己的爱人逐步从卧床到独立坐位再到站起、辅助下步行，一点一点的恢复，慢慢回归正常生活时，再次感叹康复医学的“神奇”和重要性。

出院的那一刻，她和丈夫张先生握着徐朝辉和医护人员的手一直说着感激的话，走出科室时，脸上洋溢着幸福的微笑。

“康复医学主立足于病人的整体功能改善，不但是疾病本身的治疗，还包括疾病所造成的功能障碍。简单讲，康复医学就是通过各种治疗方式使患者的功能障碍恢复到最佳状态，并使患者能够有质量地生活下去，尽快回归家庭和社会，找回生命的尊严与意义。”提及为什么选择康复医学，徐朝辉打开了话匣子。

助力患者重返健康生活的“最后一公里”

“由于我国的康复医学起步较晚，很多的康复理念及康复治疗技术尚未得到大范围的推广，又因为康复治疗中的运动疗法技术与祖国传统医学中的按摩、推拿一样，需要用手对患者身体部位进行接触，所以造成了康复治疗师就是按摩师的误区，亦或者单纯认为康复科就是进行按摩、针灸、理疗、牵引等治疗的保健科室。因此，很多患者往往要等到功能障碍十分严重的时候，或者长期‘自行恢复’未能改善后才会想到去康复医学科就诊，这导致他们错过了康复治疗的最佳时机，最终遗留下伴随终身的残障，甚至残疾。”采访过程中，徐朝辉一直强调让更多的人认识、了解康复医学是非常有必要的。从事康复相关医学 20 余年的徐朝辉，不仅在医院里帮助同事们了解康复医学早期介入的重要性，对帮助群众了解康复医学、做好“家庭康复”也是竭尽全力。

“医生，我右腿手术之后一直用不上劲儿，已经好几年了，还能做康复治疗吗？”“医生，我老伴前几年脑中风，到现在还口齿不清，这种情况做康复治疗还来得及吗？”当徐朝辉到达“健康康复小屋”时，村民们早就在此等候了。“这个下肢功率自行车是这样用的，先将功率调到适合自己的阻力和速度，然后再开始进行训练……”徐朝辉一边讲解一边给村民示范如何使用康复器械。

2021 年 7 月，机缘巧合下康复医学二科主任徐朝辉、副主任高爱民等专家参加了由北京凌锋公益基金会、中国医师协会医师志愿者工作委员会、中国残疾人康复协会联合发起的“振兴健康乡村建设康复健康小屋·中国志愿医生在行动”，7 月 2 日，以徐朝辉命名的“康复健康小屋”在易县田岗村举行揭牌仪式，标志着河北省首座康复健康小屋正式落成并启用。“活动项目关注乡村地区的老年人、残疾人和有康复需求的人群，以当地医院为支撑，通过志愿医生和村医为乡镇卫生院、村卫生室配备必要的康复设施，开展线上线下培训、健康义诊等服务，改善群众就医环境，满足群众家门口的康复需求。”徐朝辉说。

从“康复健康小屋”落成至今，徐朝辉经常带领团队去小屋进行义诊。平时也会跟志愿医生、村医探讨病例，或通过视频的方式为基层医生进行培训、教学。

学以致用 帮助青少年“站如松”

《中国功夫》有一句歌词：卧似一张弓，站似一棵松，不动不摇坐如钟，走路一阵风。这首歌简直应该作为青少年的“日常 BGM”循环播放，因为，现在不少中小学生做不到“站如松”了。

2022 年 1 月 13 日，央视网新闻报道，一名 13 岁的河北女孩，因长期不良坐姿，引发严重的脊柱侧弯被送往医院。据估计，我国中小学生脊柱侧弯发生率为 1%—3%，侧弯人数已经超过 500 万，并以每年 30 万左右的速度递增。继肥胖、近视后，脊柱侧弯已成为危害我国儿童及青少年健康的第三大“杀手”。

2020 年暑假，一位家长带着小小年纪就喊腰背疼的孩子来到康复医学二科，“孩子以前经常跟我说腰背疼，我还想小小年纪怎么会腰背疼，没有重视这件事，前几天我看到朋友圈推送的关于孩子脊柱侧弯的文章来，便按照上面的教程在家给他检查了一下，发现他高低肩、两个腰窝不

对称、走路姿势也不对称，这才重视起来，就赶紧带着他过来做检查、治疗。”李女士看着孩子，满眼的心疼。接诊医生马淑义为小患者进行了详细的查体，发现孩子脊柱侧弯严重，需要通过“支具 + 运动治疗”的方式来治疗，经过一年的不懈坚持，小患者现在有了明显的改善，身姿挺拔了很多。“再次来科里复查时，家长和孩子都很开心，家长也说孩子现在比以前开朗了很多。”徐朝辉回想起这位小患者时，满眼的欣喜。

“开展青少年脊柱侧弯门诊治疗的目的一是为了提醒广大家长重视孩子的日常生活姿势，二是为了帮助已经出现脊柱侧弯的青少年及时矫正。早期轻度的脊柱侧弯，可能仅仅表现为肌肉的紧张、腰背的疼痛或偏侧肌肉酸痛。当脊柱侧弯发展到一定程度，脊柱出现变形，就会造成胸廓和肺部受压，影响患者心肺功能，出现呼吸困难等症状。更严重者，畸形的脊柱会压迫脊髓与神经根，引起放射性的疼痛，出现下肢麻木无力，平衡能力下降，更甚者会引起瘫痪。除此之外，脊柱侧弯还会影响青少年的心理健康。所以脊柱侧弯对于青少年的影响是非常大的，应引起重视。”徐朝辉介绍到。

“作为一名一中心医院的医生，要有技术也要有情怀，做一名有温度的良医。竭尽全力用自己所学医学知识为助力患者打通重返健康生活的最后一公里做一些力所能及的事。”这是徐朝辉的从医至今一直坚持的信仰，也是他教导年轻医生的名言。



我院多学科联合诊疗库欣综合征患者 “身材发福”的“罪魁祸首”竟是颅内垂体瘤



内镜技术，通过鼻腔进入，摘除垂体瘤。神经内镜跟传统的显微镜技术相比，创伤小、恢复快、效果好，而且照明条件好，能够清晰显示垂体与肿瘤，有助于最大限度地切除肿瘤，保护正常垂体，是神经外科治疗疾病的有效手段。

□ 樊璠

近日，李芳（化名）给我院内分泌一科主任张云良、神经外一科主任董海青发来照片，开心地说道，“张主任，董主任，谢谢你们，我又变漂亮了。”据了解，李芳曾患上库欣综合征，经一中心医院多学科诊疗，行内镜经鼻蝶垂体瘤切除后，重获新生，容貌再次变美。

最近几个月对于李芳来说，无疑是有生以来最煎熬的历程。她突然患上怪病，脸部浮肿，而且变红变圆，身体发胖，肥胖部分集中在躯干、四肢近段，这让李芳非常焦虑。近日，李芳找到一中心医院内分泌科。

收住院后，张云良为李芳进行诊疗。“看到她的时候，我怀疑是库欣综合征，向心性肥胖、脸部变圆变红这些是常见症状，虽然不是十分明显，但我们诊治过多例同类型患者，所以就安排做了相关检查。”张云良说。随即，科室申请了多学科联合会诊（MDT），内分泌科、神经外科、影像科等相关科室，综合检查结果及临床表征，诊断为库欣综合征，李芳这才知道，原来长胖的根本病因是脑袋里长了肿瘤。

“库欣综合征是由于垂体促肾上腺皮质激素（ACTH）分泌过多所致。垂体瘤不断地刺激肾上腺皮

质增生分泌过多的皮质醇，从而出现身体变胖这些症状。”张云良说，“多学科会诊明确诊断后，内外科联手，为患者提供更专业、精准、个体、规范的诊疗方案及诊疗服务。”

得知自己脑袋里长了瘤，李芳的心紧张了起来。“这个手术可以‘微创’，用神经内镜从鼻孔进入切除肿瘤，整个头部面部没有任何切口，效果好，也很美观。”董海青说道。经过详细的术前讨论，反复完善手术预案，“李芳的垂体腺瘤不到1cm，更棘手的是位置特殊，周围遍布视神经和颈内动脉等重要的神经和血管，易出现并发症。”术中，董海青将微小手术器械通过鼻腔通道，打开鞍底，直达垂体腺瘤位置，经过精细操作，对肿瘤进行精准切除，确保无肿瘤残余。术后，李芳指标恢复正常，一家人紧张的心终于平复了。

“我们采用内镜技术，通过鼻腔进入，摘除垂体瘤。神经内镜跟传统的显微镜技术相比，创伤小、恢复快、效果好，而且照明条件好，能够清晰显示垂体与肿瘤，有助于最大限度地切除肿瘤，保护正常垂体，是神经外科治疗疾病的有效手段。”董海青说。

普通外二科微创“拆弹”巧化胆总管囊肿于无形



胆总管囊肿的典型症状是腹痛、黄疸、腹部包块，部分患者可出现发热、恶心、呕吐、出血倾向等表现，病情危重患者可并发胰腺炎、胆管炎、肝硬化等并发症危及生命。

□ 普通外二科 张天昊

近日，普通外二科姜战武主任带领团队为一名胆总管囊肿患者施行完全腹腔镜下胆总管囊肿切除术。患者术后恢复良好，目前已康复出院。

50岁的李女士在1个月前出现腰背部疼痛，于当地医院行腰椎CT检查偶然发现胰头区占位，医生建议手术切除，患者及家属了解到病情后非常着急，立即来到我院普通外二科门诊就诊。接诊医生张天昊在查看李女士病情后建议住院治疗。经过住院检查，确诊李女士得的是胆总管囊肿，囊肿部位约7×5×5cm，需要手术切除。普通外二科主任姜战武得知此情况后，进行了全面的术前评估和讨论，经过团队认真分析，最终决定为其进行完全腹腔镜下胆总管囊肿切除术，在保证手术安全的前提下力争达到最佳治疗效果，让患者最大获益。

李女士在听取了关于手术方案的详细说明后，解除了心中的顾虑，欣然接受手术。姜战武主任带领团队术中操作精、准、稳、快，出血不足50毫升，手术顺利

完成。术后患者清醒、各项生命体征平稳，身上仅留有5个0.5-1.2cm的小孔，安返病房。

姜战武主任介绍，胆总管囊肿是一种少见的先天性胆道畸形病变，该病具有恶变倾向，癌变率为2.5%-26%，在成年人高达30%。女性发病率约为男性3-4倍。胆总管囊肿多在婴幼儿及青少年期发病，部分病人到成人阶段才表现出临床症状。近年来，成人胆总管囊肿的发病率越来越高。胆总管囊肿的典型症状是腹痛、黄疸、腹部包块，部分患者可出现发热、恶心、呕吐、出血倾向等表现，病情危重患者可并发胰腺炎、胆管炎、肝硬化等并发症危及生命。本病一经发现，应尽早手术。传统的开腹手术，手术切口长、创伤大、恢复慢，术后住院时间长；腹腔镜下胆总管囊肿切除术这项技术手术切口小、患者疼痛程度轻，早期能够下床活动，术中对腹腔脏器干扰小，使手术更精准，只要术中避免损伤肝动脉、门静脉及胰腺周围的毛细血管，可以减少术后并发症的发生。

头疼头晕 可以试试针刀松解疗法



邱超，主任中医师，河北省“三三三人才工程”第三层次人选，国医大师贺普仁教授弟子、河北省针灸学会常务理事、北京中西医慢病防治促进会针刀埋线专业委员会常务理事。从事中医针灸、康复工作，擅长运用“贺氏针灸三通法——火针”“穴位埋线”“针刀”治疗颈肩腰腿疼，眩晕，顽固性面瘫，口腔溃疡，胃炎，腱鞘囊肿，类风湿，强直性脊柱炎，股骨头坏死，痛风，支气管哮喘，皮肤病，带状疱疹，便秘，失眠，偏头痛，脑瘫，特发性震颤，抽动症，中风后遗症，腺肌症，月经不调等病症，在减肥、美容中也取得满意疗效。

□ 赵洁

“没想到中医治疗这么立竿见影，一根针就把我的大问题解决了！”50岁的韩先生高兴地说。头晕、恍惚、头痛，这样的情况每天会发生很多次，这样的状态“缠”了韩先生半年之久。医院里核磁、CT、前庭功能等各项相关检查都显示没有问题，按摩、吃药等各种方式也都没能很好地改善他头晕头痛的症状，严重影响了他的工作和生活。每天都处于担忧之中。为此，韩先生一直在痛苦中寻找“良方”。

真可谓“柳暗花明又一村”，韩先生经人介绍找到了我院康复医学一科主任中医师邱超，真实体验了一把中国传统医学的神奇。治疗时，韩先生先面对桌子坐下，双手叠在一起放在桌子上，再将额头放在手背上。邱超用拇指在患者头颈部后正中线的地方进行触诊，敏锐地寻找阳性点（阳性点即是结节点，触诊时患者会感到不

同程度的酸胀或疼痛），定点定位后，邱主任用0.8×50的针刀以45℃角进针，快速松解后出针，从进针到出针，仅用时10-15秒。

第一次治疗后，韩先生在随后的几天都没有发生头晕头疼的现象。

邱超介绍，现在很多人都有头晕头疼的毛病，尤其是顽固性的，很缠人很痛苦。排除了器质性病变，其实采用针刀松解的方法快捷又有效。“通则不痛，痛则不通”，不管是脑血管病引起的还是颈椎病引起的，都是脑的血液灌注量减少而引起相应的脑组织功能障碍而引起本病。以针刀松解头颈部后正中中线阳性点，通过松解来改善颈部血运，以及头皮之下帽状腱膜的血液供应，从而改善脑供血、供氧，达到缓解头痛、头晕的目的。

我院开展“关注健康睡眠”主题义诊与线上讲座活动



□ 临床心理科 张雪

2022年3月21日是世界睡眠日，今年的主题是“良好睡眠 健康同行”。一年一度的世界睡眠日，是一次全球性睡眠科普活动，旨在提高公众对睡眠的重视，并呼吁就与睡眠相关的重要问题采取行动。为提升大众理解并重视睡眠对健康的影响，在世界睡眠日到来之际，3月17日，我院临床心理科开展“关注健康睡眠”主题义诊与线上讲座活动。副院长李志红参加了本次活动。

上午9时，义诊活动在在总院综合楼门诊大厅展开。临床心理科的医生们为前来咨询的患者解答睡眠障碍问题。“睡得多算睡眠障碍吗？”“我始终睡不着，朋友用过一种安眠药效果不错，我可不可以也吃那种药呢？”“吃安眠药会不会依赖成瘾呀？”面对患者的提问，心理科医生们从专业角度出发，用通俗易懂的语言向大家答疑，并给出进一步诊疗建议，同时通过扫描二维码的方式为广大患者提供了睡眠及情绪的评估链接，方便大众了解自身心理健康状况。

本次义诊进行约两小时，共接诊患者50余名，发放宣传材料100余份。

当日下午，活动相关线上讲座在我院远程医疗中心正式开讲。我院心理科专家舒民、张国强、王晓博、商伟伟分别就睡眠与生理功能关系、睡眠障碍分类、睡眠障碍药物治疗、心理治疗、如何提升睡眠质量等方面问题为线上观众进行了专业解读与经验分享。共有100余名基层医生收看了本次讲座。

讲座结束后，临床心理科专家舒民进行了总结，他指出，关注睡眠不应仅是心理科医生的工作，更需要基层各位医生的力量以及社会大众的科学认识，当前社会因为各种原因而存在睡眠障碍的患者越来越多，对于睡眠障碍及药物治疗的误解也比比皆是，因此对于健康睡眠理念的传播与睡眠健康的预防和科学治疗更需要得到关注。希望通过活动，能够对基层工作的合理诊疗、合理用药提供帮助，同时也希望对义诊讲座，传播更科学专业的知识，提升大众生活水平。

做女性健康的贴心守护者

“春雨家园”润人心

□ 赵洁

随着迎春花开始绽放，我们也迎来了一个美丽的节日——3.8 妇女节。在我院乳腺外二科，有着这样一群医护人员，在妇女健康的领域里悉心耕耘着，默默守护着女性健康。

3 月 7 日，恰逢妇女节即将来临，乳腺外二科每周一次的“春雨家园”活动在示教室内如期举行。活动中，医生以课件及座谈会的形式为乳腺疾病患者讲解了关于乳腺疾病早期预防、饮食、运动、康复锻炼、心理、随访等各方面的知识。患者及家属也积极参与，不仅学习了专业知识，也会将自己的经验进行交流分享。大家在轻松愉快的气氛中，收获知识、增进感情，对于疾病的治疗、心理的健康都有着积极作用。

乳腺外二科主任高春晖开心地说，这样的科普活动给予了患者健康知识，也很好地拉近了医患距离。“可不要小看我们的患者，她们都很有智慧也很有才华。有的患者针对活动给我们提出了各种宝贵建议，让我们能够不断拓展科普内容，和患者贴得越来越近，活动内容也越来越多元化；有的患者性格开朗，多才多艺，在活动中也会施展自己的才华，为活动助兴！在这里，医患

就像是一家人，彼此鼓励、彼此帮助，不分你我。”

除了不断精进乳腺疾病临床治疗技术，乳腺外二科一直致力于健康公益事业。“春雨家园”活动就是她们长期以来坚持的健康科普活动之一。讲起这个名字的由来，高春晖主任道出了自己的初衷：“春雨”二字来源于杜甫创作的诗——《春夜喜雨》，希望这样的活动能够像“春雨”一样，悄然无声地滋润着大家的心田，给予患者生活的希望和勇气，医患携手共同抗击疾病。

乳腺疾病专家高春晖主任是一个不折不扣的“健康摆渡人”。从她深入乡村叩开老乡的门为百姓看病做科普，到组织专家团队进基层、进工厂、进农村、进学校、进社区做义诊，她的患者群越来越大，知名度也越来越高，很多患者都是慕名找她来看病，都是高主任的老朋友。

高春晖从来没有停下做科普的脚步。2021 年在医院的积极推动下，我院获批保定市肿瘤防控科普教育基地。这是一个科普工作的新平台，是肿瘤预防工作关口前移的重要阵地。集合了院内肿瘤相关专家的群体优势、壮大了科普队伍，为全面提升科普服务能力、提高公民肿瘤防治理念奠定了坚实基础。

我院开展“中国便秘日”义诊活动

关注慢性便秘 共筑健康“肠”城

□ 夏凡

3 月 28 日是第九个中国便秘日，当日上午，我院消化一科、消化二科、消化三科在总院门诊三楼联合举办“中国便秘日”义诊活动。

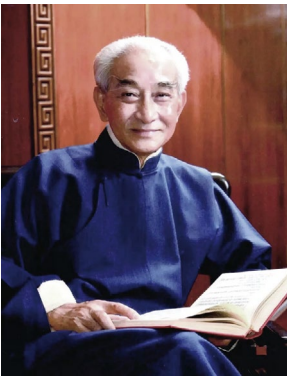
义诊现场，专家们耐心地查看病历资料、听诊，细致地为市民们答疑解惑，并综合考虑患者检查结果和当前身体状况，对需要进一步治疗的患者提供详尽的诊疗指导，并发放慢性便秘患者手册，让市民在候诊间隙提高群众对便秘的认知，了解慢性便秘等常见消化系统疾病的危害。

随着饮食结构改变、生活节奏加快和社会心理因素影响，我国慢性便秘患病率逐年上升。消化内科专家提醒大家在日常生活中，应根据日常生活指定规律的排便计划。对功能性便秘的饮食建议主要在于膳食纤维的添加和饮水建议，加强体育锻炼，必要时还可以结合腹部按摩。饮食上建议减少高脂饮食、高糖饮食、辛辣刺激食物、各种干燥类食物的摄入，养成良好生活及排便习惯，如有不适积极就诊。

好书荐读

《南怀瑾的家风家教》

□ 尹桂荣



南怀瑾：中国当代文学家、教育家、国学大师。生平致力于弘扬中国传统文化，并主张东西精华文化融合，造福人类未来。他精研儒、释、道，将中国文化各种思想融会贯通；除此之外，对于医学、卜算、天文、拳术、剑道、诗词等皆有专精。南怀瑾著述丰富，有《论语别裁》《孟子旁通》《原本大学微言》《老子他说》等三十多种著作，曾被译成八种语言，影响中外。

本书作者南一鹏为南怀瑾三子，他从南怀瑾儿子的视角，以家道、家风为主题，讲述南怀瑾先生如何对子

女因缘施教，如何教育子女修学传统文化，如何通过家教、身教、言教以及开明自由的家风对儿女进行人格教育和生活教育等内容，如何对子女因材施教、视天下人为子女。

本书整理人徐茹是资深少儿教育专家，从事少儿教育十余年，是家长们的良师益友、家庭教育的先行者，她提出，家庭教育是学校教育无法替代的。养育孩子，是一场真正的修行——孩子们的成长过程，也是父母们不断成长的过程；家庭是社会的基本细胞，是连接个体和社会的重要纽带，良好的家风家教既是培育和传承中华传统美德的重要方式，也是弘扬和践行社会主义核心价值观的重要手段。本书就“家庭和社会的责任”，“中华民族的最新挑战”等多个方面阐述家风家教的重要性，从“家训开启家风”、“家道靠传承”、“家教先立人”等方面把家道、家训、家教、家风的概念逐一解读。

我院获《医师报》“最具创新传播力团队”称号

3 月 18 日，由医师报社、中国医药卫生文化协会、央视网、医 TV、光明网等主办的“推动行业前行的力量”第七届医学家年会（2022）在北京召开。大会对全国十大医学先驱、十大医学泰斗等多项个人、团体、单位进行表彰。我院在会议上获多项荣誉。医院获“2021 年度最具创新传播力团队”荣誉称号，这也是河北省内唯一获此奖项的医疗单位，宣传处郑红、赵洁、王拓分别获 2021 年度优秀特约通讯员。

我院宣传工作在院党委领导下，紧紧围绕医院高质量发展中心工作，唱响主旋律，壮大主流思想舆论，弘扬时代强音，凝聚奋进力量。宣传处 2021 年公众号推送信息 776 条，对外发表宣

传报道 674 篇，电视台播出新闻类 20 余条，科室独创视频 96 个。推送科普文章与视频 80 余篇，跟随科普团队开展院内义诊、进校园、走社区、下县乡等活动 30 余次。

我院宣传工作在求新、求快、求广、求活、求深上下功夫，在创新内容、形式、手段上不断出成效，全方位、多角度向社会推出有温度的服务、有创新的技术、有专业的科普，壮大医院主流声音的传播力、引导力、影响力和公信力。医院本着“对标国家级医院宣传平台，构建速度更快、品质更高、传播更广的一中心宣传工作”的精神，着力打造一支拉得出、上得去、打得赢的宣传团队。

（赵洁）

妈妈下班，妈妈回家！

今年年初，疫情再起。孩子已快两岁，我毅然决然地报名来到了抗击疫情的一线，终于完成了自己作为共产党员的心愿。虽不舍，但却心甘情愿。

□ 急诊一科 姜荣格



共产党员就要起带头作用

我是一名护士，从 2004 年参加工作至今已有 18 个年头。

来医院的前 11 年，我一直在重症监护室工作。重症的工作虽然又苦又累，但特别锻炼人。长达 11 年的重症工作给我过硬的护理专业技能奠定了扎实的基础，让我看到任何的危重病人都不会心生恐惧。

近七年，由于工作需要，我又有幸来到了急诊科工作。急诊科又是医院里的又一个锤炼人的地方。急诊的病人个个起病急、病情重，需要紧急抢救且充满了不确定性。这样的工作环境把我锻炼得更加沉着、冷静、干练。

我是一名共产党员，上大学时就加入了中国共产党。从入党的那一刻起，我一直以一名优秀共产党员的标准严格要求自己。

共产党员就要起带头作用！

新冠疫情最开始的时候，我迫切想去一线。但由于自己的孕期和哺乳期，错过了 2020 的驰援武汉和 2021 年的支援石家庄。

今年年初，疫情再起。孩子已快两岁，我毅然决然地报名来到了抗击疫情的一线，终于完成了自己作为共产党员的心愿。虽不舍，但却心甘情愿。

做好病房里的“大管家”

我是保定市第一中心医院（南院）一线护理第四梯队的负责人，没有辜负医院这么多年对我的培养，我勇挑重担，带领多名护士奔赴一线。从整体护理工作的管理，到每一

一工作流程的制定修改；从整体病区患者的管理到每位患者具体的详细护理计划；从整体应急物资的调配到每个突发事件的应急预案；从护士的工作状态到思想、生活情况等，我都会认真去梳理、研究、解决，争取做到万无一失。

病房里的新冠患者不仅是感染了新冠病毒，其中有一部分人同时还患有其他基础疾病，这样就更增加了他们的风险。我们这一梯队就赶上这样两位患者。

一位患者患有严重心衰，即使不得新冠，单就心脏病，就有随时猝死的风险。医院领导们对这名患者非常重视，组织了多次专家会诊，副院长田祥及其他心内科专家亲自为这名患者制定治疗方案，控制血压，保证尿量，用药的计量几乎每天都在调整。同时，我们护理人



员严格记录病人的出入量，时时刻刻关注他的出入平衡。患者入口的每一顿饭，每一杯水都经过电子秤的称重，出量也是严格记录。呼吸内二科勾小华副主任还带领大家为他制定了详细的抢救方案，包括急性左心衰、心律失常房颤、心肺复苏的预案，相应的抢救药品和抢救设备。根据需求，我做好了充分准备，并对所有护士进行了培训。到目前为止，该心衰患者病情平稳，也基本康复了。

还有一位患者更是棘手。他是车祸外伤后脑干出血，截瘫，卧床十多年，言语表达不清，智力低下的病人。这样的病人感染新冠，对他和我们而言都是“雪上加霜”。平素体健的新冠病人，我们可以尽量少地与他们接触，而这个病人最基本的护理操作必不可少，翻身、喂饭、喂水、清理大小便，事无巨细。针对这名患者，总院护理部李慧君主任在收治当天就通过视频会议对我们进行了指导，分析了其风险因素：自理能力全无，压疮高风险，坠床高风险，吞咽障碍引起的误吸和窒息高风险……不止这些，这名患者认知能力差，还有很强的攻击性，会用仅能半边活动的右侧肢体对医务人员和陌生人进行攻击。十多年的护理生涯，见过的患者不在少数，这名患者也真是让自己挠了头。还好整个医护团队在专家和领导的指导下，群策群力，勇往直前，一步步化解难题，有问题共同解决。

光是喂饭这一件看似简单的小事，我们就研究了无数遍。食物的准备，是营养科张俊飞主任会诊后和食堂

沟通好的，由于患者吞咽困难，都得把食物打成糊状。我们也准备了不少喂饭的工具，婴儿喂食器、奶瓶、勺子齐上阵。喂饭的过程也非常艰辛，病人智力低下，喂饭得哄着，有时还会咬饭勺，有时会喷出来，针对这些高风险问题，我们马上商量对策。在护理人员防控方面，咨询院感专家，院感专家连夜出台头套的使用方法，并录制视频让大家学习。由于疾病因素和患者自身因素，患者对饮食初期不耐受，出现了呕吐情况。专家会诊调整营养结构，喂饭从一天三次到六次，一次的量从 200 到 100，每次喂饭都抬高床头，饭后扶患者多坐一会……护理他的过程中，医护人员虽然有被拽、被踢的小插曲，但是总算安全度过，患者现在和我们相处得很好，也从内心接受了我们，每次进病房都会和我们摆手，竖大拇指，还会和大家玩石头剪刀布的游戏呢。

二孩儿妈妈的亏欠和心愿

我是一个二孩儿的妈妈。我的女儿是一名小学生，我的儿子今年还不到两岁。当正式上班快一周的时候，我忍不住和家里人视频，两个孩子都出现在镜头里时，我满心欢喜。

懂事的女儿问我：“妈妈你过得好不好，想不想家？”儿子刚刚学会说话，一直喊“妈妈好，妈妈好”！听到他们稚嫩的声音，我开心不已。可美好的时光很短暂，挂电话时，儿子急得哭喊着：“妈妈下班，妈妈回家！”此时的我瞬间破防，眼泪也跟着掉了下来，我第一次感觉到“近在咫尺，远在天涯”的无力。

之后的时间不敢再和孩子视频了，爱人说视频以后孩子半夜醒来会哭着找妈妈。夜深人静的时候，自己会想，等回家的时候，孩子不会不认识我了吧？

转眼我们来这里已有一个月，病人都已好转，内心的成就感取代了工作的艰辛和对家人孩子的想念与亏欠。来时寒冬未去，离开时已是春暖花开，希望所有的孩子都能盼到“妈妈下班，妈妈回家”！

共战疫情 你我同行

3月初，一场新冠疫情再次突袭了大江南北。

生命重于泰山，疫情就是命令，防控就是责任！集结号再次吹响了。医无私、兵无畏、民齐心，举国上下、齐心协力，作为医务人员的我，有幸加入到了这场战役的最前线。

□ 消化内二科 张麒

初接命令

内心忐忑而紧张，回头望望满眼纯真而不知要与妈妈分离的孩子，想到第二天就是他的生日，早已为他准备好了礼物，可妈妈又一次爽约，内心万分难过。

然而，身披白衣，化为铠甲，那一刻，我似乎化身为勇士，充满了力量，奔赴最需要我的地方。

初到驻地

医院早已为我们准备好了一切，无微不至、细心周到，家的温暖使我们忐忑的心逐渐平静了下来。

院感老师对我们一轮又一轮耐心的培训、严谨的考核，最大程度的保证了我们的安全，也使我们紧张的心也逐渐放松下来。

我们做好了一切充分准备，准备迎接这场真正的战役。

初见患者

进病房前，安全员老师一遍又一遍的检查我们的防护装备，护士长更是事无巨细的叮嘱着我们，为我们的安全做了最大的保障。那浓浓的牵挂和惦念让我们瞬间拥有了无尽的力量。

初见病人，透过模糊的护目镜，我们看到了他们的紧张和焦虑，虽然他们看不到我们的真实模样，但我们也感受到了他们似乎看到了希望。我们耐心地安抚他们的情绪，告知专业消杀与防护方法，细心周到的照顾着他们的生活起居，使他们身心愉悦地接受治疗。

他们的一句“谢谢”，对我们竖起的“大拇指”，



成了我们最大的欣慰。

院领导时刻心系着我们，他们在百忙之中来到驻地看望我们，嘘寒问暖，关切慰问，给我们送来了温暖，带来了动力。

在这场没有硝烟的战场上，我们所有人早已是这同一战壕的战友，并肩作战，共同抗疫。“疫”霾散去，春暖花开。战疫的曙光就在眼前，我们从来没有像现在一样期待春天的到来。共战疫情，你我同行！



为了谁

□ 康复科 赵春香

那一天，我们一起写下一封封请战书，按下一个个红手印；

那一天，为了一个共同的责任，带着守护国人，战胜病毒的信念；

那一天，告别亲人，白衣执甲，踏上抗疫一线的征途。

在这里，我们一起经历“战前”的培训与考核，我们坚信“考核越严，病毒越远”；

在这里，我们用血肉之躯筑起最前线的铜墙铁壁；我们承诺“绝不让一个人掉队”；

在这里，我们用爱抚慰每一个企盼健康的心灵；坚守“健康所系，生命相托”的承诺；

忘不了，重症患者的耐心诊治，精心护理；
忘不了，瘫痪患者那高高竖起的大拇指；
忘不了，休息室里那一个个疲惫的背影。
多少次日夜坚守的奋斗；
多少个大汗淋漓的面庞；
给了病人战胜病毒的希望与决心，
白色铠甲就是我们的战袍，
白衣战士就是我们的名片。
在这里，我们一同绘制最美的春景，
在这里，我们共同谱写激昂的旋律，
在这里，我们一起挥洒青春的热血，无怨无悔，
虽然不知道我们是谁，但他们一定知道是为了谁！

别让耳机悄悄偷走你的听力
如何正确使用耳机



疫情防控常态化，改变着每个人的生活和工作方式，会议、学习、培训由线下转为线上，越来越多的人开始居家健身运动，一边运动，一边享受着音乐。于是，五花八门的耳机开始被大规模使用。一不小心，你的听力就会在不知不觉中被偷走。

□ 耳鼻喉科 王丽伟 崔宇希

在3月3日爱耳日来临之际，专家提醒，安全用耳，科学维护，正确选择和合理使用耳机至关重要。

选择安全合适的耳机

我们选择的耳机必须是一个符合行业标准的耳机，劣质耳机可能会产生额外的噪音，导致听力受损。尽量选择耳罩式耳机，因为它距离鼓膜更远，且能够防止外面的噪声进入耳内，在环境嘈杂中时比入耳式更安全。

如果室外跑步的话，可以选择骨导耳机，这类耳机是直接戴到耳后乳突上的，这样既能享受音乐，还能够听到外界的声音，防止在运动时听不到外界的声音而发生意外。

合理规划耳机使用音量及时间

遵循60—60原则，耳机使用时间不要超过60分钟，音乐播放的音量不要超过总音量的60%，声音通过外耳进入中耳，引起鼓膜振动，然后振动经过中耳传递到耳蜗后，耳蜗中的毛细胞将声音振动转化为电信号，传递到大脑，过大的音量会让鼓膜产生剧烈的振动，持续刺激会造成大量毛细胞死亡，过度刺激造成代谢超负荷，也会损伤耳蜗毛细胞，不可再生，从而导致听力不同程度下降。

经常使用耳机的人群 建议定期检查听力

长时间用耳机造成的听力损伤，早期表现为高频（4000Hz）下降，日常生活中难以觉察。

因此，对于生活中经常使用耳机的人群，建议定期到医院耳鼻喉科检查听力，如发现听力下降，需要积极治疗减少耳机使用。

不要戴耳机睡觉

在睡眠过程中戴耳机听音乐，大脑虽然处于休息状态，但感受声音的毛细胞仍然在工作，长时间的声音刺激会造成毛细胞脱落、坏死，导致听力下降。

噪音环境中尽量不要使用耳机

安静环境里听耳机只需要输出60分贝就可舒适的聆听，但当在噪音环境里，需要将耳机输出强度在80分贝以上才能听清，这就相当于在拖拉机工作的背景噪音下或是嘈杂的地铁站里使用耳机。因此在环境噪音下使用耳机更容易使内耳损伤。

如是工作需要，建议在噪声环境中，使用防降噪耳机，这类耳机通过减轻背景噪声，可以使聆听者以较低的音量即可听清楚，与普通耳机相比，较低音量的声音减轻了对内耳的损伤，能够在一定程度上起到保护作用。

一到春天鼻炎就犯了？中医教你做好这些事



□ 何宇 夏凡

春天正是踏青赏花的好时节，但也是过敏性鼻炎的高发季。一到春天，很多人就会出现打喷嚏，流鼻涕导致眼痒、耳痒等症，这些症状都与过敏性鼻炎有关，那么，如何通过中医疗法来缓解过敏性鼻炎的困扰呢？中医骨科主治医师何宇教大家几招：

艾灸疗法

李时珍在《本草纲目》中这样记载：艾，性温、味苦、无毒、纯阳之物、通人体十二经络、具有回阳、理气血、祛除湿寒、止血安胎等作用。《黄帝内经》中曾记载：“正气存内，邪不可干。”提示正气的充盛是能否抵抗疾病的关键，而艾灸是通过艾绒燃烧产生的热能，刺激体表穴位，通过经络的传导，补足正气，激发和调动人体内在的抗病能力，从而提升正气的卫外抗邪之力。

因此，我们可以常规地在迎香、印堂、肺腧、足三里、中脘等穴位处施灸，能够很好的温补脾肺之气以达到散寒宣肺的功效。另外，医生建议可在每年的重要时间段，如三伏天、三九天等时分通过三伏灸、三九灸，将体内的寒邪排出体外。

饮用茶饮

如果目前症状较轻，主要表现为鼻塞，流清涕为主，可以切生姜5-8片，大枣3枚掰开，泡水代茶饮。生姜有比较好的发散风寒，温肺止咳的作用，配合大枣补肺脾之气。

服用中成药

如果鼻炎反复发作，清涕淋漓不绝，大便溏稀，可在医生指导下服用中成药，如服用玉屏风散。玉屏风散可以起到益气固表、止汗的功效，对于经常发生过敏性疾病、体质虚弱的人群都有调理作用。

医生建议

加强锻炼、提高身体素质、增强身体正气才是根治过敏的基础。平时要注意工作、生活环境的空气洁净，防寒保暖，均衡营养。还有要尽可能避免接触过敏原。如有扁挑体炎、鼻窦炎等慢性疾病，还需到医院及时就诊，积极治疗。

老兵心中的“英雄梦”

□ 医学影像一科 赵琳



如果将整个医院系统比做一个部队的话，外科就像是冲锋部队，内科是增援部队，行政科室是指挥部和枢纽，而医学影像科是侦查部队，利用 CT、MRI 等影像设备发现“敌情”，帮助临床医生制定具体的治疗计划，而我是在侦察岗位上坚守了十九个春秋的“老兵”。朋友会问我，长期从事医学事业的人，面对生离死别，会变得越来越冷漠，是不是见惯了生死，所以心被锤炼的越来越硬了？其实不是的，我们的心仍然柔软，面对生死，义无反顾。

抗疫战场的兄弟情

2020 年初，新冠病毒肆虐全球，医学影像技师刘宝玉、刘瑞超主动请缨，作为保定市第九批医疗队队员于 2020 年 2 月 22 日抵达汉武汉阳方舱医院。在这里，操作的技师除了穿上厚厚的多层隔离服，还要穿上负重 20 多斤重铅衣，四五个小时之内连续不断地拍片。工作不到一小时，就感觉里面已经湿透了。虽然很热很辛苦，但兄弟俩还是信心满满。“我们一定会把‘一中心’精神带到武汉，保证完成任务，要做就做最优秀的战士！”哥俩互相鼓励。十几年的兄弟，在武汉疫情的战场上，并肩作战、一路逆行，运用手中的“武器”，

探索敌情、精准发现，正在为打赢这场硬仗做出自己的最大努力。

用平凡成就伟大

疫情出现以后，为了保证患者及医护人员的安全，医学影像一科主任王淑梅在院领导支持下开设发热筛查患者 CT 专用机房和专用设备，保证技师配备的防护标准，时刻提醒战斗在一线的 CT 技师们要做好防护。年三十晚上，科里值班人员收到一份特殊的礼物——主任亲手包的水饺。“大家辛苦了，快来尝尝我的手艺，祝大家新年快乐！”摘下口罩，吃着热腾腾的饺子，整个科室洋溢着浓浓的年味儿，瞬间让大家忘记了值班的辛苦。同事晓晓在朋友圈写道：第一次过年值班就吃到了主任亲手包的饺子，还贴心带来腊八醋，实在是太幸福了！没有人生来就是英雄，却总有人用平凡成就伟大。奋战在前线的医务人员，他们是逆行者，更是平凡的英雄，为打赢这场疫情阻击战贡献力量。

实现心中的“英雄梦”

记得小时候老师最爱问的问题就是：“小朋友，你长大了想要从事什么职业呀？”我当时的回答就是当一名医生，大人们提起医生，总是用到救死扶伤、妙手回春、济世救人这些成语，那时候就觉得做医生伟大的不得了。当我真的成为了一名医生之后，才明白医生并不是万能的，他能做的就是时刻保持一份责任心，为所有需要帮助的患者提供及时的服务，尽可能的减轻病人的痛苦。保定市第一中心医院南院区被定为保定市疫情防控定点救治医院，收治确诊的新冠肺炎患者。明知有危险，但我仍主动报名到“最前线”，与病魔较量一下“法术”。现在回想起来，记起的不是穿着防护服工作时的劳累，也不是隔离期间的寂寞苦闷，而是作为一名医生的自豪。当然，这份自豪，也包括家人对我无条件支持的自豪，是她们理解和体谅，铸就我实现了心中的那个“英雄梦”。



爱与温暖永远都在

医生，一个与生命打交道的职业，而在冰冷的器械和紧张的气氛下，涌动的却是无尽的爱与温暖，让医生或是患者都有足够的勇气和信念跨过人生的每一道坎，去直面命运所赋予你的一切。

□ 耳鼻咽喉科 赵玮

我生活在一个三线小城，每天过着两点一线的生活，这个有着浓浓烟火气息的市井小城，不仅给了我恬淡、安静的生活，也给了我拼搏、向上的动力。

芸芸众生中，我是一位普普通通的耳鼻喉专业医生。医生，一个与生命打交道的职业，而在冰冷的器械和紧张的气氛下，涌动的却是无尽的爱与温暖，让医生或是患者都有足够的勇气和信念跨过人生的每一道坎，去直面命运所赋予你的一切。

走在上班的路上，不禁回忆起一天的工作。

这是一位 50 多岁的喉癌患者。最近的一次复查发现癌已经复发，需全喉切除手术和双侧颈部淋巴结清扫。全喉切除意味着术后患者会失去发音器官，颈部要终生佩戴金属套管以用来呼吸。很残酷，但却是活下去的唯一办法。

手术前，跟患者、家属谈话，主要是沟通他能不能接受这样的结局，以便术后能更好得配合医生的治疗。对一个个个体来说，失去身体的任何一个器官都是很大的打击，更何况是影响的患者语言和呼吸问题。但人生有时就是这样无奈，或许活下去就是最后一根救命稻草。

进了手术室，我拍了拍患者的肩，问他：准备好了吗？我希望在手术开始前给他最后一次鼓励。他笑着对我说：医生，放心吧，一切都交给您了！这是医生与患者之间最重要的信任与托付。

手术整整持续了 6 个小时，这对我来说是迄今为

止最难做的一台手术。患者体型肥胖，颈部又短又粗，在清扫颈部淋巴结时，血管、神经周围都被厚厚的脂肪所覆盖。要把血管和神经完整保留下来，而且还要把它周围的脂肪和淋巴组织尽可能的切除，就像在漫山遍野的厚厚积雪中，要把四通八达的道路打扫出来，让车辆能顺畅通行。清扫完淋巴结组织，然后做全喉切除，发现患者的恶性肿瘤已经突破甲状软骨板，侵及了覆盖软骨表面的肌肉，又把所有可能侵及的肌肉组织全部切除，再进行细致的逐层缝合。这台手术的确是消耗了自己很大的体力和脑力，身心俱疲，静默无言。

回到办公室打开手机，微信里出传来一条消息：花儿，收到了吗？瞬间，所有的疲惫都烟消云散了。没想到早已经忘记自己的生日，朋友却还一直惦记着。一大束盛开的鲜花静静在桌子上绽放，一股暖流涌进心里。在这个世界上，无论多难多累，当你在黑暗里负重前行的时候，却有人在默默惦记着你，当你在孤独无助的时候，却有人在默默的支持你，给予你前行的温暖和力量。

下班路上，看着形色匆匆的人群，她们或开心满怀、或神情落寞，或欢天喜地或伤春悲秋，人们在为各自的生活奔波劳碌着，也夹杂着各自的喜怒哀乐。作为一名医生，我为自己能成为这个小城百姓的健康守护者感到欣慰自豪。我坚信，在这个世界上，没有什么比健康更重要，比情谊更珍贵，爱与温暖永远都在。



档案是一份记忆，更是历史的传承。档案室以“档案见证历史巨变”为主题，从精选的馆藏视频、图片和精心凝练的文字，再现医院在党的正确指引下蓬勃发展的光辉历程。让我们一起，学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行！

从最初的几个人发展到现在的近百人，从单一手工操作的化验室发展到拥有世界一流先进的大型全自动标本前处理系统、全自动血液采集流水线，已通过国家行业认证医学检验科经过几代人的不懈努力，不断创造辉煌。图片见证历史，创新赢得未来。【待续】

①	②	③
④	⑤	⑥

1. 1964 年化验室工作人员合影
2. 90 年代检验科工作场景
3. 1996 年检验科尿检仪
4. 90 年代检验科主任杨亮工作场景
5. 检验科先进设备全自动生化分析仪
6. 2016 年 7 月河北省检验结果互认验收检验科一角

