



报春 吴红德摄影



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）

HEALTH INFORMATION 健康资讯



全国优秀医院期刊

保定市第一中心医院
总 309 期 2022 年第 5 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

国务院安委会综合检查组到我院调研
我院荣获河北省三八红旗集体称号
探访保定战“疫”救治最前线

保定市医学重点专科、重点学科

神经重症医学科

DEPARTMENT OF NEURO-CRITICAL CARE MEDICINE

神经重症医学科成立于 2019 年，承担着神经内、外科重症患者的集中救治工作。在科主任李炜的带领下，逐渐走向规范化、系统化、专业化发展道路。科室目前有医师 15 名、呼吸治疗师 1 名、护士 23 名，其中博士研究生 2 人，硕士研究生学历 10 人，承担着全院各科室住院医师和研究生神经外科重症轮转培训的任务，与北京天坛医院、宣武医院重症医学科结为联盟单位。科室开放床位 11 张，设有感染隔离病房一间，每年收治神经系统急危重患者近 400 人。

科室配备颅内压监测、BIS 监护、亚低温治疗仪、24 小时视频脑电、肌电图、术中神经电生理等多模式神经功能监测系统，以及呼吸机、监护仪、微量注射泵、营养泵、纤维支气管镜、可视喉镜、除颤仪等生命支持设备。

科室重点特色在于急危重脑血管病的诊断治疗及科学研究，在神经重症管理方面，如神经损伤的临床评估、镇静和疼痛管理、容量管理、机械通气、营养支持等方面均具有较强的救治经验，尤其通过对多系统的多模态连续严密监护，可及早发现及干预，最大可能避免和减少永久性神经功能障碍的发生。

科室集中收治的神经外科病种有大面积脑出血及重症蛛网膜下腔出血、重型颅脑损伤、严重颅内感染性及其他神经外科围手术期危重症；神经内科病种有大面积脑梗死、伴有颅内压增高、急性脑积水、呼吸衰竭的急性脑卒中患者、伴有呼吸障碍的癫痫持续状态，神经—肌肉接头疾病有呼吸衰竭患者如重症格林巴利、重症肌无力等重症疾病。科室以多学科诊疗为依托，为疑难危重病人提供全面系统管理及强大的生命支持，多次完成重大疑难患者救治工作。

“医”字感悟

最初“医”来源于战争，即盛放弓箭等的器皿，是一个非常象形的字：“放在箩筐里的箭（矢）”。“醫”是由三个字组成的，除“医”外，“殳”则是一种由竹片制成的锐利兵器，而“酉”则为古时泡药的酒。“远掷武器（矢）”加上“手握利器（殳）”，两字并列代表战争，两字之下置一“酉”字代表疗伤的药品，从而组成了“醫”的基本含义：救治战伤也。

因此，应该是先有“医”（武器），后有“醫”（即救治）。在“醫”之后接加一个“生”字，则代表从事“醫”这一行当的人，即醫生，就是职业。有意思的是，在北方常称医生为“大夫”，而在南方有时为“郎中”，大夫与郎中皆是古时的官职，但官阶不高，这也说明古代社会对医生的尊敬，但地位并不是很高。

医生多为读书人，单行医很难维持生计，因而，大多数医生既开设私塾教书又悬壶济世行医，所谓“壶”通“瓠”即葫芦！诗经中“八月断壶”，即指八月是收获葫芦的时节，古代医生常将药品存放在葫芦内，故以“悬壶”作为医生的别称，还有一句俗语“不知葫芦里卖的是什么药”也是典出自此。

凡为医者，皆应谨记孙思邈之语：大医治病，先发大慈恻隐之心，誓愿普救含灵之苦，若有疾厄来求救者，不问贵贱贫苦，普同一等，皆若至亲之想。静静地凝望由“医”和“生”组成的“医生”这个词语，更会感悟到为医者的境界。“医”乃三面围墙、中央置一箭，只能射向一个方向，那就是“生命”！若是丘比特的爱箭，则是医者仁心，治病救人，普济众生，但稍有闪失，则遗憾终身。因此，医生必须要求自己不能有任何疏忽、差错，因为医生所面对的是生命！这就是医生的责任：健康相系、生命相托、重若千钧。

来源《医师报》

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
JL1200028

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 5 月

CONTENTS 目录

2022 年第 5 期 总 309 期

01 卷首语

04 综合新闻

- | | | |
|----|---------------------------------|-------|
| 04 | 国务院安委会综合检查组到我院调研 | 赵洁 |
| 05 | 市卫健委领导五一劳动节慰问坚守抗疫一线工作人员 | 孙宇 |
| 06 | 我院收听收看庆祝中国共产主义青年团成立 100 周年大会 | 赵洁 |
| 07 | 我院召开纪念“5.12”国际护士节表彰会 | 夏凡 |
| 08 | 院纪委召开保密知识培训会 | 杨佳存 |
| | 市妇联、市直妇工委、市卫健委妇委会
慰问我院抗疫最美家庭 | 王伟 王波 |
| | 三天完成核酸检测 4.5 万余人次 | 郑红 |
| 09 | 市卫健委领导慰问我院抗疫一线护士 | 王伟 王波 |
| | 我院荣获河北省三八红旗集体称号 | 王伟 王波 |
| 10 | 我院完成住院医师规范化培训结业考核工作 | 曹萌 刘娟 |

11 媒体关注

- | | | |
|----|-----------------|------------|
| 11 | 绽放在保定战“疫”中的五四青年 | 程功 周莹 赵洁 |
| 12 | 疫情下的保定 120 急救 | 田媛媛 郑红 |
| 14 | 探访保定战“疫”救治最前线 | 李慧英 王日成 郑红 |

16 护士节专访

- | | | |
|----|----------------|----|
| 16 | 李慧君：以脚步丈量生命的长度 | 樊璠 |
|----|----------------|----|

18 社会责任

- | | | |
|----|--------------------------|----|
| 18 | 东院护理部组织“科普促健康 携手向未来”教育活动 | 夏凡 |
|----|--------------------------|----|

19 临床视点

- | | | |
|----|--|----|
| 19 | 普通外二科成功开展完全腹腔镜下
贲门周围血管离断术联合脾切除术 + 肝癌切除术 | 齐冲 |
|----|--|----|

20 战疫

- | | | |
|----|------------------|-----|
| 20 | 一呼一吸间的坚守 | 夏凡 |
| 22 | “微胖大白”妈妈写给孩子的一封信 | 骆静武 |
| 23 | 别怕 我们陪你一起度过难关 | 赵洁 |
| 24 | 特殊吉祥物——大白 | 李乾乾 |
| 25 | 让爱与希望在孩子们心中发芽 | 李青 |
| 26 | 越过严冬 迎接春天 | 王安军 |
| 27 | 共战疫情 你我同行 | 张麒 |

28 医患情深

- | | | |
|----|------------|-------|
| 28 | 你们是大爱无疆的天使 | 整理 杨雪 |
|----|------------|-------|

29 健康热线

- | | | |
|----|--------------|---------|
| 29 | 关于房颤您需要了解这些事 | 高楠 |
| 30 | 关注痛风 远离疼痛 | 姚明言 马静静 |

32 清廉家风

- | | | |
|----|-------------|---------|
| 32 | 弘扬好家风 共筑家国梦 | 王朝旭 章珂丹 |
| 33 | 好家风代代相传 | 张前 |

34 医声医事

- | | | |
|----|------|----|
| 34 | 雨天散记 | 赵玮 |
| 35 | 我和你 | 张聪 |

封面图片

保定市方舱医院正式休舱

方舱医院提供

封底图片

报春

吴红德 摄影



国务院安委会综合检查组到我院调研

□ 赵洁



5月26日下午，国务院安委会综合检查组第十五组内蒙古消防救援总队副队长一级指挥长李忠、黑龙江森林消防总队佳木斯支队一级督导员李显东、共青团中央青年发展部职业发展处副处长刘家开等一行6人对我院开展安全生产检查综合督导及安全生产和消防工作进行全方位检查。省河北省消防救援总队总工程师杜东升、河北省消防救援总队监管处处长马健、市卫健委副书记佟起波、市消防救援支队队长胥明智、市消防救援支队副支队长王建奎陪同检查。

院党委副书记、院长张志强首先对2021年度消防安全工作相关情况进行汇报。调研组听取汇报、访谈负责人、查阅审核相关材料，并走进医院中控室等场所，实地查看安全生产及消防工作。调研组专家对我院安全生产工作给予肯定，并提出了针对性改进建议及科学指导。

医院始终坚持“关注消防就是珍爱生命”的理念，将安全生产与消防安全摆在首要位置，严格执行“党政同责、一岗双责、齐抓共管、失职追责”制度和“三管三必须”要求，提高政治站位，压实消防安全责任，强根固基，狠抓隐患排查，树牢“隐患就是事故”理念。不断提升消防安全队伍业务水平，持续加大人防、物防、技防、智防经费投入，强化消防设施设备建设。同时，医院注重消防安全知识技能宣传普及，注重消防安全教育培训，并在总院区建成了全省医疗系统第一条消防科普知识长廊，有效提升全院职工、患者和第三方公司人员消防安全意识和应急救援能力。

院党委书记郭淑芹表示，医院将以此检查为契机，坚持边查边改、立行立改，落实落实再落实，推动医院安全生产和消防工作迈上新台阶，努力交出一份优异成绩单，全力保障人民群众生命财产安全和社会大局稳定。

市卫健委领导五一劳动节慰问坚守抗疫一线工作人员

□ 孙宇



疫去春来盼花开，人间最美四月天。一场猝不及防的疫情让古城瞬间静止。疫情就是命令，防控彰显担当，无数身影此刻选择逆行而上，领命出征。在保定市方舱医院、保定市第一中心医院南院（市新冠肺炎定点救治医院）就有这样一群人，他们闻令而动，奔赴战场，筑牢疫情屏障。

“五一”国际劳动节，仍有很多人坚守在疫情防控的第一线，坚守在各自的劳动岗位上，前方一线安危冷暖时刻牵动人心。5月1日上午，保定市卫健委二级调研员王彦秋在我院党委书记郭淑芹，党委副书记、院长张志强的陪同下，先后来到保定市方舱医院、保定市第一中心医院南院（市新冠肺炎定点救治医院）走访看望坚守岗位的工作人员，并通过视频远程连线的方式慰问一线医护人员，向他们致以节日的问候和崇高的敬意。

在走访慰问和视频连线时，王彦秋指出，在今天这

个特殊的节日里，也是值得铭记的历史时刻，保定零时起调整“城六区”分区分级管理措施，这标志着自今年4月初以来，安国市、博野县、竞秀区等地接连发生疫情后，我市疫情防控工作取得了阶段性胜利。在这个时刻，我们很多医护人员、公安民警、安保、保洁等疫情防控工作人员仍然艰苦地奋战在第一线，这种顽强奋斗的精神，救死扶伤、顾全大局、不求回报只讲奉献值得全体卫健系统学习。

王彦秋在讲话最后强调，希望大家继续努力，再接再厉，不辱使命，全力做好患者的救治任务，为早日实现保定市疫情防控“双清零”作出更大的贡献。

郭淑芹代表方舱医院托管单位在视频连线中表示，一中心医院全体医护人员时刻惦记着一线所有工作人员，代表方舱医院托管单位慰问大家，问候大家。保定疫情防控措施分区分级管理，这是最近（下转 06 页）

青春孕育无限希望 青年创造美好明天

我院收听收看庆祝中国共产主义青年团成立 100 周年大会

□ 赵洁

5月10日上午十点，庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会在北京人民大会堂隆重举行。中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平出席大会并发表重要讲话。我院党委精心组织集中观看了大会盛况，认真收听收看习近平总书记重要讲话现场直播。

会上，大家认真聆听、做笔记。总书记的讲话满怀深情、满怀期待，带领着大家一起回顾了共青团在中国共产党的领导下，开展青年工作、青年运动的百年历史，高度总结了百年征程中的历史经验，为新时代的青年工作指明了方向。他对新时代青年提出了新要求，激励广大团员青年在实现中华民族伟大复兴中国梦的新征程上奋勇前进，赞扬了青年始终是推动中华民族勇毅前行、屹立于世界民族之林的磅礴力量，是中国青年运动的先锋队，是党的忠实助手和可靠后备军。

（上接 05 页）一段时间大家共同努力、辛勤工作的结果，这是全体一线医护人员和舱外所有工作人员携手奋战的结果。疫情初期的局部爆发，我们克服重重困难，在防控最关键的时刻，大家挺身而出，是市委市政府的厚重关怀给了我们以决心和信心，是坚持给了我们以勇气！特别是在今天国际劳动节之际，劳动最光荣，奋斗者最美丽，在此我向大家表示由衷地敬意和感谢，感谢大家忘我的劳动，感谢大家艰辛的付出，就让我们以新时代保定精神为指引，以医者之担当，众志成城，携手努力，坚决打赢疫情防控阻击战。

张志强勉励大家，惟其艰难，方显勇毅，惟其笃行，弥足珍贵。4月9日，保定市方舱医院启用，近一个月时间我们一直在坚守，医护团队始终奋战在一线，不负

听着总书记一句句充满力量又饱含深情的话语，在场的每一个人都激动万分，动情之处响起热烈的掌声，并纷纷表示在未来的日子里，不负青春、不负人民、不负民族，以蓬勃的青春、奋斗的姿态，在奋斗中焕发更加绚丽的色彩。

庆祝仪式结束后，党委副书记殷树欣对全院团员青年提出要求，要深入学习领悟习近平总书记的重要讲话内容，并在实际工作中提升思想意识水平、不断践行。按照习总书记的指示，争做“五个模范”，追求政治进步，实现“人生三部曲”。为医院的发展、祖国的进步、民族的复兴，贡献青春的智慧与力量。在党和人民最需要的时刻、最需要的地方能够冲锋在前，跟随中国共产党走在时代的前列，不辜负党的殷切期望，不辜负祖国和人民的殷切期望。

辛苦，昼夜辛劳；服务保障团队无怨无悔，默默无闻，甘愿奉献。我们义无反顾地承担起市委市政府交给我们的光荣任务，使命神圣，责任重大，此刻在曙光即将来临之际，大家唯有上下同心，唯有继续坚守才能胜利，让我们抱定信心坚持就是胜利。

保定市方舱医院病区医护代表，方舱医院五病区科主任（河北大学附属医院）谭莉莉、四病区护士长（保定市儿童医院）王娜、院感巡视组组长（河北大学附属医院）甄景先后在视频连线中发言。我院副院长、方舱医院执行院长贾同乐主持视频连线活动。

我院党委副书记殷树欣，副院长田祥、贾同乐、樊峰萍，纪委书记付英，副院长李志红、耿志辉等参加走访慰问活动。部分职能处室负责人一同参加上述活动。

凝聚护士力量 守护人类健康

我院召开纪念“5.12”国际护士节表彰会

□ 夏凡



部分，护理工作者是医疗卫生战线的重要力量。无论是在平日繁杂的医疗护理工作中，还是在突发公共卫生事件的关键时刻，他们总是冲锋在救死扶伤的第一线，希望全院护理工作者在新时代、新征程中继续弘扬南丁格尔精神，不忘初心，砥砺前行，继续打造“一中心”的护理品牌，努力为群众提供高质量的护理服务，为医院的高质量发展贡献自己的力量。

在第111个国际护士节来临之际，5月6日，我院在总院远程会议中心举办以“凝聚护士力量，守护人类健康”为主题的“5.12”国际护士节庆祝暨表彰大会。院党委书记郭淑芹、院长张志强、党委副书记殷树欣、副院长田祥、贾同乐、樊峰萍，纪委书记付英，副院长李志红、耿志辉出席会议。我院中层干部、各科护士长及部分受表彰的护理人员代表共同参加会议，全院通过线上直播形式参会。总院护理部主任李慧君主持会议。

会上，郭淑芹首先代表党政领导班子向全院奋战在临床一线的护理工作者们致以诚挚的问候和崇高的敬意，并向本次获得省、市、院级荣誉的护理人员表示热烈祝贺。郭淑芹对我院护理团队在过去一年里以“舍小家为大家”的奉献精神 and “越是艰险越向前”的担当精神给予充分肯定，对护理团队保障人民生命安全和身体健康作出的突出贡献给予高度赞扬。

郭淑芹指出，护理工作是卫生健康事业的重要组成部分，

随后，副院长田祥宣读了《关于纪念“5.12”国际护士节表彰优秀护理工作者的决定》，决定对荣获省级、市级荣誉奖项的团队及个人，院级9个优秀护理团队、9名优秀护士长、9名优秀护士给予表彰奖励。宣读完毕后，获得荣誉的优秀团队、优秀护士长及优秀护士在热烈的掌声中依次上台领奖。

本次表彰会共设东院区、西院区、南院区（定点救治医院）、方舱医院4个分会场，院领导班子成员通过视频连线的方式，慰问坚守在隔离病区等地的护士，充分肯定他们付出的巨大努力、作出的巨大贡献，高度赞扬他们的崇高精神，鼓舞和激励着广大医护人员坚守一线，英勇奋战，全力以赴救治患者。

参会护士代表们纷纷表示，感谢医院的关心与支持，在今后的工作中一定坚守岗位、奋勇争先，为人民群众身体健康和生命安全保驾护航。

老年病科护士长曹志娇、重症医学一科护士李虹分别代表优秀护士长、优秀护士发言。

院纪委召开保密知识培训会

□ 纪检监察室 杨佳存

每年5月是保密宣传月，今年是第34个保密宣传月。为切实强化纪检监察干部保密意识，筑牢严防泄密的思想防线，5月26日下午，院纪委召开纪委委员、各支部纪检委员保密知识培训会。院纪委领导、各支部纪检委员20余人参加会议。

市妇联、市直妇工委、市卫健委妇委会慰问我院抗疫最美家庭

□ 院工会 王伟 王波

5月12日，市妇联副主席张威、市直妇工委主任杨鸿以及市卫健委妇委会主任杨肖莅临我院，表彰慰问我院2022年第二季度抗疫最美家庭，院党委书记郭淑芹、院长张志强及院领导班子成员参加此次慰问仪式。仪式上，张威、杨鸿及杨肖为抗疫最美家庭获得者李慧君、许云鹤、孙倩送上了鲜花并颁发了荣誉证书，为她们送去妇联组织的关心和问候，对获得荣誉的家庭表示祝贺和敬意，赞扬她们在抗击新冠疫情战役中做出的突出贡献，同时对我院参与抗疫一线的医护人员给予了高度评价。

三天完成核酸检测 4.5 万余人次

□ 郑红

随着保定市疫情形势趋于稳定，大部分单位和学校开始错峰复工复学，持48小时两次核酸证明上岗、返校成为刚需。5月8日早晨7点，在总院核酸采集点，尽管天气寒冷还下着雨，等候的人群却已排起了长龙。窗口处穿着白色防护服的护士们的手一刻不停，穿梭在队伍中的20多位红马甲志愿者和安保人员一边帮助维持秩序，一边指导不会使用手机挂号缴费的群众完成网上预约和打印检测报告。

医务处处长吴瑞峰介绍，面对核酸检测的人群骤增，医院立即启动应急预案，调配三个院区的医护人员，增加（16个）采集窗口和采集点，总院区继续保持24小时不停歇。

医院组建职能科室志愿者团队，帮助现场群众解决困难。由于两天突然降温，还下起了雨，等候的人群中大部分是孩子，院领导决定把户外采集点移到北住院楼大厅，避免老年人和孩子们着凉，并且免费发放瓶装水。截止到5月9日，三院区核酸实验室三天完成4.5万余人次检测。

自4月30日保定市区及周边县市区陆续解封以来，医院门诊量、住院量迅速增加，医院多措并举，加大门诊力量和医技科室检测效能，加快床位的周转率，满足住院患者需求。同时，组建多专业专家团队，通过互联网平台，为居家群众和行动不便的老年人提供常态化线上云咨询、云服务。

市卫健委领导慰问我院抗疫一线护士

□ 院工会 王伟 王波

5月12日是第111个国际护士节，市卫健委为护理团队送来了鲜花和蛋糕，并委托我院领导向奋战在抗疫一线的护理工作者致以节日的问候。党委书记郭淑芹、院长张志强、党委副书记殷树欣、副院长田祥参加慰问仪式。

郭淑芹代表院党委感谢卫健委一直以来对一线医护人员的关心关爱。优秀护士代表冯晶晶表示，护理工作能够取得今天的成绩，离不开领导的支持与帮助，我们将继续发扬爱岗敬业精神，高标准完成医院给予的各项工作任务。

活动结束后，总院护理部主任李慧君、东院护理部主任刘英乔、西院护理部主任马晨霞等负责人将鲜花和蛋糕送到隔离酒店，向奋战在抗疫一线的护理人员转达卫健委及院领导的祝福与关怀。

我院荣获河北省三八红旗集体称号

□ 院工会 王伟 王波

近日，河北省妇联对2021年度“河北省三八红旗集体”“河北省三八红旗手”进行表彰，我院喜获“河北省三八红旗集体”光荣称号。

据悉，我院现有职工4140人，其中女职工占全院职工人数的70.9%。近年来，院党委坚持凝聚人心、团结进取，充分利用“三八妇女节”“512国际护士节”“医师节”等节日举办医疗技能竞赛、演讲、才艺表演、秋季运动会等活动，为女职工搭建展示才华的舞台；同时，院党委重视女职工队伍建设，调动女职工工作积极性。巾帼不让须眉，医院女职工不畏艰辛、恪尽职守，精神饱满地战斗在医疗临床第一线，在多项工作中取得突出成绩，尤其在保定市疫情防控工作中发挥了突出作用。

疫情爆发以来，面对突如其来的严峻考验，院党委坚决落实市委市政府以及市卫健委的各项工作任务，肩负起新冠肺炎救治定点医院、城市核酸检测、区域急危重症救治中心等各项工作重任，先后组建医疗队驰援武汉、保卫河北、筑牢首都“护城河”，共派出4支医疗队伍出征驰援，20余支抗疫梯队约1800余名巾帼志愿者参与疫情防控。在打响疫情防控的人民战争、总体战、阻击战中展现巾帼力量，她们以敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆的职业精神，全方位、全体系的医疗救治功能彰显该院女职工担当和使命，为保障区域百姓的生命健康和兄弟城市的新冠肺炎患者救治作出贡献，书写可歌可泣的抗疫篇章。2022年，方舱医院在保定建成并投入使用，在市委、市政府以及卫健委指导下，依托该院组建工作专班，多部门齐心协力做好保障工作，全院巾帼志愿者积极行动，立足本职忠于职守，主动请缨参与一线防控。

近年来，医院先后有700余名医护人员获得抗疫相关荣誉和表彰，医院荣获河北省抗击新冠肺炎疫情先进集体，体检科荣获保定市巾帼建功先进集体称号。

我院完成住院医师规范化培训结业考核工作

□ 科教处 曹萌 刘娟

按照河北省卫健委《关于做好 2022 年全省住院医师规范化培训和助理全科医生培训结业实践能力考核相关工作的通知》要求，我院于 5 月 13 日至 5 月 15 日顺利完成住院医师规范化培训结业实践能力考核工作。

在新冠肺炎疫情常态化防控条件下，医院成立了由科教处、感控处等多部门组成的住院医师实践技能结业考核暨疫情防控领导小组，主管院长任组长，联合筹备结业考核工作，制定了《2022 年住院医师规范化培训结业考核实施方案》和《2022 年住院医师规范化培训结业考核疫情防控工作应急预案》，周密部署考核及疫情防控工作，全力保障考核工作顺利进行。科教处多次召开结业考核工作调度会及考务培训会，推进考核实施方案，详细部署考试各环节，确保考前准备到位，无疏漏环节。

该项工作得到院领导的高度重视，院长张志强、副院长李志红多次对结业考核筹备工作进行督导，对考场

布局、考试流程、疫情防控等提出了指导意见。张志强指出，住院医师规范化培训结业考核是住院医师步入临床岗位的最后一道关口，严把出口关是保证住院医师规范化培训质量，实现医师培训同质化的重要手段之一，要不断总结培训经验，完善考核方案、提高考务能力，提升硬件设施和培训条件，创造良好的培训与考核环境，为社会输送一批优秀住院医师。

科教处在严格考官培训、考务人员管理、考场环境消毒、考前防疫指导等方面筹措谋划，充分做好突发事件的研判与应急处理。

考核期间，保定市卫生健康委科教处郭祥战到现场进行巡考，对考试流程、组织实施、疫情防控工作给予充分肯定。

经过严格规范的部署，我院承接的神经内科、眼科、耳鼻咽喉科等 10 个专业 59 名考生顺利完成考核任务。



绽放在保定战“疫”中的五四青年

自新冠肺炎疫情伊始至今，两年多时间，中国青年挺身而出，奔赴战疫前线。在此次抗击疫情的保定战役中，诸多青年工作者投入战“疫”工作当中，他们用自己的方式，昂首阔步，向阳而生，谱写着属于这一代人的青春记“疫”。在第 72 个五四青年节到来之际，谨以此文献给这些新时代最可爱的人。80、90 “大白”的“深夜食堂”

□ 河北青年报记者 程功 见习记者 周莹 通讯员 赵洁

保定市主城区和新三区封控管理期间，保定市第一中心医院派出 200 余名医务人员，其中 90% 队员由 80、90 后组成。为配合完成全民核酸采集工作，医疗队连续奋战到凌晨，当社区居民得知所有医护人员没吃饭时，居民们纷纷返回家中给医疗队伍送来了爱心零食礼包，让这群医护人员感受到了居民们送来“深夜食堂”的温暖。深夜的采集队伍站点没有路灯，志愿者们陆续点亮手机手电筒为大家照明，以保证工作正常进行。

隔离病房里的“大白妈妈”

在保定市新冠肺炎定点医院里，有这样一群护士，在小患儿隔离治疗期间，成为了他们的“大白妈妈”。

据第五梯队护士长李悬回忆道：“那天，正在午睡的三岁小朋友突然睡梦中惊醒，哭着喊“妈妈抱抱，妈妈抱抱”。穿着防护服，戴着防护面屏，我没有办法像正常抱孩子的姿势一样去安抚孩子，只能像抱婴儿似的抱着她。孩子的泪水滴在我的防护服上，小手紧紧抓着我的防护服，在那一刻，我坚强的内心瞬间被触动，我不只是孩子眼中的大白，我是实实在在的妈妈，一个能让孩子安心入睡的“妈妈”。不知是汗水还是泪水，模糊了我的视线，防护面屏已看不清孩子的面孔，酸楚的胳膊让我意识到这是个需要母爱的“孩子”，我要给他一个温暖的怀抱，替他的妈妈给他一个安稳的午睡”。

特殊感染者的“特殊家属”

保定市新冠肺炎定点医院有一群特殊感染者，不仅

感染了新冠病毒，部分患者还同时有着多种基础疾病，存在多种高危因素。

当时病房里有一位严重心衰的新冠患者，医护人员为病人制定详细治疗方案后，控制血压，保证尿量，用药的计量几乎每天都在调整。同时，护理人员严格记录病人的出入量，时时刻刻关注病人的出入平衡。病人入口的每一顿饭、每一杯水都经过电子秤的称重，出量也是严格记录，在医护人员的精心照料与治疗下，该心衰患者已康复出院，“住院期间虽然没有家人的陪伴，但在这里的每一天，我都认为自己一直有一群特殊家属陪在身边”。该患者对记者说道。

病房里的“人体开塞露”

在 14 梯队护士长王晓静的患者中，一名患者不仅生活不能自理，并且几天没有排大便，这可急坏了主任及医生团队。护士们一起为病人灌肠辅助通便，不怕脏不怕累用手为病人抠出大便，清洁后给病人换上干净的纸尿裤。一旁的病人老伴非常感激的急忙道谢！得知病人排出了大便，压在医护心里的一块大石头终于落了地，病人老伴连忙道谢，并说道：“谢谢你们的人体开塞露”救了我老伴”。全体医护人员在医办室相视大笑，也许这就是医护人员特有的“幸福”。

他们就是这样一群人，青年人应有的样子，在抗疫中贡献了不可估量的力量，无奋斗、不青春，他们用微笑和汗水诠释了青春最美的样子，用行动展现了新时代青年的责任担当。

“5.12”国际护士节来临之际，市卫健委联合市护理学会通过线上线下相结合的形式，到我院南院（市新冠肺炎定点救治医院）、方舱医院，为白衣披甲、逆行抗疫一线护士送上节日祝福和精美礼物，对一线护士进行慰问。（夏凡）



疫情下的保定 120 急救

4月25日，保定主城区及新三区摺下了“暂停键”，为加强疫情防控的医疗急救工作，保定市急救中心的百余名院前急救人员坚守岗位，全天保持近四百频次的超负荷运转，为患者提供急救医疗服务。

□ 燕都融媒体 田媛媛 通讯员 郑红

工作量激增 需十几个小时“超长待机”

自2022年4月25日15时起，保定市主城区及新三区进入区域封控状态。对于我院120指挥中心及院前急救团队来说，工作变得异常忙碌。截至4月26日15时，平时每个组每班次接诊由十次增加至超过十五次，保定市120院前急救工作量增加了逾50%，“因为疫情，很多患者无法自行赶往医院就诊，这也是导致工作量激增的原因。”120急救中心工作人员告诉记者。

刚刚送完一位患病的老人，莲池区急救分站的院前急救医生魏巍还来不及喘口气，又接到了一个新任务：“这是一位手臂受伤两天的母亲，因为孩子患有特殊疾病无法离开家长的照顾，所以两天来一直忍着疼痛直至坚持不住才拨通了120急救热线。”检查伤情、固定好受伤手臂，魏医生搀扶着这位母亲，抚慰并引领者她的孩子，将他们母子就近送到医院急诊科，向接诊医生详细交接了这位特殊病人的情况，将孩子交个医生们帮忙照顾。安顿好这对母子后，魏医生未曾停留一分钟，带



着队员们又奔赴下一个现场。

“这只是我们一个分站的工作状态，保定市主城区设有7个急救分站，每个分站有两组人马，负责对全市急救患者进行分类救治和转运。尽管疫情来到身边，院前急救的工作人员顾不上家人，在尽力保护自己避免被病毒感染的同时，每天超过12小时的“超长待机”，最大限度满足患者的需求。提供医疗急救服务是我们的责任。”院前急救科副主任崔春杰说。

不敢吃一口热乎饭 饿了只能吃些面包果腹

除了向患者提供急救医疗服务，接诊过程中对患者的照料服务也日趋增多。这一天来，不少寻求120急救求助的老人自己封控在家，身边的亲属均不在身边照顾，每遇到这种情景，急救中心的工作人员除了做好病情诊断、处理治疗，还要担负起照顾病患的职责。

在一栋没有电梯的居民楼，院前急救人员拿着急救药箱和担架，飞快地爬楼梯奔到了五楼。这是位因突发心肌梗塞的患者，急救人员来不及喘口气，立即对患者实施心肺复苏救治……经过一番抢救，患者意识稍有好转，急救人员将其移至担架上，小心谨慎将其从五楼移送至救护

车上，向医院方向飞奔而去。

“时间就是生命，我们希望院前急救为后期治疗争取更多的时间。”急救人员说。

等送完这位患者，时针已经指向了下午15时，而此时急救人员还没吃上午饭。“说实话，即便我们吃饭，也就吃点面包、方便面果腹。”120车队队长蒋立勇对记者说。看到记者的疑惑，他解释说：“值班期间，像饺子、面条这些家

常饭，我们几乎从来不敢奢望，因为可能饭来了，下一个任务也到了，呼救就是命令啊，先完成任务再吃午饭这是肯定的，可等再回来这些饭也没法吃了。”

除了院前急救，120车队还担负着保定市方舱医院患者向新冠肺炎定点救治医院转运、核酸采集标本转运等工作，“司机们开着几辆负压车马不停蹄地周转，虽然很危险，但没人退缩。”蒋立勇自豪地说。

面对疫情来袭，保定市120指挥中心大厅的呼叫电话此起彼伏，工作人员忙而有序，与全院医护人员并肩奋战在抗击疫情的战场。





探访保定战“疫”救治最前线

疫情来袭，方舱医院、定点救治医院，无疑是离危险最近的地方。4月30日，记者走进保定市方舱医院和定点救治医院，探访这场没有硝烟的战“疫”的最前线。

□ 长城网记者 李慧英 王日成 通讯员 郑红

“黑科技”大显身手

消杀机器人、智能化生命体征检测仪、网络版心电图机、多学科云会诊平台……在保定方舱医院，一系列“黑科这些“黑科技”不仅是方舱医院战“疫”一线的得力助手，更带着战胜病毒的坚定信念，成为保定科技战“疫”的重要底气。

上午9时许，通过在办公区的远程监控系统看到，方舱医院病区内，医护人员开始例行检测患者生命体征。不同于传统检测方式，在这里，智能化生命体征检测仪1分钟就可以完成1名患者的检测，遍布方舱的5G专项宽带网络可以保障信息实时录入，并传输至患者诊疗信息系统。

“由于方舱医院主要收治的是轻症患者，从入院的

预检分诊到分配床位，每天医护人员要对患者进行体温、心率、呼吸频率、血氧饱和度测量2-4次。如果用纸张来记录数据量太大，而且为防止病毒传染，记录的纸张无法往外传递。智能化生命体征检测仪的引入，彻底解决了无纸化护理难题，同时大大减轻了医务人员的工作量。”保定方舱医院执行院长、保定市第一中心医院副院长贾同乐告诉记者。

在办公区的远程会诊中心，贾同乐拿出手机，点开多学科云会诊平台，CT影像、心电图、化验结果等所有病例信息一目了然，“通过云会诊平台，我们可以用手机进行线上会诊，保定市应对新冠肺炎疫情医疗救治专家组成员全部在线，24小时随时可以发起会诊。一方面大大减少专家进入方舱的风险，另一方面可以调动全市医疗专家为患者服务。”贾同乐介绍。

精细化管理成为“法宝”

每日体温监测、核酸检测、为患者发放中药、带领患者锻炼身体、对患者进行心理疏导；改善舱内条件，给每个床位挂拉帘形成相对隐私的空间；建立图书角，丰富舱内儿童及青少年课余生活……白衣之下、护目镜之后，是医护人员的默默坚守、无私付出。

4月9日，方舱医院正式启用，保定市卫健委从全市医疗机构抽调400余名业务熟练、责任心强的医疗、护理、院感等骨干力量，组建方舱医院医疗梯队，全力开展救治。

“一线岗位再苦再累，风险再大，也要让患者早日治愈出院。同时，把我们的组员都安全健康地带回去。”方舱医院病区护士长、河北大学附属医院感染科护士长杨洁介绍，医护人员每6小时一个班，24小时轮班上岗。

细节决定成败。院感防控是保障方舱安全运行的屏障。我院感控处主任刘丽萍介绍，感控处负责严守医护人员、车辆和物资的“入口关”。一方面落实“人防”，对所有方舱相关的工作人员强化管控，严格检测体温、检查防护穿戴情况；另一方面做到“技防”，加强院感防控措施、优化诊疗流程；再加上“器防”，规范消毒剂和消毒器械的使用，实现人、技、器“三防”融合。走进方舱物资库，物资摆放井井有条，方舱医院管理办公室主任、护理部主任李慧君正忙着核对物品清单。李慧君将6S管理模式引入方舱管理中，即整理、整顿、清扫、清洁、素养、安全。“医护人员来自十几家医院，平时的习惯、工作场景不同，而且交接班的次数非常多，在每个区的物品清点交接上耗费大量时间，且不好管理。于是我们采用了6S管理模式，流程明确，效果显著。”李慧君介绍，经过6S管理的整理整顿，所有物品都采用清单制管理，大到抢救车、移动护理站，小到一支体温表、一支笔，都定点定位放置，标识清楚，一目了然，大大节约了交接时间。在方舱，记者看到的是秩序井然、温暖有爱。截至目前，已有61名患者达到出院标准，走出方舱。

“一人一策”精准救治

下午3时许，在保定市新冠肺炎定点救治医院的远程会诊中心，每日例行会诊正在进行。“病人体温目前已降到37℃以下……”隔离病区主任李炳华向在场专家进行了病例汇报，专家们在仔细聆听病史、查看最新检验检查结果后，分别从呼吸、药理等方面进行分析会诊，并给出个性化治疗方案。

如果说方舱医院是“生命之舟”，那么，定点医院就是战“疫”堡垒。因为这里收治的病人年龄跨度大，且多患有糖尿病、心脏病等基础病，救治难度大。

“在市卫健委统筹调配下，我们组建了模块化的救治梯队，每个梯队包括医生、护理、院感等专职人员，每个梯队的负责人都由具有丰富抗疫经验的科室主任来带队，梯队成员以呼吸、感染、影像、中医等专业为主，根据患者实际情况，动态调整梯队人员，坚持多学科诊疗，保证患者得到最积极有效的医疗救治。”医务处副处长许云鹤说。

尽管有着丰富的新冠肺炎救治经验，还曾参与援鄂，专家组成员杨卫依然感觉压力不小，“本轮疫情传播范围大，涉及人群广，且患者年龄跨度大，尤其是一些老年人，基础病比较多，需要多个专业协同作战，减少发展成为重型和危重症的可能，给救治带来不小的挑战。但是基于以前的救治经验，我们已经形成了一套成熟的救治方案，严格按照国家新冠肺炎诊疗方案，实行‘一人一策一方案’，提高综合救治能力，全力护佑患者健康。”





李慧君：以脚步丈量生命的长度

□ 樊璠

“派往新冠肺炎定点医院护理救治梯队 14 支，护士 178 人次；15 支梯队 240 余人进行特殊人群常态化核酸采集工作，每周 2-3 次；100 余人支援高新区社区卫生院开展疫苗注射工作……”在 2022 年度“5·12 国际护士节表彰大会上”，总院护理部主任李慧君有些哽咽，“这每一个数据的背后，是医院护理人员全力配合疫情防控工作整体部署的成果，她们召即来、来之战、战能胜，成长为新冠疫情战场的英勇主力军。”

在新冠肺炎定点救治医院、方舱医院、核酸采集、发热预检、疫苗接种等诸多战场的战斗中，护理队伍连续作战、勇于担当，秉承“战时的状态、战时的机制、战时的精神”的工作作风，承载使命，不负重托，全力配合医院抗疫“一盘棋”，打好医院战疫“组合拳”。

以忠诚铸锋刃 剑指疫情一线

2 月 5 日，大年初五，急促的电话铃声打破了团圆的祥和。“李主任，南院需要重症梯队上了。”李慧君

匆匆挂断电话，心中复盘了一下成员名单，“刘颖、张莎莎、李虹、尹行、刘铮……重症梯队的人员我们提前都定好了，随时上战场，他们也都是有过援鄂、援石、定点医院等经验的‘抗疫老兵’，经验、能力各方面都是百里挑一的精锐部队。”至此，我院派出了‘锋利的剑’直指疫情战场。

“4 小时的工作时间看似不长，但处于弥漫病毒的恶劣环境、厚重不便的层层防护服、不间断的护理操作很大程度上加重了我们护理人员的工作难度。”面对复杂严峻的疫情，李慧君带领护理部制定疫情救治应急体系，完善梯队建设、细化应急流程、有序改造病区；同时，健全护理管理制度、精准有序护理治疗、人员弹性调配，让各项护理工作及时、高效、可控管理。“人员的弹性调配，我们会根据患者的情况及时调整梯队成员，比如最近有些年纪很小的儿童患者，我们紧急调配了具有儿科工作经验的儿科护理团队，设立儿科专班，对这部分小患者进行 24 小时不间断的照护。”

疫情形势严峻，方舱医院的建设迫在眉睫。实地考

察方舱医院环境、规划方舱医院布局、落实入舱人员培训、建立护理管理制度、弹性排班……李慧君带领医院 5 名护理人员组成运营专班，事无巨细，统筹规划，日夜坚守在方舱医院。“迅速组建团队、模拟入舱流程、把控护理质量、联动病区内外、协调物资充足畅通、保障患者平稳出舱等各项工作有效衔接，”自 4 月 9 日 19 点接收第一名患者开始，李慧君在这场战疫中便发挥着重要的“枢纽”作用。

“引导组负责患者的接收、信息核对、送至病区，一日三餐、饮用水等生活用品及医疗救治所需的一切设备、药品的运输，小到口罩、注射器，大到呼吸机、监护仪，电梯无法使用，他们手拉肩扛，保障了每一件物资的顺利流通。”李慧君带领护理团队创新性地建立了设置导引组、物资供应组、核酸采集组班次，合理优化各班职责，充分利用人力资源，保障病区护理工作质量。从首批护理人员派驻方舱医院开始，李慧君积极探索病区护士长负责制新模式，由病区护士长统一管理，统筹病区全部工作，及时梳理医护人员防控措施、工作流程、岗位职责等内容，最大限度保障患者安全。

以赤诚铸护盾 守卫一方热土

关键时刻冲得上去，危难关头挺得住。疫情以来，李慧君拟定了全院护理防控预案、防护培训、护理人员调配等诸多制度、文件，迅速分批次培训，合理排兵布阵，护理团队在核酸采集、发热预检、发热门诊、疫苗接种、高速路口筛查等院内外各个抗疫战场上迸发力量。

对全院护理人力的精准把握和有效调配，是我院护理团队有效作战、能打胜仗的法宝。“不仅要针对定点医院需求选出合适的护理精兵，还要保证院内疫情防控、常规工作有效运转。”每一批驰援的护理队伍，李慧君都亲自“点兵”，“哪些科

室人员符合这次派遣要求、工作年限是多久、家中是否有孩子、各方面的条件都需要充分考虑。”李慧君事无巨细地紧盯各个环节，虽然人在大后方，但她的心却一直牵挂着前方的每一位梯队成员。

为了高效完成日常保定市公安系统 5000 余人、保定监狱 1000 余人以及临时派遣核酸采集工作，李慧君固定梯队护理人员对其进行核酸采集，每周执行外出采集核算任务 2-3 次。“无论是 -20℃的严寒夜幕，还是 38℃的酷暑烈日，我们的采集人员穿着防护服，一次次奋战在核酸采集的战场，披星戴月，真的很不容易。”情至深处，李慧君眼眶湿润了。

4 月 25 日，保定市启动全员核酸检测，医院接到核酸采集紧急任务，立即反应，迅速遴选护理梯队 200 余人集结整装，以最快速度配备防护物资，紧急调配车辆，集合队伍开进任务区，护理团队以高执行力、凝聚力圆满完成此次任务。

防控工作不断升级，病区的疫情防控管理、患者的安全成为院内工作的重要一环。加强患者及陪护腕带等管理，严格控制陪护人员数量，禁止探视，降低潜在院内交叉感染的风险，切实严守病区疫情防控第一道安全屏障。

没有豪言壮语，在日常的工作中，李慧君总是率先行动、全力以赴，不分昼夜地想办法解决问题，穿梭于每一个需要她的角落，以脚步丈量生命的长度。



东院护理部组织“科普促健康 携手向未来”教育活动

□ 夏凡



在第 111 个国际护士节到来之际，为贯彻落实党中央国务院关于科普和科学素质建设的重要部署，响应中华护理学会“护理科普活动周”的倡议，5 月 12 日，东院护理部组织产科、手术室开展“科普促健康，携手向未来”科普教育活动。

义诊现场，产科护士长刘小青和助产士们对前来就诊的孕产妇们进行了孕期健康营养知识的宣教，并现场

进行问卷调查，同时耐心地查看病历资料、听诊，细致地为孕产妇们答疑解惑，护士们通过讲解科普宣传展板、发放宣传资料，让孕产妇在候诊间隙正确认识孕期产后常识。

与此同时，在手术等候大厅，手术室副护士长崔少宁通过 PPT 的形式为患者家属揭开手术室的神秘面纱，普及手术室相关知识，消除患者家属的疑虑及恐惧。

在眼二科示教室，护士长柴凤婷、护士许敏英运用通俗易懂的语言为患者和家属科普用眼常识。在眼二科门诊候诊室，护士莫负华、高杨以小讲课的形式让市民在候诊间隙提高对糖尿病视网膜病变、眼底出血等的认知，同时为候诊患者讲解同时发放宣教资料。

据保定市护理学会手术室专委会主任委员、我院东院护理部主任刘英乔介绍，科普健康知识是每个护理工作者的使命和担当，通过此次系列活动，不断满足人民群众日益增长的健康知识需求，有力推动护理专业科学化、创新化、专业化发展。

我院主持召开 2022 保定市帕金森病诊疗新进展论坛

5 月 25 日，我院神经内五科牵头线上举办“2022 保定市帕金森病诊疗新进展论坛”，学术会议分为“专家讲座”“病例荟萃”“百家争鸣”三大版块，来自保定区域各医疗机构 300 余人观看会议直播，并通过视频互动分享。

首都医科大学宣武医院马敬红教授、河北医科大学第二医院王慧娟教授就最新版的帕金森病诊疗指南及帕金森病的诊断与鉴别方面的内容进行了详细的讲解。河北医科大学第二医院崔丽丽博士、保定市第一医院张颖副主任医师、我院张欣主治医师进行了经典病例分析。随后，与会专

家学者就帕金森病诊疗过程中的一些难点问题及最新的研究方面展开了讨论，现场热烈气氛将会议推向高潮。

会议执行主席、神经内五科主任高娟在总结中指出，帕金森病是一种常见的神经系统退行性疾病，给社会、家庭带来极大负担。本次交流会旨在为大家提供交流平台，提升区域医疗机构对帕金森病的规范化诊疗水平，为以后精准医疗打下了良好的基础，减少帕金森病的致残率，提高患者生活质量。

(神经内五科 齐凡星)

普通外二科成功开展完全腹腔镜下贲门周围血管离断术联合脾切除术 + 肝癌切除术

□ 普通外二科 齐冲



前不久，葛女士因“肝硬化、门脉高压合并脾亢”两次大量呕血住院治疗，出院后一个月又出现黑便，遂来到普通外二科就诊，接诊的李晓宁副主任收住院治疗，通过检查又发现了肝脏恶性肿瘤，家属焦急万分。

普通外二科主任姜战武介绍，该患者患有肝硬化门脉高压，肝硬化、门脉高压合并食管胃底静脉曲张、脾功能亢进，容易反复发生呕血、黑便。“考虑到患者目前保守治疗效果不佳，肝功能、凝血功能较差，但仅仅 1 个月病人又出现黑便，加之患者合并脾功能亢进，平时刷牙经常牙龈出血，输液针眼青一块紫一块，随时可能再次大出血危及病人生命，此次住院又发现肝癌，手术治疗是最佳选择，但手术风险极高，将面临术中术后大出血的风险。”

于是，姜战武带领团队对患者进行了全面的评估、分析和讨论后，决定对葛女士实施完全腹腔镜下贲门周围血管离断术联合脾切除术 + 肝癌切除术。“传统的开腹手术通常要 30-40cm 的大切口，创伤大、病人术后

恢复时间长；而腹腔镜下贲门周围血管离断术联合脾切除术虽然手术难度明显增加，但比传统手术创伤更小、手术效果更好，病人也恢复较快。”在为葛女士和家属在详细讲解治疗过程和告知手术风险后，患者和家属欣然接受手术。

有了患者和家属的信任和理解，姜战武主刀，在李晓宁和齐冲医师的配合下，仔细解剖、精细操作，完全腹腔镜下顺利完成了贲门周围血管离断术联合脾切除术 + 肝癌切除术。术中出血不多，术后患者很快清醒，各项生命体征平稳，安全返回病房，在普通外二科医护人员的精心护理下，恢复顺利，术后 11 天出院。

近年来，普通外二科以技术为着力点，不断突破技术难点，成熟开展胆囊切除术、胆总管切开取石 T 管引流术、早期胆囊癌根治术等三十余种腹腔镜微创手术，始终秉承“尚德精术、和谐图强”的医院精神，为广大患者提供安全、高效的治疗技术及服务，为百姓的生命健康保驾护航。



一呼一吸间的坚守

4月11日，我院南院隔离病区医疗救治组第四梯队圆满完成任务，开始为期14天的隔离生活，呼吸与危重症医学二科副主任、第四梯队队长勾小华终于放下了心。

□ 夏凡

“紧张可以 但绝不能慌乱”

3月3日晚，勾小华接到医院打来的电话：“第四梯队立即派驻医生，你来当队长，能不能上？”“我可以！”勾小华没有一丝犹豫，转身收拾衣物，20分钟后出现在医院体检科，为上“战场”做着最后的准备。

出发前，医院领导再三叮嘱：既要做好自我防护，同时用自己良好的专业技能，尽心做好患者的诊治和心理疏导。有了队长的担子，勾小华立下了“军令状”：

第一，要保证第四梯队所有医护人员零感染；第二，要保证病人安全，全力阻止病情转恶；第三，要保证疫情管控流程顺畅。

3月4日，勾小华作为保定市第一中心医院南院隔离病区医疗救治组第四梯队队长，与44名队友们入驻定点医院进行新冠肺炎救治工作。

这不是勾小华第一次奔赴抗疫战场。2020年2月初，她接到医院命令，各科室抽调骨干力量组成第一批队伍进入隔离病房，分管疑似新冠肺炎患者的诊断与治

疗。在隔离病房坚守27天后，为减轻科室和医院人员压力，她主动申请坚守岗位，她说，这是她义不容辞的责任。

凭借此前积累的工作经验，在南院区隔离病房的工作虽然忙碌但也很有序。每天，勾小华需要对病区患者前一天的治疗情况进行汇总并提交专家组讨论，及时调整治疗方案，还要根据情况将具体任务细分至各工作组，确保救治工作有条不紊推进，如同作战前沿的指挥官，每天将各项作战任务下达到各组，确保整个医疗救治工作高效、有序开展。

尽管医院多方挑选干将组成队伍，事实上，病人比想象中来得快，病情变化得快。医疗队要做的第一道题，是规划病区进出路线，划分分区管理，保障患者、医护和工勤的正常生活。面对迫在眉睫的病区布置和院感防控工作，勾小华第一时间科学划分工作小组布置任务，很快各项工作安排得井井有序，仅2个小时就完成了病区调整工作。

当天，医疗队迎来了新一批患者。作为队长，勾小华带领队员共同顺利完成了首批患者的收治工作。“说实话，接到这个重任，感到压力很大，我告诉自己，紧张可以，但绝不能慌乱。”

“患者在哪里 我们就在哪里”

提及勾小华所在的呼吸与危重症医学二科，她的眼神里充满着自豪。

科主任杨卫是一名“久经沙场”的抗疫老将，在2020年初的保定抗疫战场，他作为保定市新冠疫情救治专家组成员，为保定市抗疫取得“患者零死亡、医务

人员零感染”做出了贡献。随后，他先后参加了2020年的武汉抗疫、2021年初的援石抗疫。护士长李亚作为第三梯队队长护士长，显示了她过硬的护理管理能力和“一中心”护士长的责任担当。“团队的力量让我充满信心，因为我不是一个人在战斗。”勾小华感慨。

实际上，多学科介入是这次新冠肺炎治疗手段中的“核心”，这并不是任何一个科室单打独斗就能扛下的任务，许多有基础疾病的病人往往容易加重病情，更需要多学科一起努力。疫情也正是对呼吸学科的一次全面检验。“集结号”吹响之时，没有一个人犹豫说“我不行”“我去不了”，全都是“没问题”“我能去”，救治工作再苦再累，队员们没有一句怨言，这让勾小华十分感动。

这几天，休养的队员们在群里聊天，大家都不约而同地再次向医院请战，希望尽快回归工作岗位。勾小华说，“大家都说我们是英雄，其实，我们只是做了医护人员应该做的事情——患者在哪里，我们就在哪里。”



“微胖大白” 妈妈写给孩子的一封信

□ 心脏血管外科 骆静武



亲爱的儿子：

妈妈已经离开家 39 天了，你有没有想妈妈？妈妈特别想念你和爸爸，忙了一整天，现在终于能安静地坐下来把想对你说的心理话讲给你听。

儿子，请你原谅妈妈。妈妈选择请战去抗疫一线的时候，并不是因为不爱你，更放不下内心对你的牵挂，而是因为妈妈作为一名医务工作者，有责任和义务冲在前面，用自己的专业知识和技能去保护那些受到病毒侵害的人们，帮助他们战胜疾病。

妈妈初次在病房见到那些生病的小朋友的时候，他们低着头倚坐在病床边的角落里，充满了惶恐与不安。他们变得不爱说话，饭量很小，睡眠质量也很不好，有的小哥哥甚至吵着要回家。这些给妈妈带来了巨大的震撼和压力。这些哥哥姐姐也就比你年长几岁，却因为新冠肺炎病毒独自一人离开了他们的爸爸妈妈。看到了他们就想到了你，想着一定要帮助他们早日战胜病毒，回到宽敞明亮的教室，回到爸爸妈妈温暖的怀抱。

妈妈利用休息的时间，像学校的老师一样，查找相

关的资料备课，然后像老师讲课一样，给生病的哥哥姐姐们讲解新冠知识，帮他们树立战胜病毒的信心。在病房里，妈妈反复给他们演示正确的洗手和佩戴口罩的方法，帮助他们改正做得不对的地方，然后像妈妈在家叮嘱你不能挑食一样，告诉他们要保证各种营养的摄入，还督促他们每天下床活动锻炼身体，教给他们呼吸功能锻炼的方法。

起初，对于妈妈的唠叨，他们有点不耐烦。于是妈妈就想办法，带动同屋的叔叔阿姨一起，和他们聊天、听歌、看视频，放松身体。同时帮他们和家里人联系，让他们和家人视频电话。儿子，你知道吗，通过妈妈

这几天的努力，病房里不再鸦雀无声，时不时传出他们爽朗的笑声。妈妈走进病房，他们还会主动和妈妈聊天，“今天的饭有没有吃完；今天的厨师叔叔做的哪个菜最好吃；今天下床活动了多长时间”等等。哥哥姐姐们变得开朗起来，脸上的恐慌与不安也不见了，你是不是也为妈妈开心。

还有一件更幸福的事情，妈妈想和你分享。在妈妈和叔叔阿姨的努力下，有位小姐姐已经出院了。就在救护车门要关闭的时候，小姐姐对着妈妈竖起大拇指，大声地说：“阿姨，谢谢你。”听到这句话时，妈妈哭了，妈妈感到付出的所有一切都是值得的！面对病毒，妈妈是勇敢的“大白”，妈妈没有害怕，没有退缩。希望你在面对困难时也能像妈妈一样勇往直前。

妈妈希望疫情早日过去，咱们一家人去感受春天的绿意与阳光；感受春天带给我们无尽的快乐与欢笑；感受春天带给我们无尽的温暖与幸福。

最爱你的“微胖大白”妈妈

4 月 11 日

别怕 我们陪你一起度过难关

□ 赵洁



窗外漆黑的夜色笼罩着一切，这里的凌晨两点格外安静。

保定市新冠肺炎救治定点医院护士邢新美认真仔细地穿好防护服，戴好护目镜和同事交接好班。即使是再深的夜，她也会像黑猫警长一样时刻保持警惕，丝毫不会错过每个病房患者的任何变化。

突然，仪器报警声响起，邢新美快步走过去。是 17 床的患者又把高流量吸氧仪的吸氧管扯开了。他一见夜班护士走过来，神情焦躁而生气地说：“我不要带这个破东西，喘气不痛快，太难受了！”断开了高流量

吸氧仪的氧气后，他的呼吸变得急促，氧饱和度从 98% 下降到 92%。

细心的邢新美看到，患者的一边，手机还亮着，界面显示着最新的疫情确诊人数、死亡人数……邢新美顿时明白了患者焦躁不安的原因。

所有患者在这里接受隔离与治疗，他们都是通过手机与外界交流。在没有亲人陪伴的日子里，他们与互联网铺天盖地的消息为伴，尤其喜欢捕捉一切与新冠相关的尽可能多的资讯。身在局中，更容易受其干扰，导致焦虑、担忧、恐惧等负面情绪波动。

于是，邢新美开始了又一轮的心理疏导，“您现在的病情和原来相比已经好了很多了，目前治愈的人数越来越多，如果您好好配合我们的治疗、积极心态、好好休息，很快也能成为被治愈的那一位……”作为一线护士，除了做好护理工作，还必须学会体会患者的心理，陪他们一起度过难关。

慢慢的，患者的心情终于平复下来。邢新美轻轻地把他的手机放到枕头下，让他闭上眼睛休息，关上了灯。再次巡视时，他已经熟睡，生命体征平稳，漫长而又寒冷的夜，再次归于平静。

在一线病房的三十多天里，邢新美和战友们经历了无数的困难和打击，但也收获了满满的爱和感动。刚开始穿着厚重的防护服，视线因为护目镜起雾而变得模糊不清，稍微活动下就体力不支。困难远远不止这些，还有陌生的环境，陌生的电脑系统，和患者语言交流的困难等等，好在团结力量大无穷，大家通过努力都克服了。所有人的信念都一样：把病人管好，争取早日实现双清零！

对于邢新美来说，不忘初心、牢记使命不再是一句口号，而是如今她真真切切在做的事情。

特殊吉祥物——大白

□ 神经重症医学科 李乾乾



清晨，拉开窗帘，蓝蓝的天空，刺眼的阳光照在微泛黄绿的柔柳上，满地的枯草萌发出尖尖的嫩芽儿，放眼望去，宁静的石林园内一片黄绿绿，带着春的生机复苏着大地，这种安宁的背后刚刚打完一场没有硝烟的战争。

大年初五，当万家团聚一堂时，我们接到医院任务，需要紧急进驻新冠肺炎定点医院，我简单的整理个人物品后，迅速达集合点，5小时后，重症梯队正式进入了新冠肺炎定点医院的负压病房。

进驻病房，面对陌生的环境设施、梯队的现场组合、物资的临时筹备以及患者棘手的病情，我们井然有序、忙而不乱，拼尽全力抢救患者生命。院领导对患者的关心和高度的重视，每天组织并参加专家会诊视频会议。重症医学科主任程连房每天进入病区为患者查体，为了分析患者的病例都连续三天没合眼，充满血丝的眼睛，

拖着疲惫身躯，时刻调整着救治方案。领队医生李兴华副主任戴正压头套开放气道时，患者的气溶胶吹在他的防护屏中，雾气的干扰导致他的困难插管，精湛的技术依然没能阻挡他的眼睛，插管成功后立刻接呼吸机通气治疗，患者呼吸逐渐好转。护理领队刘颖护士长紧锣密鼓的统筹布置着病房环境，补充齐全物品，标识清楚醒目，帮助责任护士节约工作时间。

治疗越来越多，护理操作开始应接不暇，化验结果指标、Picco的监测数值、呼吸机参数、BIS的数值以及各种泵入药物的剂量和出

入量平衡等各种统计数据繁杂，同时要各种化验的采集、穿刺、置管操作，以及患者的口护、会冲、吸痰、翻身等各项基础护理。护理部副主任李杰进病房指导工作，夸赞团队是技术过硬的“抗疫尖兵”，同时要求护理各项操作标准化，最大限度减少患者机体痛苦，保证护理人员体力。医院有责任，团队有担当，我很荣幸在这么宽厚的臂膀下踏实的工作。

3个闹钟防止耽误接班，因护目镜枕后起泡泡，鼻梁、耳后皮肤破损以及全身因汗液引发的湿疹、荨麻疹而四肢麻痒……重症团队的每个人克服了重重困难，逆行守护，众志成城，团结一致，默契配合，分工合作。带着善良和爱的信念，他们是重症的特种白衣战士。冰墩墩是冬奥会的吉祥物，而我们大白是生命的守护者！

皑皑白雪转眼到了柳枝萌芽，患者的情况也转危为安，洋溢的笑容绽放在重症团队的每个人脸上……

让爱与希望在孩子们心中发芽

□ 东院妇科 李青



游戏……

当给孩子们采集核酸和采血的时候，他们变得乖巧懂事，乖乖地坐在床边等待我操作。当孩子们说出：“阿姨，你能先给我采集吗？我不闹，我也不哭，我要好好治病，我要早点回家！”我的眼睛瞬间湿润，抑制内心的情绪，我不能掉眼泪，如果我哭了孩子们会更想家，会更想自己的爸爸妈妈。我安慰孩子们说：“你们都是小英雄，阿姨用最小的针头给你们抽血。一会阿姨给你们发苹果，一起叠纸飞机。”孩子们欢呼雀跃着等待纸

四月初，新冠肺炎肆虐，我们第五梯队的成员进驻南院隔离病房，上到七八十岁的老人，下到一岁的幼儿，患者病情复杂，没有给大家磨合的时间。在卢瑞琦副主任、秦维副主任和李恩护士长的带领下，每个班次都把注意事项发到工作群，让大家尽快熟悉工作内容。对于幼儿的照护更是给我们的团队带来了很大的挑战。

当第一个幼儿来到科室的时候，当晚我被通知加班照顾，我没有任何的迟疑，穿上工作服，深夜赶往医院。当看到孩子只有三岁的时候，让我不禁想起了自己的女儿，虽然已经一个月没有回家，但是女儿有爸爸、奶奶的陪伴，而在这儿的小朋友，每天面对的只有我们。我们不再是人们口中的“大白”，又多了一个身份——“大白妈妈”。24小时的陪伴，让孩子与我们由之前的陌生、拘谨，变成了活泼可爱、无拘无束的小天使。闲暇时，我们会给孩子们读故事，做

飞机的到来 ……

刚刚结婚的护士马冰倩缺乏育儿经验，一有时间就和我“讨教”，看到她把患儿抱在怀里哄睡的姿势，像极了宝妈的样子。

有了我们第五梯队所有医护人员的陪伴，孩子们快乐地玩耍，朱医生给孩子们拿来的玩具和书本，李护士长每天都要关注孩子们的饮食起居，卢瑞琦拜托家里人给孩子们带来了零食、奶粉，医院领导和护理部给孩子们配备了很多的孩子们生活用品。在大白妈妈们的细心呵护下，孩子们逐渐适应了隔离病房的环境，他们会听大白妈妈的话，好好吃饭，好好睡觉，有时候主动拥抱大白妈妈，大白妈妈们成了孩子们心灵的港湾。

在疫情面前，我们面临的不再是病毒，而是一次次战胜疾病的决心，还有对孩子们无微不至的关心。寒冬去，暖回春，我们相信爱与希望会在孩子们心中发芽！

越过严冬 迎接春天

我是定点医院新冠肺炎医疗救治第三梯队队员，回想起3个月前的“战斗”，心情依然不能平静。

□ 超声一科 王安军



时间回到1月24日的傍晚。我刚处理完病人准备下班，本想着临近春节，采办一些年货，突然接到医务处电话：“马上体检，准备进入一线！”“收到！”我没有半点犹豫，同时马上向刘昕主任汇报。“去吧，有任何困难和我说，记住你不是一个人在战斗”，刘主任暖暖的话语深深鼓舞了我。来不及和家人告别，带着领导的嘱托匆匆赶赴定点医院。

作为首位进入隔离病区的超声人员，我和院感科老师沟通并结合日常院感培训积累的经验，我迅速整理出了一套适合超声检查的工作流程。

在隔离病房工作的每一天都令人难忘。一天晚上10点多，我刚刚走出病区，脱下层层防护服，病房里

的电话响起：“刚刚接收一位患者，急查超声。”没有犹豫，没有喘息时间，我再次进入了隔离病房。患者是一位老年女性，有各种基础疾病，无法表达、不配合。我满脑子闪现的都是刘昕主任平时给我们讲解的各种扫查切面、各种疾病超声表现，现在真的到了实战的时候。我仔细探查着患者心脏的各个“角落”，并且留存好图像，一出隔离病房就请刘昕主任会诊，刘昕主任耐心的帮我分析每张图像，我们共同探讨。刘主任耐心的对我说：“我不怕打扰，有问题随时沟通，一定要及时解决问题，患者至上！”

时间紧，任务重，有时每天只能休息4个小时，进出隔离病房数次，不过在领导的鼓舞与支持下我始终保持着高昂的斗志，每日精神饱满，时时不忘共产党员的职责。患者病情好转，各项体征趋于正常，我心里的石头也终于落地了，这是我们全体医务人员共同努力的结果，我的脑海中始终有一个声音：“我不是一个人在战斗，背后有无数力量支撑着我，我要更加的勇敢和坚强！”

两个月的“战斗”很快就结束了，我不仅很好的完成了此次医疗任务，还积攒了为新冠肺炎患者进行检查的工作经验，并将经验传递给今后进入隔离病房的同事们。

走过严冬，我们必将迎来春天。

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。

□ 张麒



初接命令

我内心忐忑而紧张，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。

初见患者，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，但能感受到他们内心的渴望。我们耐心安抚他们的情绪，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，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！

一封写给医务工作者的感谢信

你们是大爱无疆的天使

□ 整理 杨雪



尊敬的保定市第一中心医院和保定市人民医院的各级领导及医务人员：

面对突如其来的疫情，我们每个人都惊慌失措，做为确诊病例黄淑英的家属，我们更是焦急万分，我母亲在4月8日因感染新冠被送到贵院确诊八科治疗，在医院受到医生、护士无微不至的照顾，非常非常感谢保定市第一中心医院的付晓丽主任、郝艳峰护士长和保定市人民医院的栗红江副主任、孟娟副护士长及来自两个医院的各位医生和护理人员，谢谢你们！

我母亲年近七十，患有高血压、糖尿病、高血脂等诸多基础病，家属们非常担心她，害怕病毒对患有基础病的老年人攻击会更厉害。可疫情期间家属也都在隔离，我们也帮不上任何忙，只能干着急，但让我们家属无比欣慰的是，我们每次给母亲打电话，她总是很开心地告诉我们，一切都好，吃得好、住得好。最主要的是这里的医生、护士对她都特别好，尤其是付晓丽主任总是关切的嘘寒问暖，医护人员每天会测量好几次体温、血糖、血压，一旦发现异常，负责病区的主任、护士就会第一时间来到病房进行各种检查，付晓丽主任每次都

会耐心的叮嘱母亲各种注意事项，宽慰母亲的心。本来疫情期间，人人都在自保，别说遇到阳性患者，就是遇到密接、次密接都巴不得躲得远远的，可贵院的医护人员却一点都没有嫌弃我的母亲，面对巨大的传染风险，她们每次来到病房，没有丝毫的害怕和躲闪，每次都是笑容可掬，柔声细语的对母亲说话，离开病房时她们也会把关心和爱留下。“病毒无情，人间有爱”，母亲说，我们做儿女的都没对她这么关注过，她感觉自己在这里受到了VIP待遇，这辈子从没享受过这种待遇。谢谢你们给予了我母亲我们做儿女都没有给予的关爱，谢谢你们让她在这个原本恐慌的时刻有了无比的安全感。

前两天跟母亲同病房的两个病友病情好转，被送到方舱医院，我母亲看她们好转，自己却还在病房，心里着急，血压一下子到了215mmHg。后来通电话时，母亲说立刻有好几名医护人员赶过来，给她做各种检查。得知母亲血压升高的原因，付晓丽主任耐心地安慰她说：“方舱医院条件设施有限，您年纪大而且还有基础病，在这里医护人员会全方面照顾您，您就放宽心，别着急。”晚上在母亲临睡前又再三叮嘱如果夜里有任何不舒服就赶紧按呼叫按钮，她们会第一时间赶过来。母亲心里很感动，我们知道后也十分动容。

你们真是大爱无疆的天使，你们不是亲人却胜似亲人，不顾疲劳，不顾个人安危，放弃与家人团聚的机会，冲锋在抗疫的最前线，你们是最美的风景，是最靓丽的风景线，是守护这座城市的真正英雄！

谢谢你们！感恩你们的耐心、爱心，感谢你们的辛勤付出！

愿疫情早日结束，愿你们平安！

患者家属：刘爱静
2022年4月21日

房颤竟会引发脑梗？

关于房颤您需要了解这些事

高楠，保定市第一中心医院心血管内一科副主任，副主任医师，在国内核心期刊和国际期刊共发表论文10余篇，先后于河北省人民医院和中日友好医院学习冠脉介入和心内电生理及起搏技能。

□ 心血管内一科 高楠

60多岁的李女士，在家突发脑梗，意识不清，紧急送入保定市第一中心医院治疗，经溶栓后，意识恢复。经检查后医生发现，李女士虽然“病”在脑，“根”却在心，她的脑梗，其实是房颤引起。李女士和家人十分不解，脑梗和房颤有什么关联？为此，我院心血管内一科副主任高楠为大家答疑解惑。

心悸 头晕 呼吸困难 警惕房颤

正常人的心律均为窦性心律以60-100次/分的频率发放激动传遍整个心脏来支配心脏跳动。而房颤是心房异位节律点以350-600次/分绝对不规则的频率发放激动来支配心脏跳动。

房颤发作时，伴有心悸、头晕、呼吸困难等症状。但是，高楠也提醒，临床上为数不少的房颤患者症状不明显，有一定隐匿性。

房颤 最大的风险是栓塞

房颤患者主要存在两大风险：栓塞和心力衰竭。房颤时心房频率太快，心房失去了有效的收缩和舒张，导致血液在心房内形成涡流，容易形成血栓，如果血栓一旦脱落，就会随着血流流动，堵塞血管。这一过程最常见于脑血管堵塞，其次还可见于上肢、下肢、肠系膜动脉、肾动脉等任何脏器血管的堵塞。

同时，心脏长期快而不规律的跳动，会导致心肌细胞耗氧量增加，而不能得到充分的休息和氧气，出现胸闷、气短等心力衰竭的表现。

房颤预防做好这件事

目前房颤的具体机制不明，所以不能完全有效预防房颤的发生，房颤的发生与高龄、基因（家族史）、饮酒、吸烟、浓茶、易激动、易怒、熬夜、生活不规律、甲亢、高血压、心脏瓣膜病或其他心脏疾病等有关。因此，改善生活方式，健康、规律的饮食及睡眠，相关疾病的早发现，早治疗可有效减少房颤的发病。

发生房颤怎么办？

房颤的治疗分为两个方向：保守治疗和转复治疗。保守治疗，即频率控制，通过控制心率+抗凝治疗，降低房颤患者发生心力衰竭和栓塞的风险，但患者始终为房颤心律。该方式未对房颤做特殊处理，只是针对房颤的风险进行预防，适用于预期寿命较短的保守人群。

转复治疗是尽全力将房颤转复为窦性心律，从而降低房颤的风险，包括药物转复、电转复及射频消融手术。

药物转复后需长期服药预防房颤的再次发生，故有药物的相应副作用和预防不成功可能。

电转复后同样需要长期口服药物预防房颤的再次发生，患者也要面临药物的相应副作用和预防不成功可能。

射频消融手术是微创手术，是无辐射的有效转复并防止房颤再次发生的方法。所以对于大多数房颤患者，如病情允许建议行射频消融术治疗，长期维持窦性心律，降低发生心力衰竭和栓塞的风险。

关注痛风 远离疼痛

痛风，曾经也被叫做“帝王病”“富贵病”，如今随着人们生活水平的提高，饮食结构的改变，高尿酸血症和痛风呈明显上升和年轻化趋势，痛风也已悄悄从罕见病变成常见病。

□ 内分泌二科 姚明言 马静静



改变，高尿酸血症和痛风呈明显上升和年轻化趋势，痛风也已悄悄从罕见病变成常见病。如何控制高尿酸血症，阻止痛风发作，成为医患和全社会共同关心的话题。

什么是高尿酸血症和痛风？

高尿酸血症是嘌呤代谢紊乱引起的代谢异常综合征，无论男性还是女性，非同日2次血尿酸水平>420umol/L（无论男女）。血尿酸超过其在血液或组织液中的饱和度，会在关节局部形成尿酸钠晶体并沉积，诱发局部炎症反应和组织破坏，即痛风，在肾脏沉积引发急性肾病、慢性间质性肾炎或肾结石，称之为尿酸性肾病。

尿酸高一定就是痛风吗？

不一定。二者并非同一概念，痛风是高尿酸血症引起的，但高尿酸血症不是一定引起痛风。实际上，大多数的高尿酸血症可以持续终生不出现痛风症状，但血尿酸水平越高、持续时间越长，发生痛风的可能就越大。

高尿酸血症患者只有30%会表现为痛风。一般来说，当男性血尿酸水平超过527umol/L时，女性血尿酸水平超过516umol/L时，在暴饮暴食（如饮酒、海鲜及肉食）、劳累、紧张、受凉、感染等有诱因的作

用下往往会出现痛风症状。

痛风有哪些临床表现？

痛风常夜间骤然起病，通常表现为肢体末端关节急性红肿、疼痛，最常发作的部位是脚拇指、踝关节、膝关节，也可累及肘关节，常会被患者误认为关节扭伤、类风湿性关节炎等。痛风所致的疼痛剧烈，在开始发作时严重，消退时关节部位有脱屑、肤色变暗。

高尿酸血症与痛风有哪些危害？

长期的高尿酸状态除了会引起痛风，其实还会带来诸多危害。

导致肾结石、促进慢性肾脏病的发生和发展、增加心血管疾病的风险（包括高血压、心肌梗死、心力衰竭等）、诱发急性尿酸性肾病；此外，高尿酸血症也与肥胖、胰岛素抵抗、2型糖尿病及代谢综合征等代谢性疾病密切相关。

中国高尿酸血症的总体患病率为13.3%，痛风为1.1%，已成为仅次于糖尿病的第二大代谢性疾病，是慢性肾病、高血压、心脑血管疾病及糖尿病等疾病的独立危险因素。

单纯的高尿酸血症是否需要治疗？

研究表明，血尿酸水平>420umol/L，一年的痛风复发率为40%，<300umol/L，痛风的复发率则不到10%。

高尿酸血症合并心血管危险因素和心血管疾病患者，应同时进行生活指导及药物降尿酸治疗，使尿酸长期控制在360umol/L以下。

对于无心血管危险因素或者无心血管伴发疾病的高尿酸血症患者，建议仍需相应的干预。

痛风如何治疗？

- ①痛风急性发作期的治疗选择合适的抗炎止痛药物；
- ②痛风急性发作期过后需进行规范降尿酸

治疗，同时联合预防发作的药物。（具体需根据病情由专业医生进行指导）

痛风不疼了 是不是就可以不用吃药了？

不可以，痛风的治疗需要长期坚持。

临床上，曾遇到不少病人服药后疼痛感消失，便开始放松警惕甚至停药，导致痛风反复发作。

确诊痛风后，患者需要长期服药控制病情，绝大多数病人能通过长期药物干预达到关节肿痛不再发，痛风石缩小甚至消失的效果。患者需定期复查，停药应在医生掌握病情及医生建议停药的前提下进行。

如何预防痛风发作？

- ①夏季避免贪凉；②低嘌呤饮食，禁酒；③严格限制高果糖甜饮料；④避免脱水、过度运动、运动时的关节肌肉损伤、快速减肥；⑤遵从医嘱使用降尿酸药。

专家提醒

高尿酸血症与痛风是慢性病，危害显而易见，需要专业医生的诊治与指导和患者的努力与坚持，需要长期、甚至终生的监测与管理。

如果您血尿酸水平升高了，不确定是否需要治疗进行干预，请及时到医院内分泌科门诊进行咨询。



弘扬好家风 共筑家国梦



手机扫描二维码
看更多视频

家风，孕育着家庭的美好环境，永不磨灭，承载着希望与未来；
家风，是民族的脊梁，它使一个国家厚重起来而具有自己独特的风骨。

□ 王朝旭 章珂丹



家庭不只是人们身体的住处，更是人们心灵的归宿。无论时代如何变化，无论经济社会如何发展，对一个社会来说，家庭的生活依托都不可替代，家庭的社会功能都不可替代，家庭的文明作用都不可替代！

“家庭是孩子的第一课堂”“父母是孩子的第一任老师”；撑起这两个“第一”的，不是父母本身，而是整个家庭共同构筑的家风。家风，上至长辈祖父母、父母；中对兄弟姐妹；下到晚辈子孙。家风，包罗修身养性、为人处世、交友识人、持家教子。小时候，我将别人家的瓜果偷摘回家，还一脸得意。母亲让我去拿成语词典，查“己所不欲，勿施于人”。没有责骂，却叫我永远难忘。因被冤枉，8岁的儿子与同学打架。回家向我倾诉，要我帮他

打胜。我问儿子，“打胜了，你就不冤枉了嘛”。儿子后来与同学成了朋友，待人接物更加谦让豁达。一位“渐冻症”患者，生活不能自理，卧床5年。妻子不离不弃，无微不至。众人都说，这样的妻子天下难找。妻子的话很朴实，“夫妻嘛，就该这样。再说，当初他对我也好啊！”相信，他们的子女也一定会是孝老爱亲的。

家风，就是这样，看起来平淡无奇，却字字珠玑，如珍珠般散落于时光的沧海之中，经久不衰……

家风，虽只有萤火之光，但却是中华文明的火种，虽源于家庭，但却惠及国家和民族。每逢佳节倍思亲的乡愁，孕育出了不破楼兰终不还的大义。木兰替父从军的忠孝，孕育出了

精忠报国的家国情怀。是传承千年的大诚大信，开辟出了丝绸之路，是一丝不苟的工匠精神，缔造了不朽的文明。

历史告诉我们，中国的领土和主权无比神圣，责任告诉我们，四个自信是我们对历史最好的传承，实力告诉我们，祖先的飞天探月不再是遥远的梦，祖国告诉我们，爱国爱党才是最好的家风！

家风，孕育着家庭的美好环境，永不磨灭，承载着希望与未来；家风，是民族的脊梁，它使一个国家厚重起来而具有自己独特的风骨。义方既训，汇涓成海，家风表现一个人的涵养；代表一个家族的品格；家道颖颖，聚沙成塔，家风展现一个社会的气度；助力一个国家的富强！

好家风代代相传

家风，是一个家庭或家族的传统风尚，是我们立身做人的行为准则，更是我巍巍中华历经千年风雨却仍然可以屹立于世界东方的文化基础。

□ 东院手术室 张前



2001年10月的一天，有一位德高望重的老人过88岁寿辰，家人为他举办寿宴，当亲朋好友们汇聚一堂的时候，人们却发现唯独老人的一个儿子缺席。

原来，他的儿子在外省工作，不是他不想参加父亲的寿宴，而是公务繁忙，难以脱身，于是抱愧地给父亲写了一封拜寿信，信中深情地写道，他对父母的认知也和对父母的感情一样，久而弥深。当老人听了这封拜寿信之后，非常深切的告诉在场的人：还是要以工作为重，以国家大事为重，因为在老人心中，为人民服务就是对父母最大的孝。

老人在他生命最后的日子，多次对子女们说：我没给家人留下什么财富，但给家人留了个好名声。这位老人就是老一辈无产阶级革命家习仲勋同志。他给我们留下的好名声，就是把党和人民的利益放在第一位，将共产党人的无私奉献和中国人传统的家教融为一体。

在家教方面，习仲勋更是出了名的严格，他经常用“节约好比燕衔泥，浪费好比河决堤”“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”一类的话语教育孩子，生活中随手关灯、节约用纸、拧紧水龙头、不浪费一粒粮食等等。这种教育如春风化雨，深深刻在子女们的记忆中。

家风，是一个家庭或家族的传统风尚，是我们立身做人的行为准则，更是我巍巍中华历经千年风雨却仍然可以屹立于世界东方的文化基础。家风浩然，国风浩荡，从古至今，从《朱子家训》到《曾国藩家书》，家风文化源远流长，家风、家教，也在岁月的积淀中自然而然地成为了中华文化的重要内容。

其实，革命的家风无时无刻不在影响着我们。在我们医院，在党组织的坚强领导下一代代一中心人，在践行、见证与传承中成长，最终凝练成“尚德精术和谐图强”的院风。这种精神无形，却成为我们之间的精神纽带，渗透到医院每一个后辈的骨血中。

家风是中国传统文化和伦理道德的重要组成部分，也是廉政文化的重要内容，中国共产党历来重视家风建设，家风建设不仅连着社风、民风，还连着党风、政风，良好的家风，是党员干部保持清廉、抵御腐败的重要防线，是构筑社会和谐稳定的重要基石。

家是最小国，国是千万家。家风正是国风清的源头，国风清是家风正的保障。社会风气正，是中国社会改革的推助力，是中华民族伟大复兴的软实力。就让我们做优良家风的传承者和建设者，让优良家风作为中华文明的瑰宝代代相传。

雨天散记



□ 耳鼻喉科 赵玮

刚过了立夏，淅淅沥沥的小雨就如期而至，好雨知时节，润物细无声，喜欢夏天，喜欢夏天里每个下雨的日子…

站在窗户前，静静的看着外面的小雨，不知道这雨点从天空哪里飘过来，又带着什么样的使命落入这凡间。这颗颗雨滴如此的晶莹剔透，轻轻地放入掌心，瞬间轻柔的化作了水。真想让自己也能化为这雨滴，像她一样轻轻飘落，该是很令人神往的事情吧。

雨天的日子里，喜欢漫无目的的在街道上行走，任凭雨滴落在头发上、面颊上，打湿你的衣服，模糊了你的双眼。偶尔看到行人匆忙狼狈的在雨中穿行，会突然想起苏东坡的诗句，“莫听穿林打叶声，何妨吟啸且徐行。竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生。”人生又何尝不是这样？

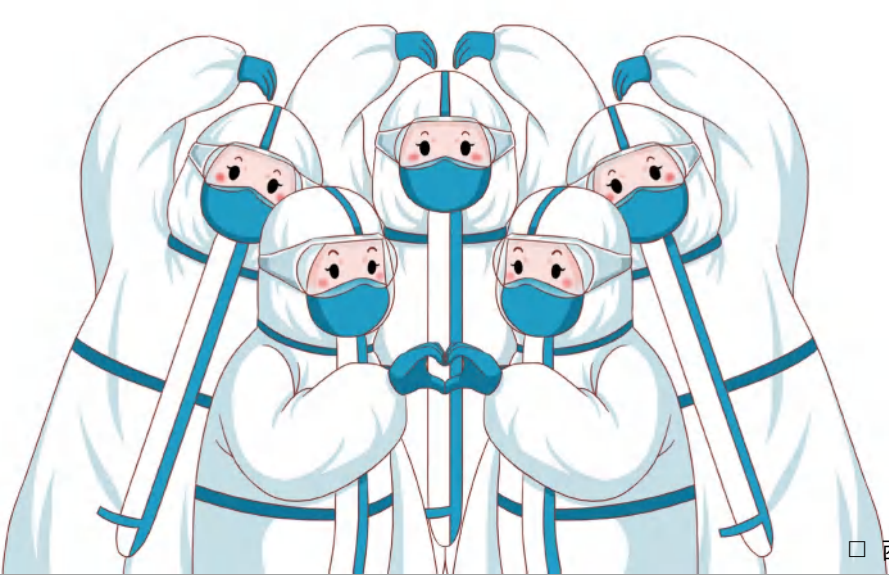
雨天的日子，泡一壶茶，静静的听着雨落的声音，静静的品尝茶的清香，静静的看着柔弱的文竹傲骨挺立着。这如诗如画的意境，忍不住想起郑板桥的诗，“几枝新叶萧萧竹，数笔横皴淡淡山。”这柔弱傲骨的文竹和这淅淅沥沥的雨，这外面朦朦胧胧的雨雾、还有这雨

雾中远处隐隐约约、若有若无的山，应该会勾勒出郑板桥笔下的画卷吧。

雨天的日子里，可以一个人呆呆的坐在屋子里，听着喜欢的音乐，让思想在音乐的感染下天马行空任意驰骋，带你进入神往的地方。它带着你回到童年，回到童年那个下雨的日子里：一群孩子们在田野里撒欢奔跑、嬉戏追逐的情景，田野里有葱绿的麦田，麦田里夹杂着各种不知名的野花；带着你回到了少年，回到了少年求学的艰苦岁月：回家路上突降大雨，乡间小路瞬间泥泞难走，两个女孩在狂风骤雨的黑暗雨夜里艰难前行的场景；带着你回到了青春岁月，回到了和知己好友在雨中漫步，心中荡胸生层云，畅谈着人生理想；回到了人到中年，奔波于职场、家庭，重担在肩，孤独前行，体会了歌德曾说：没有在黑夜里痛哭过的人，不足以谈人生；也理解了纵浪大化中，不喜亦不惧的放下……这雨和音乐，让我不再是我，让我又只是我。

感谢雨天里的每个日子，让我真正的做回我自己。诗和远方离自己太远，思绪在策马奔腾后还要回到人间，还是重新做回凡夫俗子，享受这人间难得的烟火气息吧。

我和你



□ 西院急诊科 张聪

从漫天飞雪到烈日骄阳，
从诊室病房到大街小巷……
闻令即行，
我熟练的提起行囊。

拔地而起的保定方舱，
是诺亚方舟托起不灭的希望，
白衣执甲，
我就在你的身旁。

定点医院隔离病房，
没有硝烟却危机四伏的战场，
不计生死，
我在你身前与瘟神较量。

你看得见，
我防护服穿在身上；
看不见，
我的汗水止不住流淌。

你看得见，
我逆行而上的坚强；
看不见，
家人为我牵挂的模样。

记不清，
口罩勒伤的面庞几张；
但我记得，
初见我时你眼里闪过的亮光。

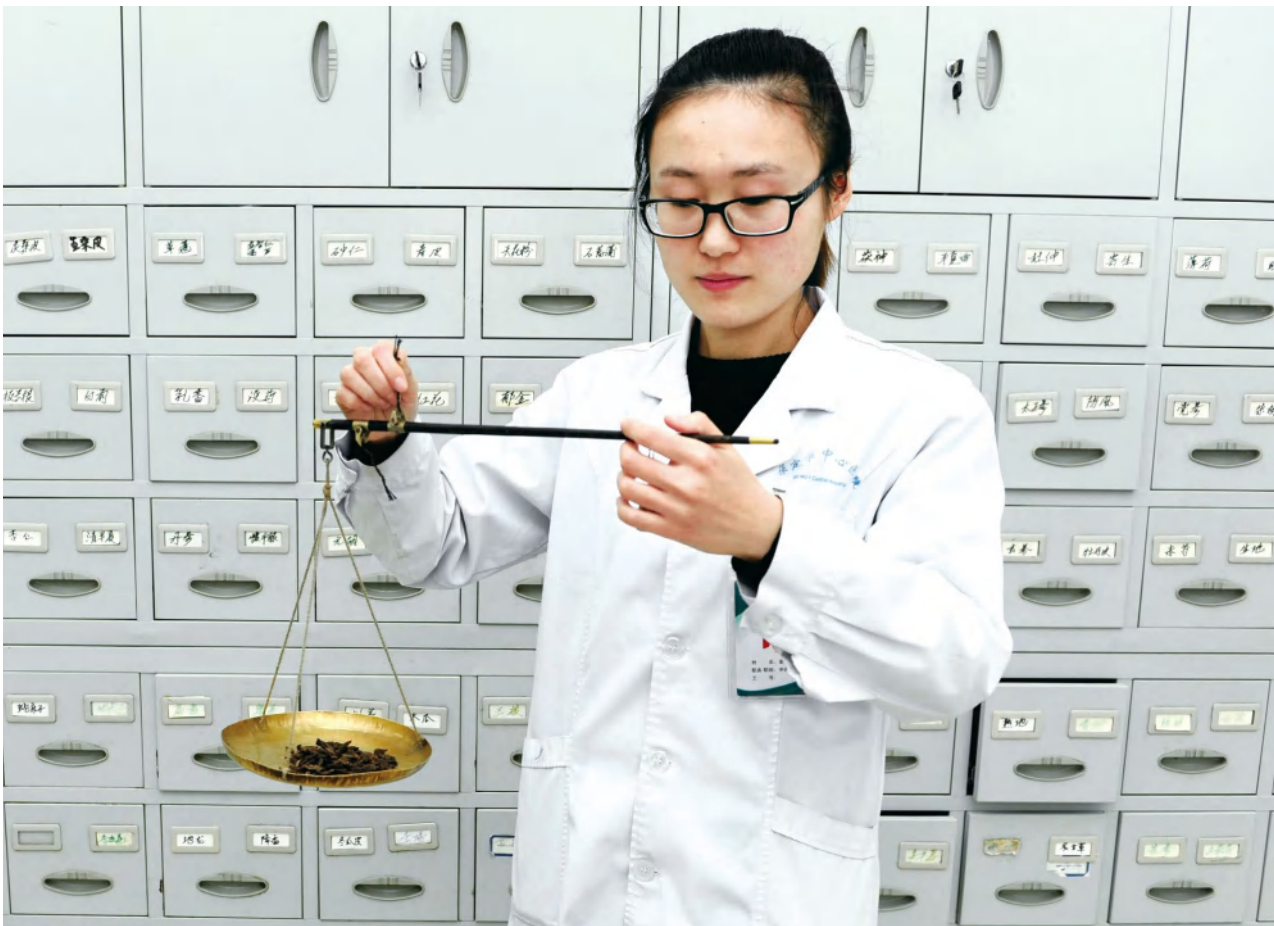
记不清，
消毒液粗糙了嫩手几双；
但我记得，
清零时你挥手致意的亮相。

病毒压不弯我的脊梁，
我奔赴每个需要拯救的荒凉；
疫情势必会一天天消亡，
我们总在每个需要守护的地方！



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。

保定市第一中心医院中药药剂科（中药房）前身是药械科，1982 年独立成科。在甄振庄、董玉棉、张翠欣、杨树茂主任的带领下，逐渐发展为集中药学服务、科研、教学为一体，承担着中成药、草药饮片与免煎颗粒的采购供应、药品调剂、临床合理用药及监督执行药政法律法规的专业化科室。2015 年，根据等级医院要求，中药房更名为中药药剂科。



① | ② |
④ | ⑤ | ③

- ① 90 年代药师手动称取草药
- ② 90 年代中药房药师配药

- ③ 2018 年一些特殊中药饮片仍需药师手动称取
- ④ 2018 年，引进中药配方机制作免煎中药颗粒
- ⑤ 免煎中药颗粒更加方便服用