

温州市人民医院报



医院官微

崇德崇新 至精至诚

主办单位 温州市人民医院 温州市妇幼保健院 温州医科大学温州市第三临床学院 新闻热线: 88059502 Http://www.wzsrmyy.com

2016年3月28日 第157期 本期四版 内部交流 浙企准字第C165号

第六届职工代表大会暨第十三届工会代表大会召开

本报讯(单秋月 蔡志翔)3月5日,我院第六届职工代表大会暨第十三届工会会员代表大会第四次会议隆重召开。参会正式代表140名,实到121名,特邀代表、列席代表50名。大家满怀豪情,汇聚一堂,共商医院改革发展大计。大会经认真审议,一致同意并通过了《医院工作报告》《医院财务工作报告》《工会经审工作报告》。

上午,院长赵肇作《医院工作报告》、副院长阮国模作《医院财务工作报告》、工会副主席单秋月作《2015年医院工会工作总结》、经审委员会主任姚漫作《工会经审工作报告》。集团分院和成员单位的领导受邀列席了上午的会议。

赵院长的报告全面、客观、实事求是地总结了2015年医院的工作,肯定了全院职工所做出的成绩。2015年我院全体职工团结协作、携手共进,坚持以助力温州医改创新为宗旨,以“质量立院、科技强院、人才兴院、文化塑院”为方针,紧紧围绕中心工作,力求“新突破,树标杆”,创新推出十大组合拳,各方面都取得了丰硕成果。

赵院长展望了我院的美好前景,分析了当前存在的主要困难与不足,并提出了2016年十个方面的工作目标和任务,希望全院广大职工要认真贯彻职工代表大会的精神,以娄桥新院区建设为契机,继续落实公立医院各项改革,加

快医院硬件建设,夯实医院软实力,聚集学科优秀人才,推进优质便捷服务,从严规范医疗行为,安全优质地为百姓做好医疗保障工作。

下午,大会进行了分组讨论,代表们本着对医院负责,对职工负责的态度,认真探讨医院建设和发展的经验,纷纷就人才管理和培养、规范化管理、医院文化建设、优质服务、员工福利和娄桥院区的建设等方面建言献策。最后,各代表团团长依次就代表讨论的情况向大会进行了汇报。

本次大会提案经工会委员会讨论后立案4件,反映了职工代表关心医院、关心职工的热情和责任感。

我院成为首批省级儿童早期发展示范基地

本报讯(孙建乐 黄河)3月25日,浙江省妇幼保健工作会传来喜讯,我院正式成为“首批省级儿童早期发展示范基地”,并接受现场授牌。

儿童早期发展是指从孕早期到出生后3年,对儿童的营养、卫生、教育、环境和保护等方面开展科学综合干预,以发挥儿童潜能,使儿童的体格、心理、认知、情感和社会适应性达到健康完美状态。

浙江省首批儿童早期发展示范基地是由省卫计委根据国家卫计委有关文件精神于2015年启动创建的,全省共有20余家单位参加创建活动。我院严格依照国家程序,通过申报单位基本条件、人员配备、功能与任务、专业与能力及组织与管理等五大方面进行初评,以及复审答辩,因表现突出获得专家们好评,成为首批国家级儿童早期发展示范基地。

我院作为全市唯一一家市级妇幼保健机构,于2012年设立温州市高危儿干预中心,并在全市范围推行高危儿分级管理,加强重点儿童的早期发展干预和促进。2015年布点推广“早产宝宝助推行动”项目,开展早产儿早期发展精细化管理,推出以家庭为中心、基层早期发展指导室为阵地、妇幼保健专业机构为技术支持的早期发展干预模式,这一模式还在省复审答辩现场受到评审专家的一致肯定。今年,市妇幼保健院特别针对普通幼儿设计推出了早期发展亲子课程,着重加强家庭养育能力的规划和咨询,受到年轻父母的普遍欢迎。

成为示范基地后,我院将进一步推动儿童早期学科发展,在我市儿童早期发展工作中树好“标杆”,充分带动全市儿童早期发展工作整体发展。

“爱耳日”免费听力筛查

3月4日是第17个全国“爱耳日”,我院耳鼻喉科主任医师刘杰、产科主任医师张红萍以及医学检验中心副主任技师童郁为市民进行免费听力筛查、耳病诊疗、耳聋基因检测等。

据世界卫生组织2013年报告及第六次全国人口普查结果推算,全国0~14岁听力残疾儿童总数超过460万。做好儿童听力残疾早发现,早干预和早康复具有重大的抢救性意义。

检验科 陈亥



“超女俱乐部”让沟通更方便

本报讯(院办 黄河)“您可以关注我院微信号,在‘超女俱乐部’里与我们直接沟通……”近日,我院妇产科超声室创建了一个医患沟通平台,在这个“俱乐部”里,患者不但可以了解做妇产科B超的预约、就诊流程,还可以直接与“超女”互动沟通。

永嘉李女士怀孕28周多了,预约了半个月后的三维超声检查,她担心预约的时间太晚了,不知道会不会错过最佳检查时间。于是她打开我院官方微信,将自己的疑问发送到“超女俱乐部”沟通栏目里,很快“超女”医生就给了科学的答复。

年轻的胡女士怀孕50天左右,产科医生给她开了超声检查单,胡女士一看是“阴道B超”,顿时不高兴了,因为她听说早孕做阴道超声会影响胎儿健康,

表示自己要投诉医生。妇产科B超医生了解情况后,将“俱乐部”里面的一篇专家的科普文章《孕期超声检查,疑惑大揭秘》推荐给胡女士,她看了之后,打消了心中的疑虑,表示今后会一直关注“超女俱乐部”,多学习孕期科普知识。

其实,“超女”是我院妇产科超声室的医护人员,而“超女来了”是医院青年文明号发起的一项公益活动,主要是免费为基层妇女,尤其是低收入家庭妇女、残障妇女进行妇科检查及妇科超声检查。目前该公益项目已经在瑞安、永嘉、乐清等地开展免费检查活动。

妇产科超声室主任水旭娟介绍,在“超女”活动中查出许多阳性患者需要接受进一步治疗,为了给这部分基层妇女提供方便,特别开设了“超女俱乐部”这项“售后服务”。栏目开通后,许多非

“超女来了”公益活动的孕产妇及患者也都慕名来咨询交流。

打开我院官方微信,在“医院资讯”菜单里点击“超女俱乐部”,可以看到里面有科室介绍、沟通栏、科普知识、超女风采、检查候诊、合作团队六个版块。

水旭娟主任说,“科室介绍”包括专家介绍、超声项目、预约和就诊流程介绍、便民服务措施等介绍;“沟通栏”顾名思义,用户可以在上面留言提问,每天都有“超女”进行专业答复;“科普知识”里的科普文章都是“超女”精心选取的,这些科普知识都是孕产妇及患者经常咨询的问题答案;“检查候诊”则可以查询预约时间,并手机自助报到,免去排队等候时间;“合作团队”包括许多用户咨询的产科VIP病房和温州市体检中心妇科体检套餐介绍。



编者按:正值市卫计委系统全面开展“敢担当、树标杆”作风建设五大行动之际,院报特开设“作风建设大家谈”专栏,引导全院党员干部职工开展“立标谋策、补齐短板”解放思想大讨论,从而强化工作的落实,为医院科学有序发展提供坚强有力的作风保障。

作风建设从小事抓起

王珏

俗话说,凡事应从大处着眼小处入手,作风建设也是如此。十八大以来,党中央对“四风”问题进行了整治,不同以往的是从小事抓起,如不准公款吃喝、公款送礼、公车私用等。通过开展正风肃纪巡查,发现一起处理一起,毫不手软。让人没想到的是,看似抓芝麻小事却收到了意外的效果,长期以来屡禁不止的沉疴痼疾得到有效遏制,人民群众深恶痛绝的歪风邪气开始扭转。

同样,如何打造医院良好的工作作风也可以从小事入手。毋庸置疑,我们的工作还存在不尽如人意的地方,如仍有个别职工上班迟到、不按时出诊、随意离岗,

在工作环境中旁若无人地聊天、吃东西、玩手机,对病人态度任性缺乏耐心,遇问题不敢担当能推则推等。这些现象大多为陋习使然,问题虽小,却影响到医院的形象和声誉,也损害了群众的利益。我们必须通过作风建设改变这种状况,从这些点点滴滴不良行为和陋习抓起,加以整顿。

作风总是以习惯的形式表现出来的,良好的习惯可以养成好的作风。因此,加强作风建设,就是要抓住不良行为习惯等问题,从我做起,从小事做起,持之以恒,积小胜为大胜,最终使我们的工作作风发生整体转变。

主编:蒋联群 副主编:缪一艇 编辑:黄河 邵丽芝

神一样的队友 “救”在你身边

本报讯(院办 黄河)当你遇到有人发生意外出现流血不止或呼吸、心跳停止等症状,会“束手无策”还是“该出手时就出手”,当一位“神”一样的队友?3月12日,我院首期“红十字会初级救护员”培训班开课,80多位社区居民顺利取得了红十字会发放的“初级救护员”证。

很多市民在遇到有人发生了意外,往往由于缺乏规范的技能培训而束手无策,由此错过了急救的“黄金时间”。我院医护技能培训中心(美国心脏协会心血管急救培训中心)作为鹿城区红十字会应急救护培训基地,教学设施完善,教学方法先进,还有一支通过美国心脏协会认证的高水准专业化师资队伍。培训基地采取理论结合实践,用模型进行现场示教等方式,开展心肺复苏、创伤救护基本技能培训,让更多的社区居民掌握基本救护知识和技能。

当天参加培训的80多位学员均来自大南街道大南商圈“两新”党组织。课上,初级救护师王海虹、瞿建闪讲解及演示了创伤现



初级救护师王海虹(左)现场演示创伤救护技能。

场救护的止血、包扎、固定和搬运四大技术,救护师徐秋胜、张丽忠为学员们讲解及现场演示心肺复苏以及气道阻塞急救法等内容,并指导学员各项技能的实际操作练习。经过现场考核,80名

学员均成绩合格,获得市红十字会发放的“初级救护员”证。

参加培训的王先生表示,通过学习,自己掌握了初级的急救知识,而且对“人道、博爱、奉献”的红十字精神有了更深刻的理

解。技能培训中心主任蔡志翔表示:“如果社区居民对急救知识希望进一步更深更专业的掌握,欢迎报读我院美国心脏协会培训中心针对非健康从业人员的拯救心脏系列课程。”

做好形态人 守好健康门

3月15日,检验科邀请上海第二军医大学长海医院周道银主任在6栋6楼会议室做《体液细胞形态学检查》讲座。当天共计一百多人聆听了讲座。

形态学是临床检验诊断中最简便、最特异和最经济实用的常规检验,将常规细胞形态学检查做的标准规范,能为临床提供更有价值的检验诊断信息,也是某些疾病诊断的金标准。

课上,周道银主任分别介绍了体液常规形态学基本检查内容、形态学检验应用价值、体液标本规范制片方法等内容,尤其对于临床诊断具有重要价值的体液恶性肿瘤细胞和淋巴瘤细胞这两类细胞着重进行了介绍,

他将恶性肿瘤细胞简而又形象地概括为“三大三千”,三大指胞体大、胞核大、核仁大,三千指形态千姿百态、胞质千变万化、胞核千奇百怪。周主任强调,作为一名形态人,要细心耐心,制片质量“差之毫厘,谬以千里”,一定要保证细胞学报告的质量。同时,他还提出了互联网+形态学检验的形态学智慧实验室,这种国际化的开放式形态学检验诊断模式,是形态学检验的一次革命!通过讲座,检验科医务人员更加深刻体会到形态学的重要性。

检验科 夏雯丽

温州市体检中心发布全市 7.3 万人体检报告

吃出来的病：“三高”人群步步走高

每两人就有 1 人高血脂 肺癌甲状腺癌和肝癌居恶性肿瘤前三

温州人的健康状况如何?看看体检结果就知道。温州市体检中心公布了 2015 年度全市参与体检的 7.3 万人健康报告。报告显示“三高”人群比例明显上升,高血脂、脂肪肝、超重和高血压等均居于疾病排行榜前十位。此外,31-40 岁人群异常检出率最高,异常人数占比达 26%。医生提醒,绝大多数疾病都是吃出来的,培养良好的生活方式和健康的饮食习惯尤为重要。

两人中就有 1 人高血脂

每天大鱼大肉,烟酒不离口,小心被“富贵病”盯上。去年 6 月,市区一名 29 岁公务员小张在体检时,医生发现其心电图有异常。随后小张前往医院检查,确诊为心梗,还做了心脏支架手术。据体检医生回忆,小张年纪不大,体重却高达 200 多斤,而且还有高血脂、高血压、高血糖等基础性疾病。

市体检中心健康管理部副主任韩虹说,近年来,像小张这样查出有高血脂、高血压的年轻人越来越多,30-40 岁人群逐渐成为“三高”的主力军。相反中老年人因为良好的生活习惯和药物控制,“三高”情况有所好转。

数据显示,去年体检人群中,近 50% 的人血脂高。也就是说,每 2 个参与体检的人中,就有 1 人血脂高。男性高血脂有 56%,女性为 41%,男性多于女性。根据分析,这与男性应酬多,爱吸烟喝酒,普遍肥胖等有关。

除高血脂外,脂肪肝检出率排名第四、超重排名第五、高血压排名第八,在体检中心统计出的前十名疾病中,富贵病就占了 4 项。韩虹表示,这些病都有关联性,血脂高,血流就变慢,血脂沉积后血管容易变狭窄,最终引起中风或者心脑血管疾病。

市体检中心提醒,“三高”和你我息息相关,每个人都要引起重视。健康饮食和保持运动,是健康的不二法宝。

73 人检出恶性肿瘤

昨日上午,市民陈女士拿着体检报告急匆匆地走进健康管理部,报告上写着肺部有感染性病变。陈女士感到疑惑,这是自己的肺出现问题了吗?工作人员对陈女士进行了安抚,并表示这可能是肺部有炎症,不是肿瘤,陈女士这才放心地离开。

韩虹说,陈女士的担心不无道理,实际上,许多肿瘤都是在体检中发现的。2015 年体检中心共检出 73

例恶性肿瘤,其中肺癌 17 例、甲状腺癌 14 例、肝癌 10 例、肾癌 7 例、乳腺癌 5 例居前五位。

“恶性肿瘤中甲状腺癌的上升率较为明显。”笔者看到,在疾病前十名中,甲状腺结节占了第六位,有近 23% 的人在体检时发现甲状腺结节。在许多医生看来,甲状腺疾病是由于激素分泌异常引起的,和内分泌也是息息相关。海鲜中含有大量的碘,养殖海产品、炸鸡里都含有大量的激素,吃多了就会刺激形成甲状腺结节。

在韩虹看来,甲状腺癌有明显的家族史。日前,市民胡女士体检时就发现有甲状腺结节,且结节较大,胡女士的母亲则曾做过甲状腺癌手术。“根据体检情况来看,家庭中父母曾做过甲状腺手术,孩子查出有甲状腺结节的概率比较大。”

市体检中心提醒,癌症本身就是人体自身的细胞发生病变,早期不容易有症状,定期体检就很重要。不重视健康体检,可能使早期的病变发展成晚期,延误治疗。不同年龄段的人群,体检的重点也不一样,比如,年轻人在体检中,重点查血液,中老年人在正规体检的项目外,应定期做胃肠镜的检查,男性还应

做前列腺的检查等。

男性小心牙结石 女性小叶增生多

在体检中,经常有市民认为,口腔检查无关紧要。即使有牙结石,也不用去看医生。市体检中心在健康报告中发现,牙结石连续两年上榜前十名疾病排行榜,而且居于前位。每年体检的人中,超过半数的男性都有牙结石。

韩虹说,牙结石可能会引起牙龈出血等牙周疾病,严重的还会影响全身。上个月前,53 岁叶大伯就因为长期口腔溃疡,忽视口腔检查,最

终被查出患有口腔癌。

另外,44% 的女性在体检中查出小叶增生。医生分析,这可能与内分泌失调、压力过大、摄入激素过多有关。需要注意的是,女性在日常饮食中要尽量避免吃蜂王浆、哈士膜等含有大量雌激素的食物,也要避免使用含有激素的药品和化妆品。雌激素摄入过多,除诱发乳腺疾病外,还会大大增加子宫肌瘤的发生率。

市体检中心提醒,市民在日常生活中要养成良好的刷牙习惯,最好每年找牙医做一次口腔清洁。

据《温州日报》



「准妈妈训练营」开锣 新手爸妈免费练习育婴技能

本报讯(朱秀梅 詹蕊)千辛万苦迎来宝宝,但当宝宝出生后如何进行科学护理,新妈妈们总是一头雾水。为此,我院近日联合鹿城区妇联开办了“准妈妈技能训练营”,手把手教授新手爸妈如何科学护理新生儿。共有80多对准妈妈参加了此次培训,他们纷纷表示活动内容新颖、实用性强,为今后分娩及护理宝宝提供了很好的指导。

课上,产科护士长朱秀梅、蒋树芬等首先通过图文并茂的PPT展示,为准妈妈妈妈们讲解母乳喂养、新生儿沐浴及新生儿智护等方面的知识。光说不练假把式,为了更直观地帮助准妈妈掌握新生儿护理的要诀,护士詹蕊利用模拟婴儿亲自为妈妈们做了示范。学习之后,几对新手爸妈上台进行技能PK,妈妈们最初都有点手忙脚乱,在老师的纠正和帮助下,迅速掌握了要领,动作也十分规范。

之后,产科副主任医师郑建琼还现场给准妈妈答疑解惑。最后在“分娩之旅”环节中,准妈妈参观了待产室、分娩室和产科病房。参观过程中,护士向大家讲解了分娩过程、应对技巧以及与助产士的配合。准妈妈纷纷表示学到了很多自然分娩的知识,提前做好了心理准备,消除了心中对分娩室的忐忑。

喝水太少 易得尿石症

5%-10%的人在其一生中至少发生过1次尿路结石。南方地区由于地域、气候等因素则高达5%-10%。不同性质结石的形成与患者长年累月过量摄入某一类食物密切相关。

研究证实,尿石症的形成与蛋白质的摄入密切相关,食入过多的动物蛋白,如猪肉、牛肉等动物蛋白,可导致尿液中钙和尿酸含量增多及枸橼酸盐的减少,尿酸和尿酸是形成尿路结石的物质基础,而枸橼酸盐是一种尿石的抑制物质,其含量减少势必增加尿石形成的风险。

形成尿石症的另一重要原因是饮水少。尤其是夏天,由于大量出汗、喝水少,尿液浓缩使晶体过饱和,促进晶体沉淀形成结石,加上夏季暴露于阳光下时间长,紫外线照射皮肤有助于体内维生素D和A合成增多。这两种维生素可促进小肠吸收钙离子,尿液中排泄钙增多,尿中结晶物质易产生结晶核,使结石的发生率大大增加。

如何预防尿路结石发生呢?首先是多喝水,每天喝2000-3000毫升水,以增加尿量,稀释尿中形成结晶物质的浓度减少结晶沉积,同时也有利于结石排出体外。最好养成定时喝水的习惯,每小时喝50-100毫升水,睡前加饮水1次,保持夜间尿液稀释状态,可有效减少晶体形成。值得注意的是,饮水主要以纯净水和白开水为主,适当喝柠檬水,少喝矿泉水。

其次是少吃草酸含量高的食物,如菠菜、豆类、葡萄、可可、茶叶、橘子、番茄、土豆、李子、竹笋;高蛋白食物,如猪肉、牛肉等;高嘌呤食物,如动物肝脏、海鲜、啤酒等,同时要多吃含膳食纤维高的食物。

病理科 张品南

“超女来了” 走进巽宅镇坑口村



“超女”志愿者在做入户调查村民健康现状。

3月27日,“超女来了”团队携带便携式超声机,驱车3小时并走进美丽而幽静的古村落——永嘉县巽宅镇坑口村。与以往的义诊不同,这一次,“超女”们走家入户,为这里的妇女做体检。因为村落的闭塞,许多妇女不了解甚至从未听说过妇科B超检查,她们一听说“脱裤子”马上落跑了。经过志愿者耐心地解释和动员,她们终于同意进行检

查。由于村里没有任何辅助设备,“超女”用办公桌搭建检查床,用手机照明灯代替专业探查灯进行检查。

据统计,当天共有24位妇女接受了检查,发现阳性结果7例,其中一人似宫颈瘤,建议其及时到医院确诊治疗。

妇产科超声室 水旭娟 文/摄

高龄生“二娃”不妨来个B超“备孕”

日前,我院产科接诊了一名前来进行产检的吴女士。吴女士今年38岁,已生一娃。当医生了解到吴女士一胎为剖宫产时,便询问她这次怀孕是否有进行过B超检查。吴女士说自己生过一胎,一切正常,无需进行B超检查。医生建议吴女士做个B超,排除宫外孕、疤痕妊娠这些问题。没想到,B超一照还真照出了问题,吴女士竟然是疤痕妊娠,医生马上安排吴女士住院治疗。

妇产科超声室主任水旭娟告诉记者,像吴女士这种疤痕妊娠的患者,她们超声室一个月能碰到10个左右。疤痕妊娠需要及早进行治疗,拖得越久,治疗的难度越大,孕妇的危险性也越高。

排查疤痕妊娠的最佳时间是孕5-8周

疤痕妊娠是指有过剖宫产史的女性,在再次怀孕的时候,孕囊着床在子宫原疤痕处。

水旭娟介绍,疤痕妊娠是比较难处理的异常妊娠,它易导致阴道大量流血以及子宫破裂。因此,对于疤痕妊娠的患者,她们一般建议住院治疗。而最佳的排查时间是怀孕5-8周,这个时候实施手术,难度相对会小一些,对孕

妇的伤害也没那么大。

“在临床,我碰到有些孕妇会说,我的刀口看起来很平整,恢复得也不错,没必要做B超排查。”水旭娟说,“这种想法千万不要有!因为你只能看到外面的刀口情况,看不到里面的,其实你在接受剖宫产手术时,子宫上也是被开了一个口子的,因此会留下瘢痕。这个地方常常有微小的裂隙,肌肉层之间也有缝隙,如果胚胎刚好在这附近着床,容易导致子宫破裂或大出血。因此,不能忽视疤痕妊娠的排查,一旦发现危险因素要尽快入院干预。”她还说:“另外,对于子宫瘢痕也可以在孕前进行B超评估,如果发生缝隙过大等问题,也可以进行相应的处理。”

通过B超还能对卵巢功能等进行评估

“‘二孩’政策放开后,不少四十几岁的女性蠢蠢欲动。我们产科经常能碰到年纪比较大的女性过来咨询还能不能生。”水旭娟说,“也不是说年纪大了就一定生不了,不过,35岁以上的受孕概率相应减少,不少人将面对的是‘难怀上’。这时候就需要通过B超对自己的卵巢功能进行一个评估,

看看卵巢功能是否下降,是不是还能正常排卵,排出的卵泡质量如何。通过验血也可以看出卵巢功能是否正常,但没有B超检查直观,有时候,如果单侧卵巢有问题,验血的结果可能还是正常的。评估卵巢功能的最佳时间是月经的第2-3天。

B超还可以评估子宫内膜的容受性。

如果把孕育生命比作播种,那么子宫内膜就好比土壤,土壤好不好,决定着种子能不能生长。“有不少患者有个误区,子宫内膜薄就不利于怀孕,厚才好。因此很多人一进来就说,医生,给我看看子宫壁内膜厚不厚。”水旭娟表示,能不能怀孕,其实跟子宫内膜的薄厚无直接关系,如果子宫内膜的容受性差,即使再厚,也较难怀孕。特别是进行过多次流产手术的,平时月经量少的,这些人如果想怀孕,要先评估下子宫内膜的容受性。该评估可以在月经周期的任何时间进行。

水旭娟说,如果发现问题也无需过于担心,一般来说,能确诊的话,都是可以后续治疗的。

排卵也可以通过B超监测排卵,你用什么方法?通过

近期两种病毒瞄上中青年

30岁以下者易感染水痘 30岁以上者易感染带状疱疹

近期来医院皮肤科就诊的病人明显增多,一般30岁以下的易感人群患者感染水痘比较多,30岁以上的易感人群感染带状疱疹比较多。

在这些人群中尤其以在青壮年居多,其中还有不少运动达人。他们每天坚持跑步、快走、爬山,往往超出了人体的耐受性,造成体力极大减退,进而降低了机体正常的免疫力。

现在医学上认为水痘是儿童和青少年的高度急性传染病,但发于成人时,有较强传染性和病程较长,而且预后终身免疫力。

水痘一般是由水痘-带状疱疹病毒引起的原发感染,患者是唯一的传染源,该病毒经空气飞沫或直接接触疱液传染。该病多见于儿童和青少年,潜伏期2-3周。

该病的预防主要在于隔离患者至结痂干燥为止。对重症湿疹、烧伤、孕妇等易感人群,可于接触4天内使用丙种球蛋白或胎盘球蛋白等免疫疗法,以减少水痘的危险性。

带状疱疹也是由水痘-带状疱疹病毒引起的,主要通过呼吸道传播,进入人体后悄悄潜伏于脊髓神经后根或脑神经节的神经节内。一旦人们由于感冒、过度疲劳、患恶性肿瘤等而导致免疫力低下时,病毒就会乘虚而入,大量繁殖。

该病最大的后遗症就是皮肤表面愈合后,严重者皮损消退后还会出现局部神经性疼痛,疼痛可持续一段时间,甚至长达数月之久。带状疱疹患者不必隔离,但应避免与易感儿童和孕妇接触。

皮肤科 潘毅



据《温州商报》



退休了,来做志愿者吧!

志愿精神无国界,志愿者更无年龄限制。走过风风雨雨的退休职工们,你们是过来人,更加懂得患者的需求。如果你们有时间,有精力,有一颗渴望回归社会继续实现自我价值的心,那请加入我们志愿者队伍,我们需要你!

一、志愿者条件:

1. 年龄 55-65 周岁,身体健康,能够承担志愿者服务工作;
2. 具有志愿精神和强烈的服务意愿,具有责任心、奉献精神,自愿义务提供服务,不追求物质报酬或其他任何私利;
3. 有相对多的闲暇时间,能够长期坚持参与志愿事业;

二、服务内容:

为门急诊患者提供包括导医、咨询、预约诊疗、护送、取药、陪同检查、取送检查检验报告单、费用查询、健康教育等服务。

三、服务时间:

1. 夏时令
上午 7:30-11:30
下午 2:00-5:00
2. 冬时令
上午 8:00-11:30
下午 1:30-5:00

3. 志愿服务时间可根据志愿者个人时间进行相对固定的安排,如每周半天或每月一天。

四、待遇:

1. 志愿者当班时,由医院提供免费工作餐;

2. 志愿者参加志愿活动,每次可领取交通补贴 10 元;

3. 预约就诊享有特殊照顾待遇,如挂专家门诊号可享特殊号;

4. 一年内服务时间每满 100 小时,奖励价值 260 元的体检套餐一份;赠送的体检卡不记名使用;

5. 参与医院年度志愿者评比活动。有意向的退休职工可通过以下

联系方式报名:

联系人:黄徊徊 13867717144
677144
张 易 13566244855
664855



退休职工徐新拉在门诊做志愿者服务。 张静/摄

感恩 感慨

时间飞快,实习也过了一半。感恩来到这里实习,从胎心监护、人流室、综合妇产科、心血管内科、ICU、普外、产科、到现在的手术室,一路顺利过来了。

其间,遇到贴心又负责的老师,她们经常顺路载我回家或者载我去公交起始站。她们带教耐心,亲自示教,直到笨拙的我学会独立,还会不断督促我看书巩固知识。遇到暖心的小伙伴,他们会去食堂给我带饭,带我一起吃喝玩乐,工作上团结互助,即使下个科室不在一起,感情依旧如初。遇到友好的“爱万德”工友,他们会像朋友一样和你打招呼,彼此分享医院生活的酸甜苦辣;遇到体恤心疼我的患者和家属,他们心疼我没时间吃饭塞给我饼干水果,他们的一句问候使我的一天充满阳光……

当然,实习时“没有不愉快的”是假的。一个无意的举动,也许是因为某种原因迟到了;也许是进病房忘了敲门问好;也许是接完药水签错地方;也许是婴儿抚触完把润肤油洒落产妇那里;也许是测血糖时针扎得不深导致第二滴血晕不满试纸;也许是今天病人吸痰吸不干净;亦或许是做洗手护士时器械递错了……都可能成为被别人否认的原因之一,更悲哀的是,有时候还要被自己嘲笑!

总之,不管是顺境还是逆境,都是对自我的一种磨炼。笑过好,哭过也罢,实习让我经历的,让我学会的,我都要为此感恩!不是困难有多可怕你就胆怯退缩,乃是说,下次同样的问题或者更猛的仇敌来了,我要晓得如何无畏迎战!

奔跑吧,实习生们!加油吧,实习生们!

实习生 周欢跃

你若安好 便是晴天

《你若安好便是晴天》是作家白落梅的作品,写的是“一代才女”林徽因的传记。将传记写成诗一般的美文,可是比较少见。其实传记的内容不见得很多,倒是诗情画意的文笔,经典的语句以及作者对人生的感慨和对爱情的诠释吸引了我,以至对此书爱不释手。

书名“你若安好便是晴天”,听起来就像诗歌一样优美。我很喜欢这句话,细细品味,确实耐人寻味。流年似水,总是无言,你若安好,便是晴天。它可以表达一份执着的爱情,你就是心中的太阳,弱水三千,只取一瓢,生命因你而璀璨,相爱有你而精彩。它是一种默默的祝福,怀念逝去的青春岁月和那曾经难舍的初恋,希望另一个人安然无恙。它又是一种内心至真的牵挂,人生有许多坎坷与艰辛,只愿所思念的人一切都好。时光匆匆,人生苦短,只一个转身,青春已然不再,那纯真多梦的年代犹如一根火柴燃过而已。忽然发现,人生真如午后至黄昏的寸步之遥。浪漫诗人徐志摩,才情横溢,仅三十四岁就告别了短暂的生命,也如他在《再别康桥》中写的:悄悄的,我走了,正如我悄悄的来。以惊人美貌,绝代才气名闻民国京城的林徽因,让徐志摩怀念了一生,让梁思成宠爱了一生,又让金岳霖默默记挂了一生,更让众多男子仰慕了一生。但再精彩的人生舞台也挡不住降落的帷幕,她三十多岁染上肺病,五十一岁就结束了华丽的人生。徐志摩和林徽因,为多少世人留下深深的遗憾和感叹!

人生有诗一般的浪漫,花一样的绚丽,那是因为有过青春梦想。再乏味的人生也会不断地有故事填满,谁的岁月枝头不曾灿烂?但日月既往,不可复追。人生有许多美好的东西是不能复制的,如时光、青春、爱情、友谊及幸福,从前的一切都会变为回不去的浪漫。只有宁静、平和与淡定才是生活的本真。读懂它,往往需要经历漫长的雨季。这时,你会相信,守着一段冷暖交织的平常光阴慢慢变老,将是一种淡淡的幸福。

人生何惧寂寞。其实快乐取决于心境,约上三五好友,茶酒言欢,乐在其中。然一个人,一本书,一杯茶,窗外听雨,任思绪飞舞,做一帘幽梦,此时,寂寞也会这样叫人惬意和心动。远离大千世界的喧哗与浮躁,寻求归隐种豆的宁静,不失为美好的生活心态。要知道一起相伴风雨,走过年华,但总有一天会在某个渡口离散。繁华总有落寞

之时,鼎盛终有消亡之日。

人生相逢是首歌。都说前世五百次回眸,才换来今生的擦肩而过。茫茫浮世红尘中,相遇已经不易,相爱更不知要修炼多少年。世上男女千千万,谁才是你沁人心脾的那杯茶,谁才是你风雨过后的彩虹,谁才是你寻寻觅觅温暖的家,相信缘分早已注定。君不见,林徽因会在康桥之恋后毅然转身,纵使徐志摩抛妻别子也无济于事。而金岳霖宁可为她默默守候,孑然一身,至死无悔,只留

“此情只应天上有”的念想。邂逅一个人只需片刻,爱上一个人往往会是一生,因此,缘分来时应懂得珍惜。不管是爱人、知己或者朋友,切莫将真情随意洒落于风中,让所有的日子都如初见时那般美好。在相逢的人生路上,且行且歌且珍重。

王珏

我拿到高级生命支持证书了

3月19日至20日,我们来自不同科室的十几人在林乐丹、李钰、周荣荣、吴瑞克四位导师的指导下,经过一天半的高难度培训,拿到了美国心脏协会授权颁发的高级生命支持证书。从导师手里接过这张小小的证书时,我的心情除了激动还是激动!这激动是兴奋,是感激,也是因自己是一名急救护士而倍感自豪!

去年我已经拿到基础生命支持证书,所以对这种导师现场指导,学员边看视频边学习心肺复苏的模式特别感兴趣。我在感叹美国人聪明的同时更是佩服我院领导与技能中心的先见之明,高瞻远瞩地引进了这么先进的培训技术,还形成了自己的导师团队。有了这样好的学习平台,我们怎能不成长,不进步?

学习中我最感兴趣的是在高仿真并具有生理驱动功能的模拟病人身上实施急救,以及处理心律失常、给药、电除颤,模拟病人还会说话、眨眼,也会死亡,太神奇了。我们团队的每个人在急救中都轮流充当不同的角色,当病人出现心脏骤停或恶性心律失常时,经过团队紧密配合争分夺秒抢救,最后病人都恢复了心跳。时间就是心肌,时间就是生命,这种团体合作救死扶伤的成就感太好了。最后还有分析讨论环节,团队成员提出问题,分析问题,解决问题。整个课程下来,学员们相互尊重,相互学习,相互改进,共同提高。

除了团队复苏,我们在导师指导下还学习了各种气道用物,有口咽通气管、鼻咽通气管,何时用?用哪种?怎么用?导师都做了详细说明,并在模拟人身上做了演示。原来,这些常用的物品还有这么一堆学问,真是长了知识。除此之外,还有食管气管联合导管,导师说,无论插到食管还是气管,只要判断正确,充气后都能通气,我们都是第一次见到这么神奇的东西!还有改良过的喉罩,除了正常通气,如果在当中再插入气管插管,就会顺利地把气管插管的管子送入气管了,太不可思议了。

一天半的学习培训结束了,虽然腰酸了,腿疼了,双手发麻了,脑子被操作考试和理论考试折腾得嗡嗡响了,但还是受益匪浅。感谢医院为我们提供了这么好的学习平台,感谢技能中心导师的精心指导,感谢团队学员的支持配合!我们一定会在今后工作中不断充电不断练功,为抢救更多的病人而努力!

急诊科 张丽忠