



嵊州市人民医院  
浙大一院嵊州分院 主办

ZHI XIANG YI YUAN

# 正湘医苑

准印证号:浙企准字第 D044 号

总第 194 期

2025 年 1 期

2024 年 2 月 28 日

印刷周期:双月

印刷单位:浙江方正印务

印数 10000 份

发送对象:相关单位

内部资料 免费交流

## 聚势谋远 奋楫笃行——我院召开 2025 年度工作会议

1 月 23 日晚,嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)组织召开 2025 年度工作会议,回顾总结 2024 年医院重点工作,同时规划了医院 2025 年的发展新蓝图。医院领导班子成员、医共体分院班子成员、医院中层干部等对象参加会议。

院长杨松斌作医院工作报告,对 2024 年度医院党建工作、医疗质量管理、运营管理建设、学科能力建设、人才队伍建设等工作进行全面总结,并对 2025 年度重点工作进行详细部署。2025 年,医院将坚定不移地遵循习近平新时代中国特色社会主义思想的引领,紧扣国家三级公立医院考核 A 等级的核心目标,致力于

实现“医疗质量、医疗技术、医疗服务”三个提升,坚守“五个必须”,全力推进“十项重点工作”,为加快“富乐嵊州”建设做出新的更大贡献。

党委书记李谷代表医院党委向长期以来关心支持医院事业发展的各级领导及兄弟单位表示感谢,向过去一年中不辞辛劳、勤勉奉献的全体医务人员,表达最衷心的感谢与最诚挚的问候。他要求,医院全体干部职工要围绕“13510”工作思路,高质量推进医院发展。一是聚力强基,筑牢医疗质量的“根基之稳”。医院要始终秉持“争创三甲”的目标,持续提升医疗服务能力,把医疗质量放在首位,健

全医疗质量管理体系。二是善谋精准,拓展回应民需的“服务之优”。医院要坚持以人民群众健康需求为导向,以整改问题为突破口,精准识别百姓的就医需求。三是开拓创新,提升数字赋能的“治理之效”。借助二期信息系统更新迭代的契机,医院要充分发挥数字化、智能化手段的“倍增器”作用。四是凝心聚力,汇聚互通共享的“发展之能”。牵头做好紧密型医共体内涵建设,搭建县域医共体建设互通共享平台,提升医院管理精细化水平,把全年工作重点放到谋发展、解难题、抓落实上。

(党政办供稿)

## 市领导春节前看望慰问我院一线医务工作者

新春将至,岁寒情暖。1 月 26 日上午,嵊州市政协主席柴理明、副市长张小文一行来我院看望慰问一线医务工作者,并致以新春祝福和诚挚问候。

在急诊科,柴理明主席与院领导班子及医务人员亲切交谈,详细询问了患者收治情况以及医护人员的工作生活状况,并送上了慰问金,对他们在医疗救治、守护人民健康等方面所作出的贡献表示衷心感谢和崇高敬意。柴理明强调,春节临近,人员流动增大,医疗保障和安全生产工作至关重要。同时,他叮嘱医护人员在繁忙工作中也要注意自身健康,以良好状态为市民的健康保驾护航。

院长杨松斌代表全体医务人员对市领导的暖心慰问和诚挚关怀表示感谢。他表示,将全力以赴做好春节期间医疗保障等工作,为全市百姓度过一个健康、祥和的春节保驾护航。

### 院领导慰问各个岗位医务人员

1 月 27 日,农历春节来临之际,我院

党委书记李谷、院长杨松斌带领院党政班子领导分四组,走访慰问各个岗位的医务人员,向大家致以节日的问候和新春的祝福。

城市的大街小巷弥漫着浓浓的年节气氛,正值千家万户迎新纳福、喜庆团圆之时,医院的各个科室各个岗位上,医务人员仍在紧张有序地忙碌着。虽憾失小家团圆,却以担当精神和专业素养守护着患者健康。“新年好!给大家拜年了!感谢大家,你们辛苦了!门诊急、病房、120 急救中心、后勤等,每到一处,院领导们送上新春的祝福,与大家亲切交谈,了解春节期间各岗位值班情况,感谢大家在春节期间舍小家、顾大家,无私奉献,坚守岗位。叮嘱大家把好看



节期间的医疗安全、消防安全、生产安全关,确保各岗位平安有序运行,共同度过一个平安祥和的春节。

医院领导的关心,让每一位值班人员倍感温暖。大家纷纷表示一定不负重托,恪尽职守,为患者提供优质、高效的医疗服务,站好春节这班岗。

## 医院党委开展党支部书记述职述廉暨“一支部一品牌”风采展示

为加强医院党建工作,落实党建主体责任,以高质量党建引领医院高质量发展,1 月 8 日,嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)召开 2024 年度党支部书记述职述廉暨“一支部一品牌”风采展示。医院党委委员、各党支部书记和支委参加了会议。

会上,各党支部书记分别从开展党纪学习教育,严格落实“三会一课”等党内政治生活制度;党支部在学科建设、科室医教研等方面发挥党建引领作用;全面从严治党政治责任、意识形态方面“一岗双责”履行情况及 2025 年工作思路等方面进行

现场述职;并围绕“一支部一品牌”建设进行风采展示。

各位党委委员对支部书记述职述廉和品牌展示进行了现场打分,并一一做了点评,既肯定了一年来的支部工作、品牌创建的成效,也提出了中肯的意见建议。

医院党委书记李谷做总结,他表示,述职述廉和品牌展示为各党支部交流工作、互学互鉴、相互提高提供了很好的平台,也感谢各党支部过去一年在医院各项重点工作中发挥了党建引领、战斗堡垒作用。李谷书记提出,各党支部要继续强化理论学习,支部书记要做好带头示范,落实

意识形态责任制;强化组织建设,严格落实“三会一课”、民主评议等组织生活制度,创新“省县(市)乡三级党建联建”形式,加强与浙大一院相关学科党支部对接,扩大党建联建范围,深化党建联建内涵;强化党风廉政建设,及时发现掌握支部党员职工苗头性倾向性问题,解决突出问题,加强对党员干部的宣传教育,增强舆论引导,营造风清气正的政治生态;强化品牌建设,发挥党员主观能动性和先锋模范作用,在党务+业务+服务中发挥引领作用。

(党建办供稿)

## 我院成功举办健康管理提升座谈会

2 月 25 日下午,我院举行了 2024 年健康管理提升座谈会。近 150 家企事业单位代表齐聚一堂,围绕新一年度干部职工健康管理工作的质量开展交流探讨,积极建言献策,旨在为我市干部职工守护健康、保持战斗力凝聚智慧力量。

医院党委书记李谷对各参检单位代表的莅临表示热烈欢迎,并对各参检单位对我院健康管理中心长期以来的信任与支持表示衷心的感谢。他向大家通报了 2024 年医院取得的成绩和进步,并表示

将一如既往地各参检单位提供更优质全面的健康管理服务。

健康管理中心主任郑黎芳对 2024 年的体检工作做了总结和回顾,并提出了新的目标。2024 年,健康管理中心体检服务人次同比增长 5.7%,创历史新高;提供检后咨询、体检数据分级管理、电话和短信通知体检重大阳性结果及随访、上门解读报告、VIP 就诊绿色通道等服务,还开设了健康管理咨询门诊,加强慢性病综合管理,使检后管理进一步延伸和拓展。

会议还邀请了浙大一院健康管理中心主任刘忠做《健康生活方式宣教》健康讲座,讲座结合实际,深入浅出,提升了与会者的医学认知,使人受益匪浅。

最后,院长杨松斌衷心感谢各参检单位一如既往对医院和中心的信任和支持,希望随着医院的不断进步与发展,能为大家提供更加优质的健康管理和医疗服务。

会议结束后,浙一专家刘忠主任,本院专家甲乳外科康信瑶主任、心胸外科魏正亮主任等开展了现场义诊服务,并进行一对一报告解答。

### 简讯

我院丁勇敏主任医师受邀参加“中国好医生、中国好护士”现场交流活动



1 月 9 日,全国道德模范与身边好人“中国好医生、中国好护士”现场交流活动在首都医科大学举行。活动现场集中发布了 2024 年第四季度月度人物,30 位来自全国各地的优秀医务工作者光荣入选。我院副院长、呼吸与危重症医学科学科带头人丁勇敏作为“中国好医生”2024 年 11 月月度人物受邀参加现场交流。

人物简介:丁勇敏,中共党员,嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)呼吸科主任医师。从医三十多年来,他始终秉承不放弃每一个病人的原则,积极参与突发公共卫生事件患者救治,开展医学重点学科创建,推动医院“学科型党支部”改革。曾获全国五一劳动奖章、浙江省优秀党务工作者等荣誉。

### 千里援疆路 山海绽芳华

——我院王芳同志援疆凯旋

2024 年 11 月 26 日,我院手术室护士长王芳作为浙江省绍兴市第十一批第一期医疗援疆人才,圆满完成一年半的援疆任务凯旋。

在进行了为期一个月的休整后,1 月 2 日,“王芳同志援疆凯旋事迹报告会”在院报告厅举行。会上,王芳生动地分享了援疆期间的工作体会和感悟。在过去的一年半时间里,她肩负神圣使命,远离家乡亲人,投身到援疆的伟大事业中。在援疆的日子里,克服种种困难,用智慧和汗水、爱心和奉献,在护理岗位取得了显著的成绩。用实际行动诠释了团结协作、艰苦奋斗的精神,展现了高度的责任感和使命感。

我院荣获健康报公立医院高质量发展创新案例三大奖项

2024 年 12 月 13 日至 15 日,全国“党建引领文化聚力”公立医院高质量发展交流会在厦门隆重召开。会上,健康报社正式发布了 2024 年度“公立医院高质量发展创新案例征集宣传活动”创新案例征集宣传活动获奖名单。我院报送的案例立足工作实际,凸显经验优势、创新思路方法,从全国各级卫生行政部门和医疗机构报送的 1000 多份案例作品中脱颖而出,荣获“2024 年度公立医院高质量发展创新案例医院案例”、“2024 年度公立医院高质量发展创新案例科室案例”、“2024 年度公立医院高质量发展创新案例个人案例”三大奖项。

多项荣誉,是对我院高质量发展方面所取得成绩的肯定。未来,医院将深入贯彻医院新发展理念,锁定争创“三甲”医院的目标,以公立医院绩效考核为基础,聚焦医院管理、医疗质量、医疗服务三大提升,全面深化内涵建设,打造服务能力不断加强的现代化综合医院,奋力谱写嵊医发展的新篇章。

关浩杰医师荣获浙大一院骨科医联体第四届青年教师授课一等奖

1 月 19 日,浙大一院骨科医联体第四届青年教师授课比赛圆满落幕。此次比赛旨在促进青年教师专业成长,扎实授课技能,进一步推动骨科教学质量提升。我院骨科关浩杰医师一路过关斩将,荣获了一等奖的优异成绩。荣誉的取得,既彰显了我院青年教师的风采,也充分体现了医院对医学教学的重视。

## 暖心现场

## 孕妇医院门口临盆,众人合力救援,最终母子平安

1月3日上午7点30分,正值上班高峰期,嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)门诊北门突然传来一阵急促的呼救声:“医生!医生!快!我老婆要生了!”

此时,正在门诊大厅自助机前忙碌的志愿者杨军、丁瑾、钱湘平在听到呼救后,立即跑到门口查看,赫然看到孕妇躺在地上已经分娩。“快快快!孩子已经娩出,赶快启动院内999!”天气寒冷,志愿者丁瑾迅速脱下身上的羽绒服,半跪地上,细心地托起胎儿用衣服包裹住,做好保暖。与此同时,挂号窗口工作人员已闻讯拨打院内急救电话,迅速启动院内999急救。

“门诊北门999,门诊北门999!”随着广播声响起,门诊办主任罗志芳、护士长周丽,行政、临床、护理总值班人员、急救医护、保安等迅速赶赴北门。迅速到位的抢救小组自发围成人墙,对孩子展开救治,并安抚

产妇,随后众人合力将产妇搬运至抢救车上后直奔产科楼。将母子送入产科分娩室后,医护人员立即对宝宝和产妇进行了产科的相关专科处理,随后入住产科接受进一步的护理和治疗。

产科护士长张晓莉:“所幸救治及时,到位,胎儿一路上都被悉心照顾,最终母子平安。得益于在整个抢救过程中,大家密切配合、迅速响应,从胎儿娩出到成功送至我们产科分娩室,用时不到5分钟,为母子赢得了宝贵的救治时间。充分体现了我们院内急救医护人员敏锐的应急力、专业的救治力和高效的协作力。产妇丈夫能子小兵:“我们是大凉山彝族人,在嵊州崇仁务工,这是我们的第三胎。今天早上6点多,我妻子因为肚子突发阵痛就来医院就诊,结果刚到院门口我老婆就生了,从肚子疼起来到生下孩子前后不到一个半小时。当

时好多医院的工作人员跑过来帮我们,有个志愿者阿姨把衣服脱下来给我老婆、孩子盖,因为衣服被羊水污染了,我说给她重新买一件,她都说不行。现在母子平安,多亏大家帮忙和医护人员的及时救治,实在是太感谢了!”

一次紧急分娩,一场暖心接力。这个“急时”到来的新生儿,在志愿者的关心帮助下,在我院医护人员的及时处置下,在大家一场爱心助力下,当属“吉时”降生的幸运宝宝。近年来,我院为有效应对各种突发事件,医院不断完善各类应急预案,组织医务人员进行急救技能培训及考核,确保医护人员熟练掌握急救技能,保障患者生命安全。同时加强巡视,做好来院就诊患者医疗安全保障工作,尽心尽力为患者提供安全、优质的诊疗服务!

(夏冰涛/文)

## 肛肠外科新“镜”界:“单孔+1”腹腔镜技术根治直肠癌

近日,嵊州市人民医院肛肠外科成功为患者王先生(化姓)实施了“单孔+1”腹腔镜下直肠癌根治术。4个月前,王先生开始断断续续感到腹痛,近半年来瘦了20多斤,但精神、睡眠、食欲、排便如常,也没有其他不适感,便以为是小毛病而未予重视。近期因乏力加剧才来院治疗。经肠镜检查与病理分析,确诊为直肠癌,这让其瞬间感觉天都塌了。“医生,你看我这病能不能保守治疗,不开刀啊?开刀能微创吗?微创需要几个洞啊?”王先生抓着肛肠外科张园伟主任的手一叠声地询问。

面对患者及家属的焦虑,张园伟主任及其医疗团队耐心讲解“单孔+1”腹腔镜技术的手术方案、预期效果及术后恢复流程,消除了他们的疑虑。经过充分术前准备,团队为王先生在全麻下进行手术,仅两个小孔就顺利完成肿瘤根治性切除,手术出血量少且无并发症,尽显微创技术优势。术后第一天,王先生在医护人员协助下可下床活动,第七天顺利出院,他高兴地说:“原以为是大手术,没想到恢复这么快!”

张园伟医生介绍,“单孔加1”腹腔镜技术是利用身体上唯一与生俱来的“痕”——肚脐,置入单孔腹腔镜,并开一小孔为术后放置腹腔引流管,术中利用此引流管孔作为辅助操作孔进行操作,切口痛感特别轻。脐部天然的皮肤皱褶可以遮盖切口,可达到美容效果。他表示,近年来腹部外科手术不断向微创化方向发展,从传统的开腹手术,到5孔腹腔镜,再到如今的单孔腹腔镜。其中单孔腹腔镜切口美观,患者出血和疼痛少、创伤小、恢复快,且无损腹壁肌肉,可



大大减少癌细胞经腹壁切口种植转移的风险及术后疼痛感,同时也缩短了住院时间,大大降低了患者住院费用。但是,单孔腹腔镜具有一定的技术难度,包括观察视角的转变、手术器械的使用、手术视野的暴露等,都需要主刀医生拥有过硬的腹腔镜手术基本功和丰富的手术经验。医院始终将患者利益放在首位,在保证手术质量与安全前提下,力求实现手术创伤最小化,推动“微创”迈向“隐形”。

单孔腹腔镜和多孔腹腔镜之间的区别主要在于切口的数目与大小。具体如下:一是大小:多孔腹腔镜的最大穿刺孔一般不

超过1cm,较小的穿刺孔一般为0.5cm。相比之下,单孔腹腔镜虽然只有一个穿刺孔,但通常直径在1-2cm。二是数目:单孔腹腔镜只有一个穿刺孔,所有的操作和观察都通过这个孔进行。而多孔腹腔镜则有三个或以上的孔,除了观察孔以外还有额外的操作孔。

总结起来,单孔腹腔镜和多孔腹腔镜各有利弊。多孔腹腔镜相对手术难度较小,因为有更多的穿刺孔供操作使用。而单孔腹腔镜手术难度较大,需要操作医生具备更娴熟的技巧。

(肛肠外科供稿)

## 春节几杯下肚,男子疯狂吐血,医院打响生命保卫战

春节万家团聚,饭桌上免不了觥筹交错。话说小酌怡情,过量了可就暗藏杀机。这不,51岁的嵊州市民顾先生(化名)这个春节就在鬼门关走了一圈。因饮酒过量,他突发消化道大出血,疯狂呕血,命悬一线之际,我院消化内科医护人员与时间赛跑,展开了一场惊心动魄的生死抢救,才使他转危为安。

## 推杯换盏间 突发呕血 性命危在旦夕

顾先生平日里就“好一口”,一日三餐,顿顿都少不了来上一杯白酒。到了春节期间更是酒不离手,不知不觉间喝的量比起之前大幅增加。除夕当晚,顾先生与家人欢聚一堂,丰盛的菜肴,其乐融融的场面,兴致高涨的他在推杯换盏间,不知不觉喝下了大量白酒。突然,欢乐的气氛被打破——顾先生感到胃部一阵剧痛,随之开始剧烈呕吐,呕吐物中夹杂着大量鲜血,满地殷红,触目惊心。

家人见状慌了神,立刻拨打了120急救电话,将顾先生紧急送往了我院急诊科;此时的他脸色苍白如纸,意识模糊,低血压、高心率,已经处于失血性休克状态。

## 与死神赛跑 多学科联动打响生命保卫战

“患者已经呕血1000ml,情况危急,立即抢救!”急诊科医生迅速判断病情,医院立即启动绿色通道,消化内科、手术室等多学科医生火速集结,展开联合抢救。医护人员迅速为顾先生建立静脉通道,快速补液扩容,并进行输血治疗,以维持生命体征稳定。与此同时,春节值班的消化内科、内镜中心主任俞珊接到抢救通知后,立即赶赴救治现场,在完善术前准备后,对顾先生行急诊胃镜检查,以明确出血点并止血。

胃镜下,俞珊发现顾先生的胃腔内充满了鲜血,胃底静脉曲张处有一处活动性出血点,鲜血如拧开的水龙头般源源不断地往外

涌出。“出血量很大,必须立即止血!”俞珊沉着冷静,在内镜下行硬化剂-组织胶注射止血术。时间一分一秒过去,手术室内气氛紧张而凝重。终于,在医护团队的共同努力下,出血点被成功封闭,顾先生的血压逐渐回升,生命体征趋于平稳,跑赢了这场与死神的博弈。

术后,顾先生被转入EICU观察治疗,后又转入消化内科治疗。回想起当时情景,他仍心有余悸:“要不是医生们抢救及时,我可能就……”。康复出院的顾先生及家人对医护人员满怀感激。

“春节期间,因饮酒过量导致消化道出血的患者并不少见。”消化内科主任俞珊提醒广大市民:节日亲朋好友聚会,饮酒一定要适量,切勿贪杯。尤其是本身患有胃溃疡、肝硬化等基础疾病的患者,更要避免饮酒,以免诱发消化道出血,危及生命。一旦发生呕血症状,一定要及时送医! (鸟岛/文)

## 高铁上旅客突发疾病 我院医生紧急救助

1月24日晚八点,G7717次列车从杭州东站出发正朝温岭方向奔驰,车至绍兴北站时列车广播紧急通知寻找医生护士,有名乘客突发腹痛。我院康复科童冰医生恰好在该列车上,听到广播后立即赶往病人所在车厢。见该乘客按着左下腹痛不可遏,大汗淋漓,做了查体后发现其左侧肾区叩击痛明显,量了血压等,患者生命体征是稳定的。但鉴于其疼痛剧烈,且不能缓解,眼看列车已驶入嵊州地界,童冰医生立即就近联系我院120,让救护车先等候在高铁出口处。下了高铁,童冰一路护送患者急奔我院急诊,完善检查后考虑左肾结石,直到对症处理后患者疼痛缓解,童冰医生才告别回家。

事后,这位温岭的病人蔡先生又是发视频又是发信息,对童医生的救助表达了深切的谢意。童冰却说:“作为一名医务人员,这是我应该做的。”随后,他又贴心地叮嘱蔡先生要多运动锻炼,海鲜和动物内脏要少吃。

童冰医生在高铁上的这一善举,展现了医者的社会担当和专业精神,用实际行动诠释了“救死扶伤”的崇高使命。他挺身而出的行为为患者带来了及时的帮助,像冬天的暖流。让我们为童冰点赞,为医者点赞!

(子鱼/文)

## 一场口腔病房里的心梗救援

近日,43岁安徽籍长途司机陈先生(化姓)在我院经历了一场惊心动魄的生命接力。陈先生因口唇外伤入院观察期间突发急性心肌梗死,经口腔科、心内科、导管室等多学科联合救治,成功跑赢死神。这场教科书级别的抢救,为所有人敲响健康警钟。

当日下午,陈先生因长时间驾驶劳累,不慎摔了一跤,导致口唇出血并短暂昏迷被送至我院急诊,诊断为唇裂伤,舌裂伤,还有高血压、糖尿病等基础疾病。口腔科医生迅速完成清创缝合后,却敏锐捕捉到更深层危机——这位患有“三高”的司机,外伤可能只是表象!遂果断将其收治入院并实施心电监护、吸氧等严密观察。这一决策为后续抢救争取了至关重要的预警时间。

傍晚17:44,护士站中央监护系统突然发出刺耳警报……患者心率骤降至35次/分,血压暴跌至71/39mmHg!值班护士黄英闻声立即大声呼叫值班医生,同时迅速冲向病房,护士长马丹莉听到呼叫后也跟值班医生一起在最短时间内抵达患者床旁,迅速评估患者意识,气道及循环状态,完成心电图检查,明确诊断为“急性下壁心肌梗死”,当即启动院内胸痛中心急救流程。最惊险的是,此时的陈先生仍旧没有胸闷胸痛等不适症状,由于家在安徽,身边只有朋友陪同,医生护士一边安抚陈先生,一边紧急联系其家属。

心内科医生接到急会诊后3分钟抵达现场,同步联动导管室进入备战状态,医护人员持续实施升压、扩容及抗凝治疗,全程保持生命体征实时监测,迅速转运至导管室行介入治疗。术后转重症监护室继续治疗。

“以为只是摔破皮,没想到捡回一条命!”陈先生感慨,当天晚上家属也赶到了医院,得知情况后对医护人员的及时抢救表达了深深的感激。目前,陈先生已康复出院,身体状况稳定。

这场生命保卫战的成功,得益于多学科团队的精准协作,更离不开医生敏锐的观察力和判断力,从而发现一些潜在的风险因素和病情发展趋势,在事前采取有效的预防和干预措施,才打赢了这场硬仗。

(护理部供稿)

## 《哪吒2》中的“抗药性”：神仙也会出错吗？

在《哪吒2》大战土拨鼠桥段中,哪吒因把“昏迷眠丹”当豆子吃,在关键时刻掉链子,药效大减苏醒了过来。太乙真人大惊:“上次药吃多了,有抗药性!”哪吒立马加大了药量。

很明显,太乙真人喊出的那句“抗药性”是指哪吒吃多了药,人体对药物产生了适应性的变化,从而导致药物疗效的降低。

“抗药性”是神仙说的,那么科学的说法中到底有没有“抗药性”一词呢?

事实上,在药物的特性中有“耐受性”与“耐药性”。

耐受性是人体对某种药物的反应随着时间的推移逐渐减弱,需要增加剂量才能达到相同的治疗效果。形成机制:药物代谢

加速是常见原因之一,像参与代谢的肝酶活性增加,使药物在体内更快被分解排出。还可能是药物和受体之间的结合位点数量减少或结合强度下降,导致药物能发挥的作用减弱。例如长期使用某种安眠药,起初一片药就能让人安然入睡,可时间长了,可能需要两片甚至更多才能达到相同的睡眠效果。

耐药性一般是指病原体(如细菌、病毒、癌细胞等)与某种药物多次接触后,对药物的敏感性下降甚至消失,致使药物对该病原体的疗效降低或无效。形成机制:主要是病原体发生了适应性变化,比如产生使药物失活的酶,像某些细菌产生的 $\beta$ -内酰胺酶,能使青霉素类药物失活。或

者改变膜的通透性,阻滞药物进入;也可能改变自身的靶结构或原有代谢过程。例如,在治疗结核病时,如果不规范用药,结核杆菌很容易对异烟肼、利福平等抗结核药物产生耐药性,导致原本有效的药物无法控制病情。

我们再来看,按照神仙的说法,“抗药性”对应的应该是“耐受性”,而事实上恰恰相反,科学上的“抗药性”指的是“耐药性”。神仙那么通俗地一说,是不是出错了呢?

总之,无论是抗药性、耐受性还是耐药性,都提醒我们在使用药物时要严格遵循医嘱,合理用药,确保药物能发挥最佳疗效。

(张东萍/文)

## 【护眼警示】

### 28岁白领通宵刷视频竟致“数码失明”?节后这类患者激增50%!

“医生!咋办!我眼前像蒙了层磨砂玻璃,连红绿灯都变成‘叠影重重’了!”大年初八清晨,顶着熊猫眼的张先生(化名)冲进我院眼科黄金鸡的诊室。这位互联网公司的程序员自述,春节七天化身“熬夜战神”,日均屏幕使用时间达16小时,白天抢红包、深夜刷短视频,直到前几日在工作时发现电脑文档全变成了马赛克方块。

接诊的黄金鸡主任医师用裂隙灯镜检查发现,张先生的泪膜破裂时间仅2.3秒(正常值>10秒),睑板腺已出现蜡样改变。

“这是典型的视频终端干眼症急性发作,长时间蓝光照射导致角膜上皮点状脱落,就像手机贴膜被磨花了一样。”黄主任指着检查报告解释,当人紧盯屏幕时,眨眼频率会从正常的15次/分骤降至5次/分以下,脆弱的泪膜得不到及时补充,最终引发“数码雪盲症”。

节后门诊数据显示,类似患者较节前增多,很多都是90后。值得警惕的是,很多的患者误将眼红、视物模糊当作“熬夜后遗症”,自行滴网红眼药水反而加重症状。据《中国干眼专家共识》指出,每天使用视频终端超过8小时的人群,干眼发病率高达93.4%!

如何保护眼睛,请记住以下三点:

**1.20-20-20黄金法则:**每20分钟眺望6米外20秒,配合“眨眼操”(轻闭2秒-用力闭2秒-睁眼2秒)。

**2.屏幕摆放讲究:**电脑低于眼高15°,手机距离不少于40cm,开启纸质护眼模式。

**3.人工泪液选择:**认准不含防腐剂的玻璃酸钠滴眼液,冷藏后使用效果更佳。

黄金鸡主任特别提醒:出现持续眼痛、晨起睁眼困难、畏光流泪等症状,务必及时就医。建议视频工作者常备便携式湿度计,将环境湿度控制在55%-65%,必要时可佩戴湿房镜。

请转发提醒身边“屏幕族”:眼睛的损伤不可逆!当您看到这条提醒时,不妨放下手机,给双眼一个深情的“窗帘时间”。

(卢洁仪/文)

## 告别“过敏星人”!尘螨脱敏治疗:让身体学会“和平相处”的奇妙旅程

你是否每天喷嚏连天、皮肤瘙痒、半夜咳醒?是否总在“过敏→吃药→过敏”的死循环里打转?别慌!你的免疫系统可能只是对尘螨“反应过激”了!今天带你解锁一项科学技术——尘螨脱敏治疗,教身体和过敏原“握手言和”!

### 当过敏星人遇上科学攻略

13岁的小袁同学曾经是“纸巾消耗大户”,鼻炎让他上课分分钟想打喷嚏。完成初始治疗后,现在书包里只剩课本和一包备用纸巾。

7岁的卜小弟是鼻炎+喘息双打选手,雾化机是他的“老战友”。完成初始治疗后,喘息未再发作,雾化机“退休”了。

11岁的詹小妹饱受鼻炎+皮炎双重折磨,皮肤抓得像“地图”。完成初始治疗后,症状基本消失,皮肤重回光滑,终于能自信穿短袖啦……

我院多位过敏患者通过脱敏治疗,结合家庭尘螨预防措施,症状和生活质量都

有了改善!

### 什么是脱敏治疗(过敏原特异性免疫治疗)

脱敏治疗是通过递进式给予过敏原,重新建立健康的免疫应答,通俗的讲,是通过不断增加可控剂量的过敏原进入人体,使身体重新适应这种过敏原,不再产生过度免疫反应(变态反应),再经过一段时间维持(3-5年),从而不再对这种过敏原产生过敏,达到“根治”的目的。

### 脱敏治疗分两个阶段

**初始阶段:**16周(常规治疗)或更少(集群治疗)逐步剂量递增,建立免疫耐受,这个阶段很关键。

**维持阶段:**3-5年,每4-6周一,巩固并达到长期脱敏效果。

### 哪些人适合尘螨脱敏治疗?

建议:确诊为尘螨单一过敏或以尘螨为主要过敏原的患者且症状明显,尘螨IgE>3级(3.5kU/L)应及时就诊评估,IgE>4

传统方法:	VS	脱敏治疗:
抗过敏药、激素——能救急,但停药易复发,治标不治本。		直击根源,减少长期用药负担,让身体真正“学会适应”。

级(17.5kU/L)的患者在控制症状的同时,应尽早脱敏治疗。合并多种过敏需要专科医生进行个体化评估。

**年龄要求:**满4周岁(舌下)或满5周岁(皮下注射或舌下)。

**儿童建议:**在青春发育期前开始治疗,可避免过敏性疾病对发育的干扰。

### 专家划重点

早诊断、早治疗是关键!儿童建议青春前期开始干预。

脱敏治疗全球应用数十年,安全性有保障,不会干扰儿童发育。相反,脱敏治疗减少体内“免疫战争”,改善体质,促进儿童生长。

合并多种过敏?需专业医生评估制定方案。

(黄新园/文)

## 请抓住这个孩子长个的黄金阶段!

孩子矮小不要怕,春天是一个万物复苏,生机勃勃的季节,也是孩子们个子长高的黄金阶段。家长应抓住这一时机,通过饮食、运动和睡眠三方面助力孩子成长。

### 饮食——长高的原料

孩子们要均衡饮食,鸡蛋,牛奶,鱼虾,肉,蔬菜,水果等都要吃,不偏食挑食。每种食物,都有它独特的营养价值,要均衡摄入,为孩子的长高,提供全面营养。

### 运动——长高的动力

特别是一些纵向运动即上上下下带有跳跃性质的运动,能够更好地刺激骨骼板,助力于孩子们长高。运动时需注意以下几点:

**1.项目:**优先选择纵向跳跃类运动,如到户外去打篮球、跳绳、羽毛球等,非常有利于孩子的长高。

**2.时间:**每次运动应持续30分钟到1小时,时间过短无法有效刺激骨骼板。

**3.强度:**中等强度的有氧运动最佳,有氧就是到户外去,特别是太阳好的时候,在太阳底下运动;在运动的时候呢,孩子们有点呼呼喘气,小脸蛋红扑扑的,同时适当出汗,孩子们感觉有点累的状况。

**4.频次:**每周至少有五天以上的中等强度运动,持续地刺激骨骼板。

### 睡眠——长高的时间

睡眠是孩子长高的关键时段,尤其是

深度睡眠时,生长激素分泌达到高峰。因此,保证孩子有高质量的睡眠和充足的睡眠时间至关重要。建议孩子们,早一点上床,睡前保持愉悦心情,做一个甜甜的好梦,身高也悄悄地长起来了。

亲爱的家长朋友们,你们听懂了吗,通过合理饮食、适量运动和充足睡眠,孩子每年可多长高0.5到1厘米。长期坚持,5到10年后,孩子可能多长高5到10厘米,显著提升身高档次。

让我们在蛇年的春季里一起为孩子们的身高加油吧!

(钱小霞/文)

## 流感季,肿瘤患者该如何应对

流感高发季,著名影星大S也不幸感染甲流而离世,很多人觉得不可思议。其实,流感不同于普通的感冒。流感一般指流感病毒感染,如果没有及时治疗,更容易引发一系列并发症。特别是对于存在基础疾病的老年人来说,很可能发生炎症因子风暴,导致炎症急剧加重,威胁健康。如果不引起足够的重视,及时就诊和治疗,很容易危及生命。甲流的高危人群是婴幼儿、老年人、孕妇、慢性病患者、肥胖人群等,尤其是老年肿瘤患者,因免疫功能低下,特别容易并发严重的并发症。因此,预防比治疗更重要。

针对流感季,肺炎人次急增的情况,肿瘤内科给予患者以下相关建议和应对措施:

**1.接种疫苗:**预防传染病最经济、有效的方法就是接种疫苗。建议肿瘤患者等伴有基础疾病的老年人群,积极接种流感、肺炎球菌等疫苗,以减少感染发病和重症风险。

**2.个人防护:**肿瘤患者在流感高发期,尽量减少前往人群密集的室内公共场所。如无法避免,应科学佩戴口罩。一般在口罩被打湿、污染或者佩戴时间>4小时建议及时更换口罩。

**3.卫生习惯:**居家期间和人员聚集时,应

做好室内通风。选择上午10点至下午4点之间的时段开窗通风。每天开窗通风换气3-4次,每次30分钟即可。在外出时接触公共物品、用餐前后、咳嗽或打喷嚏后,应及时使用流动水和肥皂或洗手液洗手。打喷嚏和咳嗽时,注意遮掩口鼻,然后将纸巾扔进带盖垃圾桶。

**4.增强免疫力:**免疫力是人体抗病的基础,平时应注重膳食平衡,不暴饮暴食,合理摄入富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,增强身体免疫力。同时,保持规律的作息,适量运动,保证充足的睡眠时间,有助于身体恢复

和抵抗病原体。在家可以尝试着打八段锦、五禽戏等中医的养生保健操。

**5.如果您正处于放疗、免疫治疗期间:**在注意以上几点时,还需要注意如期至专科医生处复查血常规、肝肾功能等指标,以便及时发现异常,及时处理,以免延误,将小问题拖成大问题。如果出现发热、咳嗽,甚至胸闷等症状,请及时和您的专科医师联系,他们更利于对疾病的判断,帮忙甄别是药物不良反应,还是新发感染所致,以便他们更好地为您提供服务。

(蔡国英/文)



# 此生有幸入南疆 愿作胡杨不留名

## ——王芳援疆侧记

“追着太阳来到边疆，接力使命四季奔忙……你总在想，来疆为什么？在疆干什么？离疆留什么？”王芳是这样理解的：“援疆，对于我这样具有30多年工作经验的临床护士来说，是一次职业生涯中极为宝贵且意义深远的挑战与历练。这不仅是对我个人专业能力的考验与总结，更是对我的意志品质、适应能力、团队协作精神以及爱国情怀的一次全方位锻炼和实践。”她深知，援疆，是一种使命，是一种责任，更是一种情怀。2023年5月，通过组织考察，王芳顺利入选浙江省绍兴市第一批第一期医疗援疆人才，正式开启了她在阿瓦提县人民医院的援疆之旅。

“在疆干什么？在疆就要实实在在做好护理工作。”王芳是这样说的，也是这样做的。

### 更新管理理念

#### 助力医院通过“二甲”复评

“必须通过‘二甲’医院评审！”这是进疆后，摆在她眼前的一项重要任务，更是2023年度阿瓦提县人民医院的工作核心。刚刚在嵊州市人民医院经历过“三乙”评审的她马上投入工作。

经过对全院26个护理单元的实地踏勘，在对各项指标数据汇总分析的基础上，她提出指导性意见：“必须更新管理理念，逐条梳理核心制度，持续改进服务质量，确保护理评审指标合格并努力获得高分”。于是，她也给自己制定了“奋战100天，争取好成绩”的工作目标。

期间，她带领团队修订人力资源调配、APN排班、抢救车使用规范等30多项管理制度；制定护理应急预案及流程20多项；加强不良事件整改、安全隐患排查、敏感指标数据分析；运用循证、RCA、PDCA、品管圈等多种管理工具为问题导向，以患者安全为目标，找准真因，实施对策，持续改进服务质量，提升患者满意度。经过不懈奋战，2023年10月，医院顺利通过“二甲”医院复评，其中护理工作以规范细致的表现获得了中位分以上的良好成绩，充分展现了护理团队的专业素养与服务素质，还成功跻身同级医院前茅，得到评审专家的一致认可与肯定。同时，王芳被阿瓦提县人民医院评为“最美援疆天使”和“杰出护士”称号。

### 聚焦实际需求

#### 因材施教发挥“传帮带”作用

作为医疗援疆团队成员之一，她深知“传帮带”工作的重要性。如何通过传授先进护理理念、技术和经验，帮助当地护理人员快速成长，增强自我发展能力？成为王芳面前的又一道难题。

在施教过程中，她细致评估每位学员的专业能力、学习风格及实际需求，设计分层次、个性化的培训计划；有侧重点的加强基础理论讲解，辅助案例分析，逐步构建知识体系；通过模拟演练、疑难病例讨论等方式，强化实践操作能力；同时，巧妙融合信息技术与自媒体平台，创新性地开设了空中课堂，运用视频教学将嵊州、绍兴乃至浙江的先进护理理论与技术精髓，精准传递至阿瓦提，让优质医疗资源惠及更多人群，促进阿瓦提县护理事业的共同进步与发展。

进疆以来，王芳累计开展理论授课30余

课时，技能操作培训20余课时，指导各级护理及其他人员300多人次。所培训的护理人员，在阿瓦提县及阿克苏地区各类竞赛中屡获佳绩，为当地护理事业的发展贡献了力量。

### 强化人文素养

#### 打造“一病一品”护理品牌

2024年春节后，为进一步提升医院护理服务品质，增强患者良好的就医体验，在前期优质护理服务的基础上，王芳在21个护理单元开展创建“一病一品”优质护理品牌活动，以患者某一疾病的临床护理路径为中心，围绕从患者入院到出院全过程中，每一天或每个阶段的护理活动、用药指导、检查安排、健康宣教、出院指导等内容，制定服务标准、预期目标，针对不同疾病特点，打造具有专科特色的护理服务品牌，实现护理服务个性化、专业化、精细化管理，促进医疗资源整合利用和疾病诊疗规范，推动护理服务质量再上一个新台阶。其中儿科的“你成长，我快乐”小儿肺炎、泌尿外科的“只碎石，不碎心”、普外科的“石”事求是、心内科的“从心出发，向心而行”等项目的开展，不仅彰显了医护人员的人文关怀与专业深度，更赢得了患者及家属的高度评价，同时提升了医护人员的职业成就感，实现了患者、护士、医院三方满意度的提升，在社会层面树立了良好的服务形象。

### 致力科技创新

#### 提升护理技术与服务质量

王芳深知，护理学科的进步离不开科研

的支撑。因此，进疆以来，她始终致力于将先进的护理理念与技术引入医院，积极搭建学术交流平台，指导护理团队积极申报继续教育及发明专利项目。在她的指导下，2023年、2024年相继举办了首次《基层医院VTE防治》地区级护理继教班、首次《基层医院围手术期快速康复开展》自治区级护理继教班、《基层医院围手术期优质护理新进展》地区级护理继教班。一年多来，累计邀请阿克苏地区级、新疆维吾尔自治区级、浙江省级专家学者授课20余人次，举办护理继教班5次，派送护理人员赴上级医院进修48人次，护理人员申请《一种创伤镇痛快速康复治疗仪》发明专利1项。手麻科的前列腺电切术中冲洗液收集装置、泌尿外科的摇床指示卡、中医外伤科的医用物资效期管家等多个院级优质护理创新项目已在临床应用。在王芳的引领下，护理科研多个项目从零起步，不仅在数量上快速增长，更在质量上显著提升，极大地促进了护理学科的发展，为患者带来了更加专业、高效的服务体验。

从剡溪的绿林清波到西北的大漠长云，援疆的500余个日夜里，王芳用行动与汗水在这边土地上孕育累累硕果，赢得了阿瓦提县各族群众充满真挚、感激之情的“亚克西”。

王芳说：“这片我挥汗的土地上有动人的刀郎歌舞、善良的当地人民，还有一起奋斗过的同事，这段援疆经历我将会永远铭记于心。一段援疆路，一生援疆情，这次援疆之行不是一个终点，而是新的开始，我会带着胡杨林般坚韧拼搏的精神继续在护理工作事业上奋斗终身！”

## 我院组织开展“兼行兼善”慈善公益沙龙



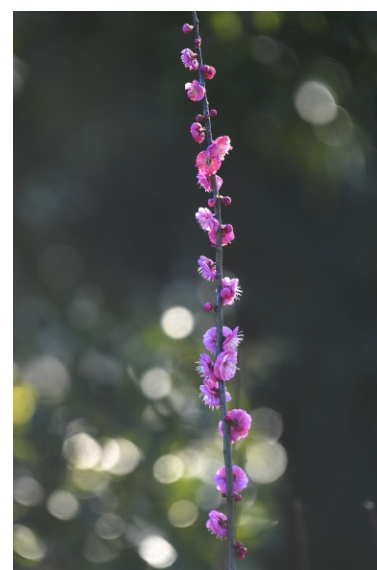
1月17日上午，我院组织开展了“兼行兼善”慈善公益沙龙。活动邀请了医院领导，相关临床、职能科室代表，嵊州市医路先锋志愿服务协会理事、监事参加。

本次沙龙的主题围绕被立项为2024年嵊州市优秀慈善项目的“医路共富 兼善计划”展开。目前，该项目已成功资助了几位患者，为确保项目的顺利运行，帮助到更多有需要的群众链接医疗资源，特听取与会者的意见和建议。医路先锋志愿服务协会首先汇报了项目实施以来开展情况。随后，院领导、业务科室专家、协会理事监事等就如何进一步推进工作展开了深入讨论。院长杨松斌表示，助医慈善项目是医院人文建设的一部分，需要在各个环节上持续发力，通过巡回医疗、全员宣传、开展病种筛查，整合资源信息共享，让项目帮助到更多的人。（党建办供稿）

## 人医红梅

丁显/文

乍寒还暖二月天，任性巡园半日闲。  
绿波轻酥皆不爱，独徇红梅一树间。



独枝俏梅

吴盈摄

## 才有梅花便不同

年后，天空似乎总不展颜，连日的阴雨，将大地笼罩在一片湿冷之中。我每日里怀揣着对春天的渴望，探寻着春的芳踪。终于，一天清晨，我漫步医院花园，听到一阵清丽的鸟鸣，忙举起相机对准一棵梅树，“咔嚓”，赫然一张“喜上梅梢”图。面对这份妙手偶得，不免“喜上眉梢”。

梅花，作为中国传统文化的瑰宝，其背后承载的，是丰富而深远的象征意义。从诗人口中不绝的诵吟，到画家笔下的传神描绘，从传统节日的点缀，到精神内核的寄托，梅花以其独有的魅力，在不同层面绽放着坚韧与希望之美。梅花仁立料峭之时，捎来第一份春的花信，成就了文人心中的一份美好，被誉为君子风骨，百花之魁。

在中医药学中，梅花同样占据着举足轻重的地位。梅，蔷薇科李属的小乔木，品种繁多，色彩各异，既有红梅的艳丽，也有白梅的清雅。梅花性味微酸、涩、平，归肝、胃、肺经。其花蕾经过干燥处理后，便可入药，具有疏肝解郁、和中化痰的功效。对于现代人因生活节奏快、压力大而导致的肝气郁结、胸膈胀满等症状，梅花能够发挥其疏肝理气的作用，帮助人们缓解身心的不适。同时，它还能



化痰散结，对于慢性咽炎等症状，也有着良好的疗效。本院常用的茶饮方五花茶（梅花、玫瑰花、菊花、金银花、代代花），梅花便是其

中一味。浅饮一口，花香入骨，沁人心脾。除了药用价值，梅花在食疗方面同样有着广泛的应用。梅花粥、梅花羹、梅花汤饼等，既保留了梅花的清香，又赋予了独特的养生功效，让人在品味中感受到生活的美好。

“青梅煮酒斗时新。天气欲残春。”暮春浅夏，花期早过，却是满枝青梅悄然泛黄之时。那酸涩倒牙的滋味，渐渐多了一丝甜，也勾动了无数诗人的情思。作为一名中医师，本能地又想到了乌梅——梅子熏制而成，其性味与归经和梅花略有不同，但同样具有独特的药用价值。乌梅能够敛肺、涩肠、生津、安蛔，对于肺虚久咳、久泻久痢等症有着显著的疗效。乌梅炭则长于收敛止血，常用于便血、尿血、崩漏下血等病症的治疗。

夏日炎炎，一杯冰镇的酸梅汤更是解暑佳品。口感酸甜适中，不仅能够消暑解渴，还能够促进消化、提神醒脑，回味无穷。

窗外的雨点点滴滴，梅树立在墙角像一幅水墨画。我仿佛看见枝头青梅溢出青翠的光。无论是青梅煮酒的英雄豪迈还是冰镇酸梅汤的俚俗清欢，都让人倾了时光醉了流年。（杨芳/文）



一路繁花

张青摄

口号：

美丽 幸福  
嵊医 医疗

愿景：

公立 医院  
高水平的县级综合性  
打造一家国内一流的

使命：

优质的医疗卫生服务  
让居民在家门口  
享受幸福

价值观：

大医 尚学  
创新 超越

主办：  
嵊州市人民医院  
(浙大一院嵊州分院)  
地址：嵊州市三江街  
道丹桂路 666 号  
邮编：312400  
电话：0575-83338375  
邮箱：  
shengzhourmyy@163.  
com

## 什么是急性心肌梗死？

急性心肌梗死(简称“心梗”)是由于心脏的冠状动脉突然闭塞，导致心肌长时间缺血、缺氧而坏死的严重疾病。它起病急骤，可能引发心力衰竭、心律失常甚至猝死。

**心梗的典型症状包括：**

1. **剧烈胸痛：**胸骨后或心前区持续性压榨性疼痛，可放射至左肩、背部或下颌，常伴大汗、恶心，含服硝酸甘油或速效救心丸后无法缓解。

2. **其他表现：**呼吸困难、心悸、意识模糊、血压骤降或心律失常。

**注意：**老年人或糖尿病患者可能仅表现为乏力、气短，无典型胸痛，需特别警惕。

**突发心梗，如何自救？**

1. 立即停止活动：就地休息，减少心肌耗氧量。

2. 拨打急救电话：立即呼叫 120，而非自行驾车就医。

3. 药物急救：舌下含服硝酸甘油(若血压不低)或速效救心丸，有条件者可吸氧。

4. 避免错误操作：切勿用力咳嗽、捶打胸口，也不要因怕“麻烦他人”而拖延就医。

**哪些人容易发生心梗？高危诱因有哪些？**

1. 高危人群：  
高血压、高血脂、糖尿病患者；长期吸烟、酗酒、肥胖者；有冠心病家族史或既往心梗史者。

2. 常见诱因：  
情绪激动、过度劳累、暴饮暴食；寒冷刺激、便秘用力排便；剧烈运动或突然停止长期用药。

**预防心梗，牢记“三控三要”**

1. 控制慢性病：定期监测血压、血糖、血脂，遵医嘱用药；

2. 控制饮食：低盐、低脂、低胆固醇，多吃蔬菜水果，避免辛辣刺激性食物，戒烟限酒；

3. 控制体重：避免肥胖；

4. 要适度运动：选择散步、太极拳等有氧运动，避免剧烈活动，运动时若有胸闷立即停止；

5. 要保持心态平和：避免情绪波动过大，家属应给予心理支持；

6. 要定期体检：40岁以上人群每年查心电图、血脂等，高危者需心脏超声筛查。

主 编：

陈 亮

顾 问：

李 谷 杨松斌

执行主编：

陈 瑜