



所谓“大医精诚”一方面是指医术精湛，勤学博思，敢探未知领域；另一方面是指医德高尚，爱岗敬业，肩负健康所系、性命相托的重任。郑州市中心医院内分泌科主任李清楚就是这样一个大医精诚、至精至爱，立志为自己的主业奋斗终身的医者！

给病人看病是一门艺术

跟李清楚主任约的采访时间是上午10点，见到他时，他正在埋头给患者看病，诊室里站满了来看病的人。“我每周一、三、五在这坐诊，已经20多年了，最常的病人跟我也只有20年的时间，病人这么信任我，我更有责任帮他们治好病。我经常给我们科室的大夫和护士们讲，给病人看病是一门艺术，怎么跟病人沟通，怎么平复他们的情绪，我们都要学会艺术的说给他们听，我们这门艺术很重要，它关乎病人的病情好坏。”李清楚认真地说。

记者 董亚飞 李鹏云 通讯员 郜继恩

艺术之热心：每次坐诊身上都带3000多元

王大娘今年70多岁，一大早就在老伴的陪同下来到内分泌科找李清楚主任，“我最近觉得口干、口苦得厉害，今天早上一测血糖17.0，吓我一跳，我还从来没见过这么高过呢。”

详细询问病情后，李清楚跟王大娘商量说，“今天住院吧，住院以后好好检查一下，你年龄大了，血糖又这么高，得赶紧控制住。”

“今天我没打算住院，做完检查身上就剩300块了，家住得远，要不我们明天再来。”王大娘说，“医院规定是先交1000块，你们身上有多少，剩下的我先帮

你们付。”李清楚说着，立即从裤兜里拿出了一把“百元”大钞。

“我活这么大年纪，还是第一次遇见这么好的大夫，帮我们垫钱让住院，心里真是感动。”王大娘激动地说。

“我每次坐诊身上都习惯性的带3000多块钱，有些病人的病情比较急，需要及时住院治疗，在我的门诊上不能因为没带钱就不让病人住院，我们门诊上经常遇见这样的情况，在我看来这是医生应该做的，我并不觉得自己伟大。”李清楚说。

艺术之细心：每次都会像老朋友一样叮嘱病人

跟着李清楚主任坐诊的一上午，听得最多的一句话就是“我开完处方后，你去取药，然后我教你药怎么吃？”、“一定记住10天来找我复查一次，好帮助你及时调整药物。”李清楚每次都像老朋友一样叮嘱病人。

张女士刚刚确诊是早期糖尿病。“我从小就爱吃糖，我现在都40多岁了，还是爱吃，最近单位体检，结

果显示我有糖尿病。俺院里有好几个都是糖尿病，都是在李主任这儿看的，有一个跟着他都看了8年了。”

李清楚安慰说，“你的病是早期糖尿病，坚持用药，控制住血糖，问题不大，不用有心理压力。你这个阶段的糖尿病最重要的就是饮食要控制。以后一切含糖的食物都不要吃了，患上糖尿病就等于跟甜食说‘byebye’了。”

记者手记

看完门诊病人，已是下午一点。据了解，下午3点，他还要赶到社区医院坐诊，面对这样高强度的工作李清楚微笑着表示：“累是肯定会，但是，当你对所从事的工作非常热爱、有兴趣的时候，就不会觉得很辛苦了。能为病人减轻痛苦，我自己也会多一份人生的快乐。”

作为医生，学习艺术地与病人沟通，努力改善患者的就医感受。设身处地从患者的角度考虑问题，尊重、关心患者，这就是李清楚的看病艺术。



专家简介

李清楚 主任医师

专业特长：擅长糖尿病、甲状腺疾病、肾上腺疾病、内分泌紊乱及失调症，内分泌紊乱致不孕不育症等疾病的研究和诊治。

学术成果：2012年被评为河南省“健康中原好卫士”、2012年被评为郑州市首届“百名名医”。

行业动态

美国BOTOX与MIC魔力抗衰老品鉴会 邀您见证青春不老传奇

青春时，素颜都是时尚；老了，再多的瓶瓶罐罐，也抵不上年轻肌肤沁出的一滴晶莹汗珠。想要找回青春，很简单，小小的一针注射美容，瞬间逆转时光，只是一个简单的转身，青春容颜、窈窕身姿就回来了。

2012年10月5日，由美国艾尔建公司、中国医师协会美容与整形医师分会、郑州华山整形主办的“靓动青春 璀璨绽放——美国BOTOX MIC魔力抗衰老品鉴会”将在郑州华山整形隆重举行，活动将邀请到BOTOX官方全球导师、好莱坞明星御用微整形美容顾问Kevin博士（美国）亲临造美，带来BOTOX在除皱抗衰、瘦脸瘦腿整形美容应用方面的精彩讲座。Kevin博士还将授予郑州华山整形“BOTOX官方指定整形美容医院”荣誉奖杯。

新活力，新时尚，现场还将由郑州华山整形首席整形美容专家张东旭主任发布新品推介——MIC魔力抗衰老自体脂肪青春激活术，青春驻颜，瘦身塑形。精彩活动、精美礼品诚邀您的参与。

晓蕾

时间：10月5日（周五）9:00-11:00
预约网址：<http://www.12580zx.com/>

冠心病的“40”现象

专家提醒：发病前往往无征兆，日常保健很重要



给自己一个“放心”的生活

“疾病来临时，总是让人们措手不及。我们怎样才能提前保护好自己的心脏不受伤害呢？”专家建议，坚持做到以下几点，就可给自己一个“放心”的健康生活。

1. 合理饮食，不要偏食，也不要过量。少吃高胆固醇、高脂肪食物，多吃素食。同时要控制总热量的摄入，限制体重增加。
2. 生活一定要有规律，避免过度紧张；给自己足够的睡眠，培养多种情趣；保持良好的心态，切忌急躁、激动或闷闷不乐。
3. 适当做些体育锻炼，增强身体抵抗力。
4. 多喝茶。茶多酚中的儿茶素以及茶多酚在煎煮过程中不断氧化形成的茶色素，有抗凝、促进纤溶、抗血栓形成的作用，可以预防冠心病。
5. 不吸烟、酗酒。烟可使动脉壁收缩，促进动脉粥样硬化；而酗酒则易情绪激动，血压升高。所以家人提醒少吸烟、少喝酒对自己是没坏处的。
7. 积极防治老年慢性疾病。像高血压、高血脂、糖尿病等，这些疾病都会引起冠心病。
8. 预防冠心病应积极降压。同时，密切注意心肌缺血症状。

“40”后易患冠心病

“生活中，很多人对冠状动脉心脏病不甚了解。其实，冠状动脉心脏病也就是人们常说的冠心病。”郑州大学第二附属医院心内科教授邵磊说，随着年龄增长，到了40岁以后，就很容易患上冠心病。对女性而言，绝经期前的患病率低于男性，而绝经后期则与男性相等。所以，我们在生活中还是

要时刻注意自己的身体，特别是上了年纪的人，要格外注意。

同时，专家还说，冠心病发病年龄有年轻化的趋势。35岁以下的青年人群患冠心病的比例在不断上升，最小的患者只有20岁。由于冠心病发病前没有丝毫预兆，一些病人要不是抢救及时，后果不堪设想。

郑州中心医院急诊科医生杨宁说，冠心病还会引起并发症，如心律失常、心力衰竭、心源性休克。心律失常是急性心肌梗塞的最常见并发症，特别是室性心律失常，是急性期死亡的主要原因之一；心力衰竭是急性心肌梗塞常见和重要的并发症；若心室泵功能损害的话会出现心源性休克。

何谓冠状动脉性心脏病

相关链接

冠状动脉性心脏病简称冠心病，是一种最常见的心脏病，是指因冠状动脉狭窄、供血不足而引起的心肌机能障碍和(或)器质性病变，故又称缺血性心肌病。冠心病症状表现胸腔中央发生一种压榨性的疼痛，并可迁延至颈、颌、手臂、后背及胃部。