

情系患者 奉献普外

——登封市人民医院普外心胸外科病区纪实



普胸外科医生正在做手术

小手术 解决大问题

普外心胸外科是登封市人民医院重点学科之一,经过坚持不懈的创新与发展,填补了登封市多项技术空白,并以先进的腹腔镜技术位居区域领先地位,先后成为“郑州市特色专科”、“郑州市医学重点(培育)学科”。2014年又配置了超声刀、半导体激光等设备,超声刀的配备让普外心胸外科的手术更加快捷、精准、安全。

近日,一位67岁的老人因上腹部反复疼痛住院,确诊为胆结石伴急性胆囊炎,其胆囊内塞满了大大小小的结石。据

登封市人民医院普外心胸外科钟进营主任介绍,胆囊术区血管密布,胆管变异时有发生,术中极易造成大出血或胆道瘘而使病人面临痛苦或生命危险,该病人年纪大且体质较差,会诊评估后决定采用创伤小、痛苦轻,对病人全身及腹腔局部干扰少的腹腔镜技术做胆囊切除术,配合超声刀技术,以缩短手术时间。结果手术非常成功,术后一周患者即康复出院。而这只是该科利用腹腔镜微创技术实现“小手术解决大问题”的一个普通例子。

妙手仁心 挽救患者

日常中,该科的医护人员用实际行动谱写着一曲曲救死扶伤的动人乐章。在他们看来,满足患者需要、解除病人痛苦、挽救垂危生命,再苦再累也值得。

作为普外科医生,不仅要有扎实的理论知识与专业技能,还要具有超乎常人的胆识和承担精神。该科曾经接诊过一名102岁高龄的胆管结石并急性化脓性胆管炎患者,老人

随时会出现感染、休克,甚至生命危险,需尽快手术,但老人体质极差、手术风险极大,术中、术后都面临各种意想不到的危险,如此高龄患者在登封市外科手术史上也是罕见的。钟进营主任在紧急会诊后,勇敢担责,凭借其丰富的临床经验和娴熟的专业技能,果断、顺利地完成了手术,挽救了老人的生命。后又在全科医护人员的精心治疗下,两周后患者痊愈出院。

做手术,出门诊,例行查房,随访病人,撰写科研文章……对于登封市人民医院普外心胸外科的医务人员而言,他们的日程里永远没有节假日,永远被排得满满当当,各种突发情况的加班、急救几乎天天都有,而在他们看来却早已习以为常。登封播报 刘弋楚 胡建邦 文/图

无怨无悔 扎根护理

有人说,用自己的左手去温暖自己的右手,是一种自怜;而用自己的双手去温暖别人,则是一种奉献。登封市人民医院普外心胸外科的全体护士用自己默默无闻的奉献诠释着白衣天使的内涵,坚守平凡而又超越平凡。

平时她们工作比较忙,很难抽出时间陪伴家人。有一次,护士李莉丽上夜班,孩子突发高烧,家人希望她能回家看看孩子,可为了患者,她选择了坚守。那一刻,她心里充满了愧疚,但她无怨无悔。“人一生病就很脆弱,这时候,作为护士,我们更应该像亲人一样照顾他们!”在普外科工作了21年的护士长徐晓梦总是这样一次次解释自己的加班。作为护士长,

她基本上以科室为家,行色匆匆地穿梭于病房病人之间,不论多晚,对新入危重患者她都要亲自去看一遍,安抚他们和家属;不论多忙,她都要抽出时间跟患者和家属沟通,消除他们的疑虑和担忧。在她看来,患者健康出院时脸上的微笑,就是对他们最大的奖励。

在钟主任和徐护士长的带领下,登封市人民医院普外心胸外科全体医护人员一如既往地秉承“以人为本、以德为先、科学发展、追求卓越”的院训,把患者“方便、放心、满意”作为服务目标,坚守“微笑服务、用心护理、用情呵护”的座右铭,科学创新,开拓进取,努力为父老乡亲营造一个温馨舒适的康复之家。

登封市
人民医院普外
心胸外科是登封市唯一
的“郑州市医学重点(培育)学
科”,是集医疗、教学、科研、康复于一
体,以治疗胃、食管、肠、肝、胆、胰腺、乳
腺、甲状腺、肺、心脏、纵膈及下肢静脉曲
张等疾病为主的专业科室,技术力量雄厚,
设备先进,人才济济。科室现有开放床位
58张,配备医护人员21人,其中高级职
称1名、副高级职称2名、中级职称4
名、硕士研究生2名,年手术量逾千
台。拥有国家级专利2项,省级
科技进步奖1项,郑州市科技
进步奖1项。

科室简介

常睡懒觉会使智力下降

专家提醒:健康睡眠时间为6~8小时

当下,随着人们工作强度的不断加剧,很多人喜欢在双休日睡懒觉。他们觉得这样做,能够将平时不够的睡眠补回来。但《大众健康》报的报道却显示,其实保持良好的生物钟比睡懒觉更利于健康,因为,睡懒觉可能带来不少疾病。

风险1:中风和糖尿病

美国的研究人员在对9万多名50~79岁的女性进行了长达7年半的调查后发现,每天睡眠超过9小时的人,中风危险比睡7小时的人要增加70%。专家说,这是因为老年人的血液黏稠度比较高,如果睡眠时间过长,就会导致血液黏稠度增加。而血液黏稠度增加,就意味着容易诱发中风等脑血管疾病。

另有调查也发现,每天的睡眠时间在7~8小时的人,身体最为健康。如果睡眠时间不足6小时,患糖尿病的风险就会增加约2倍;如果睡眠时间超过8小时,患糖尿

病的风险则会增加3倍之多。

风险2:呼吸道和消化疾病

小李是一所学校的老师,喜欢睡懒觉,暑假里,他常常一睡就是10多个小时。尽管睡眠时间非常充足,但他发现,自己的身体还是比较差,常常动不动就感冒。

医生帮他分析认为,他常常感冒可能和他喜欢睡懒觉有关系。因为闭门贪睡本身运动就少,再加上长时间的污浊空气,就容易出现感冒、咳嗽等症状。

如果睡眠过多,还无法按

时进餐,胃肠发生饥饿性蠕动,就会打乱胃液分泌规律,影响消化功能。

风险3:越睡越懒,智力下降

同时,睡眠时间过长的人,还会变得懒惰、软弱无力,甚至智力也会随之逐渐下降。这是因为睡懒觉的人睡眠中枢长期处于亢奋状态,而其他神经中枢由于受到抑制时间太长,恢复活动的功能就会变得相对缓慢,因此会感到终日昏昏沉沉、无精打采,甚至智力下降。

专家提醒

健康睡眠时间为6~8小时

如此一说,究竟每天要睡多久才有利于健康呢?在专家看来,对于成年人而言,6~8小时是其所需的标准睡眠时间。老年人在这个标准上再减少1~2个小时,青少年可以增加1~2个小时。对于婴幼儿来说,睡眠时间则需要更长。

不过,具体睡眠时间多少最健康,还需要依据自身的情况来确定。判断自己健康睡眠时间的标准,应该以第二天不会感到身体疲惫,感觉精力充沛来判定。



医疗快讲

妙品国学经典 弘扬医德风尚

9月15日,登封市人民医院第一期传统文化教育公益讲座在学术报告厅如期举行。此次活动特邀东北财经大学钟永圣博士作题为《〈皇帝内经〉浅说》专题讲座。近3个小时的时间,钟永生博士用通俗易懂的语言、生动详实的事例,依次从分享病例、病例起因、医德践行3个方面讲解古典国学经典中“天人合一”的思想疾病观和道德观,将博大精深的中医文化与中华传统道德融会贯通,讲授了医者应继承“积德行善”的优秀传统;强调为医者应立足当下,凭借“良心、德心、道心”,坚守职业道德,做良好道德的传播者、践行者。

登封播报 刘弋楚 通讯员 张继娟



应季提醒

季节交替温差大 嘴唇干裂有妙招

当秋冬的凉风吹起时,由于空气中湿度小、沙尘大,很多人都会觉得嘴唇发干,甚至出现皲裂的情况。而且仿佛每年一到这个时候,嘴唇就会不由自主地变成这样,即使喝很多水也不见好转。然后就会不自觉地舔唇,结果往往适得其反,干燥症状不但没有减轻,反而加重,怎么办才好呢?

据登封市人民医院消化内科主任何本道介绍,嘴唇干裂主要是由于秋季气候干燥、风沙大,人体皮肤黏膜血液循环差、口唇黏膜干燥引起的。如果新鲜蔬菜吃得少,人体维生素B2、维生素A摄入量不足,口唇黏膜表皮细胞抵抗力降低,就会出现口唇干燥开裂。

一旦口唇干裂不必惊慌,首先要改掉不良的舔唇习惯;其次,平时还应该多喝水,多吃新鲜蔬菜、梨、荸荠等有生津滋阴作用的食物。当然,也可同时服用维生素A或B,这样口唇干裂很快就可痊愈。登封播报 刘弋楚



养生课堂

爱美常穿高跟鞋 不要急走慢下来

爱美是人的天性,各式各样的高跟鞋更是女性必备的爱美神器,它让女性看起来更漂亮,双腿更修长,使女人魅力得到了更好的体现。但是,穿高跟鞋背后也隐藏着种种隐患,比如:腿关节劳损、容易疲劳,而且这些伤害还会长期存在。

登封市妇幼保健院骨科主任顾怀顺说:“穿高跟鞋时,身体的正常曲度发生改变,前倾的身体将压力集中在膝盖内侧,迫使大腿肌肉更加用力,使髌骨压力增加,并导致膝关节软骨磨损加重,日积月累会出现膝部疼痛,造成腿关节劳损。”

顾怀顺建议:“高跟鞋可以穿,但是在家时应穿舒适的鞋子。另外,穿高跟鞋不要急走快跑,走路时,脚跟要有意识地向后移,以保护脚趾。如果脚很疼痛,那就忍痛割爱,舍弃高跟鞋。”

登封播报 刘弋楚 实习生 李梦娅

