

### 践行“四个人” 争当排头兵 先进人物专栏(七)

为深入贯彻十八届六中全会精神和省市决定,全面落实县十四次党代会奋斗目标,重温“四个人”、领悟“四个人”、践行“四个人”要求,锻造卫计铁军勇立潮头排头兵。淳安县第一人民医院党委于2017年初启动了践行“四个人”、争当排头兵先进人物评选展示活动,努力在全院深化践行“四个人”学习教育活动,推进“两学一做”学习教育常态化制度化,营造树立典型、学习先进的良好氛围,团结全院干部职工,奋发向上,为努力践行“四个人”要求,锻造卫计铁军,建设康美团队续写篇章!

#### 胡加旺

医院党委委员、放射科主任医师

中共党员,1985年参加工作,本科学历,主任医师,曾任放射科主任,现任医院党委委员、兼临床一支部书记。

他对待病人认真负责,他严以律己虚心好学,他专业技术精益求精。医学影像及临床医学专业双重学历教育使他具备了扎实的理论知识,同时有着丰富的医学影像诊断临床工作经验。先后获淳安县“新世纪杰出青年”、杭州市首届“131”人才培养对象等多个荣誉称号,担任《中华现代医学影像杂志》常务编委,发表论文13篇,主持课题两项并获奖。先后开展了CT引导经皮肺穿刺活检术、肝癌动脉插管化疗术、食管支架植入术、腰突症胶原酶溶解及臭氧治疗术、骨性关节炎臭氧治疗术、低张结肠造影CT技术等十余项新技术新项目。积极带头参与社会公益活动。



#### 方军英

副主任中药师,人事科科长

曾先后担任淳安县第一人民医院药剂科副主任(分管中药工作)、药剂科主任、药剂科主任兼医院办公室副主任,现任淳安县第一人民医院人事科长、杭州市中药协会中药专业委员会委员,淳安县中医药学会常务理事,淳安县医院药事质控中心成员。

工作30年来,她经受“非典”的洗礼,经历医院等级创建的艰辛,在医院药剂科最困难的时候,她毅然接受了使命。她工作勤奋努力,任劳任怨,她爱岗敬业,对技术精益求精。曾荣获“县级技能带头人”、“杭州市技术能手”、“浙江省技术能手”、“省优秀医院药师”等称号。她不管身处何岗位,总能心系患者,心系同事,用心服务,从不计较个人得失。“医学有局限、服务无止境”,她努力克服种种困难,边干边学,创新服务模式,尽心竭力做好服务。



#### 卢单君

超声科主治医师

中共党员,2007年毕业于温州医科大学临床医学专业,本科学历,作为一名基层医疗工作人员,在淳安县第一人民医院超声科工作至今。

十年的基层工作不断坚定着作为一名党员的内心信念,始终坚持以“以病人为中心,以质量为核心”的服务理念,以服务人民,奉献社会为宗旨,以病人满足为标准,全心全意为人民服务。

平淡的工作中,她认真对待自己的工作,耐心聆听患者的心声,在默默服务患者的道路上,始终做到不断加强业务理论与实际操作的学习,将提高业务水平与技术能力作为服务的一把利刃,出色完成腹部、心脏、小器官、血管等各项疑难疾病的影像诊断。



#### 徐建圆

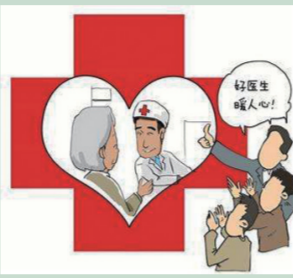
十二病区护士长,副主任护师。

1998年加入中国共产党,从事临床护理工作20余年,无论是在农村卫生所,还是乡镇卫生院,抑或是现在的综合县级医院,在大家的心目中,她始终是一个认真负责、乐于奉献的好护士。在工作中,她始终以热忱的心面对每一位患者,她严格要求自己,本着大局为重、安全为先、病人至上的宗旨,身体力行,从不计较个人得失,用自己的行动诠释着一个中共党员所该有的思想高度和内心深度,不愧为大家学习的榜样。



### 做一个有温度的医生

我是一名医护人员,在淳安县第一人民医院工作十余年了,深深地爱着自己的这份工作,作为一名白衣天使,我一直热爱生活,热爱生命,充满激情。而今,读完《暖医》这本书,让我更加明白,做一个有温度、温暖、温情的医生,将是我毕生的追求。



医学,不是冷冰冰的科学,它是充满人性美的科学。医学是有温度的;医生,是有温度的!自古以来,人类生生不息,都离不开医生这个伟大的职业,救死扶伤,治病救人,始终是医生的职责。美国社会学家霍兰认为,医者有四个“救生圈”,那就是:技术魅力,人格魅力,温暖陪伴,灵魂抚慰。很多时候,我认为,关注病,更关注人;读懂病,更读懂人,才是医者的最高境界!

暖医,就是一个有温度、温暖、温情的医生,更是一个敬畏生命、呵护生命的人。

生命是珍贵的,一旦失去,永不再来。作为医生,只有懂得敬畏生命,才能对得起病人。暖医,是一个谦卑的人。

每一个医生,都是在病人的鲜血和痛苦中成长起来的,作为医生,理应懂得感恩和谦卑。同时,更应该有同情心,用自己鼓励的眼神,帮助患者战胜疾病,温暖患者痛苦的内心。暖医,更有一颗仁慈的心。

当你在病房查房的时候,看到患者痛苦的表情,你心怜怜悯,用自己温暖的双手,去让患者燃起生活的希望,那是一件多么幸福而又开心的事情啊!

暖医,要做一个善于倾听的医生。

病人来到医院看医生,不仅仅是需求治愈,也是在寻求抚慰。病人叙述病情,是情绪的宣泄,是心灵的解脱,也是灵魂的疗愈。医生耐心倾听,更是对患者的尊重。

暖医,是让患者在死亡面前没有恐惧,更有尊严。总是去安慰,常常去帮助,偶尔去治愈,这才是一个医者应有的情怀!

暖医,未必能治愈疾病,但可以抚慰人心。医生有温度,医学才有温暖。作为患者,每个人都希望遇到好的医生。作为医生,更希望安慰患者。其实,人人有温度,世界才会有温暖。

作为一个有情怀的医生,也是我这么多年来孜孜不倦的追求。医学是爱的产物,也是温暖的科学。没有爱的医生,无法温暖患者的心。

做一名暖医,时刻把患者放在心里,患者才会把你放在心上!做一名暖医,温暖别人,感动自己!这一直是我从医以来不懈的追求,默默坚守,永不后悔。每每想起读书时候的医学誓言,总让我深受感动,热泪盈眶,备受鼓舞!这本书让我的灵魂得到洗礼,心灵深处受到震撼!反思自己,总结自己,提升自己,磨练自己,唯有更加努力,唯有心系患者,唯有不忘初心,唯有脚踏实地,才能对待起患者,才能当之无愧,才能时时刻刻心存感恩,才能对待起自己的良心!

医学有温度,医生有温暖!这个世界会更加和谐美丽,人间才会处处充满爱的力量!(王巨峰)

#### 对注射胰岛素误区说“不”

糖尿病在目前来说是无法治愈的,我们只能尽最大的努力将血糖值控制在一个最佳的水平,而这光靠单一的饮食或者运动都是远远不够的,需要饮食、运动、药物、血糖监测和健康教育“五架马车”并驾齐驱。但是在临床的治疗过程中我们发现还是有很多患者存在着认识上的误区,有些人认为胰岛素是“激素”,激素治疗会有副作用,有些人认为注射胰岛素时间久了会对胰岛素产生严重依赖性,更有些人认为注射胰岛素太麻烦,太疼痛,对自己也没勇气下手,从而拒绝胰岛素的治疗。

实际上对于胰岛素适应症患者医生一般都会早期就建议使用胰岛素,这样可以使血糖早期得到控制,延缓或减少并发症的发生,也有越来越多的研究表明胰岛素不仅可以控制血糖,同时可以扩张血管,改善循环,抗炎反应,及早以及长期使用胰岛素对身体有益无害。至于很多患者担心的不会注射技巧这个问题,当然也就更不用担心了,在住院期间医务人员就会手把手把教学整个注射过程,直到患者完全了解掌握并且通过考核。

所以注射胰岛素并不可怕,只有走出误区,我们才能更好地认识糖尿病,控制高血糖!(洪慧芳)

#### 主 编

陈秉宇

#### 编 委

王雪峙  
蔡茂华  
王少青  
余小红  
范小英  
吴玉梅  
单靓云  
余叶飞  
钱旭飞

#### 院 址

淳安县千岛湖镇环湖北路1869号

#### 传 真

64812271

#### 邮 编

311700

#### 邮 箱

caxdymy@163.com

# 淳安一院报

CHUN'AN YIYUAN BAO

厚德 精医 求是 创新

淳安县第一人民医院 主办 2017年12月31日 星期日 第12期(总第161期) 内部资料 免费赠阅  
浙江省人民医院淳安分院 http://www.chunanhospital.com www.淳安县第一人民医院.com



## 融入医联体,我院成为浙江省康复专科联盟首批成员单位

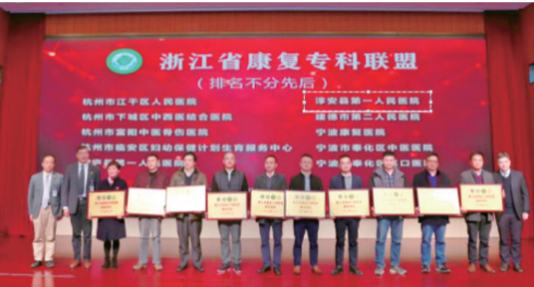
为全面落实党的十九大报告提到的“实施健康中国战略”的新时代使命任务,从而更好地为人民群众提供全方位、全周期健康服务。12月1日,陈秉宇院长与派驻专家闻万顺、康复医学科副主任余智共同参加了浙江省康复专科联盟成立暨授牌仪式,我院正式成为浙江省康复专科联盟首批成员单位,这标志着康复医学科的发展又上了一个新台阶。

借专 科联盟+医联体形式 11月中旬,浙江省人民医院牵头、联合浙江省内具有代表性的各级各类康复专科医院,设有康复医学科的综合医院以及医养护一体化机构共同组建浙江省康复专科联盟及浙江省人民医院高水平医联体,这种专科联盟+医联体形式,形成了一个涵盖城区、郊县、山区及海岛的纵深联合网,构建出由“急、疑、难”诊治到慢病管理,再到康复、医养护一体化服务的架构体系,这个体系又涵盖在“技术、管理、人才、信息、文化”5根链条连成的一张网中。

加入专科联盟,融入医联体。我院借助专科联盟+医联体形式,引智借力,将逐步实现康复医疗水平“高水平、全方位、同质化”发展,实现康复医学患者就诊的“全覆盖”。

利用“互联网+”医联体优势 2013年7月19日,浙江省人民医院对我院实行全面托管后一直有着密切的学术交流和技术支持,搭建了省内首个“智慧集成的双向转诊信息平台”,双向转诊及远程会诊模式已经逐步渗透到医院的每个角落、每位患者身边,通过相应平台“隔空”进行多学科会诊讨论。

加入康复专科联盟,融入医联体。医院通过智慧双向转诊平台的运用,能够有效推动分级诊疗制度的落实,实施远程转诊会诊,将来还可以通过摄像头将病人的生命体征实时转送至平台,成立大数据中心,真正让淳安地区康复患者在家门口、病床上享受到医联体大医院的医疗服务。通过“互联网+”医联体的智



慧化,还将逐步提供一体化、便利化的疾病诊疗、康复、中长期照护的连续性服务。

加入专科联盟,融入医联体,通过加大“融合化”的深度,共享浙江省人民医院在医疗、学科、人才上的优势,全方位借鉴总院康复医学科在管理上的模式,真正实现淳安百姓看病诊疗更“容易”、更“有益”、更“便利”。(余智)

## “世界艾滋病日”,让我们一起预防艾滋

自1981年世界第一例艾滋病病毒感染者发现至今,短短30多年间,艾滋病在全球肆虐流行,已成为重大的公共卫生问题和社会问题,引起世界卫生组织及各国政府的高度重视。为号召全世界人民行动起来,团结一致共同对抗艾滋病,1988年1月,世界卫生组织在伦敦召开了一个有100多个国家参加的“全球预防艾滋病”部长级高级会议,会上宣布每年的12月1日为“世界艾滋病日”。2017年12月1日是第30个“世界艾滋病日”。

据统计,2013年全球有3530万感染者,全球每天新增2520名青少年感染者,中国女性携带者2年增加2万多人。

全国艾滋病年度报告病例的感染途径构成数据显示,艾滋病经性传播所占比例不断扩大。2005年为11.6%,到2007年增加到42.3%,2009年为57.4%,2011年为80.4%。其中,同性、异性传播分别占14.7%和65.7%,2013年1至9月,经性传播比例已近九成,其中经同性传播为20.8%,经异性传播比例为69.1%。

艾滋病,获得性免疫缺陷综合症,是一种由人类免疫缺陷病毒(简称HIV)的反转录病毒感染后,因免疫系统受到破坏,逐渐成为许多伺机性疾病的攻击目标,促成多种临床症状、统称为综合症,而非单纯的一种疾病。该综合症可通过直接接触黏膜组织的口腔、生殖器、肛门等或带有病毒的血液、精液、阴道分泌物、乳汁而传染。(郑有成)

## 12月新闻短波

- 12月1日,根据县文明办安排,承办首届淳安县道德模范免费体检活动。
- 12月1日,浙江省康复专科联盟成立暨授牌仪式在杭州举行,我院正式成为首批成员单位。
- 12月2日,成功举办杭州市继教项目《基层医院严重创伤规范诊疗学习班》。
- 12月6日,国家卫生计生委血液安全技术核查工作专家组来院检查指导输血相关工作。
- 12月15日,协和医院专家来院授课
- 12月16日,普外科省级继教班成功举办。
- 12月19日,医院党委组织党员前往枫树岭镇下姜村开展“党报送下乡 健康进农家”活动。
- 12月21日,杭州市卫计委科教处莅临指导。
- 12月26日,举行介入血管科成立仪式。
- 12月27日,医院首届职工羽毛球赛圆满落幕。
- 12月28日,成功举办首届浙江千岛湖呼吸慢病论坛。
- 12月28日,举行泌尿外科专病诊疗中心授牌仪式。
- 12月29日,淳安县医疗服务共同体工作试点推进会在我院召开。
- 12月29日,位于医院门诊一楼大厅的“新安书屋”正式启用。



## 绿水青山就是金山银山

——枫树岭镇下姜村义诊所见所感

感恩总书记，奋进新时代！11月25日，支部主题党日这一天早上，带着淳安县第一人民医院党委临床二支部的嘱托和重任，我和神经内科护士叶丽君一同驱车赶往下姜村，为当地的村民免费义诊和咨询。

秋日的下姜村，宁静祥和，村民安居乐业，风格独特的民宿，错落有致。一到村卫生室，我们就受到了等候在那的村医方医生的热情接待，他向我们介绍了村民的基本情况，并在村委微信群发布信息，让有需求的村民速来卫生室，与我们面对面的交流和咨询。



村民杨奶奶患有胃病多年，因为容易晕车，从不敢到县城的大医院看病就医，得知我是县一医院消化内科专门做胃镜的医生，拄着拐杖，在老伴的搀扶下，前来咨询。根据枫树岭镇卫生院为老人家出具的体检报告，以及其本人和家属的口述，经过分析，我向老人家耐心地解释了病情，告诉她不要过于担心，根据她的症状，目前不考虑胃癌的可能。同时，还告诉她，如果害怕胃镜检查，我们县一医院目前已开展了无痛胃镜，轻轻松松就能完成胃镜的检查。为了方便村民和我联系，我把自己的微信和电话号码告诉了一旁的方医生。

下姜村，过去自然环境偏僻，百姓生活艰苦，如今作为浙江五任省委书记的基层联系点，更是习总书记永远的牵挂。2006年5月25日习近平在下姜村调研时提出党员干部要做“发展带头人，新风示范人，和谐引领人，群众贴心人”的四个人要求。10余年来，在“绿水青山就是金山银山”发展理念的指引下，下姜村两委带领村民克服困難，不断前进，村民集体经济不断壮大，成为淳安的明星村，让全县的老百姓羡慕不已，村民的幸福感、获得感、自豪感油然而生。尤其是前些日子，党的十九大刚闭幕不久，下姜村就收到了习总书记从北京寄来的亲笔签名的十九大首日封，令村民热血沸腾，备受鼓舞！

我们还遇到了很多来自省内甚至省外各地的党员，他们纷纷前来下姜参观学习。特别是当我们遇见来村医务室参观的杭州市卫计委下属支部的党员们时，兴奋之余，彼此间愉快交流，并欣然合影留念，非常荣幸。

直至中午12点半左右，我们才结束义诊，依依不舍地离开下姜村。我们与在场的村民们一一道别，感谢热情的村民，感谢方医生这么多年的不懈坚守。我不禁由衷地感慨，下姜村的快速发展只是淳安众多乡村发展的一个缩影，相信只要沿着“绿水青山就是金山银山”的发展路子一直走下去，党的宏伟目标一定会实现，十九大提出的宏伟蓝图一定会早日变成现实。同时，相信在党的十九大“健康中国”战略和省委省政府“双下沉、两提升”政策的引领下，将会有更多的如淳安县第一人民医院这样的县级优质医疗资源，走进寻常百姓家，造福全县百姓。（王巨峰）

## 我院借助早读会提升医务水平

12月19日一大早，医院的会议中心内人头攒动，暖意融融。浙江省人民医院派驻专家、神经内科于主任主讲的《急性缺血性脑血管病诊治流程》讲座精彩进行中。

从脑卒中最新流行病学调查到急性脑梗死的救治原则以及诊断评估、关键的时间节点、对策，于主任给全场近150余位医务人员上了重要的一课。“尽快！尽早！时间就是大脑！”于主任强调，缺血性脑血管病具有高发率、高死亡率、高致残率、高复发率的特点，但缺血性脑血管病是可防可治的疾病。

这堂早读会让临床医生进一步掌握了诊治原则和举措，让其他医务人员强化了“时间就是大脑”的理念，从而在工作中形成更好地协同与配合意识。

这样的早读会，我院已经坚持了4年多。从最初的两周一次到现在每周一次，讲课者从临床科主任到职能科负责人，听课对象也从单纯的医务人员发展到全院职工。仅2017年，医院已安排早读会41场，内容涵盖各个学科。在我院，总涌动着浓浓的学术思潮和氛围，在新理念的传播、新思想的碰撞中，一个紧密的学习型团队正在悄然筑起……（范小英）

## 血透室处处有温情——记血透室搬迁一周年

时光荏苒，淳安县第一人民医院血透室搬迁至2号楼一楼已整整一年。犹记得去年的今日，我们迎着清晨的曙光，意气风发地启程，带着微笑，带着希望，奏响血透室新的乐章。

在过去的—年中，我们一直秉承着“以人为本，一切从方便患者出发”的服务宗旨，努力提高医疗服务质量和病人满意度。那是刚搬迁不久，科室细心的徐淑芬护士长发现，每月初，患者要奔波于血透室与门诊之间挂号、开药、结账、取药。徐护士长想患者所需，及时向上级反映，在院领导与志愿者们的大力支持下，志愿者们走进了血透室，为患者提供代取药服务，给广大患者带来了便利，得到患者一致好评。同时，为更好服务患者，真真正正成为有温度的血透室，科室建立了肾友微信交流群，为肾友答疑解惑，也让肾友间相互交流治病心得，提高生活质量，更好地回归家庭，回归社会。作为血透室之家的成员，在重要的节日里我们也不忘互相分享节日的喜悦。在今年3月9日的世界肾脏病日，我们为肾友们准备了一张张承载着全体医护人员心意与希望的彩票，希望他们能积极面对疾病，面对人生，赢取健康与幸运。就在今天，血透室搬迁一周年之际，我们同样为肾友们送去一份份实用、暖心的礼物，为在抗击病魔长途中的他们，加油打气！

血透室的医护人员用自己的热心关怀给患者展现了一个人性化的科室，用自己优质暖心的服务使患者享有春天般的温暖和高质量的生活。我们为患者所作的点点滴滴，患者们看在眼里，感激在心里。他们送来了感谢信，感谢我们精湛的技术；他们送来了锦旗，感谢我们尽心尽服务。患者们的真情流露，是对我们工作的尊重与肯定，是对我们付出最好的回报。（邱丽媛）

## 不忘初心，砥砺前行

——杭州市继教项目《基层医院严重创伤规范诊疗学习班》成功举办

杭州市继教项目《基层医院严重创伤规范诊疗学习班》于12月2日在淳安县第一人民医院会议中心举行。

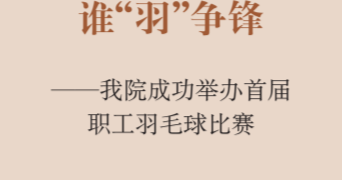
浙江省医学会重症医学分会副主委、省质控中心常务副主任龚仕金主任医师，浙江省人民医院重症医学科主任杨向红主任医师，杭州市红十字会医院重症医学科方塑主任医师，以及淳安县卫计局方志斌副局长，淳安县第一人民医院常务副院长蔡茂华主任医师等出席学习班开幕式并致辞，开幕式由副院长王建军主任医师主持。来自省、市各级医院共200余人参加会议。

各位专家从严重创伤诊治流程、生理机制、感染管控、胃肠道营养治疗等多方面的规范化和系统化等展开了深入浅出的阐述，同时也从学术内涵探讨了大家关注的热点，并对基层医院常见疑难问题进行细致讲解。

重症医学科汇聚了先进的医疗技术和前沿的医学理念，体现了整个医院医疗水准，对医院开展高端医疗提供业务支撑，同时也对重症医学医务人员提出了更高的要求。此次学术会议在省、市专家，县卫计局，县第一人民医院领导关心下，为基层医院了解严重创伤规范诊疗搭建了交流平台，将对提高基层重症医学知识和实践水平起到积极促进作用。（王鹏飞）

## 激情飞扬 谁“羽”争锋

——我院成功举办首届职工羽毛球比赛



毕 擎

2017年12月27日，正值寒冬数九天气，然而在千岛湖中等职业院校体育馆内却热闹非凡，让人热血沸腾。伴随着一记记精彩的扣杀、劈杀或是巧妙的高远球、吊球，赛场边观战的人群中不时爆发出一阵阵叫好声。赛场内外热情洋溢，场上比赛的队员们奋勇拼搏，场下观战的队员鼓掌喝彩，忙着计分的裁判们兢兢业业，群“雄”毕至，少长咸集——我院首届职工羽毛球赛正进行得如火如荼。

本次比赛共分男子单打、女子单打两个项目，本着“友谊第一、比赛第二”原则，晚上六点半，随着场上裁判一声哨响，比赛正式拉开帷幕，现场气氛“剑拔弩张”。从第一轮淘汰赛到最后决赛，选手们纷纷拿出看家本领，一决高低。经过近四个小时的激烈争夺，药剂科的吴志东、保卫科的董建伟、药剂科的王晓明夺得了男子单打前三名，获得女子单打前三名的分别为内镜室的方小红、医务科的胡芳、九病区护士徐红梅。

整个比赛中，大家欢声笑语，激情飞扬，展现了全院职工积极向上、永不屈服的精神面貌，增强了全院的凝聚力。此次活动不仅丰富了员工的业余生活，提高了员工进行健身运动的积极性，同时也增加了员工之间、部门之间团结友爱、和谐互助的氛围。

该项活动的成功举办，为医院工会工作在2017年划上圆满的句号。（方晔）

## 无痛分娩：让准妈妈多一份选择，少一份疼痛

“我觉得剧痛一阵阵袭来，约2至3分钟一次，便跟护士说想打无痛针，很快麻醉师就来到床边，了解情况后他熟练地在我腰上打针，还安慰我说现在这种镇痛方法是一项简便易行，且已安全成熟的技术。渐渐地开始不痛了，然后我听着音乐生着孩子，偶尔还跟隔壁床的产妇聊聊天。几个小时后，当我从待产室出来时，依旧底气十足、精神焕发，像没事的人一样，老妈与老公都惊呆了！”喜得贵子的方小姐这样和大家分享着她在淳安县第一人民医院妇产科的生产经历。

是不是觉得很神奇？自古以来，女人生孩子都是非常疼痛的过程，古诗有这样描写道：十月怀胎孕育生，慈母含辛体难轻，幼小生灵见天日，可知母亲痛苦中。大多数女人生孩子，产程中痛得死去活来，叫得惊天动地，产后更是疲惫不堪。而方小姐之所以整个产程相对没那么痛苦，正因为她接受了“无痛分娩”。

其实“无痛分娩”在医学上称为“分娩镇痛”，是用各种方法使分娩时的疼痛减轻甚至消失。可分为非药物性镇痛和药物性镇痛两大类。非药物性镇痛包括精神安慰法、呼吸法、水中分娩等，镇痛效果较差；药物性镇痛包括笑气吸入法、肌注镇痛药物法、椎管内分娩镇痛法等。

椎管内分娩镇痛是迄今为止所有分娩镇痛方法中镇痛效果最好的，方小姐用的就是这种。操作须由有经验的麻醉医师进行，在腰椎间隙进行穿刺成功后，经一根细导管连接电子镇痛泵，根据产妇的疼痛程度控制给药，在整个过程中，麻醉药的浓度较低，相当于剖宫产麻醉时的1/5~1/10，可控性强，安全性高，几乎不影响产妇的运动。分娩过程中，产妇意识清醒，能主动配合、积极参与整个分娩过程。这种无痛分娩法是目前各大医院运用最广泛、效果比较理想的一种。

一般情况下，除了对麻醉药物有较大不良反应或者凝血功能异常的产妇外，无痛分娩几乎可以使所有顺产的准妈妈们受益。作为女人，就该抬起女人应有的尊严，让自己少一份疼痛，选择轻松愉快的方法分娩，享受天使降临的过程。（徐霞）

## 前列腺切除术，提高老年人生活质量

近日，88岁的里商叶大爷因小便解不出来，小肚子涨得特别厉害辗转几家医院就诊，插了尿管，并口服药物治疗，可是经过一周的治疗，管子拔了还是不能解小便，管子又重新插了回去，这可苦恼了一向健康开朗的叶大爷，总想找回不带管子的尊严。

孝顺的儿子叶师傅为了父亲一句“我不想带着管子生活”，带着父亲辗转来到我院，在完成了膀胱镜检查、尿流动力学检查、动态心电图等相关检查后，经过我院泌尿外科鲁红军主任团队对患者病情的充分评估后，在患者家属的充分信任和大力配合下，李定副主任医师顺利为叶大爷实施了经尿道前列腺等离子剝除术，历时50余分钟。术后一周拔出尿管，叶大爷能自行顺利排尿，激动心情溢于言表。

排尿问题涉及到人体神经系统、膀胱功能、尿道通畅情况等多个方面。老年男性排尿困难大多都是因为前列腺增生，导致排尿的闸门打不开。前列腺增生症是老年男性常见的排尿困难的原因，它最先导致夜尿增多、排尿困难，表现为排尿等待、排尿费力、淋漓不尽等，严重时会出现急性尿潴留。

长期的排尿困难会导致膀胱功能损坏，膀胱逼尿肌收缩乏力，病情进一步发展会导致其他并发症的发生，如膀胱憩室、膀胱结石、腹股沟疝、肾积水等。

我院泌尿外科开展前列腺微创手术已近10年，每年为百余位患者行前列腺微创手术治疗，解决了他们排尿困难的苦恼，让很多像叶大爷这样的老人丢掉了带尿管的烦恼，保存了老人应有的尊严。（李定）

## 家有老人，严防跌倒

随着气温下降，老人衣着增多，最近我院骨科收治了近20位因不同原因跌倒导致髋部骨折的爷爷奶奶们，他们年纪最大的为92岁，最小的也有68岁。

由于老人骨质疏松，一旦跌倒，就如同瓷娃娃落地，容易造成不同部位、不同程度的骨折。据统计，我国每年约有30—50万老年人发生髋部骨折。如何预防意外跌倒非常重要，以下就简单介绍—下预防跌倒的相关知识。

- 1.照明充足，常设夜灯。多数老人随着年龄增大，视力会变弱，对光线的调节能力不足，保持室内明亮的光线，是预防跌倒的第一步。老人常会起夜，家里除了配备手电筒外，可在行经的走廊设置感应式的照明灯，以防老人被障碍物绊倒。
  - 2.家具位置固定。老人房间的家居布置应越简单越好，并且家具摆放位置固定，清空室内障碍物。
  - 3.浴室防滑。浴室是老人最容易跌倒的地方。不能使用浴缸，（浴缸的高度约45公分，进入时必须单脚抬得很高，很容易跌倒），最好使用淋浴，设置防滑扶手，摆放不积水又防滑的椅子。
  - 4.地板防滑。铺设防滑地砖或木地板。
  - 5.稳固的扶手。走廊、楼梯及洗手间，均应设有扶手。扶手高度视个人身高而定。
  - 6.座椅不能太软。否则，老人在起立、坐下时容易伤及腰部。
  - 7.合身的衣裤，防滑鞋底。不合体的衣裤、磨损严重的鞋子，都可能造成老人跌倒。
  - 8.适当的室温。室内温度以18—20摄氏度为宜。室温过低，老人易着凉、感冒；室温过高，容易使人疲惫、精神不振。
  - 9.安全的用药。降压药、降糖药、镇静、催眠、抗焦虑、抗抑郁等药物，服用后易引起老年患者的平衡能力下降、步态不稳、视觉障碍、反应慢。服用此类药物后不要立即外出，并需有家人陪伴。
- 在气温不断下降的冬日，希望社会各界对老人们多加关心，让他们安稳度过—个温暖的冬天。（徐建圆）



微信公众号

### 专家介绍

#### 骨 科



毕 擎

主任医师、教授，硕士生导师。浙江省人民医院骨科主任，浙江省运动医学中心副主任。中华医学会运动医学分会下肢学组委员，中国医师协会运动医学专业委员会委员。

曾在美国哈佛大学医学院附属麻省总院和布列根妇女医院等担任访问学者。主持国家自然科学基金—项、省部级课题四项，发表SCI论文12篇，中华及—级杂志论文14篇。

**主诊科目:**骨科  
**专家门诊时间:**星期二下午（每月第一、三周）门诊四楼名医馆

#### 心内科



王利宏

主任医师，浙江省人民医院心脏介入中心主任，心内科副主任，浙江大学医学博士，硕士研究生导师。曾在美国密歇根州立大学医学院做博士后工作。

主持包括国家自然科学基金等课题10余项，以第一作者和/或通信作者在Circulation等国内外杂志发表论文20余篇。擅长高血压、冠心病、心肌病等诊断及治疗，尤其是心律失常的介入手术。已主刀完成各种心律失常的射频消融术和心脏起搏器植入术近2000例。

**主诊科目:**心内科  
**专家门诊时间:**星期五上午（每周—周）门诊四楼名医馆

