

做一名有良心的好医生

——记许昌市人民医院心血管内一科副主任医师牛晓龙

□ 记者 张炜华 文/图

童年经历会对人的一生产生深刻影响。对于许昌市人民医院心血管内一科副主任医师牛晓龙来说,正是因为童年的经历,他才选择了学医,并决定要做一名有良心的好医生。

“小时候我的身体不好,几乎每年都会生几次病,每次生病要打很长时间点滴。”牛晓龙告诉记者,那时候就医不方便,再加上家里经济条件较差,为了给他治病,他的父母省吃俭用,有时候甚至要节衣缩食。

在求医过程中,牛晓龙看到父母一次次为了自己四处奔波、到处求人,他的内心深处产生了一个念头:将来家里一定要有一名医生!不为别的,只为在家人生病时,能帮他们解除痛苦,或者能给他们就医指导,至少不让他们上当受骗。于是,在填报高考志愿时,他选择了医学。

如今,牛晓龙已经从医10多年,在经历了4000多个日夜的磨砺后,他已经从最初的住院医师成长为一名副主任医师。然而,童年就医时的经历始终烙印在他的内心深处。他能在每一位患者身上看到当初无助的父母和惶恐的自己,并希望通过自己的耐心和努力,抚平这份无助和惶恐。

牛晓龙告诉记者,他在医学院学习时,对心脏疾病的诊疗产生了兴趣——这源于童年对他的影响。

牛晓龙小时候,家里有一个对他很好的堂奶。可是没等他长大,他的堂奶就因病去世了,牛晓龙对此很是消沉。学医后,他听老师讲起心脏疾病,将堂奶的症状与老师讲的内容一一对应。他觉得他的堂奶应该是患了肺心病(即“肺源性心脏病”)。

此后,他对心脏疾病的诊断与治疗产生了浓厚的兴趣。随着学习的深入,牛晓龙体会到医学的博大精深,他的愿望从“成为一名乡村医生”逐渐转变。

走上工作岗位后,牛晓龙欣喜地发现,许昌市人民医院心内科的发展处于前列,而且他幸运地遇到了对他影响深远的良师——时任许昌市人民医院心内科主任、现任该院副院长的李海亮。

李海亮带领牛晓龙完成了从医学院理论到医院临床实践的转变,帮他打下了良好的医学实践基础,也对他的从医风格产生了深远的影响。

“面对患者和家属,你要有足够的耐心为他们解释病情、交代注意事项、进行健康教育,因为他们不专业。”李海亮告诉牛晓龙,良好的沟通才能取得患者和家属的信任与配合;面对不同的患者,医生要根据实际情况给出符合患者



牛晓龙为患者诊疗

最大利益的个性化治疗方案;从医是个需要不断学习的职业,不管职称有多高、经验有多深,都不能放弃学习……

在李海亮身上,牛晓龙看到了一名良医应有的样子。“今后,我要努力提升医疗技术。”牛晓龙说,虽然好医生的标准不仅仅是技术高,但是没有技术,治

病救人就是一句空话。怀揣一颗仁心,他希望为更多的患者解除痛苦。



产后需要发汗吗?

□ 记者 张炜华

十月怀胎,一朝分娩。“坐月子”是协助产妇顺利渡过生理和心理转折的关键时期。那么,该如何避免“坐月子”的那些坑呢?近日,记者采访了许昌市妇幼保健院妇孺国医堂主治医师徐萌萌。

“民俗中的‘坐月子’在医学上叫产褥期,即从胎盘娩出至产妇全身各器官除乳腺外,恢复至正常未孕状态所需的一段时期。”徐萌萌说,中医认为,生产过程中耗伤了大量的气血津液,亡血伤津,因此产后产妇的身体呈现“多虚多瘀”的特点,调理必须围绕补虚、化瘀的原则,结合个体情况不同而辨证论治。

很多人认为产后需要发汗。其实,中医产后有三禁:禁大汗以防亡阳、禁通利小便以防亡津液、禁峻下以防亡

阴。中医认为,“汗血同源、血能载气”,过度发汗易致亡阳、伤气、伤血之变。可见产后发汗是不可取的,轻者损伤阳气,耗损气血,重者可导致津亏亡阳。临床上不乏因产后发汗影响奶量、导致脱水、皮肤感染、热射病等病症的出现。

传统认为,“坐月子”不能洗头、洗澡、吹风。事实上,古代说“坐月子”不能洗澡、洗头,以避风寒,在当时是有现实意义的。如今几乎家家都有热水器、电吹风、热风机,所以洗澡、洗头不是禁忌,毕竟讲究个人卫生也非常必要。同时,此“风”非彼“风”。不能吹风是指对流的过堂风,并不是门窗紧闭,房间密不透风,空气不流通。只要避免对流风直接吹到头部、身体即可。

产后多虚,那么是不是补得越多越好呢?事实上,产后进补需要根据个人体质,辩证进行。很多时候产妇的体质

并非单纯的虚证,也可能夹杂着实证。如果饮食不节出现饱胀、便秘等情况,则需做出相应调整。

那么,产后调理哪些是必要的呢?“盆底肌修复、产后乳腺疾病调理、产后痔疮调理等,都是孕妇产后必要的调理。”徐萌萌说。

盆底肌修复。产后腰痛、漏尿等,可能是盆底肌出现问题了。中医认为,产后女性的身体处在“血不足,气亦虚”的状态,盆底功能障碍性疾病会导致压力性尿失禁。改善妊娠、分娩对身体造成的各项损伤,产后要尽早进行恢复。产妇可通过针灸、中药等调理身体,也可以采用电刺激治疗、凯格尔功能锻炼等提高盆底肌肉功能。

产后乳腺疾病调理。很多哺乳期妈妈会遇到堵奶、追奶、奶量不足等难题,这时候,产妇除了喝中药汤外,还可

以通过中药包热敷、中医穴位按摩通乳促乳。以经络腧穴学说为基础,理气活血、疏通经络,促进乳汁分泌,有效疏通乳腺管。

产后痔疮调理。不少顺产的产妇会有痔疮的困扰。针对这些产妇,通过中药熏蒸、局部放血等疗法,痔疮肿痛的症状会有明显改善。

产后恶露不净调理。正常情况下,红色的恶露会持续10天至14天,也有体虚者会延续3周左右,之后有白色恶露,大概持续到产后6周。如超过以上时段仍有出血,称为恶露不净,西医称为“晚期产后出血”。对于产后恶露不净,中医认为“瘀血不去,新血不生”,胞宫内有瘀血,就会不停出血,所以止血的原则是化瘀止血。同时,产妇要注意保持会阴部清洁,因有恶露排出,应勤换卫生巾保持干爽。

市市场监管局魏都区分局

加强《条例》宣传,推动个体工商户持续健康发展

本报讯(记者 刘地委 通讯员 赵肖玲)11月28日,记者从许昌市市场监管局获悉,11月1日起,国务院颁布出台的《促进个体工商户发展条例》(以下简称《条例》)正式实施。《条例》聚焦了当前个体工商户发展的突出问题,规定了对个体工商户的各项具体扶持政策、如何保护个体工商户合法权益等内容。

为保证执法人员熟练掌握、广大个体户深入了解《条例》内容,鼓励、支持和引导个体经济健康发展,许昌市市场监督管理局魏都区分局采取多种方式,扎实开展宣传《条例》,提高政策法规的

知晓度。

扎实开展组织学习培训。该局率先在领导干部中组织学习培训。在《条例》正式实施当天,许昌市市场监督管理局魏都区分局召开中层干部培训会,请专业人员对《条例》进行学习解读。该局一把手主持培训会,并针对《条例》的学习贯彻提出具体要求。该局组织登记注册窗口工作人员开展专题学习,深入领会《条例》内涵,要求各登记注册窗口对《条例》公布后出现的新情况、新问题梳理、及时汇报、探讨解决,为新《条例》的落地打好理论基础。此外,

该局以各监管所为单位学习《条例》,并通过业务工作群讨论交流,相互提高。同时,对比原《个体工商户条例》,进一步明确个体户法律地位、重要作用和发展原则,推进在日常执法实践中更好实施。针对《条例》的基本原则、工作机制、帮扶政策、部门职责等内容,该局印制统一试卷,进行闭卷测试,从而进一步强化学习效果、推动贯彻落实。

多渠道广泛开展宣传。通过现场咨询解答、发放宣传页、发朋友圈、微信群等渠道广泛宣传,该局向个体工商户宣传解读新《条例》,切实提高知晓度和

惠及面,并及时收集个体工商户对新《条例》实施的意见建议并答疑解惑,营造新《条例》实施的良好社会氛围。

许昌市市场监督管理局魏都区分局相关负责人表示,《条例》是一部由登记管理的专门性法规转变为促进发展的综合性法规,为个体工商户发展提供了法治保障,各部门工作人员要深刻领会《条例》立法目的、主要内容,找准职责定位,按照政策,加大个体工商户扶持力度,纾困解难,提供精准服务,进一步激发市场活力,从而为个体户健康发展营造更优更好的营商环境。