

# 母乳,宝宝的健康口粮

## 许昌市妇幼保健院开展母乳喂养周宣传活动

本报讯(记者 高峡)8月1日至7日,又是一个满载爱意的“世界母乳喂养周”。8月2日上午,许昌市妇幼保健院举办了以“支持母乳喂养,守护健康地球”为主题的母乳喂养周之新手爸妈训练营宣传活动,以号召更多的年轻父母重视母乳喂养。

活动当日,许昌市妇幼保健院孕妇学校的医护人员即将当爸爸的男士们通过抱娃姿势、换尿布及挤奶等体验环节,了解做母亲的不易,并且充分讲解了母乳喂养的好处。母乳是宝宝最好的天然食物和养分,是任何食物所不能比拟的,只有母亲的乳汁才能最大限度地满足孩子的需要。世界卫生组织在“全球婴儿与幼儿儿童喂养全球战略”的一项声明中说:“为了使婴儿达到最佳的成长、发育及健康状态,婴儿应在出生后的前6个月接受纯母乳喂养。在此之后,参照婴儿持续变化的营养需求,妈妈可给孩子母乳喂养到两周岁,甚至更长时间。此外,还应给婴儿或幼儿提供营养充足、安全的补充食物。”

许昌市妇幼保健院孕妇学校校长张媛说,母乳不但包括了宝宝生长所需的全部营养,更奇妙的是还会根据宝宝发育的不同阶段,自动地对其成分进行调整,来满足宝宝的需求变化。这一切都使人不得不感叹自然的奇妙,人工喂养不论怎样调整,都无法与之相提并论。特别是分娩后头几天产生的奶水,即初乳,能保护宝宝免患肠炎和其他感染。研究表明,初乳对早产儿来说尤为重要。几十年来的研究表明,母乳喂养的宝宝较少腹泻,即使腹泻,症状也比较轻微。严重腹泻会导致婴儿死亡,甚至在发达国家也是如此。母乳喂养的宝宝比人工喂养的宝宝较少死于腹泻,而且这种保护会延续到幼儿期。

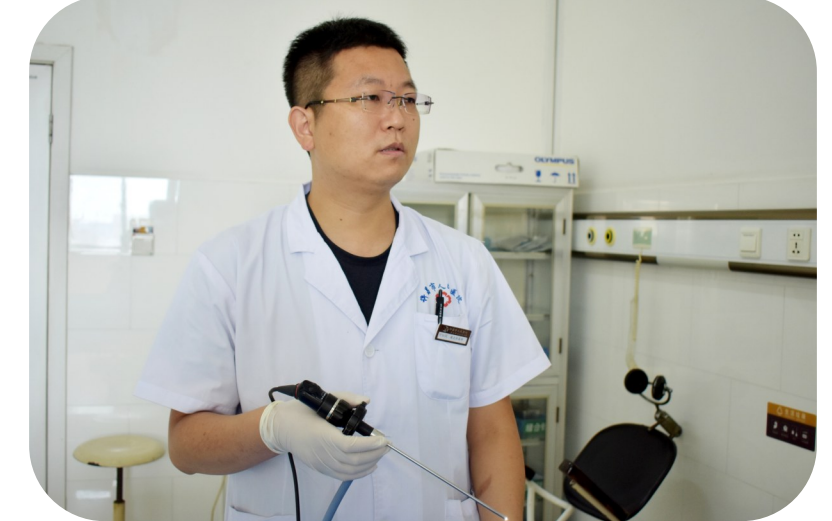
另外,母乳喂养也能保护宝宝的呼吸系统少受感染。人工喂养的宝宝下呼吸道感染感染的概率是母乳喂养的宝宝的5倍。无论生活在哪里,家庭经济条件如何,母乳喂养的宝宝都更少患呼吸和胃肠道疾病,甚至更严重的疾病,如肺炎、败血症、肠胃炎和脑膜炎等。即使生病时,母乳喂养的宝宝的症状比人工喂养的宝宝要轻。因为患病的频率和程度轻,所以去医院的次数也更少。同时,母乳喂养时释放的荷尔蒙有助于妈妈放松和缓解压力,有助于她们更好地应付妈妈、妻子和员工三重身份所产生的压力。母乳喂养也使妈妈减少患乳腺癌、卵巢癌、宫颈癌、骨质疏松和尿路感染等的概率。

美国助产士乔伊说过一句话:“每个女人都是一头好奶牛,都有奶。”母乳喂养的益处远不止于表现在生理上。母乳喂养的宝宝也在情感上受益。吃母乳可以带给宝宝巨大的舒适感和安全感。母亲哺乳时肌肤接触刺激宝宝,可以增强母婴感情。母乳喂养的宝宝较少哭闹,因为他们时常被抱着哺乳。母乳喂养让妈妈学会读懂和响应宝宝发出的信号,这有助于宝宝的行为发展,学会信任自己和他人。可以说,母乳喂养对情感的滋养更重要。

作为我市全国首批成功创建爱婴医院和全市唯一一家全国百家优秀爱婴医院,许昌市妇幼保健院一直倡导母乳喂养,从孕妇学校到入院生产,指导准妈妈从营养摄入、喂养方式、生活作息等进行合理安排,以保障母乳喂养,并在市首家引进母乳成分分析仪,指导准妈妈对母体的营养摄入、喂养方式、生活作息等进行合理的建议和安排,从而进一步提升母乳喂养的成功率和科学性。

# 方寸之间见真功

## ——记许昌市人民医院耳鼻喉科副主任医师何松跃



何松跃

□本报记者 马晓非 文/图

“何医生,我一个外地的朋友患有鼻窦炎,最近想去找您看看。”不久前,许昌市人民医院耳鼻喉科副主任医师何松跃收到了乡镇卫生院医生黄女士发来的微信。

黄女士两年前找何松跃做过声带息肉手术,对手术效果和住院期间的服务都非常满意。从那以后,她推荐了10多名亲戚朋友找何松跃看病,她觉得,找何松跃看病心里踏实、放心。

对于何松跃来说,这样的患者并不少见,他有许多“铁杆粉丝”。2019年,何松跃到郑州大学第一附属医院进行为期半年的进修。其间,患者给他打电话,想找他做手术。当得知何松跃短期内不能回许昌之后,该患者毫不犹豫地说:“那我就等你回来。”

当记者问他为何能够赢得患者的信任时,何松跃笑了笑,说:“我觉得可能有两个方面的原因,一是能够给患者解除病痛,二是对患者以诚相待,经常站在患者的角度考虑问题。”

为了能够给患者解除病痛,何松跃从来没有停止过探索的步伐。

与人体内的其他器官相比,耳朵、鼻子、咽喉在人体所占的比重虽小,但关系重大。“上大学时,我就选择了耳鼻喉专业。踏上工作岗位之后,时间越长,我对这个专业越热爱。”何松跃说。

方寸之地有乾坤。正因为小,所以尤其要精细;正因为小,所以难度更大。在这片方寸之地,何松跃立志做出一番大事业。

耳鼻喉都为腔隙结构,手术视野狭小,与之相关联的血管、神经又十分丰富。耳朵内部与面神经、大脑相连,手术时更要小心谨慎。声带的宽度为3到4毫米,男性、女性的声带长度分别约为2厘米和1.5厘米,在这么小的地方实施手术,难度之大显而易见。

“做耳鼻喉手术,一定要精细、精细、再精细。”何松跃说,“首先,要熟悉耳鼻喉的解剖结构,打下扎实的理论基础。其次,要多动手,勤练习。”2014年、2016年,他先后两次参加

第四军医大学西京医院颞骨尸头解剖训练班,对颞骨的解剖结构有了深刻的认识,为采用先进技术打下了基础。

何松跃以微创为方向,以精细为原则,熟练采用了经鼻内窥镜下鼻腔鼻窦疾病的手术治疗、经鼻内窥镜下鼻中隔连续缝合技术及鼻中隔成形术,明显减轻了患者的术后痛苦;经显微镜下声带小结、声带息肉及咽喉部部分良性肿瘤手术,使手术更加精细,提高了手术效果。

他还采用了经显微镜下及耳内镜下外耳道异物切除术、鼓膜切开置管术、部分鼓室成形人工听力重建术及中耳乳突手术,以及成年人和小儿鼾症手术、扁桃体和腺样体手术等,对成年人和小儿神经性耳聋及分泌性、化脓性中耳炎等有丰富的诊疗经验。

一名患者因咽喉疼痛、呼吸不畅、吞咽困难等来到许昌市人民医院耳鼻喉科就诊。经过检查,何松跃为其诊断为急性会厌炎。通过治疗,患者的病情得到了控制。何松跃对患者进行喉镜检查时发现,其咽喉部长有肿物,而且有很大可能为恶性,建议手术切除。

患者及其家属又前往郑州,找省级医院专家进行进一步诊断。辗转几家医院问诊后,患者及其家属又回到许昌市人民医院,找到何松跃说:“何医生,我们已经决定了,还是让你来做手术。我们问过好几名省级医院的专家,他们和你给出的建议一样。”

面对患者,何松跃从来都是坦诚相待。患者的疾病自己能不能治、能治的话可以达到什么样的效果,可能会出现什么样的并发症等,他都会毫无保留地告诉患者。他认为,人心换人心,用真诚的心对待患者,患者才会信任医生。

“患者的信任让我备受感动,我只有兢兢业业、精益求精,才能不辜负患者的这份信任。”何松跃对记者说。



除了协助治疗、照顾生活起居外,精神病医院护士还要走进患者的内心世界

# 理解,让他们更加关心患者

□本报记者 马晓非 文/图

精神病医院的护士是什么样子的?他们是如何工作的?8月4日,记者走进许昌市建安医院(许昌市精神卫生中心、许昌市精神病医院)进行了探访。

在许昌市建安医院中西医结合精神医学科,患者正在自由活动。护士站旁边坐着一名患者,一名护士正弯着腰为她剪指甲;在康复大厅里,几名护士坐在患者中间,与她们边说边笑;病房内,一名患者情绪激动,一名护士坐在病床旁边,正耐心地安抚其情绪。

其实,精神病医院的护士并不是大家想象中的“暴力铁汉”。他们细心、温柔,关注患者生活的点点滴滴,全心全意为患者服务。

“我们这里的患者没有家属陪护,护士拥有多重身份,不仅负责配药、观察病情、进行健康教育,还要照顾患者的生活起居。除此之外,我们还要想方设法地走进患者的内心世界,成为患者的‘知心人’。”许昌市建安医院中西医结合精神医学科护士长陈素红对记者说。

与综合医院护士不同,许昌市建安医院护士除了协助医生进行治疗之外,还要管理患者的衣食住行:天热了提醒减衣,天冷了督促穿衣;负责分发一日三餐,有时候还要给患者喂饭;冬天巡视病房,给没盖好被子的患者盖被子,以防其受凉;给患者洗头、剪头发、刮胡子、剪指甲;患者上下楼梯或在病区活动时,要密切关注,防止其跌倒……

作为精神病医院的护士,尤其需要有爱心和耐心,因为大多数患者刚入院



除了发药、观察病情外,该院护士还要照顾患者的生活起居

时都不太配合治疗,依从性较差。

一名患者患有精神分裂症,总是怀疑家人在饭菜中下毒,不愿意吃饭。无奈之下,家人将其送到了许昌市建安医院中西医结合精神医学科。

入院后,患者依然不吃不喝,在病房里来回跑。每到吃饭时,该科护士都会耐心解释,并先自己试吃一口,打消患者的疑虑。有时候,患者吃一口就跑走了,护士便端着饭碗,紧跟其后,继续耐心地劝其吃饭。一顿饭喂完,常常需要半个小时左右。

随着病情的恢复和反复沟通,患者逐渐配合治疗,最终顺利出院。出院时,患者专门找到陈素红,拉着她的手说:“谢谢你们对我的照顾,你们比我家

人对我还好,我在这里感受到了家一般的温暖。”

“与其他患者相比,精神疾病患者的内心更加敏感、脆弱。作为精神卫生工作者,我们非常理解患者,因此会更加关心患者、尊重患者,更加注重对患者的人文关怀。”许昌市建安医院副院长寇建华对记者说。

在许昌市建安医院,心理护理贯穿治疗的全过程。该院护士非常注重与患者的沟通,做好患者的心理护理,通



# 多学科联合为生命护航 “加速康复”为康复提速

□本报记者 马晓非

近日,一台特殊的手术在许昌市中心医院手术室紧张而有序地进行着。该院胃肠外科主任菅书明对患者实施腹腔镜下全结肠切除+直肠癌根治术后,肝胆胰外科主任侯森紧接着对患者实施了腹腔镜下肝转移癌灶切除术。

患者李女士29岁,是一名直肠癌肝转移多发转移患者。术后,患者各项生命体征正常,已经可以下床活动,将于近期出院。

长期以来,结直肠癌肝转移是结直肠癌患者死亡的主要原因。近年来,许昌市中心医院积极推广多学科诊疗

模式,对结直肠癌肝转移患者进行个体化、系统化治疗,使患者的5年生存率明显提高。

“肿瘤的治疗不是一个科室可以完成的,需要肿瘤科、放疗科、介入科、医学影像科、病理科、检验科等多个学科参与。这样有利于保证治疗方案的科学性和合理性,避免过度治疗和误诊、误治,使患者受益最大化。”8月5日,许昌市中心医院胃肠外科主任菅书明对记者说。

许昌市中心医院结直肠癌MDT(多学科协作)团队成立于2018年5月,由来自胃肠外科、肿瘤科、放疗科、肝胆胰外科、胸心外科、消化内镜中心、医学

影像科、病理科等科室的医生组成,每两周进行一次业务学习,主要针对中低位直肠癌、结直肠癌肝肺转移患者进行病例讨论,从病历书写、联合查房、多学科谈话等方面进行闭环式管理。

李女士于4月15日来到许昌市中心医院胃肠外科,被诊断为直肠癌肝转移多发转移(3处)。当时她的孩子刚刚满月。经过多学科联合会诊,该院结直肠癌MDT团队成员一致认为应先进行新辅助化疗。从4月到7月,李女士在该院肿瘤科进行了5次化疗,原发癌灶和肝转移癌灶明显缩小。7月25日,该院结直肠癌MDT团队进行了第二次联合会诊,并最终确定了手术方案。

手术方案确定后,该院胃肠外科医护人员按照“加速康复”流程对患者进行围手术期管理:雾化气道管理,口服肠内营养粉,术前禁水2个小时、禁食6个小时,用保温毯将患者的术中体温控制在36℃左右等。

“加速康复”是指在围手术期实施各种已证实有效的方法,减少手术患者的应激反应和并发症,缩短患者住院时间,加快患者的康复速度。许昌市中心医院胃肠外科实施“加速康复”两年来,使患者的住院时间明显缩短,住院费用明显降低,受到了患者及其家属的广泛好评。

## 许昌市中心医院优秀后备人才系列报道

# 安文峰:无限风光在险峰

□本报记者 马晓非 文/图

如果将神经内科比喻为连绵不断的群山,那么神经系统感染免疫疾病无疑是其中一座巍峨的险峰。险峰虽险,但风光无限。许昌市中心医院神经内科一病区主任医师安文峰就是这座险峰的攀登者。

2016年,被纳入许昌市中心医院第一批后备人才队伍时,安文峰选择的专业方向就是神经系统感染免疫疾病。

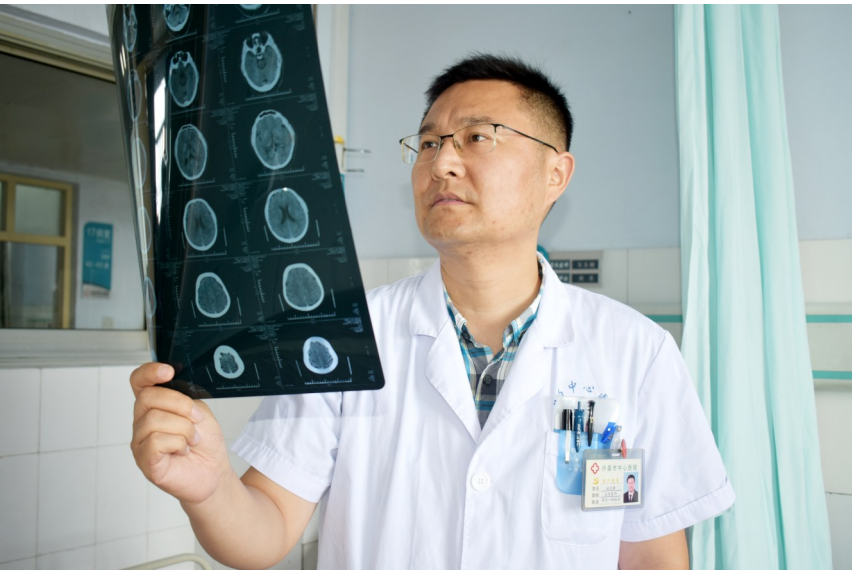
在后备人才培养周期内,安文峰和许昌市中心医院神经内科感染免疫疾病专业团队将神经系统感染免疫疾病的诊断与治疗作为主要工作内容,收治门诊患者15000余人次、住院患者2400余人次。

同时,安文峰和许昌市中心医院神经内科感染免疫疾病专业团队还开展了血液和脑脊液副肿瘤标志物、乙酰胆碱受体抗体、寡克隆区带、水通道蛋白、炎性脱髓鞘等相关抗体检测,大大提高了该院对副肿瘤综合征、自身免疫性脑炎、重症肌无力、炎性脱髓鞘等神经系统感染免疫疾病的诊治水平,取得了良好的社会效益。

神经系统感染免疫疾病是中枢神经系统或周围神经系统分别或同时遭受不同生物病原体入侵后,自身免疫系统对此产生免疫反应,而引发相应神经组织受损和临床症状的一组疾病的总称。

对很多人来说,神经系统感染免疫疾病是一个比较抽象的概念。说到具体的疾病名字,如自身免疫性脑炎、副肿瘤综合征、重症肌无力、周围神经疾病、神经肌肉接头疾病、中枢神经脱髓鞘疾病等,人们也并不常见。

“神经系统感染免疫疾病多为疑



工作中的安文峰

难、危重、急性疾病,诊断和治疗难度大、治疗周期长、治疗效果未必尽如人意。不过,如果能够及时诊治,其中一些疾病还是可以取得良好治疗效果的。”安文峰对记者说。

2008年,安文峰到中国人民解放军总医院(301医院)进修学习时,对神经系统感染免疫疾病产生了浓厚的兴趣。他认为,神经系统感染免疫疾病诊治难度大,非常具有挑战性。他愿意向着困难前进,为这类患者解除病痛。

越是艰险越向前。申报许昌市中心医院第一批后备人才时,安文峰将目标放在了神经系统感染免疫疾病上。他和该院神经内科感染免疫疾病专业团队不畏艰险、勇于攀登,克服重重困难,不断提高神经系统感染免疫疾病的诊治水平,开展了一系列

诊治水平的提升,最终还是为了让患者受益。

一名70多岁的患者出现发烧、昏迷等症状,在当地医院治疗一段时间病情未见好转,便来到了许昌市中心医院神经内科一病区。经过检查,安文峰为其诊断为单纯疱疹病毒性脑炎。这种病致死率较高,也非常容易留下后遗症。在安文峰的精心治疗下,患者最终康复出院,而且没有留下任何后遗症。

“有时是治愈,常常是帮助,总是去安慰。”这是广为医学界推崇的一句话。将神经系统感染免疫疾病作为主要研究方向的安文峰,对这句话更是感触颇深,因为不少神经系统感染免疫疾病即使诊断清楚了,也没有有效的治疗方法。

他曾经遇到一名头晕、痴呆的患者,经过鉴别诊断后怀疑是朊蛋白病(疯牛病)。这是一种比较罕见的病,为了明确诊断,安文峰建议患者到上级医院做进一步检查。后来,患者的儿子将诊断结果告诉了安文峰:朊蛋白病。然而,这种病进展快,目前并没有方法可以治疗。

“在神经内科,类似的病例不在少数,每当这个时候,我都会感到非常无力。”安文峰无奈地说,“这种情况下,我们能做的就是尽己所能帮助患者,尽最大努力减轻患者痛苦。”自从医以来,他就将“医生之本,德术并举”作为自己的行医格言,以细心、耐心、专心、爱心、精心对待每一位患者。

一名医术精湛的医生,往往能成为患者的福音;一名品德高尚的医生,往往能给患者带去心灵的慰藉。攀登的过程是辛苦、艰难的,但无限风光在险峰。登上山巅,才有机会“一览众山小”。

