

疫情下,全力为透析患者护航

□本报记者 张炜华 文/图

在整齐有序的透析室内,患者躺在病床上接受治疗,除了每个人脸上多了一个口罩外,其他和往常并无两样。

新一轮疫情突如其来,为了防疫,很多人“非必要不出门”。但对于需要透析的“肾友”来说,透析就如同吃饭、睡觉,是生命的一部分。为了活下去,他们不得不奔波在求医的路上,每周往返3次透析室,一次都不能少。“由于工作的特殊性,我们科的医护人员基本全年无休。当前疫情防控下,在平时正常运转的基础上,我们又增加了对患者及家属的防控管理工作。”8月20日,许昌市中心医院肾内科副主任龚广欣告诉记者。

每周定期到该科接受透析治疗的患者有230名。230名患者背后,是230个家庭。透析室人群集中、流动性大,属于交叉治疗区域;前来透析的多为老年人,基础病多,是易感人群;透析患者无法接种新冠疫苗,抵抗力差……患者及其家属、医护人员、保洁人员等组成了“命运共同体”,如果一人有问题,很可能牵连众多。

要规律透析,患者必须每周到医院做3次血液透析治疗,每次透析4小时,这样才能清除体内的毒素和潴留水分,以维持基本生命。透析患者没有选择,因为一旦终止透析,随时可能面临死亡。“疫情期间,患者出行不便,但他们会想尽一切办法前来透析。我们必须保障他们顺利治疗,保障他们的安全。”龚广欣说。



透析过程中,护士为透析患者量体温。医生会建议陪护人员到室外空旷地方等待。

为了给透析患者一个安全的透析环境,该科在制订相关防疫预案的同时,设立了高风险患者隔离区,为透析患者增加一重安全保障。

因透析室与发热门诊不在同一栋大楼,从空间位置上来讲,在一定程度上降低了交叉感染发生的概率。“我们通过微信群及电话通知患者错峰透析,并建议能自理的患者尽量不带陪护,独自到医院,降低家属感染风险。”龚广欣说,如果出行不便,必须家人陪护,他们也会建议患者尽量选择固定人员;当患者到透析室后,

会维持秩序,避免患者扎堆聊天儿,协调患者错峰进入透析室。在透析室门口,患者在测体温、手消毒后,才能进入透析室。透析过程中,每隔一个小时,护士会为患者测一次体温。透析结束后,护士会再次为患者测量体温。

而这些,只是各项应对措施的冰山一角。这些措施的背后,是透析室医护人员,尤其是护士工作量的增加,原本10个小时的工作时间,现在需要增加到11个小时,甚至更长。

每天早上不到7时,该科医护人员就来到医院,为第一批患者上机做准备。大约上午11时许,第一批患者透析完毕。护士们穿梭于机位之间调试透析机、消毒透析床的护栏、开窗通风换气……原本仅需20多分钟的中场,在新一轮防疫开始之后变成了近一个小时。一切准备就绪后,第二批患者陆续进入透析室,走到床位旁躺下,血液顺着管道缓缓流出,经过净化后,再回到体内。等最后一批患者透析结束,常常已是深夜。

“不要扎堆说话”“直接回家,不要去别的地方”“口罩戴好”……这些话,护士们反反复复不知说了多少遍。他们虽未奔赴疫情一线,却是另一种意义上的逆行者,全力守护着透析患者的“生命线”。



惊! 12岁女孩乳腺纤维瘤大如拳头

许昌市妇幼保健院专家提醒,青春期女孩儿发现胸部有肿块儿,应及时就诊

□本报记者 刘地委

8月5日,许昌市妇幼保健院乳腺科主任朱雅静接诊了一名“特殊”的患者。患者玲玲(化名)只有12岁,她的乳房里却长了一个大如拳头的纤维瘤。据统计,今年以来,像这样的病例,该科已接诊了近20例。

朱雅静告诉记者,乳腺纤维瘤是发生于乳腺小叶内,纤维成分和腺上皮增生导致的良性肿瘤。乳腺纤维瘤在乳腺良性肿瘤的发病率较高,“钟爱”18岁至25岁的年轻女性,月经初潮前及绝经后的女性少见。其发病原因一般与体内性激素水平不平衡、乳腺局部组织对雌性激素过度敏感及不良的生活方式等有关。

“我在孩子洗澡的时候发现她的乳房有一个大一个小,孩子说之前双侧乳房就有些不对称,但因为不痛不痒就没在意。”就诊时,玲玲妈妈焦急地告诉朱雅静。

朱雅静为玲玲检查时发现,其左侧乳房表面能明显看到静脉,触诊左侧乳房,里面有一个较大的肿块儿。朱雅静凭临床经验判断,这是良性肿瘤。随后,通过乳腺彩超检查,玲玲左乳有一个大小约8.7×4.8厘米的肿块儿。

对于青春发育期女孩儿来讲,乳腺纤维瘤如果不及时做手术切除,会压迫周围的腺体,使腺体发育受限、乳房发育畸形,甚至会出现肿瘤占据全乳等严重后果。

考虑到玲玲年龄较小,乳房没有完全发育成熟,且瘤体较大,朱雅静建议,通过



朱雅静(左二)带领医护人员查房。 资料图片

手术,既要把肿瘤完整地切除干净,又不破坏乳管、最大限度地减少对腺体的损伤,使以后不影响乳房发育、哺乳;同时,还要注意术后外观美丽。而达到上述目的,手术设计尤为重要。

“乳晕区色素较深,在乳晕边缘做环乳晕小切口相对隐蔽,愈合后疤痕不明显,并发症也较少。”术前,朱雅静与玲玲及其妈妈进行了细致的病情讲解和耐心的沟通,建议采取环乳晕小切口美容手术取出瘤体。她们听了朱雅静详细的讲解后,随即决定住院进行手术。通过手术,

一个大如拳头的乳腺纤维瘤最终被取出。

术后第二天,玲玲顺利出院。8月15日,玲玲随妈妈到该院乳腺科复查时,发现手术切口几乎已经看不到了。玲玲脸上终于露出了笑容。

据朱雅静介绍,近年来,许昌市妇幼保健院乳腺科接诊的12岁左右、患乳腺纤维瘤的孩子越来越多,这主要与体内的雌性激素增高有关。当女孩到了青春期,卵巢功能逐渐发育成熟,雌性激素的作用也随之增强,进而刺激乳房发育。她们中一部分人因为遗传因素、外

界环境、生活方式及精神压力等影响,雌性激素水平升高失调时,乳腺的上皮组织和纤维组织会发生不同程度的增生,从而形成肿块儿。

因此,家长平时应主动关心青春孩子的生理变化,比如,提醒孩子注意双侧乳房大小是否一致,或触摸有无明显肿块儿等。如果孩子月经已经正常来潮,但乳房未发育、不对称发育,或出现乳头内陷,任意一侧乳房迅速增大、触及有硬块儿等,要及时到正规医院乳腺专科检查。女孩乳房发育成熟一两年后,最好到乳腺专科检查一下乳房情况,做到早预防、早发现、早治疗。

在日常生活中,家长要注意调整孩子的饮食和生活习惯,多吃应季蔬菜、水果,减少食用油炸食品、零食及饮料等,尤其少摄入高热量、高脂肪、高糖食物,这些食物会导致孩子肥胖,而脂肪细胞会分泌类雌性激素;要少吃海参、燕窝等高蛋白食物,以及蜂蜜、蜂王浆等雌性激素水平较高的产品;多进行户外运动,减少观看电子产品,严禁接触不适宜视频及书籍,以免影响孩子身心发育,导致性早熟。



选择与坚守

——记许昌市建安医院儿童少年精神医学科主任王君毅



王君毅:许昌市建安医院副主任医师、儿童少年精神医学科主任,毕业于郑州大学,是许昌市医学会精神病学分会委员、许昌市医学会心理学分会委员、许昌市医学会睡眠医学分会委员,从事精神科临床工作33年,擅长精神科各类常见疾病的诊治,尤其在脑器质性精神障碍、精神分裂症、心境障碍、焦虑症、儿童及青少年情绪与行为障碍等方面均有丰富经验。(资料图片)

□本报记者 张炜华

在厚重的铁门里,患者嘴里嘟囔着、

眼神空洞……这是在影视作品中看到的精神病医院的画面,很多人以为精神病医院就是这样的。其实,现实中的精神病医院是这样的:医护人员教患者写字、唱歌、绘画等才艺,教患者做操、做游戏、做手工、叠被等康复训练活动,帮助患者融入社会、协调家庭关系……在坚守精神卫生医学事业的33年里,许昌市建安医院儿童少年精神医学科主任王君毅拯救了无数患者,也使无数破碎的家庭重新圆满。

“精神疾病患者不仅自己受苦,也是家庭的痛点。”不同于其他疾病,精神疾病对于患者及家属来说是身体和精

神的双重煎熬。有个曾经有稳定工作和温暖家庭的患者,因患精神分裂症,在单位无生事非、大吵大闹,还搞得家里鸡犬不宁。后来,单位辞退了他,妻子也忍无可忍带着女儿离开了他,年迈的父母无奈之下怀着一线希望送他到医院治疗。

“在从医生涯中,患者家属伤痛和希望的目光,我见过无数回。”王君毅说,从中,王君毅常常能感到沉甸甸的责任,“这可能是患者家属最后的希望了。”对于该患者,王君毅不仅对症下药,精心进行个性化治疗,而且在生活上关心、帮助他们,给家属讲解康复的一些知识及注意事项,指导家属如何更好地与患者沟通交流、如何护理照顾患者,以及患者在日常工作和生活中如何化解与别人的矛盾等。经过精心治疗和护理,该患者很快恢复了健康,妻子和孩子也回到了他

的身边,他的家庭又团圆了。

王君毅坦言,要成为一名出色的精神科医生并不容易,精神疾病的诊断和疗效判断很多时候缺乏足够客观的指标,更需要精神科医生利用丰富的临床经验,对患者进行认真详细的询问和客观准确的观察评估。要想做好这些,不仅需要良好的沟通交流技巧,而且需要与患者及家属建立良好的“医患治疗同盟”。所以,精神卫生专业既是一门科学,又是一门艺术;精神科医生不仅需要有良好的临床医学知识,还要有良好的人文素养,涉猎广泛。

9年前,有个50多岁的男性患者,因典型的躁狂症表现被家人送到许昌市建安医院就诊。因该患者为首次发病,病程4天,有高血压病史,王君毅详细询问病史后,建议家属带其做脑部检查,排除脑部器质性疾病,家属极不理解。王君毅再三与家属沟通后,家属才勉强同意带患者做头部CT。检查结果发现,该患者脑内有大面积出血,经过及时治疗,其病情得到控制,狂躁症的表现也随之消失。

“从事精神卫生专业时间越长,越能感觉到这个专业的重要性。”王君毅说。事实上,王君毅刚到许昌市建安医院时,精神卫生专业还是个冷门的临床学科,患精

神疾病的人常常被认为是“神经病”,饱受偏见和误解。当时,她还是个22岁小姑娘,随着工作的积累,王君毅发现,许昌市建安医院与普通医院并没有本质差别,这里的患者与普通医院的患者一样,只不过是脑功能出现了紊乱;与普通医院不同的是,这里的治疗不仅仅可以救人性命,还可以让患者更好、更有尊严地站起来,走向康复,回归社会。

有时候,为了弄清楚一个症状,医生需要观察好多天,付出大量的时间和精力。比如,精神分裂症、抑郁症、脑器质性精神障碍、心因性疾病等,都可能存在不语不动的症状。精神疾病患者的治疗也不光是简单的药物治疗,还要结合心理治疗、物理治疗、经颅磁治疗、生物反馈治疗和一些康复训练、认知矫正治疗等。这就需要医护人员更加耐心、细心、和善,大到患者的诊断治疗,小到吃喝拉撒,每件事都要记在心上……

“没有超强的责任心,很难做好一名精神科医生。”王君毅经常会这样告诫她的学生。基于这样一份责任,她坚守精神卫生健康事业30多年;也是因为这样一份沉重的责任感,她在50多岁的年龄依然乘风破浪。



把好人生健康第一关

——记许昌市人民医院产科副主任医师张蕾



张蕾在为孕妈妈做基础检查

□本报记者 张炜华 文/图

十月怀胎,一朝分娩。在孕育新生命的280天时光里,幸福与期待成为主旋律,拥有一个健康的宝宝是每个家庭的希望。让每一个宝宝健康降生,也是许昌市人民医院产科副主任医师张蕾最大的希望。“围产保健,是新生命的宣教起点,是关乎母婴健康的第一道防线。”8月19日,张蕾在接受采访时说。

自毕业后,张蕾一直从事产科的临床一线工作。在多年的临床工作中,她见过因产检不重视而导致的严重后果,看到过产妇知道孩子有出生缺陷后的痛苦。张蕾常常沉思,要如何最大限度地保障孕产妇和新生儿的安

全。正是有这样的想法,张蕾对围产保健工作非常重视。10多年前,张蕾的工作重心由产科的临床一线转为围产保健。这次转变也开启了她职业生涯的崭新篇章。围产保健也就是孕产期保健,包括规范的产前检查、健康教育和指导、孕期体重和营养的管理及用药指导等,是降低孕产妇和胎儿在围产期并发症的发生率、死亡率及出生缺陷的重要措施。围产保健期间不同阶段、不同项目的规范系统检查,能够及早防治妊娠合并症或并发症、及早发现胎儿及新生儿异常,能够评估孕产妇和胎儿安危,确定分娩时机、分娩方式等,以保证母婴安全。

不久前,在为孕26周的徐女士进行胎儿心脏彩超检查时,张蕾发现,两项指标存在异常。因徐女士已经40岁,属于高龄孕妇,张蕾建议她进行羊水穿刺,做进一步检查。因为担心羊水穿刺会对胎儿产生影响,徐女士犹豫了。

徐女士是临时到许昌市人民医院进行检查的,并未在该院建档。根据检查结果告知患者可能存在的缺陷风险,并提出进一步筛查意见,张蕾的职责已经尽到。可是作为一名围产保健医生,张蕾无法眼睁睁看着可能存在的缺陷,在未来给一个家庭带来毫无防备的伤害。张蕾一再劝

说,让徐女士起码做个无创染色体筛查。

筛查结果显示,胎儿存在缺陷的可能性极高。看着检查结果,徐女士决定做羊水穿刺进行更精确的诊断。诊断结果显示,徐女士腹中的胎儿存在染色体异常。

“随着‘三孩’政策的放开,高龄孕妇的占比也在升高,围产保健工作也越来越难做。”张蕾说,孕妇的围产保健分为孕早期、孕中期、孕晚期等三个阶段,分别需要做超声、各项常规检查、出生缺陷筛查、四维彩超排畸检查、胎心监护等。平均来算,一个孕妇在整个围产期大约需要做9次不同项目的检查。而这一次次的检查,就是一条条安全防线。

高龄孕妇常常伴随着高概率的孕期并发症和胎儿出生缺陷。对于有孕期高血压、高血糖等高危因素的孕妇,张蕾会格外关注,对她们的围产保健跟踪也会更加紧密。“她们的检查和保健不能按照书本来,必须根据她们自身情况进行个性化的围产保健检查。”张蕾说,在该科建档的高危因素的孕妇,她几乎都能叫出名字,并能“第一时间”在脑海中调出她们的资料。张蕾还常常主动加她们微信,方便她们随时咨询。

在医疗技术局限的情况下,人性化的关怀显得尤为重要。张蕾始终牢记医学对患者而言,“有时是治愈,常常是帮助,总是在安慰”,她始终以爱心、耐心、仁心尽可能地给孕妇提供更多帮助。

从事围产保健工作10余年,张蕾在合并内科疾病高危妊娠的诊断与处理上有丰富的临床经验,多次高质量完成对高危孕妇的管理及抢救,曾在核心期刊发表多篇论文,她还是许昌市中西医结合产科专业委员会、许昌市生殖医学委员会委员。



阴雨天气 肺结核患者饮食要注意

□本报记者 张炜华

阴雨绵绵的天气,空气潮湿,容易滋生细菌,食物更容易腐败,病菌也更容易存活。日前,许昌市结核病防治所结核内科主任王俊杰提醒,这样的天气,肺结核患者要特别注意饮食。

“食物要烧熟煮透,生熟分开存放,少吃冷荤类菜肴,不吃生的动物性食品。”王俊杰提醒,一般细菌在水温80℃左右就不能生存,将水煮沸几分钟后,几乎可以将水中所含的全部细菌、病毒杀死。

此外,因为高温潮湿,食物不易保存,要按需加工食物。“肺结核患者尽量食用新鲜的饭菜,不要食用剩饭剩菜。如不可避免有剩饭剩菜,应及时分类冷藏保存,再次食用时要彻底加热。”王俊杰说,如果食物已经腐烂或变质,一定不能食用。

“虽然因为阴雨天气,不能通过阳光照射杀菌,但肺结核患者的居室环境消毒也不能忽视。”王

俊杰说,首先,肺结核患者的居室要保持空气流通;其次,要对肺结核患者的餐饮用具、毛巾等一应用具定期煮沸消毒,对于不能水煮的物品,如衣物等,可以选择用衣物消毒液消毒;居室的家具要用湿布擦拭,洒水扫地,湿布擦地,以免尘土飞扬。

王俊杰介绍,结核杆菌抵抗力强,在阴湿处能生存5个月以上。近段时间,我市阴雨天气较多,给结核杆菌的生存、传播创造了有利条件。如果咳嗽、咳痰在两周以上,或咯血,伴有午后低热、消瘦、盗汗、内分泌紊乱等症状,应及时就医排查。

预防结核病,首要任务是控制传染源,及时发现和彻底治愈传染性肺结核患者;还要保护易感人群,为所有新生儿接种卡介苗,密切接触者要接受结核病相关检查。另外,要养成良好的生活习惯,如不随地吐痰,咳嗽应掩住口鼻;规律作息,不熬夜,适当锻炼身体;注意营养均衡,戒烟酒,劳逸适度。