

# 把药事当“要事”

## ——许昌市“最美健康卫士”之“最美药师”风采

### 许昌市“最美健康卫士”之“最美药师”

(排名不分先后)

医院	“最美药师”
许昌市人民医院	谢勇涛
襄城县人民医院	耿素珍
许昌市中心医院	赵亮
禹州市中心医院	刘伟峰
长葛市人民医院	欧阳玲

□本报记者 张炜华

药品是特殊商品，它直接关系着人的生命健康。安全用药无小事，作为提供药学服务、保障药品供应的重要专业力量，药师们不断提升药师药事服务能力，提高合理用药水平，保障用药安全，将药事当“要事”，对公众用药安全作出了积极贡献。

为进一步加强医院的药事管理，禹州市中心医院药学部主任刘伟峰不断开拓创新，带动该院药学工作转型，实现了医院药学从传统“以药品

为中心”的药品供应型向“以患者为中心”的服务型转变，并率先在县级医院引进门诊处方前置审核信息化系统，建立了处方前置审核中心。刘伟峰还从实际治疗管理入手，牵头制订合理用药考核方案，开展临床药师查房业务，并带领临床药师开展处方(医嘱)点评工作，干预不合理用药行为，为患者用药安全建起了一道防火墙。

作为深耕中药领域10年的药师，襄城县人民医院中药房负责人耿素珍深知“药材好，药才好”“药物虽精，而煎法失度，药必无效”，所以对中药材的质量要求分外严格，并在科室营造良好的学习氛围，组织科室人员学习辨别中药材质量好，鼓励科室人员积极参与省、市举办的各类中药知识竞赛，提升中药服务水平。

在把好质量关的同时，耿素珍还在中医药的健康宣讲上下功夫。她用心整理了几篇浅显易懂的中药煎煮文稿，张贴在中药房周围；将用煎煎煮事项印制在中药袋上，方便患者按方煎药。

药师不仅对临床用药进行质量控制，还为临床治疗提供药学技术支持。疫情期间，作为许昌市中心医院“新冠肺炎医疗救治专家组”核心成员之一，该院药学部副主任赵亮参与了医院全部确诊和疑似留观患者治疗方案制订、病情评估和诊疗方案调整等。凭借扎实的临床药学素养，他研究制定的相关药物治疗不良反应风险与处理意见，被写入“河南省新冠肺炎诊疗专家共识”；他在国内首先正式以科研论文形式报道“新冠治疗药物致严重心律失常风险的预警和防范措施”，其研究结果通过快速通道在顶级期刊《中国药理学通报》面向全球快速在线发表。

如果说临床医护人员是冲锋上阵的士兵，那么药学部就是至关重要的

“武器库”和“弹药库”。疫情期间，为了保障药品供应，许昌市人民医院主管药师谢勇涛在疫情严峻即将封路之际，加班加点连夜开车去取药；积极配合该院中医师的用药方案，和同事们一起加班加点煎药，为新冠肺炎患者提供个性化煎药服务，为一线医药护技术人员提供每日中药防疫汤剂。长葛市人民医院住院药房副主任欧阳玲主动申请在感染药房值班，在住院药房工作人员少、工作量大的困难情况下，加班加点，任劳任怨，吃住在院，积极配合科室工作，保质保量圆满完成各项工作任务。

药品无声，他们在一缕缕药香中演绎着责任与坚守。正是他们，为患者建起安全用药、明白用药的坚强防线。

### 致敬医者榜样 凝聚奋进力量

# 在传承中不断创新

## ——记许昌市妇幼保健院中医科医师李梦阳

□本报记者 张炜华

“您的咳嗽和她不一样。她是肺气不足，需要补益肺气，您是风热袭肺，要疏风清热……”9月20日，记者在许昌市妇幼保健院妇孺国医堂门诊见到该院中医科医师李梦阳时，他正在耐心地叮嘱患者：“虽然你们都是咳嗽，但是病因不同，需要同病异治，回去后药可能混用……”

每次李梦阳坐诊，除了详细询问外，还会用简单的语言告诉患者症因何起、怎么治疗。“就当是科普了。”他笑着说，特别是这个季节，因为各种原因咳嗽、流涕、嗓子干疼的患者增加，但很多时候同病不同证，更需要细心辨证、对症下药。

临床多年，对李梦阳来说，耐心问诊、细心辨证、谨慎用药、大胆处方已经成为本能。

一个来自辽宁铁岭的男性患者，因睡眠不好常感体力透支，还伴有脱发、胃胀、肢体麻木、皮肤粗糙等，到很多医院检查也没有查出原因。后来，他听说李梦阳在中医方面造诣很深，就飞来许昌找他治疗。李梦阳耐心问诊，仔细辨证，为他开了一个疗程的药。服药后，患者疲劳症状明显减轻，脱发、皮肤粗糙等也有了明显缓解。再服药一段时间后，患者的症状消失。患者非常高兴，从千里之外寄了一面锦旗给李梦阳。

“中医药有几千年的历史，各家学说、流派众多。作为一名中医师，要



李梦阳 资料图片

不囿于一家之言，博采众长，最终形成自己的特色。”李梦阳说，中医师的经验积累在临床上非常重要，经验越丰富，越能体会病症细微的不同，从而用药更加精准。

经验的积累，一靠临床，二靠学习。刚开始学中医的时候，李梦阳就下了狠劲儿背记中医中药的各种典籍；研究生的时候，他师从全国第四批名老中医张缙教授学术经验继承人尚艳杰教授。张缙教授是世界非物质文化遗产中医针灸传承人，是以针刺

手法见长而著称的中医针灸界的“国宝”级人物。基础扎实的李梦阳从中获益匪浅，走上工作岗位后，他的治疗更是有以针灸见长。

一个74岁的老先生，行胆囊切除术后身体虚弱，消化欠佳，还伴有肩周炎、腰疼等老年病。李梦阳用一个月时间为其进行针灸、中药调理，患者精神及身体状况得到了很大改善。老先生非常开心，不顾年迈到院将一面锦旗送到李梦阳手中。

一个孕36周的孕妇，因肾结石急

性发作，腰部绞痛难忍。李梦阳顺着疼痛部位的经络循行路线，在足踝太溪穴附近找到压痛点，行针5分钟左右，孕吐疼痛消除。

多年临床，李梦阳在患者中有了很好的口碑，找他看病的人也越来越多。但李梦阳并没有就此满足，仍寻找一切机会汲取新的知识。

今年7月，李梦阳到深圳市妇幼保健院进修。他非常珍惜这个机会，因为可以当面聆听房氏调经促孕十三针的创始人——中国中医科学院房繁恭教授授课。调经促孕十三针通过精心挑选的一套组穴，形成较为完备的调经促孕针刺治疗方案，在改善卵巢储备功能、提升宫腔内环境，提高患者受孕率和试管婴儿成功率等方面取得较好的临床效果。

“以前只是零散地了解房氏调经促孕十三针，这次是个系统学习的机会。”李梦阳说，女性不孕最常见的因素为肝肾不足、冲任不调、胞宫失养、神智失和等，调经促孕十三针正是通过补肝肾、调冲任、养胞宫、安神志等四个方面进行调理、助孕。因此，在进修期间，他废寝忘食，向老师请教，和同期医生讨论，不断领悟房氏调经促孕十三针的原理和精髓。进修结束后，李梦阳将调经促孕十三针完整地带回了许昌。

在经典上不断发展，在传承中不断创新，李梦阳用“万物为用”的胸怀，在发挥中医药优势、泽济广大妇女的道路上上一往无前。

# 精准诊治 守护女性健康

□本报记者 张炜华

当医学技术可以根据患者的基因遗传信息、临床病史、生理数据等多种因素，为其提供更个性化、更有效的诊断和治疗方案时，诊疗效果将会得到很大提高。而这，都与精准医学息息相关。

近年来，许昌市人民医院妇科在精准诊疗上不断发力：用马来式缝合改良自体筋膜加固术、经耻骨后尿道中段悬吊术、女性肿瘤精准放疗等，科室和该科主任张珂个人也曾多次获得省级、市级科技成果奖。基于许昌市人民医院妇科在精准诊疗上取得的成就，由许昌市科技局批准的市级重点实验室——许昌市妇科疾病精准诊疗与治疗重点实验室就依托该院而建。

“重点实验室的建设为我们的精准诊疗提供了更大、更好的平台。”9月19日，许昌市人民医院妇科主任张珂告诉记者，借助这个平台，他们可以更多与高校合作，开展妇科疾病的精准诊疗与研究，同时也可以培养更优秀的妇科诊疗人才。

“我们拟与北京大学、厦门大学、四川大学、郑州大学等高校进行多中心科研合作，进行宫颈高级别病变及宫颈癌治疗后复发回视性方案、年轻女性宫颈高级别病变治疗后随访观察、干细胞技术在宫腔粘连治疗中的应用探



张珂坐诊 资料图片

讨等课题的研究。”张珂介绍，在众多课题中，申报省级科研立项的科研项目“女性盆筋膜疼痛3P评估模型的建立及多学科诊疗探索”已经在临床上取得了阶段性成果。

“女性盆筋膜疼痛3P评估模型的建立及多学科诊疗探索”是由张珂牵头，与四川大学华西医院、郑州大学第

二附属医院共同研究的一个项目，以盆筋膜疼痛综合征的多学科诊疗为研究目标。

盆筋膜疼痛综合征是一种发生在盆底肌肉和筋膜的炎症性疾病，常常表现为盆腔疼痛、肌肉压痛、尿路症状等，但抗生素治疗无效。盆筋膜疼痛综合征是中老年女性常见的问

题，也是她们的难言之隐，发病隐匿，病程较长。疼痛有的表现为连续性，有的表现为阵发性，通常会阴部和膀胱等牵涉痛，有的甚至会牵涉大腿、臀部、下腹部等产生疼痛。但因其病因复杂，目前国内外对盆底筋膜疼痛的研究不足。

由于病因复杂、特种多样，专科医生往往难以进行全管理。根据可能病因，许昌市人民医院妇科邀请了生殖内分泌科、泌尿外科、肛肠外科、消化内科、血液肿瘤科、神经内科、精神科、疼痛科等相关科室，组建了一支多学科综合诊疗团队，围绕易感因素、诱发因素和持续因素等，建立“3P”模型，实现及时诊断、精准治疗。

曾经有一名患者，找到张珂诊疗时，形容自己痛起来“跳楼的心都有了”。后来，在多学科治疗团队的帮助下，经过一个疗程的治疗，患者的疼痛感明显减轻。

“我们为近40名患者开展了诊断和治疗，反响都不错。”张珂开心地告诉记者，他们将收集更多地区的数据，根据临床反应，细化诊疗流程，构建区域化的诊疗模型。

“这只是我们一个课题取得的阶段性成果。”张珂说，借助许昌市妇科疾病精准诊疗与治疗重点实验室这个平台，他们将开展更多妇科疾病精准诊疗的探索，为更多女性的健康保驾护航。

# 多措并举推动医防融合 提升慢阻肺健康管理水平

□本报记者 张炜华

慢阻肺是呼吸系统疾病中的常见病和多发病，但公众知晓率低，医疗干预率低，确诊患者多是急性发作后到医院就诊，缓解期的管理缺乏重视，患者在医院长期管理率低。

作为许昌市慢阻肺筛查管理项目的基地医院，许昌市中心医院坚持预防为主、防治结合，积极开展慢阻肺综合防控工作，积极推进慢性病防治工作向纵深发展，切实实现慢性病管理的规范化、专业化、个体化和智能化，有效降低高危人群发病风险，控制患者疾病发展。

强化慢阻肺管理质量控制标准。该院在各个县(市、区)成立慢阻肺防治中心，负责慢阻肺筛查、管理、培训及质控等工作。

筛查先行。针对高危人群，该院通过慢阻肺筛查机、手机App进行筛查，并对高危人群进行肺功能检查。患者确诊之后被纳入管理，该院进行观察、药物调整、药物应用教育、康复训练、患者教育等，并通过手机App上传至省慢阻肺管理中心。

分级诊疗。该院协同西关、五一路、北关等社区卫生服务中心及张潘、椹岗乡卫生院等，共同开展慢阻肺筛查管理工作；捐赠简易肺功能仪，对就诊人员进行初步筛查，将确诊患者纳

入慢病管理。

硬件设置配套完备。许昌市中心医院呼吸科是全国PCCM规范化建设达标科室，门诊设置气道疾病专病门诊、门诊综合诊室，负责慢性病管理、用药教育等。

开展戒烟门诊治疗工作。戒烟是预防慢阻肺的重要措施，也是最简单易行的措施，在疾病的任何阶段戒烟，都有利于防止慢阻肺的发生和发展。因此，许昌市中心医院设立了戒烟门诊，提供戒烟教育和戒烟干预。

科学用药，合理配伍。该院设置哮喘门诊，用于哮喘及慢阻肺患者的用药指导和用药教育。

对口帮扶。该院充分发挥对口帮扶作用，通过查房、业务讲座等提高基层医院的慢阻肺诊疗水平。

健康宣教，积极义诊。许昌市中心医院在院外组织科普专家进社区，开展科普讲座，联合社区进行义诊志愿服务、筛查和诊治慢阻肺及其他患者；在院内播放慢阻肺宣传片，护理人员一对一进行健康宣教。



# “职业倦怠”了，该怎么办？

□本报记者 张炜华

大学生小吴(化名)在某国企上班，但刚工作了一年，就常常在工作中提不起兴致、感到疲惫，只想立刻辞职。可辞职后再找一份怎样的工作，他却没有丝毫打算。于是，他每天只是依照惯性上班，在“辞与不辞”间备受折磨。

“他的这种情况在心理学上被称为‘职业倦怠综合征’。”近日，许昌市建安医院心理咨询中心副主任王辉告诉记者，“职业倦怠综合征”是一种由工作引发的心理枯竭现象，是“上班族”在工作的高压之下所体验到的身心俱疲、能量被耗尽的感觉。这和肉体的疲倦劳累是不一样的，而是源自心理的疲乏。简单来说，就是你有能力去工作，却没有动力投入工作。

“职场新人与职场老人的职业倦怠原因不同。”王辉介绍，一般来说，职场新人出现职业倦怠多因不适应岗位要求。职场老人出现职业倦怠则大致分为两种情况，一种是因工作变动或工作量增加，能力不足以应付职场需求，从而产生能量被耗光的脱力感与挫败感；另一种是在职场中游刃有余，却没有成就感、价值感。

无论是职场新人还是职场老人，职业倦怠都集中体现在三个维度，即情绪枯竭、去人性化及效能丧失。

情绪枯竭最明显的表现就是对工作缺乏热情、没有工作动力、拖拉延误，比如明明有很多工作，但就是不愿意马上完成上交，一直拖着，直到快到规定完成时间才匆忙赶工；或者压力过大，能量感缺乏，特别容易疲

劳。去人性化最明显的表现就是除了工作上不得不进行的交流外，对工作对象或同事没有情绪的投放，对工作敷衍了事，对他人消极、冷淡、过分隔离。

效能丧失最明显体现在对自我价值和自我价值的消极评价上，感觉不到自己工作的意义，常常伴随无力感、抑郁感。

那么，如果发现自己出现了职业倦怠，该怎么办呢？

“如果察觉到自己产生了早期的职业倦怠，可以采取一些手段，进行自我缓解。”王辉说，自我缓解的重点在于接纳自己的局限，和周围人加强沟通，同时转变自己的心态，多些积极的自我暗示和自我肯定。

要学会沟通，懂得拒绝。很多压力来自不懂拒绝而多出来的工作。面对批评时，脸皮要“厚”，不要将批评变成沉重的思想负担，还要多些积极的自我暗示，肯定自己。

“最重要的是，要强化自我意识，找到工作的意义。”王辉强调，只有神圣的意义感，才能让我们体验到工作的价值、自己的价值。

当然，如果感觉到职业倦怠已经对工作、生活、人际交往都产生了明显的影响，工作效率严重降低，无法胜任，最好找专业的心理医生进行咨询，心理医生会帮助患者寻找和强化心理支持的资源。



进一步规范

新华社发 徐骏 作