

台州市肿瘤医院医共体党工委(医院党委) 召开理论学习中心组(扩大)学习会议

本报讯(通讯员 金军标/文 王小菲/图)开展党纪学习教育,是加强党的纪律建设、推动全面从严治党向纵深发展的重要举措。5月30日,台州市肿瘤医院医共体党工委(医院党委)在温岭市委党校召开理论学习中心组(扩大)学习会议,扎实开展党纪学习教育,持续推进纪律教育常态化,让广大党员干部学纪、知纪、明纪、守纪。

台州市肿瘤医院医共体(医院党委)领导班子成员、医共体内全体党支部书记,党政综合办公室、纪检监察室、组织人事部、宣传统战部负责人,台肿及分院党务工作者参加学习,党(工)委书记徐栋主持会议并讲话。

当天,与会人员一同参观温岭市反腐倡廉预防职务犯罪教育中心警示教育基地。在解说员的带领下,党员干部们通过聆听详尽解说,观看警示教育图文和视频,共同学习了领导干部理想信念动摇、纪法观念淡化的典型案例。这些案例被逐一剖析,深入

挖掘了问题产生的根源,旨在进一步加强反腐倡廉的警示教育。

律弦”、系好“安全带”。党(工)委书记徐栋讲授题为

育重要讲话精神)的党课,让党员干部在领悟中紧绷纪律之弦,筑

障。

纪(工)委书记王戟锋指出,要把党纪学习摆在重要位置,并将党纪学习教育与医疗工作紧密结合起来,不断提高自身政治觉悟和纪律意识,守好纪律“高压线”、从严治党不松懈;深刻理解党的纪律的内涵和要求,将其转化为推动工作的强大动力;持续筑牢拒腐防变思想防线,落实新发展理念,破解发展难题,助力医共体可持续发展。

会上还学习了习近平总书记为第六批全国干部学习培训教材所作《序言》精神、《中国共产党纪律处分条例》、浙江优秀传统文化等内容。

徐栋总结强调,今年党建工作要着重深化党纪学习教育,并将其与整治形式主义紧密结合,以切实减轻基层负担。他要求党员干部在医德医风、廉洁执业等方面加强学习,自我检视,做到自省自律,将党纪学习教育融入日常工作中,持续推动医共体党建和党风廉政工作再上新台阶。



思廉洁修身、廉洁齐家,将纪律规矩内化于心、外化于行,拧紧“纪

《以纪为尺,量行立身——学习贯彻习近平总书记关于党纪学习教

牢拒腐防变的思想“防火墙”,为党风廉政建设提供坚实的思想保

【披云晨曦】

智慧启迪·跨界融合学科与人才发展论坛

本报讯(记者 郑昕 陈蕾)6月17日,智慧启迪·跨界融合学科与人才发展论坛在温岭市医学大数据与人工智能研究院(新河镇新商大厦)举行。

中国科学院杭州医学研究所所长助理、人才办主任何敏,中国科学院杭州医学研究所科研处处长、温岭市医学大数据与人工智能研究院常务副院长韩达,浙江大学台州研究院副院长、浙江大学药学院GLP中心常务副主任翁勤洁,浙江大学台州研究院科研管理处、人力资源处、学生管理处、医药健康中心有关人员,温岭市卫生健康局党委书记、局长郭永波,温岭市科技局党组书记、副局长滕毓,浙江省肿瘤医院党委委员、台州院区(台州市肿瘤医院)党委书记徐栋,温岭市医学大数据与人工智能研究院副院长王杨,台州院区党委委员、副院长王恩雨等有关领导,台州院区各职能科负责人以及院重点学科带头人、科研工作者参加。

与会嘉宾参观台州院区介入与微创外科医学中心门诊、介入中心手术室、考察一二期工程。

王恩雨主持论坛第一环节。

会上,郭永波在致辞中简要介绍了近年来温岭市公立医院学科和人才建设及生命健康产业园区所取得的成效,同时指出缺乏学科建设高层次领军人才、在台州市内处于领先地位的学科稀少

等不足。他表示,各位专家、同仁一起为温岭学科与人才建设探索跨界融合的新发展模式,将为温岭医疗人才科技事业高质量发展注入澎湃动能,我们会牢牢把握这个学习交流的机遇,进一步做强做优特色学科专科品牌,全力满足群众优质服务需求,并以更大力度推进学科资源整合、推进人才引育留用,提升对外合作效率。他相信,在这次论坛中,各位专家学者定能碰撞出更多智慧火花,助推温岭卫生健康事业高质量发展。

徐栋简要介绍了浙江省肿瘤医院及台州院区发展概况,重点介绍了院所融合人才建设情况及总体规划。他指出,通过实施院所深度融合战略,围绕“三位一体”的发展体系、引进和培养高层次人才、开展高水平科研项目等措施,致力于特色医院建设,并努力成为立足台州、面向浙江的区域肿瘤诊治中心。

何敏介绍了中科院医学所人才建设情况。中科院建有省级院士工作站,是国家级博士后工作站。院内建有数据库服务平台、人才培养平台、临床技能培训中心等研发平台,为临床与基础研究及成果转化提供强力支撑;同时设有申请科研项目和重大课题基金,共同开展面向产业化的科研工作和人才培养,推动生命健康产业的发展。

翁勤洁对浙大台州研究院医药健康中心进行介绍。该中心围绕四大中心和两个平台,聚焦创新驱动成果转化的建设目标,着眼于高端创新生物医药产品研发,促进台州医药产业转型升级,全力推进中心建设成为面向台州乃至浙江省药物研发的创新型战略高地。

徐栋主持互动环节。与会嘉宾围绕联合医学所申报省部级以上项目以及联合共建实验室、人才培养(联合培养硕士、博士、博士后)、重点学科临床科研项目合作及科研成果转化等方面展开重点讨论,分享自己的见解。

翁勤洁提出推进人才引育留用、培育高层次人才和骨干人才三点建议,并指出台州院区在医学研究特别是疾病干预等科研方面,存在许多潜在的合作机会。

韩达表示,要深化院所紧密战略合作,充分发挥医学大数据与人工智能研究院等平台的核心作用,致力于提升科研水平,并竭力推动科研成果实现转化,为医疗领域的发展贡献更多力量。

何敏认为,在研发新的治疗手段和诊疗方法过程中,必然会产生一系列前沿或原创性的成果。她希望,在未来能够共同建立一个有效的沟通交流机制,共同推动医疗人才科技事业的繁荣发展。

【台肿力量】

觉醒中医血脉吧!晚上组个“养生局”?

本报讯(通讯员 王婷 陈恩霖)下班后,干嘛去?

温岭时髦的年轻人开启了一种全新“夜生活”那就是相约九龙湖城市驿站组个“养生局”跟“脆皮青年”说拜拜!

第二期“脆皮青年自救指南”

5月16日晚,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)团委携手文化宣传中心在九龙湖城市驿站举办的“脆皮青年自救指南”系列课程第二期,如约开课了!

专科护士郑芳芳、主管护师谢晨晓共同带来《“脆皮青年”的硬核养生法一刮痧拔罐》。

郑芳芳围绕“什么是刮痧拔罐”、“什么时候需要刮痧拔罐”、“如何有效刮痧拔罐”,阐释了中医治未病的概念、刮痧及拔罐等中医外治技术,还传授了日常保健的小技巧,并帮助大家纠正不良生活习惯。学员们认真听课,积极互动,学习兴趣浓厚。

为了增强大家的体验感,郑芳芳与谢晨晓还邀请部分学员现场互动,演示如何刮痧和拔罐。在老师的示范带领下,大家迫不及待地检验自己的学习成果。

第三期“脆皮青年自救指南”

5月23日晚,第三期“脆皮青年自救指南”系列课程再次在九龙湖城市驿站开讲。

现场,副主任药师林鑫建围绕

“青年人的中医养生方法”这一主题,用通俗易懂的语言跟学员们讲述中医养生理论、原则、养生中药介绍、茶膳制作及注意事项。他结合自己丰富的中医临床经验,深入浅出地展示了现代青年人在养生中的盲区

和误解及正确的养生方法。林鑫建告诉大家每味药物及食物都有四气五味的不同,因此具有不同的治疗作用,并展示了常见食材的四气五味,如日常的猪肉、牛肉、羊肉、山楂等。同时,他也展示了几种适合夏季日常饮用的养生茶配伍及功效,引得在座学员连连称赞。另外大家现场也在老师指导下通过放大镜对一些常用药材进行鉴别。

课程最后,林鑫建还鼓励大家要树立正确的养生观念,将养生理念融入日常生活中去。他希望大家能通过科学的中药养生方法拥有更加健康的身体。

【了解更多】

“青春嗨放课”之“脆皮青年自救指南”系列课程是由温岭团市委主办、浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)承办的趣味科普课程,致力于让广大年轻人感受中医养生之道带来的正能量,共同探索健康生活的新途径。未来,台州院区将继续秉持“以人民健康为中心”的理念,持续拓展和深化健康科普工作,通过多样化的宣讲活动,向公众传递科学、准确、实用的健康知识,为守护人民群众身心健康作出更大贡献。

共话护理管理发展新风尚



本报讯 (通讯员 张南/文 记者 郑昕/图)6月8日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)举办第二期护理管理能力提升培训会,通过系统的专业授课,为护理团队注入新的管理活力。

培训会特邀浙江大学医学院附属第四医院护理部副主任、护理教研室主任杨丽黎教授,浙江大学医学院附属第二医院科护士长、浙大二院开化分院副院长赵锐祎教授,以及台州医院护理部副主任王卫珍教授前来授课。台州院区党委委员吴丽丽、护理部主任尤国美担任会议执行主席。

会上,尤国美表示,护理管理是医疗服务中不可或缺的一环,护理人员的专业素养和管理能力

直接关系到患者的健康与安全。通过大咖专业授课,为护理人员提供学习和交流的平台,推动护理工作持续发展。

王卫珍教授以《基于岗位胜任力的临床护理教育实践》为题,深入剖析岗位胜任力的内涵与要求。

杨丽黎教授带来《护士分层培养体系的设立和管理》专题讲座。她详细介绍了护士分层培养体系的重要性和实施方法,并通过精彩的案例讲解,展示分层培养体系在提升护士专业技能和服务水平方面的显著成效。

赵锐祎教授则以《专科护士的培训与使用》为题,探讨专科护士在医疗服务中的作用和发展方向。

讨论答疑环节,与会人员积极提问,踊跃发言,与专家们进行深入交流和探讨。

吴丽丽总结指出,此次培训内容非常丰富,水平极高,为大家带来了极大的启发。她同时对护理团队的成长提出四个关键词:培训、专科、人文、教学。她强调,专科护理团队的培养是我们未来发展的重点,要从宏观、中观、微观三个层面找到差距。只有专科护士团队引领下的护理专业发展,才是走向正确道路的关键,也是今后护理团队努力的方向。通过培训这个学习交流的平台,接轨省级医院护理人文与管理模式,为护理人员提供广阔的学习和发展空间,也为推动医院护理工作持续发展打下坚实基础。

“青春嗨放课”圆满落幕： 脆皮青年逆袭,营养火力全开!

本报讯 (记者 程妮娜)5月30日晚,“青春嗨放课”系列课程在九龙湖城市驿站圆满收官。作为本次系列课程的压轴大戏,“脆皮青年自救指南”最后一课——“脆皮青年”逆袭记:均衡营养,火力全开。学员们热情高涨,都提前来到现场,等着课程开始。

本次课程由浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)营养专科护士张莹莹和资深营养师孔黎怡联袂主讲。两位专家凭借丰富的专业知识和实战经验,为现场的青年们带来一场深入浅出的营养知识盛宴。

张莹莹以其专业的视角,为大家详细讲解科学营养的重要性。她强调,合理的饮食搭配和营养摄入对于身体健康和青春活力的保持至关重要。她通过生动的案例和实用的建议,让在场学员深刻感受到科学营养的魅力。

随后,孔黎怡则通过先进的人体成分分析仪器,为每一位学员进行个性化的营养评估。她根

据每个人的身体状况和营养需求,提供量身定制的营养指导方案。这一环节不仅让学员们对自己的身体状况有了更全面的了解,也让他们在未来的饮食搭配中有了更明确的方向。整个课程现场气氛热烈,学员们积极互动,纷纷表示受益匪浅。他们纷纷表示,通过这次课程的学习,不仅掌握了科学营养的知识,也学会了如何根据自己的身体状况进行个性化的营养调整,对于他们未来的生活和健康都将产生积极的影响。

“青春嗨放课”系列课程自开讲以来,一直受到广大青年的热烈欢迎。通过一系列精彩纷呈的课程,不仅让青年们学到了实用的知识和技能,也让他们感受到了青春的活力和激情。此次“脆皮青年自救指南”系列课程的圆满落幕,更是为台州院区科普系列活动填上浓墨重彩的一笔。

我们期待未来能有更多这样的课程,为广大青年提供更多学习和成长的机会,让他们在青春的道路上更加自信、更加精彩!

苦练基本功 微创促发展

——台肿举行2024年度腹腔镜培训会

本报讯 (通讯员 翟瑾洁)6月14日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)科教部举行2024年度腹腔镜培训会,提升医院外科整体业务素养和诊疗技术水平。

温岭市肿瘤学重点学科群负责人应荣彪主任医师、温岭市重点学科妇科肿瘤学负责人宋茜副主任医师,科教部主任丁颖颖、副主任翟瑾洁,以及8名年轻医生参加,翟瑾洁主持。

应荣彪指出,长期以来,医院非常重视医疗技术人才培养,提升微创治疗水平及腹腔镜手术操作能力。在腹腔镜模拟器上进行训练20小时,效果超过4个月的上台经验积累。他希望年轻一代外科医生立足岗位,勤学苦练腹腔镜技术,传承快速康复、周到

服务理念,为患者提供更快捷、更优质的医疗服务。

宋茜表示,新时代年轻的外科医生要多练习腹腔镜基本功,在腹腔镜手术开始前进行腹腔镜穿刺器置入时需掌握技巧,防止出现误伤,保证手术安全。

会上,来自胃肠外科、泌尿外科、肝胆外科、妇瘤科的多名年轻外科医生进腹腔镜模拟器下的练习,并对科室及医院外科发展提出意见和建议。

应荣彪强调,此次腹腔镜培训会是对外科医生的一次培训,也是搭建一个外科技能训练的平台,希望外科医生在进行学科建设的同时,达到“勤学苦练、精益求精”的效果,不断提升医院外科整体业务素养和诊疗技术水平。

【全国无烟日】

拒绝烟草“诱惑”从青少年开始

本报讯 (通讯员 薛富国)5月31日是第37个“世界无烟日”,今年的主题是“保护青少年免受烟草业干扰”。浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)呼吸内科联合温岭职业技术学校,在石夫人校区共同举办世界无烟日戒烟科普宣讲活动。

活动伊始,台州院区呼吸内科薛富国医师,通过专业的知识讲解、生动的案例分享和富有创

意的互动环节,深入剖析了青少年吸烟的诱因、特性及其潜在的严重危害。他强调,吸烟会提前冠心病、高血压及肿瘤等疾病的发病年龄,给青春期的健康埋下隐患。有关资料表明,吸烟年龄越小,对健康的危害越严重。如果15岁开始吸烟的吸烟者要比25岁以后才开始吸烟的死亡风险提高55%,比不吸烟者高1倍多。

此外,通过宣讲“拒绝第一支

烟的小贴士”,让学生们了解在面对烟草诱惑的同时,如何勇敢说“不”。对于那些对烟草产生依赖的青少年,可通过服用戒烟药物减轻戒烟过程中的生理反应、寻求专业咨询,以及运用行为疗法如学习转移注意力等技巧,逐步克服对烟草的渴望。戒烟科普宣讲提高了师生们对烟草危害的认识,为青少年的健康成长保驾护航。

一场特殊的“整形”手术

本报讯 (通讯员 阮冰曦)近日,浙江省肿瘤医院台州院区成功完成一台特殊的整形手术,体现了医生对患者生理与心理双重需求的深度关注和人文关怀。

据了解,该患者为70多岁的婆婆,6年前发现左侧颈部长了一个小疙瘩。随着时间的推移,逐渐增大成鸡蛋大小的肿块,并出现破溃、渗血、渗液等症状。多次求医后,在子女陪同下来到台州院区求诊。

经骨软组织皮肤外科朱晓兵主任医师和赵仁波副主任医师初步诊断,认为这个肿块存在恶性可能。为彻底切除肿瘤并保障患者术后生活质量,团队迅速制定详尽的手术方案。手术当天,两位医生默契配合,肿块被成功切除。半小时后,术中快速冰冻切片结果确认为恶性肿瘤,切缘呈阴性,无需再扩大切口。

为确保术后头皮的美观和患者的心理舒适度,朱晓兵团队精

心设计整形方案。为预防放疗可能导致的皮肤坏死,选取头皮原切口稍靠后相邻处的皮肤进行异位皮瓣的分离和移植,使皮瓣与耳后的弧度完美融合,保证术后缝合口的隐蔽性。同时,还从患者腹股沟处取皮,对异位皮瓣创面进行植皮。

日前,患者到门诊进行复查,预后良好,异位移植的皮瓣开始长出头发,头皮将逐渐恢复自然状态,不再有明显的手术痕迹。

学党史践初心 下乡义诊担使命

本报讯 (通讯员 林佳娟)6月22日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)医技联合、行政后勤一、行政后勤二党支部,组织多学科专家团队赴磐溪镇东方村,开展“学党史践初心,勇担健康使命”义诊活动。

当天上午,台州院区党委委员、副院长、肺结节专家王恩雨主任医师带领由肿瘤学科、内科、外科、五官科、皮肤科、中医科等十余

名专家组成的团队,共同为东方村民提供多学科联合送健康活动;现场还免费进行测血压、血糖及中医护理等相关操作。与此同时,移动CT车也开到了义诊活动现场,让当地村民在家门口就能享受到专业的CT检查。上车即可做CT,随后由专家对检查结果进行解读,快速给出检测报告和初步诊疗意见。

义诊现场人潮涌动,热闹非凡。面对每一位前来就诊的患者,

医护人员热情接待,认真查看病情,仔细询问病史,耐心分析病因,对患者提出的问题一一解答,并针对性地提出治疗方案或建议。医患之间的你问我答,令人倍感亲切,流露出浓浓的乡情乡音。

据悉,本次义诊活动共为150余名居民提供医疗健康服务,有效地增强了基层群众的早诊早治意识,提高了当地群众医疗服务水平,受到一致好评。

图片新闻

停氧模拟演练



6月6日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)举行全院停氧模拟演练,检验因设备故障导致全院氧气停供应急响应机制和多部门协同能力,保障患者生命安全。图为工作人员正在执行应急供氧替代方案。

(图/陈威烈 文/吴智威)

【新科普】

我好累,感觉身体被掏空! 可能出现了癌因性疲乏!

沈丽娜



进入夏季
常言道春困秋乏夏打盹
睡一觉又是精神小伙

但是有一类人
他们的累、困
不是睡一觉就可以解决的
他们不是找借口
而是真的力不从心

这一类人就是癌症患者
“我好累,感觉身体被掏空”
这是很多癌症患者的反复诉
他们在治疗后
总感觉两腿像灌了铅,提不起

全身无力,精神萎靡,疲倦不堪

癌因性疲乏

癌因性疲乏(cancer-related fatigue, CRF)是一种与癌症或癌症治疗相关的、痛苦的、持续性的主观感受,表现为躯体、情感或认知上的疲乏感或疲惫感。

癌因性疲乏已被视为第六大生命体征,即体温、脉搏、呼吸、血压、疼痛后的第六个体征来看待。这种疲劳经常持续存在,严重影响患者的生活质量。

癌因性疲乏是怎么引起的?

癌症本身:癌细胞促进肿瘤生长,阻碍机体正常代谢,降低机体机能,从而导致发热、感染、疲乏等症状。

癌症治疗:手术、放疗、化疗、靶向治疗、免疫治疗以及生物治疗等是癌症患者常见的治疗方式。有研究显示,65%-100%接受化疗的患者、82%-96%接受放疗的患者和70%-100%接受干扰素治疗的患者会经历癌因性疲乏。

癌症或癌症治疗相关并发症:贫血、疼痛、营养不良、睡眠障碍等是加重癌因性疲乏的因素。

社会心理因素:焦虑、抑郁等情绪是癌症患者癌因性疲乏的相关因素。焦虑、抑郁等不良情绪使患者丧失治疗的信心,消极对待疾病及治疗,生活质量降低,进而加重癌因性疲乏。

怎样判断是不是癌因性疲乏?

在过去1个月内,持续两周每天或几乎每天出现以下6项(或6项以上)症状,且其中1项为明显的疲乏(A1),即可判定为癌因性疲乏。

A1:明显的疲乏、精力减退或

需更多的休息,与近期活动量的改变不成比例;

A2:全身无力或肢体沉重;

A3:注意力不能集中;

A4:对平时从事活动的积极性或兴趣减退;

A5:失眠或嗜睡;

A6:睡眠后感到精力未能恢复;

A7:活动困难;

A8:因疲乏引起情绪反应,如悲伤、挫折感、易怒;

A9:因疲乏不能完成原先胜任的日常活动;

A10:短期记忆力减退;

A11:活动后疲乏持续数小时。

出现癌因性疲乏怎么办?

一、活动锻炼

1、有氧运动:最佳的运动形式,包括步行、跑步、游泳、骑自行车、登山、跳健身操、瑜伽等。有氧运动安全性强,可缓解肌肉紧张和精神抑郁,使患者大脑皮质放松,减轻心理紧张,缓解疲乏。应根据患者自身情况制定个体化运动方案,如运动时间每次20-60min;运动频率为每周3-5次,持续8周。

2、抗阻力运动:包括俯卧撑、仰卧起坐、深蹲、引体向上、阻力带训练、杠铃训练和器械训练等。抗阻力运动能改善肌肉力量和耐力,改善功能状态及维持和改善骨密度,可有效缓解疲乏,改善生活质量。抗阻力运动可每周进行2-3次,每次2-3组,每组10-15次。当完成。

3、组运动后,若体力允许,可考虑增加力量。对于希望进行抗阻力运动的癌症患者,应向专业人员咨询。

二、睡眠疗法

培养良好的睡眠习惯,如在有困意时才上床、不要在床上做与睡眠无关的活动、保持规律起床时间、日间避免过长时间的小睡;营造安静、舒适的睡眠环境;在临近睡前,避免服用咖啡等兴奋性物质等。

三、营养管理

保证足够的营养补充,原则上需以清淡、易消化及高营养饮食为主。保证每天摄入300-500g新鲜蔬菜,天天吃水果,保证每天摄入200-350g新鲜水果。对于胃肠道反应严重者,应及时对其采取对症处理,并与营养师共同协商制定合理的饮食计划。

【新科普】

为“生命导管”保驾护航!

叶敏 陈辉军

近日,因肠癌术后10年随访复查出肝转移的杨阿姨,需要接受5次化疗,医生建议做PICC中心静脉置管,以减轻化疗药物对静脉血管的刺激。杨阿姨了解到PICC要放置在身上好几个月,还需定期过来维护,怕对身体有伤害,又嫌麻烦,因此坚决不做。

经过2次化疗,杨阿姨手臂上的血管出现明显硬化的现象,之后想要继续打针就比较困难。对此,杨阿姨十分后悔:“早知道这样,当初就该听从医生和护士的建议,在第一次化疗时就选择PICC置管。”杨阿姨意识到再不做PICC可能带来更严重的后果,于是在第三次化疗时接受PICC置管,避免了后续化疗中静脉血管变硬的情况发生。

什么是PICC?

PICC是经外周静脉穿刺置入的中心静脉导管,导管尖端位于上腔静脉。该导管主要应用于中长期静脉输液治疗、肿瘤患者化疗等,能大大减轻反复静脉穿刺给患者带来的痛苦,保护静脉,实

现“无痛输液”。

PICC管有哪些优点?

1、可减少患者反复静脉穿刺的痛苦,保护血管,避免刺激性药物对血管的损伤,有效保护上肢静脉,减少静脉炎发生。
2、导管留置时间较长,可长达1年,且带管期间不影响患者基本日常生活。

PICC管置管后,您需要注意什么?

置管后第一天注意事项:

1、可进行日常活动,如吃饭、写字、洗脸、刷牙等,严禁提>5kg的重物,以防用力过度穿刺点出现渗血渗液;
2、穿脱衣服需注意,先穿有导管一侧的肢体,而先脱没有导管一侧的肢体,防止衣物勾住导管,将导管带出;
3、沐浴时用保鲜膜在肘弯处缠绕2-3圈,上下边缘用胶布贴紧;或使用PICC专用防护袖套保护置管区域,务必防止被水浸湿;
4、睡觉时可用小枕垫高置管侧手

臂,避免置管侧手臂过度受压,引起手臂肿胀;
5、多观察穿刺点及周围皮肤,如覆盖的小方纱布被浸透,或加压包扎的弹力绷带过紧或过松都要及时反馈给护士调整。

带管期间注意事项

除上述注意事项外,建议还需做好“一观察、二摸、五看、四不可”。

1、一观察

观察置管侧手臂围度,与置管前或非置管侧手臂进行比较,有异常增大应及时咨询就医,以排除血栓风险。

2、二摸

轻摸穿刺点周围皮肤有无硬结、肿胀;二摸接头有无松动。

3、五看

看穿刺点有无发红、水肿、渗血渗液;看导管里有无回血,导管外有无打折、破损;看导管外露刻度有无变化;看贴膜下有无皮疹,接头下有无皮肤受损;看贴膜有无松动、卷边、潮湿的迹象。

4、四不可

不可进行游泳、打球、引体向上;不可在穿刺处扎止血带、测血压;不可盆浴、泡浴;不可牵拉导管、揭开贴膜等。

【温馨提示】

每7天要到正规医院PICC门诊进行一次导管维护。

遇到以下问题需返院处理:

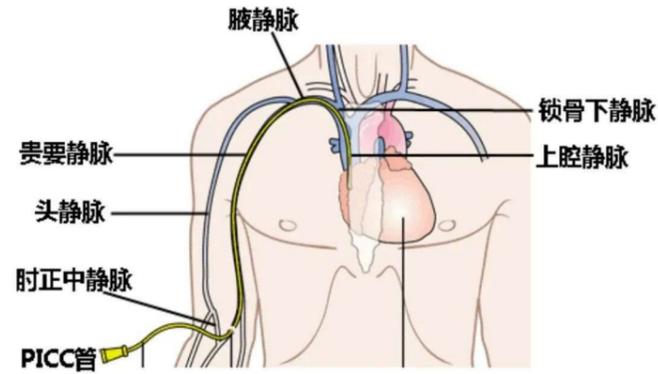
- 穿刺点红肿热痛,有脓性分泌物,体温>38度;
- 置管侧颈部、肩部或手臂肿胀;
- 贴膜污染或松动;

- 穿刺点渗血渗液且按压无效;
- 导管内回血或导管外部分加长;
- 输液接头松脱,导管断裂或破损等。

静脉置管维护

中心开展的业务:

PICC置管及并发症处理、门诊患者PICC输液港日常维护、院内外PICC疑难置管及会诊、PICC规范操作培训工作、患者咨询及健康教育。



【新科普】

肿瘤患者营养相关问题的饮食对策

吴清霞

肿瘤患者因疾病本身、疾病治疗、心情抑郁、焦虑及疼痛等因素影响,往往食欲不振、营养消耗增加,故普遍存在营养素摄入不足的问题,从而易发生营养不良。

肿瘤患者出现以下营养相关问题时的饮食建议:

1、吞咽困难

调整食物粘稠度;尽量选择质软、细碎食物;用搅拌机将食物打成泥状;食用小份量食物,方便吞咽和预防疲劳;

如无法从自然食物中获得足够营养,可补充高能量、高蛋白肠

内营养制剂。

2、食欲不振

少食多餐;食物多样化,改变烹调方法,注意色、香、味调配;多选维生素含量高的新鲜果蔬;餐前适度活动或食用少许开胃食物(如酸梅汤、果汁等);愉快的心情和轻松的就餐环境;若感觉疲劳,应休息片刻,待体力恢复后再进食;营养液在两餐之间服用,以免进餐时感觉过饱。

3、便秘

每天定时进食;避免咖啡因;多喝水或新鲜果汁,约8-10杯/

天;摄取高纤维食物,如果蔬、水、全谷类等;适当运动;放松紧张情绪,养成良好的排便习惯;可多食用银耳汤、核桃黑芝麻糊、蜂蜜柚子茶、蜂蜜水等;必要时可在医生指导下使用药物缓解症状。

4、恶心、呕吐

补充水分,如温的糖盐水或清淡、微凉饮料,不宜大量进食;恶心头时避免吃喜爱的食物以减少潜在的厌恶感;食用无气味和易消化食物;避免空腹时饮用液体;避免进食后立即躺下(一小时内);少食多餐,干稀分食,起床后

及运动前吃一些较干的食物,如面包;使用偏酸、咸味食物,避免太甜、太油腻食物;严重呕吐时,可经医生处方,服用镇吐药;可饮用姜汁橘皮饮、鲜藕汁等缓解症状。

5、味觉改变

烹调时可采用糖或柠檬加强甜味;避免实用苦味强食物,如芥菜等;选用味浓食品,如洋葱等;避免使用不锈钢等金属餐具,有助于减轻金属味。

6、腹泻

增加液体摄入量(每腹泻一

次补充一杯水);少食多餐;食用含可溶性纤维的食物,如苹果等;暂时避免食用含不可溶性纤维食物,如蔬菜类;避免过量饮用甜味饮料和可能导致渗透性腹泻的果汁;如腹泻严重,增加含钠高的食物(咸鸭蛋)摄入量;药物治疗。

7、早饱

食用小份量、但多次供给的营养丰富的餐点;营养液在两餐间服用,以免进餐时感觉过饱;避免饮用碳酸饮料;避免食用高纤维、低能量食物;避免食用高脂食物;适量运动。



【院庆征文】

记忆中你的模样

应亚君(原病理科副主任)



不知不觉,医院已经经历了风雨70载,我也和医院同行26个春秋。在70周年院庆到来之际,医院希望我们写一写在这个医院发生的故事,我却迟迟没有提笔,因为觉得自己无从下笔。但当真正提起笔的那一刻,发现自己思绪如潮,曾经的你(老二院)是那样的清晰。记忆也被带回了那个夏天,带回了老二院。

1996年8月的月底,我怀着激动的心情来医院报到。那时没有轿车出行,从家到医院也没有公交车,我自己骑着自行车沿着新河的街拐来拐去,不记得拐了多少道弯,感觉到了路的尽头才看到了温岭市第二人民医院的身影。

走近医院,我对它的一切都充满了好奇。记得医院门前的路很窄,大门也很小,门前及两旁摆满了小摊。摊主大多是附近的居民,他们用玩具及零食来招揽儿科小患者的生意。门口附近还停了很多的黄包车,一有患者出来他们就蜂拥而上争抢生意。在现在看来就是脏乱差,但在那个年代,我对于这样的景象没有一丝嫌弃,反倒觉得很热闹、有人气。

顺着道路往里走,医院门口右手边有一个朝西开的排窗,在后来上班的日子里知道这是中药房的一个门店,每每碰到赶集或农忙时节,排窗下摆满了补药,方便赶集的农民抓几副补药补补,这样农忙才不会累。

靠近大门的是医院的门诊大楼,有三层,穿过门诊左手边

是放射科,右手边是急诊科跟注射室,地方都很小,患者很多。往前大约20米,是一幢同是三层楼的行政办公楼。穿过一层走廊,楼的北面有一个小广场,左手边是一幢只有一层楼的传染病房,这也是医院里最破旧的楼,在那个年代还是会有传染病患者在这里离世,加上这里的光线偏暗,每次经过时总会感觉阴森森的。

站在广场上,抬头就能看到100米开外医院5层的住院大楼,这也是当时最新的一幢楼。记忆里一楼是骨伤科,二楼是妇产科,三楼是内科,四楼是外科,五楼是手术室,大楼里有一部电梯,好像经常会故障,患者都是用担架抬着上去的。对比现在的医疗环境,可以想象当时的医护人员与患者有多么的不容易。

扯远了,还是带你们去我工作的地方看看吧。病理科在门诊二楼的最西边,邻居是中药房。那时病理科没有电话机,碰到临床要问病理结果时,“中国好邻居”中药房的同事就是我们的接线员。对面有妇产科、中医科,还有占地最多的检验科。

第一天报到时,是办公室的卓老师送我到病理科。那时的病理科只有应香岚医生一个人,看到她时她正在房间里切片。当时的我心里很是委屈,本来以为自己检验专业的会去检验科报到,但在那个年代我们好像没有自由选择的权利跟辞职的勇气。从此我与病理结缘,病理科也开启了很长一段

时间两个人的历史。其实没过多久,我就发现自己喜欢上了这份工作,后来的二十几年工作也见证了这一份情缘。

现在经常听到同事们抱怨、嫌弃现在院区破旧,跟别家医院没法比!那是你们真没见过老医院的简陋:没有大理石地板,没有乳胶漆的墙壁,有的只是到处黑乎乎的发霉痕迹,抬头就能看到随时都要掉下来的蜘蛛网……记忆很深的是当时二楼的病理科地上竟然铺了一张塑料地毯,这个在当时整个门诊可能是独一无二的,也是一种时尚。

那时病理科只有两个房间,一间在二楼,一间在三楼。

二楼的房间大概有十二平方左右,进门右边放了一个冰箱,左边有一个很高的柜子,那是我们的切片柜。柜子对面是一排台子,上面放着切片机、摊片机,台子旁边还有一个放资料的木柜。除此之外就是靠窗的一张拼起来的办公桌,上面放了一个显微镜。是的,切片室、诊断室也是档案室。

因为办公楼的外面紧挨着老旧的居民楼,所以这里的老鼠、蟑螂很多,办公桌的抽屉里经常都是老鼠屎跟老鼠尿,非常恶心。但我们好像从来没向医院提要求,因为知道就算提了也没用,当时就那样的条件。我们基本每天上班都要清理一下,尽量保持整洁干净。

医院的各个办公室都只配置了一个吊扇,所以一到夏天,办公室里跟蒸笼一样,连吹来的风都是热烘烘的。病理科的位置靠西边,还有一扇窗,太阳晒温度太高而没法切片,所以医院“照顾”我们,不知从哪里搬来了一旧的台窗式的空调,会发出嘟嘟噪音的那种。但因为它能带来清凉,所以我们对它的“呱噪”也选择了无视。

三楼的办公室就没有这么“精致”了,发霉发的更厉害,头顶就是瓦片,蜘蛛网更是挂的到处都是。每当在这个房间干活,我就提心吊胆,生怕哪一天不小心被这些掉下来的东西砸到了。

门口左手边摆着一张老旧的办公桌,上面放着标签,用来

取材记录,旁边还有一个包埋台。说是包埋台,其实包埋机跟冷冻台都没有,都是直接拿烤箱里的蜡罐直接倒的。一到冬天,蜡就会很快凝固,给包埋工作增加了很大的麻烦。

右手边有一台国产的吊篮式脱水机,这也是经常给我们惹祸的机器,它经常会在半夜脱水的时候乱转,导致我们第二天很崩溃地又要返工。右边靠墙还有一台烤箱,靠北面窗户的台子上摆满了染色脱水用的瓶瓶罐罐。最右边的墙角有一个瓷砖贴起来的小水槽,里面的狭小空间就是取材的地方。没有任何的照明,没有排风系统,现在想想真是不可思议的。

那时还常碰到一个人取材,没人帮忙记录。每每遇到标本多一点的时候,脑子里实在记不住,就会去找检验科、中药房的同事来帮忙,那时的同学、同事的友情就是这么铁,真的很感谢。

三楼是集取材室、脱水室、染色室为一体的工作室,真的是麻雀虽小五脏俱全啊。二楼切好的片子,要送到三楼烤片、染色。那时我每天都会奔波在二楼和三楼之间,一时间仿佛又看到了那个忙碌的身影。

除了环境简陋,设备也落后。那时的切片机没有现在的好,一台国产的不记得什么品牌了。切片刀也没有一次性的,就跟家里的菜刀一样,反复使用,蜡块从左到右切一边就不能切了,需要把刀磨一磨才可以继续切。因为切片刀不好,所以切片要磨很多张,再在显微镜下挑几张好一点的存起来。每每跟现在的同事提起这事,他们都觉得不可思议。是啊!他们连老的切片刀都没见过,他们又怎么会理解!现在一次性的刀片用了就扔,又方便质量又好。前几天翻箱倒柜地想找出以前的切片刀给他们看看,但因为科室经过多次搬迁,很遗憾没有找到,心里还有一点小失落。

以前,一年的切片量大概五六百例,我们既是技术员也是诊断医生,还要充当文秘、工友的角色。因为没有电脑,我们要拿着每个病人的送检单及记

账本到行政楼一楼入院办理处记账,我们所有的报告要手抄、登记,写好的报告单还要亲自送到病房的每个楼层。所以那时很快就认识了两百多个同事中的大部分人,不像现在,八百多个同事还有很多都是互相不认识的。

老医院的环境及各项条件虽然都很差,但能吃苦的二院人都很努力,大家聚在一起会聊未来、会聊对这个医院的期望。终于在2000年我们搬进了现在的大楼,在那时看来是如此的豪华跟奢侈!宾馆式的门诊大厅,干净整洁的医疗环境,外面的广场上还有大水池和景观瀑布,一切都焕然一新。

我们有了中央空调,有了明亮的办公室,病理科不再只有两个房间,慢慢地我们也不再只有两个人。从原来只能开展常规病理切片到后来的冰冻切片、细针穿刺、免疫组化到现在的分子检测;从国产的切片机到进口的切片机、从吊篮脱水机到全真空的抽吸脱水机;还有一次性刀片,再也不用自己磨刀霍霍了。现在我们还拥有了全自动染封一体机;全院联网的信息系统让科室每个人都有自己的工作站,放在以前这些估计想都不敢想。

这些年台肿一直在经历蜕变,从温岭市第二人民医院、台州市南方肿瘤医院、台州市肿瘤医院,到现在的浙江省肿瘤医院台州院区,现在我们的二期也即将动工,我自己也从一名检验士成长为了一名副主任技师,担任了病理科的副主任。我见证了医院变迁的同时也同医院的病理科共成长。但不管时光如何改变,台肿的旧模样已经刻在了记忆的最深处,那段岁月也最让人不能忘怀。

以前的二院人,现在的台肿人,我们都有一个共同的目标,希望以更好的姿态、更高的技术服务于周边的老百姓。相信我们的目标一定会实现,相信医院的明天一定会越来越好!

【作者简介】

应亚君,病理科主任,副主任技师,执业医师,从事细胞学诊断,从1996至今一直在本院病理科工作。