

## 叙说医道, 舒暖人心 ——国家级继教项目推动医疗人文新篇章

本报讯(记者 程妮娜)在金秋送爽的美好时节, 国家级继续医学教育项目“叙事医学理念在医院舒适医疗中的实践”研讨会于9月21日在浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)盛大开幕。

本次盛会由中国生命关怀协会携手台州市肿瘤医院共同主办, 共持续3天, 通过一系列精心设计的课程、工作坊和案例分享, 与会者可深入了解叙事医学的核心价值与应用方法, 进一步拓宽医疗人文视野, 增强将叙事技巧融入医疗实践的能力。研讨会汇聚了来自全国各地的医学专家、学者及医务工作者, 通过线上线下的形式, 共同探讨叙事医学最新进展与前沿理念, 旨在将叙事医学的精髓融入医院舒适医疗实践, 进一步提升医疗服务的人文关怀水平, 推动医院人文品牌建设迈向新高度。

### 开幕盛况

项目负责人、台州市肿瘤医院党委委员、副院长王恩雨主持开幕式。他首先对远道而来的嘉宾和学员们表示热烈欢迎, 并简要介绍了本次继教班的背景与意义。

国家卫生健康委员会机关党委卫生健康监察专员、中国生命关怀协会副理事长兼秘书长杨威, 中国生命关怀协会培训部负责人张庆民线上参会。杨威在致辞中指出, 现代医学不仅要关注疾病的生物学治疗, 更要重视患者及家属的心理、情感与社会体验。叙事医学作为一种新兴的医疗人文理念, 对于在基层医疗服务中构建更加人性化、有温度的医患关系, 提升医疗服务质量, 增进人民健康福祉具有重要意义。

台州市肿瘤医院党委副书

记、院长孙且江在致辞中介绍了医院近年在推广叙事医学理念方面持续发力, 连续获得国家级、省级继续教育项目立项, 开展“互联网+肿瘤居家镇痛服务”, 以及建立安宁疗护中心等, 期望通过交流与学习, 医务工作者加深对叙事医学的理解, 进而将其应用于实践中, 为患者提供更优质的医疗服务。

### 大咖授课, 精彩纷呈

开幕式后, 正式进入专家授课环节。

北京大学医学人文学院医学语言文化系讲师黄芳从社会角度出发研究叙事医学。她在《安宁疗护医患负面情绪沟通》专题讲座中, 用场景化重建了对叙事理念的思考, 为安宁疗护的患者和护

在日常临床工作的告知、决策及不同的文化情景中, 在“说与不说、做与不做、谈与不谈”的纠结中, 可利用叙事医学、安宁疗护及医学死亡教育来回归医学初心、诠释医学温度、保障临床温暖。

浙江省肿瘤医院党委委员、院长助理朱利明为与会者解读《中国叙事医学专家共识(2023)》。共识的编写是叙事医学

理解、信任。她倡导叙事医学新理论, 结合临床实践, 旨在提升患者体验, 减少医患冲突, 并强化医护人员人文素质, 助力学科与医院管理, 共筑医院人文品牌。

浙江省肿瘤医院放疗科大科护士长傅晓炜、胸部肿瘤内科护士长郭颖英、胃外科护士长沈小英在《生命教育工作坊》活动中, 和与会者进行热烈互动。

此外, 多位来自台州院区的专家深入探讨了叙事医学如何助力医院品牌构筑、强化叙事护理能力, 以及如何在日常护理中融入人文关怀、做有温度的护理人; 通过分享无呕病房建设的成功案例与倾听患者故事的实践探索, 与会者深刻体会到叙事医学在提升患者就医体验、促进医患和谐方面的独特价值, 大家纷纷表示受益匪浅。

### 展望未来, 共筑人文医疗新篇章

随着继教班的圆满结束, 与会者收获了丰富的知识与经验, 更激发了对于叙事医学与舒适医疗结合应用的无限遐想。大家一致认为, 叙事医学的引入为医疗服务注入了新的活力, 使得医疗过程更加人性化、情感化, 有助于构建更加和谐的医患关系。未来, 台州市肿瘤医院将继续秉承“以患者为中心, 追求至善服务”的理念, 让叙事医学理念能够在医院各项工作中生根发芽, 结出更加丰硕的成果, 为患者提供更加温馨、专业的医疗服务, 共同书写医院人文品牌建设的新篇章。

此次继教班的成功举办, 不仅是对叙事医学理念的一次有力推广, 更是对提升区域医疗服务质量、促进医疗事业健康发展的一次重要贡献。我们相信, 在叙事医学的引领下, 医疗服务能够迈向更加人性化、高效化的新时代。



图为专家授课环节 郑昕摄

温岭市卫生健康局党委书记、局长郭永波强调叙事医学对于改善医患关系及促进患者康复的重要性。他指出, 温岭市自2017年起开始探索叙事医学的应用, 并于2019年启动暖心医疗行动, 旨在结合医疗技术和人文关怀, 提升医疗服务水平。此次研讨会邀请国内知名医学人文专家分享经验, 希望借此机会进一步推广叙事医学理念, 提升医疗服务质量和效率。

理提出的疏导研究给出非常好的解决方案。

北京协和医学院人文和社会科学学院副教授李飞在《叙事缓和与医疗的探索与实践》中, 阐述了在AI人工智能大数据等新科技的背景下, 医学教育面临新的特征: 跨界、交叉、融合。

清华大学社会科学学院医学社会学研究中心助理研究员法翠雯带来《临床之温暖: 有关哀伤辅导的医学社会学研究》。她指出,

中国化的重要标志, 标志着我国叙事医学的发展进入新阶段。他认为, 作为叙事医学的践行者, 我们需要践行韩启德院士的三问: 能否使患者受益, 减轻痛苦; 能否使医生共情, 有获得感; 能否使学科蓬勃发展, 成为有中国特色的叙事医学学科。

湖南省肿瘤医院原党委副书记刘晓红在《临床心灵关怀实践的医学人文价值》的讲座中, 阐述了心灵关怀八字诀: 尊重、帮助、

## 共同描绘科学研究和生命健康产业发展新蓝图

本报讯(记者 程妮娜)8月29日, 在浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)召开的院周会上, 一场别开生面的介绍会吸引了与会者的目光——三位新加入的全职博士后正式亮相, 成为本次会议的亮点之一。其中两位外籍博士后的加入, 无疑为医院的国际化科研环境添上浓重一笔。

Fazal Hadi(哈扎尔·哈迪)来自巴基斯坦, 专注于人工智能影像分析、研究图像分析、高光谱图像处理等方向。同样来自巴基斯坦的Sohaib Asif(宋海泊)则深耕于使用深度学习进行生物医学图

像分析。会上, 他们分别作自我介绍, 分享各自在海外及国内丰富的研究经历及取得的显著成就。他们表示, 期望能在台州院区省级博士后工作站的平台上, 与国内同仁携手, 攻克更多生命健康领域的难题。

范金龙则以其在生物化学领域, 从硕士到博士后期间对生物传感器的深入研究, 基于核酸适配体开发一系列不同的传感器平台, 以及通过机器学习实现对癌症的智能早筛, 展现出国内青年学者的卓越风采。他的加入, 进一步强化了工作站在国内相关研究

领域的实力。

通过生动的PPT展示和深入浅出的讲解, 三位博士后不仅详细介绍了各自的研究方向和计划, 而且阐述了如何将这些前沿科研成果转化为临床应用的愿景, 为与会者描绘了一幅生命健康产业创新发展蓝图。

随着三位全职博士后的加入, 浙江省肿瘤医院台州院区省级博士后工作站目前共有入站博士后14名, 博士后工作站正蓄势待发, 向着科学研究和生命健康产业更高峰迈进, 为构建健康中国增添新的活力与希望。

## 台肿博士后工作站 举行外籍博士后开题答辩会

本报讯(通讯员 邱攀/文 记者 叶西西)9月5日, 浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)博士后工作站举行博士后开题答辩会, 两名来自巴基斯坦的外籍博士后分别进行开题答辩。

中国科学院杭州医学研究所所长助理、人才办主任何敏, 温岭市医学大数据与人工智能研究院副院长王杨, 东南大学流动站导师、东南大学附属中大医院介入与血管外科教授朱光宇, 浙江省肿瘤医院实验研究中心主任凌志强, 温岭市人力资源和社会保障局党委委员、副局长肖玲红, 浙江省肿瘤医院党委委员、台州院区党委书记、温岭市医学大数据与人工智能研究院院长徐栋, 台州院区人事分院院领导、组织人事部及科教部负责人、巴基斯坦籍博士后FAZAL HADI和SOHAIB ASIF参加。

会上, 朱光宇简要介绍了博士后研究现状。

博士后FAZAL HADI作《基于深度学习和机器学习模型的癌症诊断、数据采集与管理》的开题报告。

博士后SOHAIB ASIF作《基于人工智能的癌症筛查与诊断》的开题报告。

接着, 在专家提问及博士后答辩后, 评审专家组经过讨论给出审核意见。

肖玲红指出, 台州市肿瘤医院省级博士后工作站是温岭市事业单位第一家, 也是自博士后工作站成功创建一年来博士后进站人数最多、建站成效最快的一家。她希望加快创建国家级博士后工作站筹备工作, 提升建站质量, 并表示博士后工作站的工作更多基于台肿实际学科发展, 真正解决台肿在科研发展道路上的问题。

### 导读

## 携手慈善 共筑健康梦

详见第二版

责编:金军标 版式:叶西西



## 携手慈善,共筑健康梦

——台肿成功举办“慈善一日捐”活动,献礼99公益日



图为慈善一日捐现场 郑昕摄

本报讯(记者 程妮娜)在第九个“中华慈善日”与第十个“99公益日”来临之际,9月5日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)举办一场别开生面的“慈善一日捐”活动,以实际行动响应国家号召,汇聚爱心力量,为温岭市“天使一日捐”公益项目添砖加瓦,共同为提升医疗救助水平、改善群众健康福祉贡献力量。

当天下午,医院内洋溢着浓厚的慈善氛围。活动由党委副书记、院长兼医院红十字会会长孙且江主持。他首先对莅临现场的干部职工、社会各界朋友表示热烈的欢迎与诚挚的感谢,并向长期以来关心和支持医院红十字工作的爱心单

位及爱心人士致以崇高的敬意。孙且江强调,此次活动不仅是医院践行社会责任、传递正能量的重要举措,更是对习近平总书记关于公益慈善事业重要指示批示精神的深入贯彻,以及对浙江省委省政府决策部署的积极响应。

活动现场,党委书记徐栋率医院领导班子成员率先垂范,他们逐一走向医院一楼大厅的志愿者服务台前,通过扫码进行捐款,用实际行动诠释了“医者仁心”与“大爱无疆”的精神。这一幕幕温馨的场景,不仅激发了在场人员的共鸣,也吸引了众多患者及家属驻足观看,纷纷为医院的善举点赞。

作为医院年度慈善工作的重

要组成部分,“慈善一日捐”活动不仅是一次简单的资金筹集,更是一次心灵的洗礼和精神的升华。它旨在通过广泛动员社会各界参与慈善事业,传承和弘扬中华民族乐善好施、扶贫济困的传统美德,推动慈善文化深入人心,为构建和谐社会、促进共同富裕贡献力量。

未来,台肿将继续秉持“以患者为中心,追求至善服务”的服务理念,积极履行公立医院的社会责任,不断探索创新慈善和红十字工作模式,将公益事业与医疗服务深度融合,为更多需要帮助的患者送去温暖和希望,共同绘就健康中国的美好蓝图。

## 常学“肠”新,展望“胃”来

——首届胃肠肿瘤同质化诊疗学术沙龙成功举办

本报讯(通讯员 毛斌英)9月7日,台州市肿瘤医院医共体成功举办首届“医共体胃肠肿瘤同质化诊疗”学术沙龙,旨在深入贯彻结直肠癌早诊早治理念,提高基层医生胃肠肿瘤规范化诊治水平。

本次活动由温岭市肿瘤学重点学科带头人、台州市肿瘤医院胃肠肿瘤诊治中心学科带头人应荣彪主任医师主持,医共体牵头单位胃肠外科、消化内科、放射科医疗团队、护理团队,以及成员单位相关专业人员共20余人参加。

学术沙龙围绕胃肠道疾病多学科诊疗进行解读和交流。会议伊始,消化内科主治医师解君挺对《标准化内镜检查要点分享》进行详细讲解,一一解答提出的问题,并就简化医共体内患者胃肠镜预约程序、缩短就医等待时间给出相关建议;接着,放射科负责人朱玲英进行《炎性肠病影像学诊断要点》专题分享,生动剖析肠道炎性病变的影像学特征,并通过分析肠道疾病的影像表现,提高临床医生诊断水平,避免误诊漏诊;胃肠外科主治医师陈晨从多学科团队建设、胃肠疾病个案管理等方面进行牵头单位胃肠疾病标准化全过程管理分享,强调MDT(多学科团队)综合治疗可最

大程度提高患者的生活质量和生存获益。

会上,浙江省肿瘤医院结直肠外科主任医师冯海洋围绕《结直肠癌规范化诊疗》作经验分享。他表示,群众是非常信任基层医生的,很多时候恶性肿瘤的早期发现要靠基层医生。所以,基层的临床医生在接诊过程中,要从多维度考虑,真正做到肿瘤的“早诊早治”。

随后,造口伤口专科护士陈玲青带来造口伤口护理经验分享。她介绍了台肿造口伤口全程管理、如何选择造口产品、造口并发症的处理等,并就高排量造口的护理案例进行深入探讨和交流,其护理成果具有临床指导意义。

本次学术沙龙内容丰富,紧贴临床实践。应荣彪在总结中表示,消化道肿瘤作为我国常见恶性肿瘤,其发病率和死亡率呈逐年上升趋势,严重威胁人们的生命健康。目前胃肠道肿瘤筛查工作持续进行中,就是为了早发现、早治疗。此次活动不仅促进了学术交流,也为胃肠肿瘤规范化诊疗注入新的动力。未来,医共体、医院将定期举办此类活动,提升诊治水平,为患者提供更优质的医疗服务,保障民众健康。

### 【曙光行动】

## 点亮希望,温暖你我

本报讯(通讯员 张霞 颜灵佳)在拂晓初现的第一道光芒中,我们共同目睹了希望之花的绽放与光明的悄然降临。浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)发起的“曙光行动”恰如其名,好似晨曦般温暖人心。国庆前夕,医院携手手泰银行箬横支行举办的“把健康送至千家万户”公益活动,犹如一束璀璨的光芒穿透重重黑暗,照亮前行的征途,让每一位身处困境亟待援助的人都能深切感受到无尽的温暖与坚韧的力量。

9月24日,副院长沈祝莘亲率“曙光行动”小组,踏上前往箬横镇的温暖之旅,将“曙光行动”的关爱与希望之光传递给那里的每一个人。

“曙光行动”小组率先探访了92岁高龄的夏婆婆。夏婆婆自17岁起便投身于党的怀抱,是拥有七十

余年党龄的资深党员。老人年事已高,因肋骨骨折在家卧床,医疗三党支部书记金军标代表本支部党员,向她致以深切的问候;肿瘤片区护士长陆雪青对老人的皮肤进行细致检查,确保其身体状况得到全面关注;胸部放疗一主任陈明聪为老人审阅胸部CT检查结果,以专业的眼光评估其健康状况。在志愿者无微不至的关怀下,夏婆婆涌出激动的泪水,紧紧握住志愿者的手,感激不已。

接着,“曙光行动”小组前往周某富(化名)家。周阿公是一位长期与肺癌抗争的勇士,多年的化疗与靶向治疗让家庭承受了巨大的经济压力。沈祝莘副院长关切地询问阿公身体状况,陈明聪主任对阿公进行细致的查体与问诊,并提供针对性的病情指导。临别之际,沈院长与金书记亲手将援助金递上,嘱咐他保重身体,按

时回院复查。阿公热泪盈眶地说:“在医院,你们就对我特别好,现在还特意来看望,真是为我着想。”

随后,“曙光行动”小组踏上前往陈某云(化名)家的路途。年初阿公被诊断为结肠癌,术后因经济原因放弃放疗,转而接受中医治疗。得知此次活动后,陈莎莎主任主动请缨参与,热心与责任感令人钦佩。她为阿公把脉看诊,耐心解答各种疑问,并反复叮嘱要按时就医。她的专业与细心让阿公及家人倍感温暖。

“曙光行动”是一场永无止境的旅程,呼唤着我们每个人的参与和奉献。只要心怀希望之光,勇于担当责任,积极采取行动,就一定能够照亮前行之路,共同构建一个更加美好、和谐、繁荣的社会。

让我们携手并肩,在曙光的照耀下勇往直前!

## 台肿成功举办2024年微创腔镜技能比赛

本报讯(通讯员 曹静静)9月26日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)成功举办2024年微创腔镜技能操作比赛。

本次比赛分单人赛和师生赛两个环节,共有10名单人赛选手和4组师生赛选手参加。单人赛项目包括缝合打结、钉板移物、圆圈剪裁等基本技能;师生赛要求选手们在规定时间内完成小肠末端吻合术等复杂任务。由院内外资深专家组成的评委,对每位选手的表现进行细致评判。

参赛选手们手法娴熟、动作敏捷,充分展示了在微创腔镜技术方面的深厚功底和扎实基础。经过几个小时的激烈比拼,奖项最终尘埃落定。单人赛环节,结直肠外科金海朋凭借出色的表现拔得头筹;普外科李海波和妇产科、妇科科陈莎莎荣获二等奖;结直肠

外科周文强、普外科黄雷鹏和妇产科、妇科科林喜贝分获三等奖。师生赛环节,妇产科、妇科科林巧和陈莎莎师生组合凭借默契的配合和精湛的技术力克群雄;结直肠外科金海朋和周文强组合获得二等奖。

评委代表、浙江省肿瘤医院技能培训中心主任徐一鹏表示,微创腔镜技能操作比赛的成功举办,为台州院区医务人员提供了一个展示自我、提升技能的舞台。在未来的日子里,省肿瘤医院将持续帮扶台州院区促进医疗技术交流与共享,提升整体医疗水平。

台州院区副院长王恩雨强调,微创腔镜技术是现代医学的重要发展方向,希望选手们珍惜这次难得的机会,通过比赛不断提升自己的技能水平,为患者提供更加优质、高效的医疗服务。



图为微创腔镜技能操作比赛现场 郑昕摄

## 邵逸夫医院专家来院交流指导

本报讯(记者 陈蕾)9月14日,浙江大学医学院附属邵逸夫医院呼吸内科专家胡蕙蕙副主任医师前来浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)交流指导。

这是自今年7月签署专家工作站合作以来的首次交流指导,不仅加深了两院间的联系,也为台州院区呼吸内科的发展注入新的活力。座谈会上,胡蕙蕙就学科

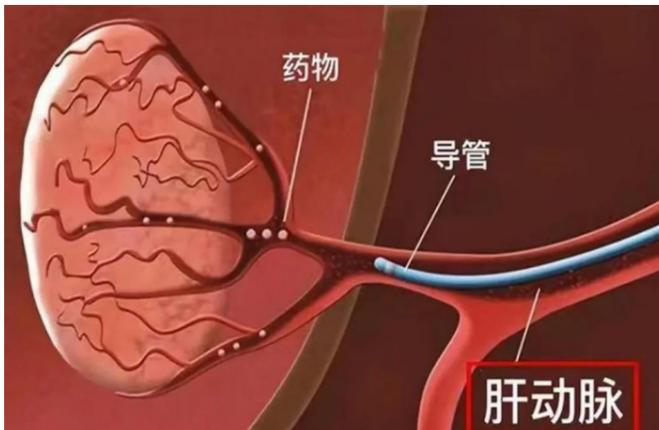
发展建设与呼吸内科负责人及医护人员进行面对面交流,从呼吸内科学科发展历程、人员结构、医疗、科研、教学、学科优势与不足等几个方面作详细介绍,为大家解答在工作中遇到的问题,鼓励在现有基础上一步一步发展新技术、新项目,并对今后的工作提出要求,建议利用好本院的肿瘤专科特色及现有的设备条件,引进

新技术、新项目,尤其是支气管镜介入诊疗方面,促进呼吸病学科进一步发展。

台州院区党委委员、副院长尤光贤就学科发展提出自己的见解,希望能够深入学习和借鉴先进的经验和做法,下一步在学科建设上继续争取上级医院专家团队的支持和帮助,进一步提升医疗水平,为患者提供更优质的服务。

## TACE 联合HAIC:双管齐下,创新治肝方案

江佳珈



8月29日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)介入与微创外科收到了一面锦旗,这不仅是一面普通的锦旗,它承载着患者吴大爷及其家人深深的感激之情,而且见证了一个关于爱、责任与奇迹的故事。

55岁的吴大爷原本有着平静的生活,却因一纸“直肠癌”诊断书轨迹骤变。四年前,他在温岭某医院被诊断为直肠癌,手术虽成功切除病灶,但命运却并未就此放过他。术后经历8次化疗,三年后复查显示,癌症复发,且癌细胞已转移至肝脏。面对突如其来的

打击,大爷选择坚持,坚信只要有一线生机,就不应放弃。

虽然经历8次化疗,但肝脏肿块却逐渐增大。当家人带大爷再次找到原化疗医院的医生时,得到的却是病情无法逆转,化疗已无效,只能依靠靶向药物延长生存期的消息。家人心如刀绞,难道真的束手无策了吗?

在朋友的介绍下,家人抱着一丝希望来到台州院区介入与微创外科,寻求靶向治疗以外的方案。医生查看病情后,提出了肝动脉栓塞(TACE)联合肝动脉灌注化疗(HAIC)的治疗方案。在完成

一次介入治疗后,大爷的肿瘤竟缩小了80%。

TACE 联合HAIC治疗:  
肝转移瘤的希望之光

初次听说这两个词,吴大爷心中满是好奇与忐忑。医生耐心解释:TACE和HAIC都是针对肝脏肿瘤的局部治疗方法,通过导管将化疗药物直接注入到肿瘤的供血动脉,同时用栓塞剂堵塞血管,达到“饿死”肿瘤细胞并杀死残留瘤细胞的目的。这种方法精准高效,能最大限度减少对正常组织的损伤。

治疗过程中,吴大爷感受到了前所未有的安心。虽然术后有些许不适,但相比之前的化疗,这种不适感明显减轻。几次治疗后,复查结果显示,肝脏上的肿瘤明显缩小,病情得到有效控制。大爷的脸上终于露出了久违的笑容。他说:“介入科医生的医术重新点燃了希望。”

## 介入手术科普小知识

肝转移瘤是恶性肿瘤转移到肝脏形成的病灶,其治疗难度大,但介入治疗为这类患者带来新的希望。肝癌介入手术包括肝动脉

化疗栓塞术(TACE)、肝动脉灌注化疗(HAIC)、肝脏肿瘤消融术、门脉支架植入术、碘-125粒子植入术等。

TACE目前被公认为肝癌非手术治疗的常规方法之一,是中晚期肝癌患者的首选治疗手段。

肝动脉栓塞(TACE)是一种治疗肝脏肿瘤的方法,通过导管向肿瘤供血动脉注入化疗药物及栓塞剂,阻断血供并杀灭肿瘤细胞。TACE适用于无法手术切除的中晚期肝癌患者,通过精准靶向减少损伤。

肝动脉灌注化疗(HAIC)通过肝动脉直接向肿瘤供血区域灌注高浓度化疗药物,精准杀灭癌细胞。在肝癌治疗中,HAIC具有局部药物浓度高、全身副作用小等优势,尤其适用于晚期或不可切除肝癌。

## TACE 联合HAIC治疗的优势

当前TACE联合HAIC技术(TACE-HAIC)是利用二者优势互补,产生协同效应。如肿瘤动脉有多血供来源的,可做TACE栓塞非主要供血动脉,HAIC灌注主要供血动脉;如肿瘤血供异常丰富,可先做TACE栓塞部分供血动脉,再

联合HAIC。TACE-HAIC也是使肝癌不可切除变为可切除的重要转化治疗手段之一。

## 哪些患者适合接受

## TACE 治疗肝转移瘤?

无法通过手术或肝移植根治性治疗的患者,或不愿手术的患者。

切除手术前的患者,通过介入治疗使肝转移瘤缩小,更明确肿瘤数目,使手术容易切除。

切除手术后的患者,作为预防复发的手段。

肝转移瘤导致疼痛的患者,通过介入栓塞控制疼痛。

手术切除不彻底,术后复发或其他方法治疗失败的患者。

吴大爷的故事是科技与勇气交织的篇章,是介入手术带来希望的见证。在这个医疗技术日新月异的年代,介入手术以其独特的优势为众多像吴大爷一样的肝转移瘤患者开启生命的另一扇窗。

随着医学的不断进步,越来越多的肝转移瘤患者将能够像吴大爷一样重获健康。抗癌之路虽长且艰,但请记住,希望永远在前方。在抗癌的征途上,永远不是一个个人!

## 37度,暖暖的爱

沈丽娜

母乳喂养,这一自然而又神圣的过程,总是带给人无尽的温暖与安心。每当宝宝依偎在母亲怀里,小嘴轻轻含住乳头,37度的母乳,那份感觉,暖暖的,很贴心。它不仅满足了宝宝成长的营养需求,更是母子间情感交流的桥梁,传递着深深的爱与关怀。在母乳喂养的每一刻,都充满温馨与幸福,让人感受到生命的奇迹与美好。

## 早接触 早吸吮

母乳喂养是生命早期最佳的喂养方式。新生儿出生后应立即与母亲进行不间断的持续皮肤接

触,并在1小时内开始母乳喂养。这有助于促进母乳分泌,同时初乳含有丰富的免疫物质,对新生儿肠道健康和免疫系统的建立至关重要。此外,还能减轻婴儿的生理性黄疸、生理性体重下降和低血糖等问题。

## 按需哺乳

在新生儿阶段,母乳喂养应遵循“按需哺乳”的原则,不必限制每天哺乳次数和持续时间。按需哺乳有助于确保婴儿获得足够的营养,也有助于刺激母亲的乳汁分泌。在这个阶段,母亲应密切

关注婴儿的需求信号,如哭闹、寻找乳头等,并及时进行哺乳。

## 哺乳姿势

正确的姿势可确保婴儿正确吸吮,同时减轻母亲的疲劳感。以下是一些常见的哺乳姿势:

1. 摇篮式:这是最常用的哺乳姿势之一。
2. 交叉摇篮式:适用于喜欢侧躺或需更多支持的婴儿。
3. 侧卧式:适合夜间哺乳或需休息的母亲。
4. 橄榄球式(也称足球式):适合双胞胎或需特别支持的婴儿。

无论选择哪种姿势,应确保婴儿头部和身体都保持稳定,能轻松地吸吮乳房;母亲也应保持舒适,避免过度疲劳。

## 【注意事项】

在母乳喂养过程中,母亲应注意保持良好的饮食习惯和充足的休息,鼓励母婴同步休息,以确保乳汁的质量和数量。同时,母亲还应注意观察婴儿的生长发育情况,及时调整哺乳方式和频率。

## 【最佳结束时机】

世界卫生组织及众多儿科专家均推荐,在婴儿出生后六个月内进行纯母乳喂养。如条件允许,

母乳喂养可延长至两到三岁甚至更久。然而,具体的母乳喂养时间应根据母婴双方的需求和健康状况来决定。如母亲或婴儿出现任何不适或问题,应及时咨询医生或专业的母乳喂养顾问。

随着宝宝逐渐长大,母乳喂养的时光或许终将成为一段美好的回忆,但那份由母乳喂养所建立的深厚母子情感,却会伴随着孩子的成长而愈发坚固。在未来的日子里,无论孩子遇到何种困难与挑战,这份来自母亲最初的爱与关怀,都将是她最坚实的后盾与最温暖的港湾。

## 【新科普】

## 别让你的骨头比你先老

郑芳芳

骨质疏松是一种以骨量减少、骨显微结构破坏及骨骼脆弱性增加为特征性疾病,属于中医“骨痿”“骨枯”等范畴。

骨骼的强健和肾气的衰竭密切相关。为什么这么说呢?中医学认为的肾与现代解剖学的脏器名称相同,但含义完全不同。现代医学中的肾属于泌尿系统的一部分,人体的血液通过肾小球滤过作用,生成尿液储存在膀胱,通过尿道排泄出体外。中医学认为的肾是储存人体先天精气、掌管人类的生长发育和生殖,以及参与水液代谢的脏器。

## 中医的藏象学说

首先我们来了解一下藏象学说。简单来说,“脏”有两个发音,脏(zang)和藏(cang),指的是藏于体内的脏器;“象”有一层含义,表示大象。在古代,活体大象十分罕见,所以人们通过观察大

象骨骼形态来揣测它的内部构造。因此“象”引申为包含事物的一些外在征象或表象。在长期医疗实践中,古人发现外部表象和内脏器官之间的变化存在相应的关系,即所谓的“有诸内必行于诸外”,就是通过观察人体的外在表象来推测内脏的生理病理现象。

内经中对肾的描述是“肾者,作强之官,伎巧出焉。”伎巧指智力发达、精巧多能,也指人体的生殖繁殖能力。肾的主要功能是藏精,主生长发育;肾精充盈,骨骼强健,动作有力。

肾精可以化为肾气,调节和促进人体水液代谢。只有正常排出代谢后的废物,人体才能保持强健和灵敏。可以说藏象学说的一个脏腑功能可能包含现代生理解剖学中几个脏器的功能。

现代医学研究表明,肾虚者骨密度、矿物质含量明显低于同

年龄人。肾虚者下丘脑-垂体-性腺轴功能减退,性激素水平下降,单位内的骨组织含量减少,发生骨质疏松。随着年龄增长,肾虚证发生率呈逐渐升高。肾精亏损导致骨髓和气血生化不足,骨髓失养,从而出现骨骼脆弱无力,容易骨折。

中医重视治未病,即未病先防。早在《黄帝内经》中就有中医的养生之道详细阐述,如“上古之人,其知道者,法于阴阳,和于术数,饮食有节,起居有常,不妄劳作,故能形与神俱,而终其天年,度百乃去。”

这种防病抗衰的思想,在骨质疏松的防治中鲜明地体现出来。调节饮食营养,适当体育锻炼,起居有常。未病先防,既病防变,防治结合是骨质疏松及骨折防治的根本策略。

## 1、调摄精神

恬淡虚无,保持心情舒畅,多

晒太阳。

## 2、均衡营养

保证钙的充足摄入(肉、蛋、奶、虾皮等海产品),以及维生素D3。

## 3、合理的运动锻炼

如太极拳、八段锦、散步等,坚固骨质。

## 4、起居有常

顺应四时气候变化,生活起居有规律。

## 5、积极的中医药防治

补肾健骨中药能有效防治骨质疏松及骨折,同时根据老年人的生理特点调理肝、脾、肾等。





【院庆征文】

## 伴你远行



不经意间,我到台州市肿瘤医院工作已近25年,有幸与医院同成长、共发展,参与并见证了医院的快速发展和今天所取得的成绩。在漫长岁月里,我把自己的青春和热血献给了医院及卫生事业,有过付出、泪水

和感动,同时也有着更多的感悟。

1997年11月,当我进入医院大门时,确信自己将要在哪里工作、学习、成长。

刚开始,我被分配到急诊室,很快就融入这个大家庭中。

以前注射室和急诊合在一起,小儿头皮针对我们新护士来说是一份挑战。在护理部主任王洁热情的鼓励下,在同事们的不懈帮助下,“尼龙纤维针”终于被我突破。

在接下来的几年里,医院业务量逐年递增,医疗设备不断更新,门诊及住院部规模逐渐扩大,并开设了肿瘤病区。

2003年是我们台肿人期盼、自豪、奋进的一年,因为我们经历了医院整体搬迁。那一天,在院领导带领下,每个科室都在完成日常医疗业务工作的前提下,利用中午和晚上休息时间去新医院搞卫生、搬桌椅及其它医疗办公用品,靠勤劳的双手完成了“搬家”这个伟大工程。这就是我们台肿人

的团结奉献精神。

随着肿瘤学科规模的扩展,在与上海市肿瘤医院合作中,肿瘤内科由原来的一个科室发展成4个病区,我们医院也增加了一个有份量的新名字——台州市肿瘤医院。

我认真工作、努力学习、团结同事,热情护理每一位病人,逐渐成为护理队伍的中坚力量,得到组织培养。2006年,我在上海市肿瘤医院进修三个月,回来后担任肿瘤内科病区护士长。我也积极参加护理大专、本科考试,进行知识更新,提升自己。

如今的医院今非昔比。自2017年6月22日由浙江省肿瘤医院全面托管后,各方面有了

王敏丽(放疗二科护士长)

质的飞跃。不管从服务理念、技术力量、文化提炼,还是目前开展的精益管理,我们医院积蓄了向更高层次迈进的力量。

展望未来,任重道远。我将继续努力,不断提升自己的专业知识和管理水平,脚踏实地,勤奋工作,发扬台肿人的优良传统,爱岗敬业,不断进步。

台肿,是一艘乘风破浪扬帆远航的巨轮,而我是无数帆叶中的一小片。我愿继续做一片帆,陪伴远行,驶向彼岸……

【作者简介】

王敏丽,肿瘤放疗二科护士长、副主任护师。在肿瘤科工作17年,曾在急诊、注射室、骨科、ICU工作过。

【院庆征文】

## 感恩陪伴与成长

从踏上护理岗位的第一天起,我就对自己说:要满怀诚意、满怀怜悯,尽可能地帮助每一位患者。我要怀着一颗仁爱之心和对护理事业的热爱之情,全身心地投入到护理工作中去。

记得刚工作不久,一名消化道大出血的无名氏患者被路人紧急送到了医院,急诊科当即开通绿色通道把病人护送进了病房,而我则在接到病人后就忙前忙后地建立静脉通路、补液、止血、配血……不一会儿,患者出现大便失禁,身上衣裤被血渍、粪便浸湿。我顾不得细想,当即撸起袖子帮患者脱去脏衣服、擦洗身子、更换好干净的衣裤。好在患者送来及时,在医生的救治下,病情很快得到控制。

几天后,患者由禁食改为流汁饮食,由于没有家属在身边,我就从寝室煮好米汤带过来给他一口一口地喂下。两周

后,患者病情好转。不善言辞的他在出院时,只是紧紧地握着我的手,低着头流下了眼泪。一个大男人,就这样一言不发地流着泪,那一刻让我至今难忘。

作为一名责任护士,做到平时多与患者沟通,科普一些健康知识是非常重要的。但有些老年人记性不好,宣教内容往往记不住,我就经常晚上加班加点去病房进行再讲解,直到他们完全听懂。

耐心、细心的工作往往会得到患者的认可和喜爱。一些老患者跟我接触多了,总会把我当成是自家人一样,经常指名要求我来注射、护理,甚至有弥留之际的患者嘴里会念叨着我的名字。

医者仁心,作为护理人员需要从心出发,带着爱心去工作。但是慢慢地我发现,除了有爱心、做到爱岗敬业还不够,我需要更好的实操技能才能出色地做好护理工作。出于对护理

事业的执着和喜爱,我经常在休息天跑到病房向护理前辈学习技能;为了将工作做细致、做到位,我经常拖班、加班;工作之余查看相应病种的治疗、护理知识,不断提升自己……

除了前辈的悉心教导,医院也为我们提供了很多的学习平台,使得我有多次外出进修、培训的机会。在专科护理学成归来及任护士长期间,我时刻提醒自己要做到以身作则、满怀激情,将所学知识充分应用到临床中,从而使科室的护理水平得到大幅度提升,护理制度得到有效落实,所带领的团队也是充满着爱心,和谐、团结。

为了加强护理团队的内涵建设,我倡导优质护理服务活动,指导全科护理人员树立“以人为本”理念,增强服务意识,制定人性化服务举措,如设立便民箱、自备理发工具,为卧床不便的患者和化疗脱发患者理

发,深受患者好评。

为响应护理部提出的“互联网+居家护理”工作,我们全科积极动员,把居家护理开展得有声有色,因此得到了领导及同行的认可,科室及个人获得多项荣誉。

回望过去,我从一个羽翼稚嫩的小护士变成了一名担当责任的护士长。虽然付出有艰辛,但更多的是收获人生路上

鲍仙琴(肿瘤内科护士长)

的感悟与成熟,感恩大家的陪伴。

祝福台肿一路向好,愿明天的阳光温暖这一片朴实的大地。

【作者简介】

鲍仙琴,肿瘤内科护士长、副主任护师、浙江省肿瘤专科护士。1999年进入医院,一直在急诊、内科、肿瘤科等临床一线工作。

