

加强医学人文关怀建设,构建和谐医患关系

本报讯(记者 李雯莹 郑昕)

11月26日,台州市肿瘤医院举行台州市级继教班《从医患和谐到中华和合文化的传承》。

大会主席、台州市肿瘤医院副院长王恩雨主持会议。他强调,虽然有很多专家不能到场,但我们的知识“味道”不会变,叙事的精髓不会变,今年将继续开拓叙事认知边界。

台州市肿瘤医院院长孙且江在开场致辞中指出,从2018年起,我院通过开展叙事医学实践活动,将其逐渐融入医院各项工作。希望通过本次会议,加强医务工作者医学人文关怀建设,构建和谐医患关系,建立“发展的”叙事医学理论,打造“有温度”的人文医院,为持续践行叙事医学,将人文关怀从照亮医学到照亮全社会献一份力。

北京大学医学人文学院副院长郭莉萍从叙事医学的定义与概念出发,对《非暴力沟通与叙事医学的四关系》进行精彩的线上分享。她指出,叙事医学的22334模型是每位医者都需要掌握的,医患沟通中一定要关注患者的情感,这能迅速建立医患和谐关系。她还分享了非暴力沟通的四大流程——摆事实、讲感受、问需求、提请求,以及“好大夫”的特质,得出结论:病人眼中好大夫最重要的特质是沟通能力,非暴力沟通是对叙事医学的践行。

浙江省肿瘤医院院长助理朱利明线上授课。他从带队前往武汉抗疫的亲身经历出发,通过案例分享,让我们认识了一位拥有“勇敢”“有爱”“担当”“尽责”“温暖”等医学



图为台州市级继教班会议现场 郑昕 摄

职业精神的援鄂医疗队员。他指出,叙事医学是医学人文落地的工具,通过叙事医学对医患、社会、医学、医院等多角度的作用分析,展示叙事医学实践的价值。

江旭丽、梁玲娟等嘉宾进行现场讨论。

《叙事医学》杂志联合创始人、资深医疗媒体人邵卫东线上作《被

丢失的叙事素养》授课。他将叙事素养与摄影美学理论的决定性瞬间、写作的文眼、电影的恩宠时刻进行类比,强调叙事素养对临床医学的重要性。他指出,细读、聆听和写作是提升叙事素养的三个路径,要通过叙事素养把叙事医学的文化素养投射到医院人文建设上去,让我们的临床实践更具温度。

台州恩泽医疗中心(集团)恩泽医院党委副书记罗琳娜作《精益文化在医院的探索与实践》的分享。她说,精益医疗是一种以病人为中心的群体思维方式和医院文化,精益的核心理念是每人、每处、每天都有精益,精益没有终点、永远在路上。她从精益在恩泽20年质量持续改进之路的实施历程出发,分享了精益

的卓越运营模型,并从授权、培养、共识、结果四方面详细讲解了精益文化的实践过程。

顾珏、吴华逸等嘉宾结合临床工作经验进行现场讨论。

孙且江总结指出,叙事医学在医学人文领域非常重要,所有实践都需理论支撑,无论精益管理还是叙事医学都要内化于心外化于行。

新河小镇来了国医名师 深耕一线筑匠心 医者之爱守初心

郑灵芝 李雯莹

初见徐栋,是在他做了一整天手术的间隙。与他交谈,给人一种温文尔雅的亲和力。

很难想象,眼前这位谦谦君子,便是国科大肿瘤医院(浙江省肿瘤医院)介入与微创外科的首席专家,也是如今的国科大肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)党委书记徐栋。

徐栋今年45岁,从主治医师到博士生导师,再到全国知名的微创介入专家、国之名医……20年从医路,徐栋走得坚定而踏实。

千帆过后,留下的依旧是一片赤诚初心。2021年12月,他揣怀梦想,带着前沿的医学技术和为民服务的情怀来到台州市肿瘤医院担任党委书记。下沉到基层,他用实际行动诠释着“医者之德,德被天下;医者之爱,大爱无边”的从医誓言。

精益求精,勇攀医学高峰

2002年,24岁的徐栋进入浙江省肿瘤医院。2005年,徐栋开始关注并从事微创介入手术领域。渐渐地,他发现,超声介入不仅是将医学和艺术完美结合的学科,更是注重患者生存与生活质量的学科,他立志要将“超声介入”发扬光大。

作为学科带头人,徐栋在微创介入的道路上精益求精,不断勇攀医学高峰。前不久,徐栋入选浙江省卫生高层次领军人才。他还是2019

年度“国之名医”,现任中国医师协会介入医师分会超声介入专委会主任委员、中国抗癌协会肿瘤消融治疗专委会副主任委员、中华医学会超声医学分会委员、中国医师协会介入医师分会常委、浙江省医学会超声医学分会候任主任委员、浙江省抗癌协会肿瘤消融治疗专委会主任委员、浙江省数理医学学会精准超声介入与智能诊断专委会主任委员等,众多的荣誉和头衔,是徐栋的实力担当。

除了是一位医学大咖,徐栋在科研和学术上也是勇于探索。他曾主持多项国家自然科学基金面上项目及浙江省自然科学基金重大项目,在SCI杂志及国内外核心期刊发表论文上百篇,牵头制定了甲状腺微创消融治疗专家共识等多项国际国内指南共识,主编了人卫版教材《甲状腺肿瘤消融治疗》等多部医学著作。

现在,超声介入对于徐栋而言,是将坚持一生的事业,更是人生价值的实现平台。作为国家级微创介入手术大师,他曾受邀去上海、天津、广东等全国各地医院会诊,遍及国内二十多个省、市,也经常在全国各地讲学,还曾到美国、欧洲等多个国家作学术报告,是美国MD Anderson癌症中心客座教授,还曾到菲律宾等多个“一带一路”国家去做介入手术会诊,带动了全国各地超声

介入技术的规范化和发展,也推动了中国微创介入技术走向世界。

揣怀梦想,

带着前沿技术和理念下基层

“希望把我们好的技术,好的理念,好的服务造福于一方百姓,是我的信念和追求。”去年12月,他主动请缨下沉到台州市肿瘤医院。

徐栋的到来,不仅带来了丰富的专家名医资源,也带来了微创介入这一先进技术和理念。今年4月份,台州市肿瘤医院成立了介入与微创外科医学中心,打造了聚焦微创介入技术的系列学科群,医院的医疗水平得到整体提升。全院门诊量(1-10月)同比增长7.64%;其中,微创介入手术量与之前相比翻了好几倍。

“当年,大家对微创介入都没有信心,还不知道学科建设是什么。徐书记却已为我们介入学科的发展绘就了蓝图,并带着我们一一实现了这些梦想。”在超声介入科副主任医师郑昌富眼中,徐栋既是一位格局远大的管理者,又是一位实力担当的医者,更是一位治学严谨的师者。

让台州市民拥有“家门口的国家级院区”,是徐栋坚持的梦想。他带领团队开拓进取,决心把该院建设成为在全国具有一定特色的专科中心。“我们医院有全国知名专家常驻,聚焦于微创和介入领域。明年1

月份,我们还将举办肿瘤介入学术大会,邀请到微创介入领域几十位国家级主委,届时还会成立名医集中营,帮助大家实现家门口的国家级名医问诊。”对于医院未来的发展,他如数家珍,满脸憧憬。

在徐栋的带领下,台州市肿瘤医院的微创介入和大数据人工智能重点实验室被评为“台州市重点实验室”。台州院区的诊治流程、规范和水平还有管理模式,几年来,在3位书记的带领下,逐步达到了省级同质化水平。

在温岭市、新河镇两级政府大力支持下,徐栋还牵头成立了温岭曙光医学大数据与人工智能研究院,科研与临床转化,为推动温岭产业化发展注入活力。近年来,医院喜获浙江省厅级项目3项,台州市级项目3项,温岭市级项目14项,打破科研立项数记录,创造了有史以来科研立项数最好成绩。无论是技术理念的革新,还是科研项目的创新,都已初显成效。

医者仁心,打造有温度的暖心医疗

“授人以鱼,不如授人以渔!”徐栋说,他希望建设一家以微创和介入为特色,帮助患者治疗康复的同时保障他们生活质量的暖心医院。为此,他特别注重带团队,努力培养微创介入各亚专科学科建设,未来还要将这些团队和技术留在

这里。

著名医生特鲁多有句名言——“有时是治愈,常常是帮助,总是去安慰。”这正是徐栋作为暖心医者的真实写照。

“奉献医护人员的爱心,哪里有需要,我们就去哪里。”这是徐栋倡导的公益理念。今年5月份,徐栋牵头成立“曙光行动”公益项目。该项目还将设立“曙光行动健康教育共富基金”,面向全社会招募志愿者和募集资金。他期望社会各界和热心于慈善事业的朋友们给予“曙光行动”更多关爱扶持,让更多困难患者和儿童得到帮助。

作为“曙光行动”捐助对象,今年15岁的小杨感动地说:“想不到徐书记这么有亲和力,上门给我奶奶检查身体还送学习用品,带给我很大的鼓励,太暖心了!”小杨说,她会好好学习,报答徐书记和“曙光行动”的医护志愿者们。

作为“曙光公益”发起人,徐栋用实际行动践行了将“曙光行动”队伍从“我”变成“我们”的过程——从最初的七、八个人,到现在的四十多支小分队外加一支救援队伍,团队不断壮大,救助行动不断增多。“我们医护人员要去实现一个梦,一个尽我们所能救助困难家庭和提高生活质量的梦!”徐栋说,医护人员除了治病,更要常开心灵处方,用爱心温暖他人。

寻求共识 让更多妇瘤患者活得更好



本报讯(记者 郑昕 通讯员 宋茜)11月27日,第五届“曙光论道”妇科肿瘤论坛——基于医共体模式下妇科恶性肿瘤筛查策略与诊治规范在温岭国际大酒店举行。

这是浙东南妇科肿瘤联盟台州站第三次交流会,同时也是2022年度市级继续教育开班仪式,由国科大肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)主办。

大会主席、国科大肿瘤医院副院长朱滔教授致辞。他指出,台州院区全面托管以来,肿瘤防治工作蓬勃发展,是浙东经验和技术的传承。比起肿瘤患者肿瘤本身,更应关注的是生命质量。通过对比国内外肿瘤生存数据,肿瘤标准质控的危机感、紧迫感和责任感,和在座每一位妇瘤医生息息相关。只有达成共识,同质化诊治,才能实现技术和

质量共赢。

本次会议汇聚省内及市内妇科肿瘤领域的权威专家,通过学术交流碰撞,围绕本领域的新理念、新进展、新技术展开全面深入阐述与探讨。会议覆盖了妇科肿瘤的精准治疗策略、手术的精准解剖、手术技巧的应用、风险的规避、前沿技术的应用心得,以及妇科肿瘤患者围手术期管理,对妇科肿瘤患者的全程管理有着重要的指导意义。此外,交叉学科中乳腺癌患者内膜的精细化管理和妇科常见内膜问题的个性化处理方案,也让与会学员受益匪浅,豁然开朗。各位专家通过视频演示、案例分析和实战经验分享,将规范的理念和精准的诊疗潜移默化地植入每一位妇瘤医生的临床工作中去。学术活动内容丰富,形式多样,基础与前沿并重,具有较强的临床实用

性。

国科大肿瘤医院台州院区妇科科主任宋茜教授作大会总结。她表示,医学的一翼是技术,要求治疗规范化、精准化;医学的另一翼是人文,要求治疗人性化、个体化、多元化。规范是治疗的基石,也是患者的福祉。会议的初衷始终是以病人为中心,患者的获益最大化。各位专家的精彩授课,让在座的每一位嘉宾受益匪浅,并能学以致用,让更多妇科肿瘤患者得到精准的筛查、规范的诊疗及全周期的管理,能够活得更长、活得更好!

刚刚结束的CCO大会主旨,就是推广肿瘤的“防筛诊治康”理念,更多肿瘤预防、筛查和康复任务落在基层医院。如何达成共识和进行同质化管理,是基层医院需要考量的问题。

台肿神经外科成功开展首例自体颅骨修补手术

本报讯(通讯员 蔡云祥)近日,台州市肿瘤医院神经外科郑金荣主任团队成功为一例重度颅脑外伤后颅骨缺损患者实施自体颅骨修补手术,这是我院成功开展的首例自体颅骨修补术,标志着颅骨缺损修补方面技术实力进一步提升。

3个月前,患者吕先生因车祸导致重型颅脑损伤,在台州市肿瘤医院行开颅手术治疗。术中,为达到降低颅内压效果将左侧部分骨瓣去除,并进行清洗、灭菌、低温冰冻储存处理。日前患者术后满3个月,再次返院进行缺损颅骨修补手术治疗。郑金荣主任团队在做好充分术前告知、术前准备后,为患者成功实施自体颅骨修补手术。术后患者头

部外观恢复正常,未出现明显不良反应,家属非常满意。

据郑金荣主任介绍,临床上需去除颅骨瓣的原因很多,常见的有脑外伤、脑血管病、颅骨病变、脑肿瘤等。去除颅骨瓣后不仅会发生颅骨缺损,还会引发神经功能障碍和脑实质血流灌注降低。颅骨修补术能使颅腔密闭性得到恢复,还可保护脑组织以防发生再次伤害,改善神经功能与脑实质血流灌注,此外还可使头颅外观恢复美观,因而多数患者会选择颅骨修补术。随着医学和组织工程技术发展,各种合成材料相继出现,如何选择颅骨修补材料成为颅骨成形术中的关键。理想的修补材料应具有组织反

应少、便于使用、经济适用等特点。目前应用于临床的颅骨修复材料主要有金属钛网、聚醚醚酮(PEEK)、自体颅骨等。虽然人工材料各有优缺点,但始终是异物。从理论上来说,采取原有的自体骨瓣修补是最合理的。它具有无需塑形、无排异反应等优点,且经特殊处理后,骨细胞具有活性,能与周围正常颅骨生长融合,更符合人体生理结构。

多项临床研究也证实,自体颅骨修补特别适合于脑外伤患者,能减轻患者经济和心理负担,尤其适合基层医院开展。为患者提供最佳的治疗方案,帮助患者回归健康生活,一直以来都是我们神经外科团队的核心服务理念。

提高服务质量,打通医患壁垒

——质量管理服务部举办工休座谈会

本报讯(通讯员 屈欣怡)12月9日,台州市肿瘤医院召开工休座谈会,随机抽取病区30余名患者及家属,畅谈就医感受。

质量管理服务部副主任张君丽主持会议。她介绍了座谈会的目的,希望与会患者及家属畅所欲言,多提宝贵意见,以期改善服务质量,为患者提供更高效、更便捷、更人性化的医疗服务。会上,患者及家属们对

医疗服务给予充分肯定,其中一位外地患者家属对本院异地就医政策大为称赞,并向医务工作者表达深深的谢意。有些患者家属对存在的问题和不足提出意见与建议。

保卫部主任颜帮定从各个方面分析回答了患者家属关注的陪护问题。他表示,结合当下疫情形势,坚持“安全第一”的原则,做到既要松、更要紧;对于特殊情况本院有紧急

的应对措施。

最后,张君丽代表医院对与会患者及家属表示感谢,希望大家今后也能有问题直接反映,通过满意度调查、定期电话回访、医患座谈会等多种方式,不断收集患者的反馈,改进措施,为构建和谐医患关系作出实质性努力。

纪检监察室副主任张琛、总务部副主任姜敏华等参加座谈会。

“曙光行动”进校园

本报讯(通讯员 王璐)11月23日,台州市肿瘤医院“曙光行动”志愿者队伍走进校园,与新河中学“先生们”共聊健康话题。

健康课堂上,“曙光行动”发起者、台州市肿瘤医院党委书记徐栋介绍了此次活动的目的和意义。新河中学校长陈航波代表全体教职工表示热烈欢迎与大力支持。

随后,志愿者们以专业角度普及前沿医学知识。介入与微创外科主任王一凡详细阐述了超声介入的概念和微创治疗的优势,以及微创

介入的适用范围。

近年来,随着国民健康知识的普及,百姓定期体检意识进一步增强。当体检报告出现“结节”、“阳性”等字眼,不免让人心生担忧,以至于出现失眠等焦虑情绪。活动现场,徐栋、刘鸿芹等专家们对每份检查报告一一解读,并免费提供进一步的咨询通道,从而真正意义上缓解他们的后顾之忧。

尽已所能,回馈社会。截止日前,“曙光行动”已举办多场义诊,走进20余户需要帮助的困难家庭。

台肿上线全新智能采血系统

本报讯(通讯员 钟萍)日前,台州市肿瘤医院全新智能采血系统上线。

来到门诊二楼检验科,你会发现原来排着几列长长的等待采血的队伍已经消失不见了,如今患者或坐在等待区等待叫号采血,或在取号机前取号,和谐、有序。

在自助采血取号机上取号后,信息直接连接到智能采血系统,患者可看到自己排在几号、前面还有多少人及大概等待多久等等。这些信息都会在等候区的显示屏上实时显示并进行语音播报,让患者知道等候进度,合理安排就诊时间,从而实现患者快速分流,大大缩短了等

待时间,提高了就医效率,也提升了患者的满意度。

另一方面,采血的医务人员无需再进行繁琐的采血前准备,只需在电脑屏幕上点击下一位叫号,机器就会把病人要采集项目的条形码打印出来贴在对应的采血试管上,而后掉到托盘里,抽血人员就可在核对姓名后直接拿来采血,大大提高了采血效率,减轻了工作量,采血更加方便。

智能采血系统获取采血者姓名、检查项目等信息并打印采血条形码标签粘贴在试管上,改变以往采血人员人工识别贴条码的工序,大大降低差错率,医疗质量更安全。

辨证施护 中医护理门诊今日开诊

本报讯(记者 郑昕)12月14日,台州市肿瘤医院中医护理门诊开诊。

护理管理部主任叶彩仙在开诊仪式上表示,继伤口造口、糖尿病、淋巴水肿及康复等专科护理门诊后,中医护理门诊今日开诊。这是补充完善门诊医疗服务的一大举措;同时也是积极响应党的二十大“促进中医药传承创新发展”的号召,更好地落实以人民健康为中心,让民众感受到中医特色服务,进一步满足广大群众和社会发展对中医护理工作的新要求,为“十四五”中医护理工作的发展提供重要支撑。

过去的三年,中医中药、中医康复理疗、传统养生操、食疗等在防治新冠肺炎中发挥了不可或缺的作用;后疫情时代,随着疫情管控全面放开,秉承中医药文化的“治未病”理念,积极做好养生调理,提高机体抗病能力意义重大。中医护理门诊将充分发挥中医护理在疾病康复和养生保健中的作用,通过辨证施护,广泛

运用科学、有效、实惠的中医特色疗法,在维护患者健康方面贡献中医护理力量。

中西医结合护理专科护士郑芳芳对中医护理适宜技术在感冒患者中的应用等中医防疫小知识进行宣教。

中医科副主任陈莎莎简要介绍了中医外治技术的手段、特点、适应证及作用等。

中医护理小组成员现场派发防流感香囊。

现场互动环节,郑芳芳为患者及中医护理小组成员讲解中医护理操作步骤,演示头部刮痧、引阳入阴失眠推拿及平衡火罐。

目前,中医护理门诊开展的项目有穴位贴敷、耳穴压豆、引阳入阴失眠推拿、便秘推拿、刮痧、耳尖放血、平衡火罐、艾灸及中医健康指导等,可改善内外科、妇科各类患者不适,提高免疫力,对疼痛、失眠、焦虑、便秘、腹泻等有较好疗效。



防治新冠,中药“有方”

中药房

近日,随着调整疫情防控相关措施的公布,感冒药、消炎药需求量明显增加,莲花清瘟更是到处断货。不少市民向医务人员咨询如何做好个人防护,台州市肿瘤医院中医科认为,新冠属于中医学的“温病”范畴。温病是中医学



一个病名,是指因感受温邪所引起一类外感急性热病的总称,又称为温热病,属广泛的伤寒范畴。中医讲究“正气存内,邪不可干”。为此,中医科特推出中药经典防疫汤剂及预防妙招。

【方药预防】

化湿扶正防疫方

主要组成:黄芪、白术、藿香、防风、金银花、芦根、薏苡仁。

功效:益气扶正,化湿辟秽。

使用方法:每日1剂,水煎2次成400ml(可选择代煎),分2次饭后半小时温服,或添开水代茶饮。

适用人群:普通人群和易感人群。

注意事项:妊娠期妇女和幼儿在中医医师指导下调整剂量参照服用。

感冒足浴包

组成:麻黄、桂枝、紫苏叶、白芷、荆芥、薄荷、苦杏仁、前胡、牛蒡子。

功效:解表驱邪,发汗解肌,散寒透疹。

适应症:风寒风热感冒、关节酸痛、身重乏力等症状。

使用方法:每日可热水泡脚使用至后背微微发汗。

注意事项:皮肤表面有破损者慎用。

再次提醒广大市民朋友,疫情尚未结束,大家要做好个人防护工作,勤洗手常通风,提倡健康的生活方式,在公共场所活动期间规范佩戴口罩,保持安全社交距离,当好自己健康的第一责任人。

防护建议

一、调畅情志

保持精神内守,勿惊慌,可通过轻柔舒缓的古典音乐等,有助于缓解精神紧张,保持心

情舒畅;同时可改变生活方式,免于不良刺激,摆脱不良情绪,做到心神安宁,情志舒畅。若出现失眠、焦虑,可服用乌灵胶囊(每次3粒,每日2-3次)。

二、起居有常

起居应作息规律,劳逸结合,适当锻炼身体,如八段锦、太极拳,保证睡眠充足,注意个人卫生。注意房间的温湿度调节,每天择时通风,保持室内空气新鲜。少聚集,尽量避免到人群聚集的场所。

三、饮食有节

饮食有节制、有规律,勿暴饮暴食,同时可根据食物属性和个体情况合理膳食。有怕冷、胃凉等症状的,可食用生姜、葱、芥菜等;有咳嗽、咯痰等症状的,可食用梨、百合、杏仁、乌梅、橘皮等;有食欲不振、腹胀等症状的,可食用山楂、山药、白扁豆等;有便秘等症状的,可食用蜂蜜、香蕉等。

肿瘤患者能接种新冠疫苗吗?

来源:学术在线

随着优化疫情防控措施“新十条”的出台,落地检、行程卡等也将成为过去式,社会活动逐渐活跃,人员流动日趋增加。在这种形势下,肿瘤患者要如何做好个人防护?治疗过程中是否应该接种疫苗?“阳”了怎么办?

目前中国抗癌协会发布了国内第一个《新型冠状病毒肺炎疫情期间实体肿瘤患者防护和诊治管理相关问题中国专家共识(2022版)》,美国NCCN也再次更新了癌症患者及新冠肺炎相关指南(version 3.2022)。今天结合国内外的指南,来聊一聊肿瘤患者和家属关心的一些问题。

肿瘤人群能否接种疫苗?

国内外流行病学学数据显示,实体恶性肿瘤患者新冠病毒感染风险、感染后的重症率及死亡率均高于正常人群,更需疫苗防护。疫苗安全性、有效性研究证实:实体恶性肿瘤患者新冠疫苗接种安全有效,在综合评价患者身体状况、免疫功能及病情后,应鼓励患者积极接种新冠疫苗,建议足量、足疗程、按照推荐剂量和剂次完成。

肿瘤患者什么时候接种新冠疫苗?

手术治疗的肿瘤患者:接种时间应为术前

1周,或术后身体恢复后;

化疗的肿瘤患者:可在化疗开始前2周或结束后1-2周接种;

放疗的肿瘤患者:可待疗程结束后再行接种;考虑到新冠病毒感染的风险并结合患者的接种意愿,也可在放疗的任何阶段进行疫苗接种。

内分泌治疗、靶向治疗、免疫治疗的肿瘤患者:需经医生评估后再行接种;评估重点在于身体综合状况,有无特殊急症和药物副作用的强弱等。

参加临床试验的肿瘤患者:根据临床试验的具体方案要求,咨询临床项目组。

肿瘤患者如何做好日常防护?

冬季是传染性疾病高发季节,加上新冠的流行,建议肿瘤患者日常做好以下防护措施:

- 1、监测体温:建议每日测量体温。
- 2、开窗通风:促进空气流通,改善室内环境。
- 3、佩戴口罩:外出时一定要正确佩戴口罩,尽量避开人流密集场所,可选择空旷的公园。
- 4、注意个人卫生:勤洗手,不随地吐痰,咳嗽、打喷嚏时用纸巾遮盖口鼻,用过的纸巾应丢进垃圾桶。
- 5、复诊就医:首选使用互联网医院与医生进行

咨询,如需去往医院,应尽量和医生沟通好医院政策、复查及配药治疗的时间后再出发。

肿瘤患者如何提高免疫力?

增强自身免疫力是对抗疾病的利器,肿瘤患者可从以下几个方面着手:

- 1、摄入充足营养:饮食应科学搭配,营养全面均衡,保证肉、蛋、奶、蔬菜、水果、谷物杂粮等各种食物都有摄入,并补充充足水分。
- 2、适当运动锻炼:运动有利于调节免疫,促进康复。肿瘤患者应根据自身情况选择合适且易于坚持的运动方式,如慢跑、散步、游泳、太极拳、八段锦等,注意量力而行,避免过度劳累。
- 3、保证良好睡眠:睡眠与人体免疫力密切相关,良好的睡眠有助于调节免疫,增强抗病能力。肿瘤患者应保证每天7-8小时充足睡眠,若长期受睡眠问题困扰,应及时寻求医生帮助。
- 4、保持心态放松:情绪是影响免疫力的重要因素。面对变化的环境,肿瘤患者应尽可能保持心态放松,不要过度紧张和焦虑,可多做喜欢做的事,培养新的兴趣爱好,多与家人朋友沟通,让自己能够保持愉悦的心情,对于抗癌抗癌都十分重要。

肿瘤患者“阳”了怎么办?

从目前数据来看,90%感染新冠病毒的人都为无症状或轻症,对正常生活影响不大。如果肿瘤患者感染新冠:

- 1、无症状或仅有轻微呼吸道症状,可居家观察,多休息多饮水,可不使用药物,或对症使用缓解症状的非处方药物。
- 2、出现发烧症状,应卧床休息,并联系医生,在医生指导下使用一些解热消炎的药物。同时加强营养摄入,多喝水,增强免疫力。
- 3、若服用退烧药后仍持续高烧(38.5°)3天以上,或出现咳嗽加重、呼吸困难、胸痛或腹痛、精神状态不佳等症状,要立即选择最近的医院就治疗,并及时将患者的情况告知主管医生。

轻、中、重度感染如何判断?

分级	症状
轻度	有新冠肺炎症状和体征(如发热、咳嗽、咽痛、莫名的不适、头痛、肌肉疼痛、恶心、呕吐、腹泻、味觉和嗅觉丧失)但没有气短、呼吸困难或胸部影像学异常的患者。
中度	临床评估或影像学检查诊断患有下呼吸道感染且在室内空气环境中氧饱和度(SpO ₂)≥94%的患者。
重度	在室内空气环境中SpO ₂ 低于94%、动脉血氧分压与吸入氧浓度之比(PaO ₂ /FIO ₂)<300 mm Hg、呼吸频率>30次/分钟、或肺部浸润>50%的患者,包括辅助供氧(通过高流量设备吸氧或接受无创通气)的患者。
危重症	存在呼吸衰竭、感染性休克和/或多器官功能障碍的患者,包括接受机械通气和体外机械循环(ECMO)的患者和存在终末器官功能障碍的患者。

【世界艾滋病日】

认识艾,预防艾,守护爱

12月1日是第35个“世界艾滋病日”。

什么是艾滋病呢?艾滋病即获得性免疫缺陷综合征,是一种由人类免疫缺陷病毒(简称HIV)的反转录病毒,这种病毒侵入人体后逐渐使人丧失抵抗各种疾病的能力,最终导致病人因各种感染或肿瘤而死亡。在过去很多年,“超级瘟疫”、“无法治愈”、“致死率高”这些词一度让人们“谈艾色变”,但其实艾滋病并没有我们想象中那样可怕。正确认识它、预防它,你就知道……

主要传播途径



艾滋病的主要传播途径包括性传播、血液传播、母婴传播及其他一些器官移植等,医疗方面的暴露也是一种途径,但机率很小。

一、性接触

是艾滋病最主要的传播途径。艾滋病病毒可通过性交(阴道交、口交、肛交)的方式在男女之间和男性之间传播。性伴侣越多,感染艾滋病的危险越大。

二、母婴传播

女性感染艾滋病,可通过怀孕、分娩、哺乳传染孩子。

三、血液传播

接受被HIV感染的血液或血制品,包括共用针具静脉吸毒,到消毒不严的医疗机构接受拔牙、纹身、纹眉、纹眼线、穿耳等创伤性的诊疗和美容服务等。

预防措施

虽然以上途径确会有被感染的风险,但艾滋病是可防可控的,主要预防措施是:

一、预防性途径传播

树立健康的性观念,谨慎性行为;发生性行为要有保护措施,比如正确使用安全套;正视疾病,及早发现及早治疗。

二、预防母婴传播

感染HIV的妇女生育要根据产科指征选择择期剖宫产或自然分娩;避免母乳喂养及采用混合方法喂养。

三、预防通过血液传播

远离毒品(不吸毒);避免不必要的输血和注射;到正规医院或诊所进行治疗活动;避免共用牙刷、剃须刀等。

除了以上几种传播途径,日常生活接触不会传播艾滋病病毒,蚊虫叮咬、咳嗽和打喷嚏不会传播艾滋病!拥抱和礼节性亲吻、共同进餐不会传播艾滋病!共用办公用品、办公场所、公共交通工具不会传播艾滋病!

得了艾滋病并不意味着宣判死刑。只要

潘昱璐



能正确认识艾滋病,做好预防措施,及时进行积极治疗,遵医嘱服药,艾滋病人也能享受正常生活。

病毒无情人有情。关爱艾滋病患者,让他们不再感触世界的冰冷,让他们有足够的勇气和信心面对未来,是我们力所能及的小事,请不要让歧视成为艾滋病患者一生的最痛。也许一点温暖,一份爱心,就可以改变他们的一生,就足以温暖他们的心灵。



【院庆征文】

我和医院的安防体系建设一起成长

颜帮定(保卫部主任)



光阴似箭,岁月如梭。蓦然回首,我在单位工作已有30多个年头。作为台州市肿瘤医院的一分子,我与医院共同成长,我也一直为我们医院的华丽蝶变而感到骄傲。

1989年刚来到医院的时候,我在总务科从事日常管理的工作。后来,随着医院的不断壮大,患者对医院的要求也越来越高,甚至也出现过一些不理智的维权现象——医闹。为了维护医院的秩序,更好地保护患者与职工的生命和财产

安全,2002年,医院正式成立了保卫科。

一开始对于保卫科的工作职责我也不是很了解,带着4名保安一起从“白纸”开始,边干边摸索。然而,如何做好医院的保卫工作,更好地保障医院的生产安全是摆在我面前的一个难题。说实话,我的内心确实是感到了很大的压力和挑战。

当时的领导给予了我们保卫科充分的信任,医院的一些同事也给了我们很大的鼓励和

支持。那时的我们都年轻,有着一腔热血,使得我们化压力为动力、日夜值班干劲十足。如今,我们科室已经从原来的5人壮大成为38人的大家庭,共同守护着医院的安全与稳定,为医院的安保工作默默坚守。

为了给医院的同事以及病患创造更好的工作环境和医疗环境,医院的各项设施在不断地更新、完备。2012年,在经费非常紧张的情况下医院投入了100多万,把安保监控系统从视频模拟化升级为高清的数字化。2020年,安保系统再次向智能化转变,引进了周界监视系统、消防智慧平台。2021年,安装了高空抛物监控系统、人脸识别系统等新一代智能化监控,使医院的整体安全及职工的人身安全得到了极大的保障,安保范围达到全覆盖。

在改造初期,我也曾经不能理解,认为以前的设备也可以很好地完成工作任务,投入这么大的资金太不值得了。但后来在不断地学习和培训过程中,我也慢慢地体会到了智能化为医院安防工作带来的便利以及高效。时至今日,我非常感谢领导当初的选择与坚持:

科学的配置提高了我们保卫科解决和处理各种安全隐患的能力和速度,为做好我院的各项安全工作奠定了坚实的基础。

记得有一次急诊室送来了一名生命垂危的患者,当时医生明确告知家属血压已经测不到了,但事后家属却拒不承认。后来通过医院的智能化监控,把当时医生和家属的对话内容清清楚楚地重现出来,阻止了一场纠纷。

火灾防控也是保卫科的防治要点之一,在我院升级为智慧消防后,人工巡防的不足得到很大弥补。有一次灯泡着火,智慧消防系统及时发出警示,保卫科人员和护士们仅用了两分钟就解决了火情、避免了灾情扩大。可见系统的升级有效提高了工作效率,也有力地保障了医院的财产和人身安全。

然而安保系统的升级和医疗环境安全的提升都不是一蹴而成的,都是通过意识的转变、能力的提升、医院上下的不懈努力进步得来的。

为了跟上新系统的更新步伐,我和保卫科的同志们在医院安防体系发展的道路上不断学习、磨合。每一次因设施更

换随之而来的新系统、新操作学习,都倾注了我们大量的时间和精力。因为如果没有精准掌握使用方法,新系统就不能最大程度地发挥其作用,那就意味着大量的资金投入被浪费。

不断地努力,带来的是工作成果得到了肯定:我院于2018年被省公安厅评为浙江省优秀平安医院,2021年被温岭市消安委评为A级单位,而且连续10多年被台州市公安局和台州市综合治理办公室联合评为台州市综合治理先进单位。

这些年,我们医院在不断地蜕变,职工们共同创造着未来,一路走来,汗水见证着我们的执着,时光承载着我们的努力,荣誉诠释着我们的付出。我很庆幸能够与医院发展同行,与医院同呼吸、共进步!祝台肿未来更好!我们一起走向春天。

作者简介

颜帮定,保卫部主任,1989年退伍参加医院工作,2002年担任保卫科负责人,2004年担任保卫科副主任,2006年担任保卫科(后更名为“保卫部”)主任至今。

【院庆征文】

一弦一柱思华年

陈静君(癌症筛查中心主任)

披戴着岁月的风尘,荷载着事业的沉实,台州市肿瘤医院迎来了她的七十华诞。七十年风雨砥砺,有太多波澜壮阔的故事值得渲染;七十年浪卷涛飞,有太多荡气回肠的记忆值得珍存。而我,作为台肿的一名医护人员,也与这身白衣燕帽相伴了30多个春秋,从锦瑟华年到鬓染霜斑。在呵护生命、守卫健康的神圣职责中,我自感人生的底色在不断丰盈。

上世纪60年代,台肿还是新河区卫生院,我父亲是其中的一名内科医生。消毒药水的气味充盈着我儿时的记忆,父亲及院里的医生、护士都是我儿时景仰的偶像。长期的熏陶,让从医的种子很早便在我幼小的心灵萌发,长大后我理所当然地选择了卫校学习,直至成为台肿的一名医护人员。

1989年进入医院,我从事了临床护理工作。对我来说印象深刻的一件事是在骨伤科当值时,碰到一位需要进行开颅手术的脑外重症患者。那时,我院还没有进行过此类手术,特地从外院聘请资深专家主刀。术程顺利,但需要每日24小时观察术后情况。

当时的我们,都是第一次接触这种术后病人。那时还没有ICU,设备也没有现在齐全,王文英护士长凭着自己多年的护理经验,带领我们全科室人

员24小时轮班、日夜护理病人。最终病人在我们的悉心照料下苏醒了。那一刻,我清晰地感觉到理想插上了翅膀、青春焕发了活力,生活充满了希望。

也正因为这个成功的首例,骨伤科在群众中收获了更好的口碑,我们的工作也因此更加地忙碌。每当旭日唤醒黎明、上班的号角吹响生命的晨歌,我都会带着一份炽热的爱心,穿梭在那没有硝烟的战场上,用双手和微笑延续着新一天、新一幕的暖心故事。

2009年,医院承担了温岭市“粉红丝带”10万妇女乳腺病免费普查公益行动项目,为千万妇女送福音。我有幸参与了这项福祉工程,再一次领会了呵护生命、守卫健康的神圣职责。2015年台肿正式成立两癌筛查中心,“两癌”筛查项目从此成为了一个单独个体。我被任命为该项目的负责人,更感责任重大。

面对的群体,忽然从临床患者转变到各乡镇政府领导和群众。我一下子也有点不适应。刚开始与乡镇接触时,也遭遇到了不少碰壁的情况,但随着时间的推移和人际关系的磨合,最后都顺利完成了筛查工作并且取得了良好的反响。医院连续两年被评为温岭市“两癌”筛查先进集体,我自己也连续两年被评为先进个人。

2017年6月,根据省委省政府“双下沉,两提升”的政策要求,温岭市人民政府与浙江省肿瘤医院合作办医,由省肿瘤医院全面托管台州市肿瘤医院,成立了浙江省肿瘤医院台州院区,同时我科室也更名为癌症筛查中心。

秉承着“早发现、早诊断、早治疗”的理念,我们科室先后承担了温岭市大肠癌筛查、国家创新工程结肠直肠癌筛查、温岭市肺癌免费筛查、浙江省重点人群结直肠癌筛查、浙江省上消化道机会性筛查、温岭市慢性阻塞性肺疾病筛查等多个项目,科内成员由最初的8人增至现在的20人,逐渐壮大成为一支专业的筛查团队。

作为十大民生实事项目之一的温岭市肺癌免费筛查项目,是由浙江省肿瘤医院下派台州院区的胸外科专家王长春收集相关数据,提出我市肺癌免费筛查设想并拟定温岭市肺癌免费筛查项目方案的。时任台州院区院长的朱利明携手温岭市副市长梁丽萍、浙江省癌症中心办公室主任杜灵彬等多个领导和浙江省肺癌中心、浙江大学理学部图像处理研发中心等多个机构共同参与项目的筹备与推进。

在阶段性总结中,该项目获国家癌症中心的认可,并得到“全国县域政府首创、推进



扎实有序、成果显著”的评价。省外省内各筛查点都来我院学习参观温岭市肺癌免费筛查模式。同时,我们每年在肿瘤防治宣传周进行的“共同关注·肺常健康”大型公益台州行活动,也得到了广大群众的一致好评。

据2019年—2021年数据统计,我院共完成温岭市50—74周岁流行病学筛查4.47万余例。数据是枯燥的,但于我而言,却沉甸甸守护健康的期诺,飘飞着捍卫生命的芬芳。

作为一名医护工作者,我更欣喜地感觉到,在人类医学道路上,人人享有健康的美好

期望从未像现在这样触手可及。而如何做到全方位、全周期保障人民健康,对于我们医卫护理工作来说,又将是一次新的挑战!

一朵云推动着另一朵云的美丽,一次仁心仁术的接力就是一曲生命与健康赞歌的再次绽放。让我们再次起航,并以爱的名义续写生命健康事业的全新篇章。

作者简介

陈静君,癌症筛查中心主任,主管护士,1989年工作,曾经担任过后勤膳食科主任,先后在护理、后勤、门诊工作。