

暖心！医护人员与聋哑患者的别样“对话”

——市中心人民医院CCU病房医护人员为特殊患者传递爱心小记

全媒体记者 魏静 通讯员 杨松



“啊……哎哟……”1月28日晚9点，一阵痛苦的呻吟声引起了市中心人民医院CCU值班人员的注意。值班护士立即推开病区缓冲大门，看见面色苍白、满头大汗的吕女士躺在平车上，一手捂着前胸，另一只手在不断地捶打着胸口，同时比划着身体的不适。见此情景，在场医护人员迅速将她推进CCU病房。

一位先天性聋哑患者，入院前5个小时出现胸闷症状，并逐渐加重，入院时状态差。责任护士立即给予吸氧，连接心电图监护，心率158次/分钟，提示患者为室上性心动过速，经过医护人员及时抢救，患者的心律转为窦性，不适的症状明显缓解。大家悬着的心终于放松下来，观察一小时后患者再无明显不适。

在CCU病房里，由于家属不在身边，被抢救过来的吕女士面对陌生环境显得格外紧张，科室里没有人会手语，吕女士的责任护士小张便轻轻拍着她的背，让她放松下来，并拿出科里备用的写字板，工整地写下：“您好，我是您的责任护士小张，您有什么需要都可以写下来”“不要害怕，放松心情，配合治疗很快就会好了”。看到这些，紧张的吕女士慢慢平静下来。在和吕女士了解情况后，小张还将该病种注意事项写在便利条上送给她，并将写字板放在吕女士床头，示意她有事及时与医护人员沟通。

值班护士们在做每一项临床护理工作时，都会用通俗的文字与吕女士进行沟通，及时协助患者进食水，大小便等，微笑着示意她抬胳膊、翻身、吃药……暖心举动让吕女士很感动，不适感和陌生感很快便消失了。

每次科室主任苏丽军查房时，总是

对这位特殊病人加以格外关注，在她床边多驻留一会，耐心地解答吕女士的各种问题。护士长吕微每天都要到吕女士的床前，用写字板问一问她休息得好吗？今天感觉怎么样？同时也会细心地叮嘱她的饮食和休息。

吕女士感受到了大家的关心，渐渐对医护人员敞开了心扉，她握着值班护士的手，将自己的顾虑和担心都写了下来。值班护士每次收到吕女士的“来信”，都要给她写上一封长长的“回信”，鼓励吕女士放松心情，配合治疗，等病情好转，到普通病房就可以和女儿在一起了。句句温暖的话语，吕女士看得格外认真。慢慢地，吕女士从刚来时的回避交流，到后来每次见到医护人员的主动打招呼，性格变得开朗了许多。

如今，吕女士的各种指标都有所好转，虽然不能言语，但每当有医护人员从她身边路过，都会开心地伸出大拇指，向医护人员点头，用手语表达感谢，这让全科人都感到由衷的欣慰。

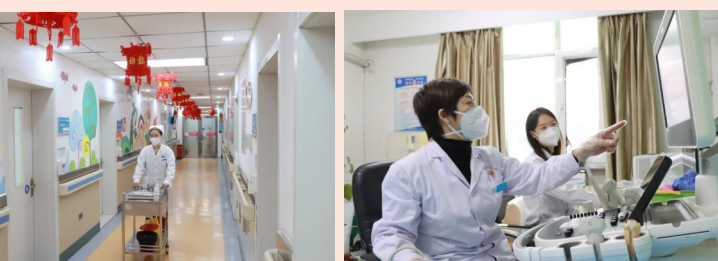
“患者是让我们增长智慧的人，通过简单的手语和文字交流，让CCU的医护人员积累了经验。优质服务不是纸上冰冷的文字，而是一句句问候，一次次微笑。关爱，无需言语，一行文字和一个暖心的行动就够。对于这种特殊的患者，我们更是要用心交流，用润物细无声的爱温暖着患者。”苏丽军说。

用敬业守护母婴健康

——市妇婴医院医护人员春节坚守岗位掠影

本报通讯员 索清云

新春佳节期间，市妇婴医院的医务工作者们，仍然坚守岗位，奔波忙碌，治病救人，默默守护着母婴的健康。



节日坚守岗位 守护口腔健康

本报讯(通讯员 刘畅)节假日期间，因生活作息紊乱、饮食不规律、忽略口腔卫生等原因，常引发一系列口腔问题。除夕夜，在万家灯火、阖家团圆的美好时刻，市口腔医院党委书记周国彬代表院党委和领导班子，率部分中层干部慰问坚守岗位的工作人员，并叮嘱大家，越是在节日休息时间，越要做好医疗保障工作。

每到一处，周国彬都对在岗医护人员以患者为中心、“舍小家、顾大家”的坚守予以充分肯定。他说，

全体值班人员要切实增强安全意识和责任意识，认真履职，加强巡视，做好服务，同时做好随时应对各类突发事件的应急准备，严守医院安全底线，确保平安过年。

在岗医护人员纷纷表示，一定尽职尽责，用饱满的工作热情和严谨的工作态度，全力以赴做好春节期间医院医疗服务和医疗安全，竭尽全力为患者口腔健康保驾护航，做到让患者安心、放心、满意，过一个温馨和谐、祥和喜庆的春节。

让更多人掌握健康知识

申少铁

健康时评

加强健康科普，让更多人掌握健康知识，在全社会形成健康生活的氛围，可以进一步提高全民健康水平。

强化全社会科普责任、加强科普能力建设、强化科普在终身学习体系中的作用……前段时间，中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于新时代进一步

加强科学技术普及工作的意见》，提出围绕群众的教育、健康、安全等需求，深入开展科普工作，提升基层科普服务能力。这对健康科普提出了新要求，有利于进一步普及健康知识，提高全民健康素养水平。

加强健康科普，提高全民健康素养水平，是预防疾病的重要一步。党的十八大以来，我国不断加强健康科普工作，建设国家健康科普专家库和资源库，建立全媒体健康科普知识发布和传播机制，围绕合理膳食、全民健身、控烟限酒、心理健康、疾病防治、健康环境促进等，面向全人群、全生命周期开展健康知识普及，让健康理念深入人心。

加强健康科普，需要鼓励更多医务人员加入科普队伍。医务

人员接受过专业的医学教育，常年为患者健康服务，积累了大量科学的健康知识，相比其他人群，做健康科普更权威，也更有优势。医疗机构应鼓励医务人员积极参加健康科普，通过建立绩效考核、职称评定等激励机制，让他们有时间、有动力去做好健康科普工作。医疗机构特别是大医院可以利用自身影响力，借助自媒体平台，让健康知识普及更多人群。例如，北京协和医院通过微信公众号“协和医生说”，不定期发布一些本院专家的科普文章，就受到了广大网友的欢迎。

加强健康科普，要把重点应该放在基层。目前，偏远地区特别是偏远农村地区，居民健康知识缺乏，不健康生活方式相对比较普遍。在社区和乡村开展多种形式的健康科普，可以帮助更多居民养成健康生活习惯。社区医生和乡村医生是居民健康的守门人。他们与群众打成一片，便于通过言传身教的方式做好健康科普工作。因此，要依托城乡社区综合服务设施，积极动员基层医生广泛参与健康科普活动。

《“十四五”国民健康规划》提出，深入开展健康知识宣传普及，提升居民健康素养。加强健康科普，让更多人掌握健康知识，在全社会形成健康生活的氛围，可以进一步提高全民健康水平，应该认真推动，扎实落实。

医生讲堂

春节过后小心消化系统疾病

春节期间，亲朋好友聚会频繁，美食美酒诱惑不断。殊不知在大快朵颐、把酒言欢之际，消化系统会成为第一个受损重灾区。常见的胃肠炎、消化道出血、急性胰腺炎、酒精中毒、消化道异物等会接踵而来。市第一人民医院消化内科主任孙刚分享一些常见的消化系统疾病知识，提醒大家保护消化道健康。

急性胃肠炎

在节日聚餐中，人们往往饮食更加丰富，不洁饮食、过度饮食、不规律饮食，劳累、酗酒等，均可导致急性胃肠炎。患者往往有上腹部不适、恶心呕吐、腹泻、发热等症状，严重者可出现脓血便、脱水、电解质紊乱、休克等

并发症。如果在频繁聚餐后出现此类不适，需及时就医。

对急性胃肠炎患者而言：宜戒烟酒、浓茶、咖啡；食物以清淡为主，少吃油腻、辛辣、粗糙的食物；少食多餐，不暴饮暴食，以减轻胃的负担。

消化性溃疡

进食过多、不规律，大量饮酒等，都可直接刺激胃黏膜，导致胃肠道黏膜组织受损，充血糜烂，是诱发消化性溃疡的危险因素。消化性溃疡最常表现为上腹痛，也可仅有上腹胀、不适、反酸、打嗝等消化不良表现。多发生在胃或十二指肠；胃溃疡引起的上

腹疼痛多在饭后；十二指肠溃疡多在饭前或夜间疼痛，进食或服用胃药可有所缓解。消化性溃疡严重时会有出血、穿孔等并发症，可出现呕血、黑便、剧烈腹痛甚至休克。既往曾患过消化性溃疡的患者尤其要注意，保持健康的饮食习惯，以免疾病复发。

消化道出血

春节期间，受大量烟酒、辛辣食物刺激，还会引起消化道出血。若出现呕血或呕吐物为咖啡色，排出血便或

黑便，需注意是否有消化道出血。若出血较慢、较少，患者可能察觉不到明显的症状，突发、大量出血时，可出现

头晕、心慌、冷汗、乏力、口干，甚至晕厥、四肢冰凉、尿少、烦躁不安、休克等症状。既往患有消化性溃疡、肝硬化

急性胰腺炎

暴饮暴食、过度饮酒、进食较多油腻食物，均有诱发急性胰腺炎的可能。一般表现为：突发的上中腹痛、腹胀，可向肩部、背部放射，可

食管静脉曲张，或在服用阿司匹林等非甾体消炎药物的患者，更需特别警惕，注意少吃质地过硬的食物。

急性胰腺炎

伴恶心、呕吐、发热、黄疸等症状。急性胰腺炎需及时就医，以防严重者出现出血坏死，继发腹膜炎、休克等。

幽门螺旋杆菌感染

许多细菌、病毒皆可通过唾液在饭桌上传播，如幽门螺杆菌、新型冠状病毒等。幽门螺杆菌感染是消化科常见的传染性感染。幽门螺杆菌(Hp)是一种寄生在胃内的细菌，目前在我国的感染率约为50%。感染后可能导致胃黏膜损伤或慢性胃炎，主要表现为上腹部不适、隐痛，或有打嗝、反酸、恶心、呕吐等。Hp感染是引发溃疡病

的主要原因，也是目前最明确的胃癌发生的危险因素。

由于已感染Hp的患者是目前唯一明确的传染源，且感染途径主要是口一口传播，因此养成良好的生活习惯、做好防护，可以有效地预防感染。聚餐时应有意识地使用公筷公勺、分餐，保护自己，也保护他人。

(市第一人民医院供稿)

市资生养护中心根据入住老人的自理能力、身体健康评估情况以及实际需求，为每位老人制定个性化照护方案，满足不同的照护需求，贴心护理在院老人。图为养护中心工作人员为过生日的老人精心准备生日面和蛋糕，让老人感受到家一般的温馨。

全媒体记者 魏静 摄