



坚定信心 再接再厉 乘势而上

——我院召开2015年度总结表彰大会

本报讯(院办 来兵红)1月28日晚,我院召开2015年度总结表彰大会,医院领导班子和全院职工齐聚一堂,总结2015年工作情况,部署2016年工作任务。

会上,官卓娅副院长宣读2015年度各类先进名单,各位院领导为2015年度先进集体、优秀管理干部、临床路径推进奖、5S现场管理推行先进科室、新技术新项目奖等获奖者颁奖。

沈杰院长作2015年度工作总结和2016年度工作思路报告。2015年,我院在各级部门的指导下,以全国两会精神为引导,踏着公立医院改革的浪潮,借着国家中医药发展的东风,面对医保政策和外部环境变化的压力和挑战,围绕年初制定的目标计划,全院干部职工群策群力,积极进取,通过创新发展理念,规范内部管理,提高医疗服务水平,努力做好医院各项工作。医院以中医适宜技术推广为推手,积极营造中医药特色优势氛围,中医药特色发展势头强劲,通过中医药适宜技术进病房、承办市中医药学术年会、邀请省级专家来院开展大型义诊、举办膏方节等举措,使我院中医药氛围逐渐浓厚,服务能力逐步提升。以特色学科和专项技术为重点,积极支持各科室业务发展,依托“中”字,在“特”、“专”上做文章,中西医结合乳腺科、中医科、针灸推拿科作为中医传统科室逐步建立良好口碑,妇产科、普外科、儿科、五官科、麻醉



科、超声科、放射科、检验科等临床、医技科室也积极开展新技术新项目谋求发展。医院还通过临床路径、5S现场管理、“您好”工程等各种质量管理手段不断提高医疗服务水平。出刊《路桥中医院报》,开发医院内网,增强微信公众号的使用功能,同时借助工青妇等组织开展各项文体

活动,不断丰富职工业余生活,加强医院文化建设。2015年是医院整体迁建工程的攻坚阶段,各项工作有序开展,截至年底,室内装修工程、放射工程、气体灭火系统工程已基本完工,完成医院高低压电工程并正式通电。食堂后勤土建工程、供应室工程已过半。室外配套工程已入场施

工,热水供应系统、发电机组正积极采购中。医院标识工程、医疗设备及家具采购也在紧锣密鼓地进行。其他如煎药室、污物处理室、净化机房、洗衣房等配套项目均在设计建设中。2016年,医院将以上半年新院搬迁为目标,围绕管理、中医药特色发展、专科化建设、医疗服务质量提升、借脑战略、业务拓展、科研教学和人才培养等重点开展工作。最后,沈杰院长代表院部向为中医院发展做出努力付出辛劳的全体员工表示衷心的感谢,希望全院干部职工在新的一年里坚定信心,再接再厉,乘势而上,为医院注定不平凡的2016年吹起号角,掀开新的篇章。

区卫计局戴月萍副局长对医院一年的工作表示肯定,她认为2015年中医院有很多与以往不一样的地方,如中医特色显现,进修人次特别是医生进修人次明显增加,乳腺科、针灸推拿科等特色科室开始脱颖而出,新技术项目蓬勃开展等。但也存在一些问题,如药品占比仍较高,重点学科优势不明显,缺少学科带头人,人才引进困难,新院建设后续资金压力大等。她对医院2016年工作提出新的要求,一是迁建工程抓进度;二是强化管理抓质量;三是自身建设抓廉洁。“如果你不能飞,那就跑;如果跑不动,那就走;实在走不了,那就爬。无论做什么,你都要勇往直前。”她用著名的美国民权运动领袖马丁·路德·金的名言鼓舞广大干部职工不断前进,为中医院发展再创佳绩。

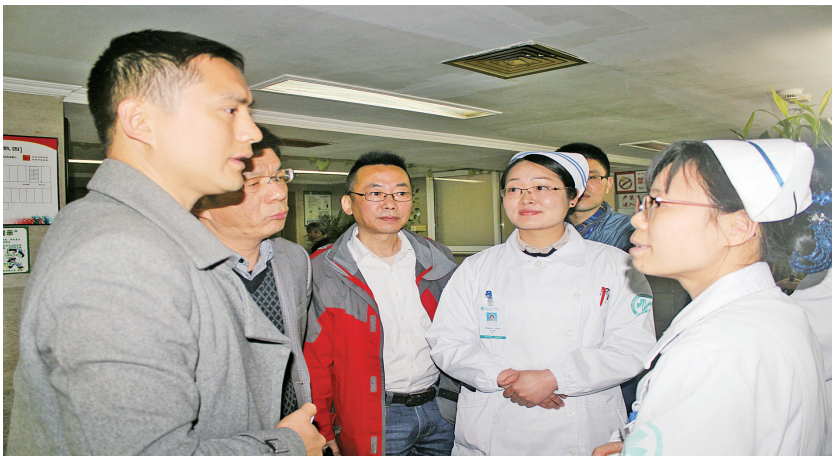
广东省中医院翟理祥书记来院授课指导



药健康服务发展规划。近年开展的中医医院管理年活动、大型中医医院巡查的重要主题之一便是发挥中医药特色优势,而中医医院中医药特色优势不明显也是一个比较突出的问题。翟书记就如何提高中医临床疗效、继承中医药精华、形成中医治疗规范和路径、建立创新运行机制、营造浓郁的中医文化氛围、通过管理手段为中医发展创造条件进行了详细讲解,并列举该院的相关做法和经验。通过不断发挥中医特色,使中医“治未病”思想在慢病管理中得到很好推广,中医特色疗法在临床得到广泛应用,中医影响力不断显现。他特别强调,形成中医药特色优势,提高中医临床疗效是该院建设和发展的主旋律,在发展中坚持中医特色,靠中医优势发展中医医院是一条适合中医医院发展的道路。

讲座结束后,部分中医相关科室的科主任和职工纷纷提问,和翟书记探讨科室和中医发展相关问题。翟书记告诫大家,要发展中医,一定要有想法,有目标,并要发挥优势,包括技术优势和服务优势。

沈杰院长对翟书记千里迢迢应邀来院授课表示感谢,并希望医院在今后的发展中能得到广东省中医院的大力支持和帮助。



为了了解近年来中医适宜技术应用情况和实施效果,3月21日上午,在市卫计委江志勇主任科员的带领下,台州市中医院戴罗勇院长助理、陈凯主任一行来院开展中医适宜技术应用情况调研。图为专家现场查看我院中医适宜技术开展情况。(院办 蔡晨君 摄)

·路桥区道德红榜人物·

李玲莉:用心为生命护航

□《今日路桥》记者 梁佳 卢凯

干练的短发,雷厉风行,是非分明的办事风格,以及永远把病人放在第一位的态度……自1989年参加工作以来,李玲莉坚守在路桥区中医院的护理岗位上,尽职尽责、任劳任怨,从不计较个人得失,早上班、迟下班,以优质的护理和处事品质,赢得了病人、同事和领导的赞许。

医疗“一线”,她本能投入

急诊科是医院重症病人最集中、病种最多、抢救和管理任务最重的科室,是所有急诊病人入院治疗的“必经之路”。而在这个医疗一线,李玲莉已经工作了20余年。

急诊科的同事都还清晰地记得,那是一个忙碌的上午,大家按部就班地做着自己的事情。突然,外面传来一阵哭喊声:“医生,快救救我的孩子!”作为护士长的李玲莉本能地丢下手上的工作,第一个冲出输液室。只见一位父亲抱着一个3岁左右的孩子冲进急诊室,心急如焚。

李玲莉立即将孩子安置到抢救床上,同时,她发现孩子已经停止了呼吸。得知孩子被食物呛住后,她来不及等医生到场,就立即动手清理孩子嘴里的食物,并在第一时间对孩子进行人工呼吸。因为情况紧急,缺少防护措施,孩子嘴里的食物被吸进了李

玲莉的嘴里,但她顾不上这些,继续对孩子进行抢救。遗憾的是,孩子最终没能救回,李玲莉也因此很失落。

除了见惯生死、重症,急诊科还时常会有一些酒醉之人。“不一定是在节假日,平时也有。”李玲莉告诉记者,这些醉酒者有的送到医院时已不省人事,有的到医院后吐得一塌糊涂,更有甚者醉酒摔倒导致脑震荡。当被问及“伺候”这些醉酒者,还要处理他们的呕吐物,会不会觉得恶心难受时,她只笑道:“怎么可能顾虑那么多,抢救病人是医务人员的天职,更是本能。”

如今,虽然岗位有所变动,但对李玲莉而言,印象最深的便是那段在医院急诊科工作的日子。那段时光,有人感谢她,也有人责备她,在各种酸甜苦辣中,唯一不变的是她对护理工作的尽心尽责。

同事眼中,她是“工作狂”

相比以前,如今在体检中心任职的李玲莉清闲许多。不过同事立马“告密”:“她是我们的榜样,哪里闲得下来?”“就是,我在这里工作七八年了,很敬佩她的敬业!”如此夸赞,倒惹得李玲莉有点不好意思,她直言:“习惯了,习惯了!”

在医院等级创建期间,急诊科是一个非常重要的创建科室,李玲莉努力克服科室起点低、各项工作改进难

度大等困难,带领科室姐妹们长期加班加点,把许多工作做在前面。后来,其他科室都到她这里学习创建经验。

而体检中心的同事说,自从李玲莉来了后,她都不用带钥匙了,因为习惯早到的李玲莉必然会比她提前到办公室。她总是提前上班,推迟下班,特别是在负责医院体检工作期间,本来就要提前半小时上班的体检工作人员每次到达时,都发现李玲莉到得更早,并且已经提前把相关准备工作做好了。

在与同事们的相处中,李玲莉遵循自己的原则——该表扬的表扬,该批评的绝不留情面,有问题及时提出,不怕得罪人。耿直的“黄金准则”,让李玲莉带出了高效率、工作出色的护理团队,而且,“一视同仁”的标准和以身作则的行为,让护士姐妹们都服她、敬她。

2012年路桥卫生系统“道德红榜人物”、2014年“最美护士”以及连续多年卫生工作先进个人等荣誉,让李玲莉所有的辛勤付出都得到了印证。但李玲莉说:“我做的都是一些小事,各种荣誉是对我以往工作的肯定,平日里的的工作,我一如往常,并尽力做得更好。”

面对不同的病人,站在不同的工作岗位,“工作狂”李玲莉,不曾忘记自己作为一名护士的初心。

16个小时保住3根手指

——骨科一例高难度断指再植手术取得成功

本报讯(院办 来兵红)近日,住在路桥区中医院骨科病房的孙先生得知自己受伤的3根手指完全成活,过几天便可出院,对前来查房的林统主任感激之情溢于言表。

孙先生在椒江洪家一家工厂工作,因工作性质关系,经常得上夜班,3月8日凌晨2时许,他和往常一样夜班工作时,不慎被模具压伤右手,当时整只手血肉模糊,血流不止。工友立即将他送到区中医院,接诊医生对孙先生的受伤情况进行了检查,诊断为右手食指、中指近节(根部)粉碎性骨折、环指远端粉碎性骨折,3根手指已完全离断。接诊医生立即联系骨科林统主任来院进行手术,林主任赶到医院,为孙先生实施手术。

在对孙先生受伤的右手进行彻底消毒清洗后,受伤情况清晰地展现在大家眼前。因为

是钝器压伤,部分创面组织已经坏死,正常组织无法判断,手术过程中发现食指、中指离断的血管破损毁严重,已无法正常吻合,为确保再植后的手指得到良好的血液供应,林统主任决定对2根手指实施动脉血管移植。一根几毫米粗的血管,要把它接起来既不会渗漏又能通畅,需要医生高超的技术。在手术显微镜下,两位手术医生为了接好一根血管,需要花费较长的时间。3根手指十几根血管,还有神经、肌腱吻合,骨支架重建,手术助手和手术护士不得不轮换休息,只有主刀的林统主任一直坚持在整个手术过程中。根据手术室相关记录显示,病人于3月8日凌晨3:10开始手术,19:30才完成手术,整个手术过程16个多小时。

手术后,为了确保再植的手指能够成活,医生开出了一级护理和每小时观察断指血运

情况等高频次的病情护理,同时配合患肢保暖、指端小切口放血、抗凝、抗感染、抗痉挛等药物对症治疗。经过医护人员20多天的精心治疗和护理,孙先生的3根手指都保住了。

据林统主任介绍,手指再植并不算很难的手术,难的是组织损坏较重的手指再植,一方面是血管等损伤可能导致后期血管坏死影响再植手指血液供应,另一方面是其他组织后期坏死可能影响手指成活。手术期间对血管和坏死组织的处理尤为关键,再加上后期护理团队的精心护理,才能保证手指的成活。孙先生属于钝器压伤,组织的损伤和破坏程度较为严重,部分组织经挤压,后期坏死的可能性很大,所以再植手指成活的概率相对较低。孙先生3根断指能够很好的成活,得益于骨科专家精湛的手术技术和后期护理团队的精心护理。

我院成功实施巨大囊肿切除术

本报讯(院办 来兵红 蔡晨君)近日,住在我院外科病房的张女士经过手术治疗,身体恢复良好并顺利出院。每当她和别人谈起自己的病情,都会禁不住称赞王梦华主任技术高超。

前段时间,家住临海的张女士因受伤到当地一家医院检查,医生怀疑肋骨骨折为她开出了CT检查,然而检查结果让她吃了一惊,医生告诉她肚子里长了一个肿瘤,并建议她手术治疗。一听说要手术,张女士心里有些害怕,但静下心来想想,她还是接受了这个事实。然而,

她首先想到的是王梦华主任,据张女士讲,她是王主任的老病人,以前曾找王主任做过一个手术,而且术后恢复很好,所以对王主任很信任。于是,她特地从临海赶到路桥,想找王主任帮她做手术。

经过前期细致的检查和手术准备,3月8日,王梦华主任亲自主刀为张女士实施了手术。手术过程中,刚刚打开腹腔,旁边的医生和护士便震惊了,只见病人腹腔充满褐色积液,王主任熟练地将积液抽出,腹腔内一个巨大的囊

肿显露在大家眼前,据医生判断,囊肿大小约30cm*20cm。有着丰富经验的王主任马上判断为卵巢巧克力囊肿,并为病人实施左侧卵巢囊肿切除术,整个手术过程非常顺利。张女士手术后恢复良好,术后第三天便可下床活动了。

据王梦华主任介绍,随着人们经济条件的不断改善,大家对健康的意识也不断加强,许多人都会选择健康体检或者身体出现不适便会及时到医院就诊,所以平时很难碰到如此巨大肿瘤的患者。



为弘扬奉献精神,提高职工的社会责任感,展现职工服务社会、无私奉献的精神风貌,近日,我院组织职工开展无偿献血活动,全院共有86人参加献血,总献血量达16800ml。(院办 来兵红 摄)

欢欢喜喜闹元宵



2015年度 荣誉榜

路桥区道德红榜人物

李玲玲 金晓慧

路桥区青年文明号

儿科

区卫计局先进集体

儿科

区卫计局先进个人

潘根富 王小燕 杨运 吕英 陈婉文 包海燕

医院先进集体

办公室 内科 乳腺科 中医科 超声科
社区卫生服务中心预防保健科

医院优秀管理干部

赵建国 张美华 杨蓉 刘睿 罗金丹 蔡薇丹
王云彬 江灵巧

医院先进工作者

王慧莲	金倩倩	王乾	叶佳娜	章丽	罗琦	杜莉琴	汤乐林
汤飒爽	梁赛巧	杨运	黄丹	应勇杰	江阳	朱玛	黄武
陈媛	管晓媛	林佳辉	罗礼超	卢玮	赵淑妍	刘俊	胡霞
王云彬	党盛武	王丽敏	蒋玲琴	应金玲	陈海平	李超	叶建平
张卓	金晓慧	罗小金	杜伟霞	朱小锦			

医院优秀带教老师

林统 管灵建 万卫昌 林雪莉 陈巧巧 许城娟 胡灵芝 张卓

医院5S现场管理推行先进科室

外科 儿科

医院临床路径推进奖

内科



春季

幼儿
常见疾病预防

□儿科 刘峰

最近一段时期,我院儿科门诊及住院病人急剧增多,其中最常见的是呼吸道疾病,如急性上呼吸道感染、支气管炎、肺炎等,其病原主要是病毒、支原体、细菌,其次是肠道病毒感染引起的胃肠炎。究其原因,不外乎有以下几点:

其一,随着天气转暖,气温有所上升,但由于气温不恒定,早晚凉,中午热,衣服增减不及时;儿童大多在幼儿园、学校等人口聚集的地方活动,病毒浓度高,极易感染呼吸道疾病并引起流行。

其二,春天来了,大家都有外出踏青的习惯,在外吃东西的机会自然也会增多,小孩子时常用脏手吃东西,而且沿海地区有喜欢吃海鲜的习惯,为了吃起来更加美味,在烹饪过程中不喜欢煮得过熟,这样在海产品里面的肠道病毒(最常见的是诺如病毒)就容易引起急性胃肠炎,主要表现为呕吐、腹痛、腹胀、不能进食,患儿精神差,而腹泻较少,腹部B超往往可见肠腔积液明显,如不及时处理,持续时间可达1~2周,从而影响小儿的生长发育。

下面就以上两类儿童最常见疾病的基本情况和家庭防治方法进行解释介绍。

1

感冒,医学上称为急性上呼吸道感染,多由病毒引起,是小儿常见病,据统计低龄幼儿每年平均感冒次数可高达6~10次甚至更多,主要表现为流鼻涕、打喷嚏、咽痛、眼红等,自然过程一般5~7天,严重者可出现发热、咳嗽、咳痰、气促等肺炎的症状,过程需10~14天。

感冒的防治:

一、适时增减衣服。要遵循“春捂秋冻”的古训,初春乍暖时,不要急于给孩子减衣,气温骤降时,要及时添衣。

二、注意卫生。要经常保持室内清洁,开窗通风,使室内空气新鲜,阳光充足。要勤晒被褥和换衣袋,少带小孩去拥挤的公共场所。

挤的公共场所。

三、合理膳食。日常膳食中,除吃适量鱼、肉、鸡、蛋外,应多吃些乳、豆制品、蔬菜和水果,注意平衡膳食,2岁以内的婴幼儿必要时补充鱼肝油,以促进钙的吸收。

四、充足睡眠。春天易发生“春困”,保证小儿充足睡眠,既有利于小儿生长发育,又可增强免疫力。

五、加强室外活动。春和日丽,万物生发,让孩子到室外活动,能得到日光照射,吸进新鲜空气增强小儿造血及免疫功能。

六、计划免疫。要按计划及时进行预防接种,以防小儿常见传染病。

2

春季是诺如病毒性胃肠炎的高发季节,诺如病毒是一组杯状病毒科的病毒。诺如病毒感染影响胃和肠道,是引起儿童和成人急性胃肠炎的主要病原微生物之一,常在学校、托儿所、养老院等场所引起暴发。感染诺如病毒会出现恶心、呕吐、腹泻等胃肠炎症状,部分人会有头痛、发热、寒战及肌肉酸痛等症状。症状通常持续1~2天。患者普遍感到病情严重,一日多次剧烈呕吐。

健康人可能通过以下几种方式感染诺如病毒:食用被诺如病毒污染的食物或饮用诺如病毒污染的饮料;触摸被诺如病毒污染的物体,然后将手指放入口中;直接接触诺如病毒而被感染。

值得注意的是,诺如病毒在密闭场所中(如托幼机构、学校、养老院等)传播速度快,易引起暴发。

诺如病毒性胃肠炎病程一般为5~7天,恢复后无后遗症,但儿童肠粘膜炎症水肿明显,消退慢,从而导致肠蠕动减慢,患儿会出现比较长时间的腹胀,进食后呕吐、饱胀感明显,B超常表现为肠腔积液,肠管扩张。

如何预防诺如病毒性胃肠炎?

一、要注意手部卫生,在上完洗手间和更换尿布后,以及每次进食、准备和加工食物前要用肥皂和清水认真洗手。

二、注意饮食卫生,水果和蔬菜食用前应认真清洗,不要吃或食用半生的牡

蛎和其他贝类海产品。

三、诺如病毒感染病人应远离厨房或食物加工场所,不能参加食品加工或为其他患者陪护。

四、发现身边有人感染诺如病毒时,要及时用含氯漂白剂或其他有效消毒剂清洗消毒被患者呕吐物或粪便污染的表面,立即脱掉和清洗被污染的衣物或床单等,清洗时应戴上橡胶或一次性手套,并在清洗后认真洗手。

五、儿童有明显脱水时要及时到儿科门诊就诊,根据脱水性质和酸碱失衡情况,正确补充水分,忌乱用止泻剂和抗生素。

卵巢有其自身的生命期

我国的女性平均绝经年龄为49.5岁,即使人口的平均寿命有了相当程度的延长后,绝经年龄也没有明显的变化,这也暗示了遗传才是绝经年龄的主要决定因素。

卵巢功能衰退正常的情况下最早从40岁就可以开始了,此时卵泡已不能发育成熟及排卵,月经也变得紊乱,最终由于卵泡自然耗竭,卵巢

“卵巢早衰”是怎么回事?

既然正常的生理过程不能干预,那么有没有办法避免卵巢提前退休呢?如果还没到40岁,卵巢已经开始闹罢工了,就变成了“卵巢早衰”。卵巢早衰的病因,主要有遗传、免疫、先天性酶缺乏、感染、医源性因素、心理因素等。卵巢早衰的病因非常复杂,大多数卵巢早衰都是无法明确病因的。而且迄今为止,并没有明确

□妇产科 刘睿

卵巢它长啥样?

生育年龄女性的正常卵巢,是一团灰白色、表面凹凸不平的扁椭圆形。样子看起来像一块嚼过的口香糖。卵巢大小约4cm*3cm*1cm,差不多就是一个OK手势中,拇指和食指圈出来的大小。

卵巢到底有什么作用?

这么其貌不扬的两小块,有什么用呢?卵巢担负着两大重要使命:产生并排出卵子、分泌激素。

胚胎6周起,原始性腺开始按性别分化,没有Y染色体的胚胎在第8到10周就出现卵巢的结构了,但是青春期以前,卵巢一直处于抑制状态,青春期开始后,抑制解除,卵巢功能逐

雌激素

排卵前后,雌激素都各有一个高峰。它能促进子宫内质和腺体的增殖和修复;能使宫颈口松弛、扩张,宫颈黏液分泌增加,性状变得稀薄,容易拉丝,有利于精子通过;能促进输卵管肌层发育及上皮细胞的分泌活动,并加强输卵管肌节律性收缩的振幅。

雌激素在这个时间点起的作用是非常有意义的:卵子出了卵巢,从子宫的后门——输卵管伞端,沿着输卵管款款走出,精子离了丁丁,从子宫的前门——宫颈口,顺着子宫一拥而入,而雌激素就像个媒婆,前后大方便之

孕激素

孕激素和雌激素是一对欢喜冤家,在平时的工作中既有合作,又有冲突。

合作:将增殖状态的子宫内膜转变成分泌状态,为着床及胚胎的后续发育做准备;雌激素促进乳腺管增生,孕激素就促进乳腺腺泡发育。如果将其比作石油开采,前者就像在打井,后者就像在努力酿造石油。

雄激素

你有没有曾经以为女人身体里就没有雄激素了?其实是有,而且很有用哦!

雄激素从青春期开始分泌增加,能促进阴

关于卵巢保养

卵巢既然那么重要,是不是要保养一下呢?答案是否定的!

现在许多美容院都推出了卵巢保养这项服务,主要是在肚子上用精油按摩。其实,从医学角度讲,小腹正中的下方,与阴毛交界处可以摸到的骨头,叫“耻骨”,这是骨盆前方的上缘,非妊娠期的正常子宫及卵巢位于盆腔深处,是绝不会超过这个界限的,所以无论在肚子上进行多深入的一顿揉捏,都不会碰到子宫或者卵巢分毫。而且,从皮肤到子宫,要经历脂肪、肌肉、腹膜等层层组织结构,这精油得有多大的能耐才能穿越层层障碍到达卵巢?所以,所谓的卵巢保养,只是商家用来谋取经济利益的一个噱头而已。

那么,既然是“保养”,目的自然是为了让它保持良好的工作状态,最好能延迟退休。然而事实上,卵巢的发育、成熟和衰退,都有其自身的规律,而这个规律,主要由遗传因素调控。

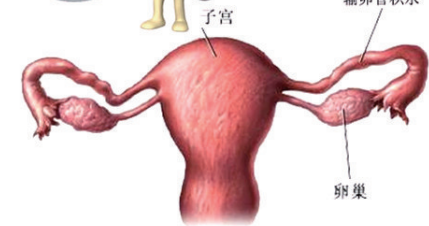
功能衰竭,月经永久停止,女性就进入了绝经期。

这一过程短则1~2年,长则十余年,女性会因为雌激素水平低落出现血管舒缩障碍和神经精神症状,大多数人并不会明显的感觉,少数人则会出现潮热、出汗、失眠、抑郁或者烦躁等,也就是俗称的“更年期综合征”。

有效的措施能治疗或者预防卵巢早衰。

所以不要说在肚子上抹精油了,喝下去都不管用。

不过,卵巢早衰并不意味着卵巢功能的永久性丧失,有大约一半的人会有短暂的功能恢复,甚至在确诊多年后意外怀孕,这其中还有相当一部分人可以获得良好的妊娠结局。

卵巢保养
你确定有效果?

渐成熟,至18岁左右开始,就能够周期性的分泌激素和排卵。

卵巢分泌的激素主要为雌激素、孕激素和少量的雄激素。各种激素的浓度变化与排卵和月经来潮的机制息息相关,而它们各自也分别有很重要的作用。

门就为了让这两凑一块儿,连床都铺好了——促进子宫内膜增厚,有利于胚胎着床。而胚胎着床后,雌激素对于胚胎发育的保驾护航作用更是贯穿整个妊娠过程。不过,妊娠10周以后,产生雌激素的重任就主要由胎儿——胎盘单位而不是卵巢来完成了。

除此以外,雌激素还有维持女性第二性征、保持阴道酸性环境预防细菌侵袭、促进水钠潴留(排卵期前后乳房会稍微大一点,其实不是发育了,是肿的)、降低血液中胆固醇水平、促进钙质吸收等作用。

冲突:雌激素促进子宫内膜增生修复,孕激素则抑制子宫内膜增生;雌激素使宫颈口打开,宫颈黏液变稀薄,而孕激素则使宫颈口闭合,黏液变粘稠阻塞宫颈口,阻止精子和微生物进入;雌激素让输卵管蠕动增强,孕激素则抑制输卵管蠕动;雌激素促进水钠潴留,孕激素则促进水钠排泄等。

带、阴唇和阴阜的发育,促进阴毛和腋毛的生长,还和性欲有关。此外,雄激素还有促进肌肉生长,刺激骨髓中的红细胞增生等作用。



正能量

王云彬是位好护士长

我是中医院手术室的一名保洁员,来自安徽农村的阿姨老唐。天有不测风云,2016年1月2日凌晨3点多的时候,我突然发起了高烧,肚子痛得厉害,呕吐不止,把我老公吓得直掉泪,不知道该怎么办,急忙喊护士佳佳、麻醉师小孙。他们带着我去看医生吃了药好了。可好景不长,不到中午,又烧了起来,肚子比先前还痛,于是又吃药,就这样反复着。我当时真以为我得了什么不治之病,要死在这里回不了家了。最后,王云彬护士长知道了,说我怎么早不和她说。她于是不厌其烦地带我

去各科室排队看病,自己掏钱亲自排队给我拿药,又看我把针吊上,坐在那里给我换瓶。就这样一连几天,花掉的钱她也不要。现在我好了,又能上班了。谢谢王云彬护士长、麻醉师、手术室护士们,是她们给我的关心、照顾。我康复了。谢谢她们!谢谢!

王云彬护士长是我一生中遇见最好的好心人,也是最好的护士长。

唐路侠

护士感悟

□体检中心 管莹

曾经看过很多书,谈一个人的魅力,而我心中对一个人的魅力是这样理解的。

首先要有一颗宽容善良仁慈的心,面对生活要有积极的心态,无论对待任何事心中要永远有一颗进取心。生活中每个人都有自己的想法,我们想要读懂任何人都不是简单的事情。倘若去了解别人,不如先修炼自己,去找自身魅力。每个人都有自身魅力所在,要想别人发现,微笑是赢得人格魅力的最好途径。我们很少关心自己是否带着笑容。我们时常愁眉苦脸,只是我们自己意识不到,微笑是最美丽生动的表情,可以胜过许多语言,可以表示我很开心,我愿意帮助你解决就诊中的困惑,可以赞许他人,也可以化解矛盾误会。面带微笑是自信的表现,是礼貌的表示,是坦诚的象征。真诚的微笑体现出一个人的坦然宽容和信任,可以反映出一个人极高的修养,非常容易被人接受,会为你赢得好口碑和潜在机遇。工作中我以主任为榜样,每次看到主任对患者微笑解决困难,而患者也同样以微笑回报时,我也体会到了微笑的力量。

在每一天的工作中,我深深地体会到微笑是不需要任何投资的,是无风险的工作态度,它同样会得到可观的回报。如果养成经常微笑的习惯,自己会感到有精神,会变得更加乐观。从现在开始笑一个吧!记住它,如果我们每个人都奉献出自己善良而真诚的微笑,医患关系会拉得更近!

生命的守候

□院办 来兵红

记得几年前,那已是不从事临床工作多年了,一次去病房,偶遇一位曾经由我管床的病人,因为肾衰竭,几年了,阿婆依旧坐着轮椅,在阿公的照护下在病房、血透室和家之间来回。这些年,他们就这样周而复始,唯一改变的是他们渐渐苍老和阿公原本乌黑的头发已经变成满头银发。

现在我还清晰地记得,第一次和阿婆打交道,已是她因肾衰竭导致各种并发症而多次住院。随后我便知道了阿婆一直靠血液透析维持生命。阿婆大概已被病魔折磨得太久,显然已经非常脆弱,常常会叫着这里不舒服那里不舒服,而阿公则不厌其烦地在她身边伺候着。我在内科工作的几个月里,阿婆反复多次住院后出院,出院后又住院,还有一周三次反复的血透。在我的记忆里,从来没有见过阿公对阿婆有半点不耐烦,哪怕说话都是那么的轻柔。对待我们医务人员,阿公也同样是那么的随和。在阿婆透析期间,时而会因为透析管不通畅或者透析口漏液什么的要在阿婆身上进行一些操作,此时阿婆更是痛苦不堪,有时难免会有些不耐烦或者不配合的时候,但阿公都会心疼地安慰着阿婆,而且很配合我们,跑来跑去地拿药、买材料什么的,对医务人员没有任何怨言。在这几个月里,阿婆经常会出现这样那样的状况,但阿公和我们的交流并不多,除了阿婆病情有关的问题,基本上不会有其他的交流,对诊疗也从来没有提出半点异议。

常言道“久病床前无孝子”,我初步估算了一下,阿婆生病至少在十年以上,而阿公始终陪伴在身边,不言放弃,对阿婆的照顾也一丝不苟,阿婆能够如此长久地维系生命,大概也就是这种陪伴和呵护吧!

最后一次在电梯里碰到他们俩的时候,看到阿公原本乌黑的头发已变成满头银发,内心不免一阵怜悯和痛惜,这应该是岁月的痕迹,一种因生活的沧桑而变化的痕迹!更让人敬佩的是阿公对阿婆的不离不弃,十几年如一日,想必是常人所不能做到的!

一转眼又是四五年了,突然想起阿公阿婆,心里不禁有了些许牵挂,不知道他们现在是否可好,也只能在内心默默祝福地他们!

无影灯下的天使

□手术室 林云

人生的短暂,瞬间即逝。拥有生命是最大的幸福,也是最大的快乐。作为一名护士,见过形形色色的病人,也遇到许多生离死别的场面,感受着病人的痛苦与无奈,也感受着病人对健康的渴望。

我们科室每天接触到的都是需要手术的病人,不少患者怀着忐忑不安,沮丧的心情进入手术室。陌生的环境往往使他们不知所措,当看着家属恋恋不舍地与患者分开,眼神里充满了期盼,充满了担心,心里一种责任感油然而

生。他们可是把亲人的安危托付给了我们,决不能辜负他们的信任,把病人当做亲人般的关心和帮助我们工作的宗旨和信念。我们科室还十分重视对病人进行心理护理,对患者总有一份更多的关爱和细心。动作的轻柔,言语的平和,体贴的问题,总想尽力创造一个安全,舒适的手术环境,尽量稳定病人的情绪,使他们树立战胜病魔的信心,积极配合医生的治疗。

每当有急诊病人或是择期手术比较多的时候,我们科室的同事都会争着留下来上班。

大家都知道,手术室是一个没有固定上班时间的科室,常常是别人吃饭的时间,我们还在无影灯下争分夺秒。别人子夜躺在温暖的被窝,我们却不得不起床,到医院加班加点……但是为了我们热爱的护理事业,我们乐于奉献,没日没夜,没年没节,视病人如亲人,视工作如生命。

我们是天使,我们在平凡的岗位上成就着不凡的业绩,这个时候,我们都会为自己的存在而感到自豪,让我们的青春和梦想一起飞翔吧!

给妈妈最好的礼物

□体检科 钟洁

窗外的风铃摇醒了我儿时的记忆,过去的一幕幕都仿佛清晰地显现在我的眼前。温暖的嘴唇印在我嫩嫩的额头,纤细的双手打着漂亮的毛衣,在阳光的照射下显得特别的宁静。

今天是个特别的日子,一年一度的三八妇女节。你们准备好给妈妈最好的礼物了吗?记得以前都是妈妈准备早餐,叫我起床洗

刷。现在长大了,也要学会独立了,不能一辈子依靠家人过了。光阴似箭,妈妈的两鬓已经慢慢地出现了白发,每一根的出现就像在我的心里扎了一次针的那种心痛,所以现在的我有时间就回去看看家人,陪伴他们。现在应该是换我照顾他们的时候了!女儿已经长大了,妈妈可以放心了!每当三八妇女节来临时,我们作为儿女都会绞尽脑汁地想到底送什么给妈

妈好呢?其实很简单,妈妈心里最希望的是孩子们能回到自己的身边,看到他们平平安安,健健康康就是最好的礼物了。所以趁父母还年轻走得动的时候多出去散散步,陪伴他们。

可想而知,送给妈妈最好的礼物就是真诚地问候,深情地拥抱,永久地陪伴!

祝愿每一位妈妈三八妇女节快乐,健康,幸福一辈子!

做事前要先学会做人

□体检中心 钟洁

从我们来到这个温暖的人间开始,第一任老师——父母,就开始教育我们如何做人、做事。一个人不管他有多能干,家庭背景多好,如果不懂得做人、做事,那他最终注定将是失败的。

每个人的一生都会扮演多种角色。读书时,作为学生,渴望得到老师的疼爱 and 同学们的喜欢,实际上却不一定受同学们的欢迎;工作中,希望得到领导的重用,与同事

们和睦相处,而实际上存在很多矛盾和纠纷;退休了,老了,你以为可以安逸地生活了,然而不是你想的那么简单,你还在忙碌地奔波,为了孩子的一切。无论从社会角度看还是从个人角度而言,做事前要先学会做人。

古人云:有朋自远方来,不亦乐乎?我们首先要以礼相待,包括礼仪、服饰等,给人留下一个良好的印象;再是行为端

正,懂得宽容,宽恕他人,解放自己。乐于忘记,不念旧恶。从古到今,社会都讲以和为贵,多为他人着想。切不可把自己的开心建立在别人的痛苦之上,因为不做欺心事,本身是一种愉快,正所谓己所不欲,勿施于人。

每个人的存在都是希望被尊重的,所以做事前要先学会做人,这既是一门学问,也是一门艺术。