

勇挑重担 心系患者

——记市结核病防治所一病区主任苏雷

□ 本报记者 张武杰

本期关注

以患者为中心
为患者健康而忙碌

苏雷大学时期怀揣着救死扶伤的人生理想，刻苦学习，学成后如愿成为一名临床医生。在他眼中，医生这个职业是神圣的，他时刻捍卫着这份神圣。在平凡的岗位上，他心系患者，用实际行动诠释着“医者仁心”的时代精神。

两年前，苏雷义无反顾地担起住院一病区主任的重担，加强科室管理，顾大局、讲正气、树形象，出色完成了各项工作目标。在他的带领下，科室连续两年荣获“先进科室”称号。他充分发挥团队精神，带领和团结全科医护人员积极参与拓展训练，提高团队的凝聚力、战斗力。在参与文明单位创建活动中身先士卒，在单位文化建设中作贡献、争先锋。他正直善良，诚恳待人，热心公益事业，传递正能量，所里工会换届时，他还高票当选工会委员。他心系患者，2017年荣获“优秀医师”称号。

参加工作以来，苏雷始终坚持以患者为中心，以仁心妙术服务患者。凭借刻苦钻研的精神以及对病人负责的态度，他练就了扎实的基本功，掌握了各种新技术。打铁先要自身硬，他多次到北京胸科医院、郑州市第六人民医院、河南省胸科医院进修学习，不但带回了先进的技术，还引进了先进的科学理念。他不惧风险、勇挑重担，在市结核病防治所率先开展了第一例电子支气管镜检查，在气道结核的诊疗上填补了本市在该项目上的空白。截至目前，他已完成600多例气管镜检查和治疗，无一例纠纷发生，取得良好效果，为一位又一位结核病患者解除了痛苦。

在日常工作中，“忙”是大家给苏雷的第一印象，敬佑生命忙奉献。为科室管理而忙，为患者健康而忙，为广大患者带来福音。古人云：“医

者父母心。”患者带着痛苦而来，让他们微笑而归一直是苏雷的服务宗旨。他总是说：“患者就诊是信任我，是把健康乃至生命交给了作为医生的我，我要对得起他们对我的信任。”

待患者如亲人
尽心竭力拯救生命

患者病情危急，面临死亡的威胁时，医生是选择保住名誉不冒风险，任由患者听命于命运安排，还是临危不惧、迎难而上，与死神搏斗，拯救生命？苏雷带领一病区医护人员用实际行动给出答案。心系患者，治病救人，患者生命受到威胁时，他把名利抛于脑后，心无旁骛、尽心竭力拯救生命，履行白衣战士治病救人这一神圣天职。

今年年初，一位重症肺结核患者经多家医疗机构治疗效果不明显，家属抱着一线希望，来到一病区治疗。患者入院时肺部病变严重，随时都面临死亡的威胁，苏雷立即组织医护人员制订详细的医疗护理方案。在患者住院期间，他每天上班都会第一时间来到患者床旁，观察询问病情。一天，患者突然病情加重，神志不清，苏雷立即按照抢救预案给予针对性救治，经过1个小时紧张有序的抢救，终于把患者从死亡线上拉了回来。患者转危为安，家属激动地流下眼泪，再三感谢苏雷和全体医护人员对患者的精心照顾，并送来了锦旗。

想患者之所想、急患者之所急、待患者如亲人，面对弱者慷慨解囊。2018年5月，科室收治的一位患者病情突然恶化，需要立即转入上级医院治疗，但是患者家属一时间无法筹到转院费用，苏雷二话没说立即将自己原本给父母准备的2000元生活费掏出来放在了患者手中。“看病要紧！”苏雷简单朴实的话语，让患者及其家属心中满是暖意，对生活充满



苏雷连续工作41个小时后，又完成7例支气管镜检查治疗，坐着就睡着了（市结核病防治所供图）

了希望。

结核病患者大都来自于基层，很多老百姓对结核病防治知识都不了解，对国家的免费治疗政策知晓率低。苏雷每天查房不断完善结核病健康知识宣教，到患者床边重点讲解治疗期间可免费发放国家规定的抗结核药品；检查费实行减免政策。使患者对结核病防治知识及国家各项优惠政策有了更多的了解和认知。不但提高了患者治疗的依从性，更重要的是帮助患者树立了战胜疾病的信心，使其成为家庭、社会结核病防治知识的宣传员、监督员，利己利人。

什么是好医生？医生不但要有为病人造福的愿望，更要具备为病人排忧解难的本领。作为一名“结核病防治人”，苏雷无比热爱结核病防治事业，并将“献身结防”作为自己的人生格言。作为一病区负责人，他勤勤恳恳、敬业奉献、勇于创新的作风赢得大家的尊敬，他的胆识和睿智折射出较强的人格魅力，不断弘扬“不畏艰苦、甘于奉献、救死扶伤、大爱无疆”的行业精神。苏雷用自己的一言一行诠释了一名优秀医务工作者的无私奉献精神，以及严于律己的工作作风。精医、重德、博爱、奋进，这不仅仅是一种理念，也是一种选择、一种忠诚、一种挑战、一种宣言，更是他的真实写照，勇挑重担、心系患者是他一生不变的信念。

专家话健康

冬天热水洗脚 你做对了吗

近几日，安阳地区医院血管科/介入中心收治了几位双足疼痛、足趾坏死的老年患者，均为热水泡脚后出现足趾疼痛、麻木，其中1例因此诱发感染，从大腿进行了截肢。马上过年了，如何预防这样的悲剧再次发生至关重要。

之所以发生这样的悲剧，主要原因还是广大老百姓对腿或脚缺血缺乏科学的认识。我国已进入老龄化社会，国内平均年龄已达77岁，老年人伴随而来的就是血管硬化的问题。心脏血管硬化可以引起冠心病，出现心口疼；脑血管硬化可以出现脑梗死，出现偏瘫、不能走路。同样，腿上血管硬化，也可以引起下肢缺血，出现走路后酸沉，休息后好转，再次活动后又出现酸沉，我们叫这种现象为间歇性跛行。

为什么下肢（腿）动脉硬化的老年人要慎于热水泡脚？因为双足浸泡热水后，局部温度升高，代谢加快，代谢所产生的“废物”需要血液带走。若下肢动脉狭窄或闭塞，会造成足部供血不足，不但难以将代谢的物质带走，还会使局部产生无氧代谢，乳酸等代谢产物堆积，使足趾产生疼痛，加速足趾缺血、缺氧，诱发足趾缺血坏死。

另外，对于糖尿病患者，高血糖会造成全身周围神经、微循环和血管病变，导致糖尿病足发生。周围神经病变导致足部皮肤感觉异常，肌肉萎缩，皮肤干燥和汗液分泌异常，使足部的防御功能下降；血管、微循环病变导致足部的血液

供应减少，足部的各组织营养变差，对温度的感觉变迟钝。

总结一下，若您家老人有以下特点及症状，要特别注意。

- 第一是年龄大于75岁；
- 第二是有高血压、高血脂、糖尿病、冠心病、脑梗病史；
- 第三是双腿出现活动后酸沉、无力，休息后好转；
- 第四是双足皮温低（发凉），特别是晚上，需要比常人多穿袜子或加厚的棉鞋；
- 第五是双足疼痛难忍，夜间难以入睡；
- 第六是脚趾出现破口，难以愈合。

不适合热水泡脚，应尽量由专业的血管科大夫把把关，到门诊做一个简单的检查。简单的办法是观察两脚温度是否低，两脚温度是否一样。若两只脚温度不一样，要特别引起重视，温度低的那只脚多有血管病变。

若您没有时间或不便于去医院检查，且目前已发现脚凉，或者两脚温度不一样，洗脚时合适的水温应该怎样判断？现在教大家一个简单的方法，就是一只手伸入水中不感到热，是最好还是去医院由专业的大夫判断一下，以避免上述悲剧的发生。

安阳地区医院血管科/介入中心，尽心为患者服务，为了大家能过一个祥和的新年，我们一起努力。

（安阳地区医院血管科/介入中心主任 张强）



58/ 会测量脉搏和腋下体温。

体温计的持势和方法。先将体温计度数甩到35℃以下，再将体温计水银端放在腋下最顶端后夹紧，10分钟后取出读数。



正常人的脉搏和心跳是一致的。正常成人每分钟60~100次/分。常为每分钟70~80次，平均约72次/分。老年人较慢，为55~60次/分。

洹河边那群冬泳爱好者

□ 本报记者 贾培文/图

大雪节气，当天的室外最低温度降至零下2℃，古城安阳迎来了入冬以来的第一场大雾。正值周六，大雾笼罩下的城市比往日苏醒得晚，清晨时分，到处是一片寂静。然而，在城北方向的洹河岸边，却热闹非凡，一群老年冬泳爱好者摩拳擦掌，向刺骨的河水发起挑战。

“做好了充分的热身运动就能开游了。”坚持13年冬泳的李冰一边向记者介绍流程，一边招呼队员们有序进行准备工作。记者跟随着李冰指引往河边走着。

“我认识你们单位的某某某。”“我和某某是一个小区的。”寻声而去，记者看到这群冬泳爱好者热情高涨，他们七嘴八舌以自己独有的方式给记者打着招呼。大家的热乎劲儿驱散了寒冷的北风，让记者心头一暖。

为了找到最佳拍摄地，记者来到岸边。此时，岸边的台阶上已经结了一层薄冰，加上天气寒冷，行动受限，一个跟跑，记者差点滑入水中。“小心点！”“你可别上来先‘以身试水’了。”大家关心地嚷嚷着。

“没事的，我虽没冬泳过，但游泳还可以。你们请。”记者回应道。

小插曲过后，一切都是顺理成章。穿戴好游泳装备，做好准备工



冬泳爱好者不畏寒冷跳入水中

作，备好上岸后浇身的温水，大家蓄势待发。每次冬泳坚持给大家测量水温和的冬泳爱好者张玉强看过从水中拿出的温度计说：“今天水温7.3℃，大家根据自己的身体状况把握好游泳时间。走，下水！”随着张玉强一声令下，大家纷纷跳入水中。原来，他们冬泳也是遵循一定的规律和经验的。经验丰富的冬泳爱好者为记者进行科普，冬天天气寒冷，室外温度只有几摄氏度，穿上泳装，跳进

冰冷的水中，谁都会冷。所以，一般情况下，水温有几摄氏度，就最多能游多长时间，这样既能达到强身锻炼的目的，又不伤害身体。冬泳时间过长，起水身体就会打寒战。

“冬泳时人体受到冷水刺激，全身的血液循环和新陈代谢大大加强，能增强心血管的功能和人体抗寒能力，抵御疾病的侵袭。”李冰介绍。冬泳是一项特别考验毅力的运动。经过多年的发展，他们已经是一支成熟

的冬泳爱好者队伍，大都一年四季坚持游泳，就算到了冬季，依然每天坚持游泳，在冰冷的水中锻炼身体，磨炼意志。每年进入冬季，他们都会在我市殷都桥和平原桥附近的两处洹河上进行冬泳。

据悉，目前，我市已经有近300名冬泳爱好者，年龄最大的今年已经有83岁了，坚持冬泳时间最长的有近30年了，这其中不少人开始游泳是因为身体出现了亚健康状态，后在有经验的人员指引下进行冬泳。冬泳让大家由同一个爱好相互结识，让他们的生活变得多姿多彩。冬泳在给大家带来快乐的同时又强健了身体。很多人一旦爱上这项运动，一坚持就是一二十年，甚至还影响身边的人加入这项运动。

李冰还告诉记者，虽然不少人对这项运动充满了热情，但进行冬泳锻炼时还是有很多事项要注意。如患有高血压、心脏病等心脑血管疾病的就不建议冬泳，就算身体健康者参加冬泳也建议从天气没有转凉之前开始游，让身体慢慢适应温度的变化。

“我冬泳，我健康，我快乐。”这估计就是这群冬泳爱好者追求的目标。一个早上，他们不惧寒冷，挑战自我，好不热闹。

传播健康知识 搭建医患平台

本版由安阳市卫生健康委员会协办