

“以我所学救治每一位患者”

——记安阳市名中医、市中医院肾病科主任医师刘志霞



□本报记者 郭新星 文/图

“治病救人是一名医者的本职工作，我会以我所学、全力救治好每一位患者。”8月2日，市名中医、市中医院肾病科主任医师刘志霞在接受采访时说。

在刘志霞的办公桌上，记者看到一本《经方医学——六经八纲读懂伤寒论》。虽然她已年近六旬，但从未放弃在医学路上的求索。市中医院为了提升医生医术，组织开展了经方学习班，刘志霞总是积极报名参加。

“医学之路无止境，中医学更是博大精深，更要不断通过学习充实自己，提升医术和服务患者的能力。”刘志霞笑着表示。

毕业于河南中医学院的她对中医药产生了极大兴趣。“中医药是中华文明的瑰宝，蕴含着中华民族几千年的健康理念及实践经验，凝聚着中华民族的智慧。中医药在疾病预防、治疗、康复等方面有着独特优势。”刘志霞说。

毕业后，刘志霞回到了家乡，到市中医院肾内科工作。她见证并亲历了该院肾内科从无到有、由弱到强的发展转变。“当时我们只有2台透析机、3名医生，经过逐步地发展壮大，现在已拥

有50多台透析机，服务近300名透析患者。”刘志霞介绍。

“由于患者病情的特殊性，肾内科是全院采用中医外治法最多的医疗科室。”刘志霞告诉记者，耳针、穴贴、火龙罐、雷火灸、督脉灸等10多种中医外治法都应用在临床，而且对患者的病情治疗起到了不可替代的作用。

一位70多岁患有糖尿病合并肾病的患者薛某，血肌酐指数400umol/L（过高），还恶心、呕吐，辗转多家医疗机构就诊，效果均不理想。后到市中医院肾内科就诊，刘志霞凭借多年临床经验，通过望、闻、问、切，精准判断患者病情，采取了中药和中医外治法。没过多久，这位老太太肌酐下降接近正常水平，血糖也逐步平稳，各类临床症状基本消失。

中医讲究综合辨证施治，刘志霞除了擅长中西医结合治疗肾病综合征、慢性肾炎、糖尿病肾病、高血压肾病等各种肾脏病的诊断治疗，还擅长中药治疗感冒发烧、咳嗽、脾胃病、肾虚及其他疑难杂症。

一位患者常年腹泻，肠胃不好，也是辗转多家医疗机构都没有检查出病灶所在。经过偶然机会，患者到刘志霞这里



刘志霞查看患者病情

就诊。刘志霞经过综合辨证分析出这位患者是脾肾阳虚的病症，经过一段时间的中医汤药治疗，困扰其多年的顽固腹泻被治好了，患者感叹中医神奇，并由衷地感谢刘志霞。

“中医药要坚持传承精华、守正创新。我会尽我所能，将中医优秀理念和传统疗法传承并发扬下去。”刘志霞是这么说的，也是这么做的。在培养年轻医师方面，她凭借自己多年的临床经验，通过“传帮带”坚持做好师承教育。

去年，刘志霞被确定为河南省中医药青苗人才培养计划项目指导老师。

作为肾内科的“领头雁”，刘志霞把科室的重担担在了肩头，始终把患者放在心上。刘志霞要求别人做到的，首先自己做到。在疫情期间，市中医院每个科室都要抽出医护人员进行核酸采样工作，每次刘志霞都是带头前往一线。她虽然是科室负责人，各项工作很繁忙，但核酸采样工作她参与的次数却是科室最多的，起到了很好的表率作用。

图说新闻

→8月11日，市夕阳红颐养院协同上级单位市第三人民医院多学科专家团队，向本院入住老人开展以“防治慢性病、促进老年健康”为主题的查房问诊活动。同时，工作人员向老人发放健康宣传暨养老防诈骗手册，充分发挥医疗优势，为老人筑牢养老防诈“安全墙”。

(陈伟 摄)



←8月12日下午，市第六中学2021级10班志愿服务队在班主任老师的带领下，来到北关区豆腐营街道向社区开展社会实践活动。

市老干部局银龄志愿服务队队长李如生给同学们上了一堂思政课，围绕社会主义核心价值观，教导他们要热爱党、热爱祖国、热爱人民，珍惜现在的美好生活，奋发学习，将来报效祖国。同学们听后倍受鼓舞，表示要树立正确的价值观，把学习同国家的前途、命运结合起来。

(孙连奎 摄)



●专家话健康

关注近视 享清晰世界

□韩宝军

世界卫生组织的研究报告显示，中国近视患者人数超过6亿，青少年近视率居世界第一。中国已经成为世界第一近视大国。

近视是屈光不正的一种。当眼在调节放松状态下，平行光线进入眼内，其聚焦在视网膜之前，这导致视网膜上不能形成清晰像，称为近视眼。

儿童和青少年视力健康是一个关系着国家和民族未来的大问题。我国学生近视呈现高发，低龄化的趋势，严重影响着孩子的身心健康。教育部等十五个部门联合制订了《儿童青少年近视防控光明行动工作方案》，提出针对不同学段青少年、不同类型学校和不同地区防控实际情况，采取有针对性的近视防控措施，减少新发近视率、减缓近视进展，降低重度近视率。国内科研机构通

过临床研究，提出了健康用眼三点：1.连续用眼时间幼儿园儿童不超过20分钟，小学生和初中生不超过30分钟，高中生不超过40分钟；2.连续看近处后，立即远眺20秒~30秒；3.看物体时别歪头，尽量做到双眼到所视物体的距离基本相等。国外近视专家也有类似的推荐，比如20-20-20护眼法则。第二个有效的方法是用低浓度（0.01%~0.05%）的阿托品眼液点眼。此外，角膜塑形镜也被证实是近视控制的一种有效手段。

如果发现孩子视物模糊，首先应该到专业的眼科机构进行包括眼轴的测量、角膜曲率、小瞳验光、散瞳验光、同视机检查等相关检查，以此来准确地判断孩子的屈光状态，建立专门的青少年屈光档案并采取个性化的矫正。

对于年龄超过18岁，眼球发育相对成熟稳定，近视度数没有明显增长，如果

有摘镜的需求，也可以考虑屈光手术矫治。屈光手术有严格的条件限制，不是所有的近视人群都适合手术矫治。需要对安全性、有效性和舒适性进行详细的评估。目前主要应用的有激光角膜屈光手术和晶体手术两大类。激光角膜屈光手术就是利用激光在角膜表面进行精确的扫描，通过改变角膜表面的曲率，达到摘镜的目的。近视眼手术时间很短，却是个非常精密的手术，对医务团队及医疗设备有非常严格的要求，包括年龄、角膜厚度、近视度数、眼压、眼底情况以及可能存在的隐患、一些全身疾病及心理健康都要进行严格的筛查。

随着全球科技水平不断发展，相关设备应用了包括诺贝尔奖的最新科技，手术过程都在可控范围内，术后的可预测性和稳定性越来越高。我国每年近视手术超过260万例，并且呈逐年增长的趋势。

激光角膜屈光手术后短期内会有一些不适，比如干眼，大部分人只有轻微的不适感觉，可以用人工泪液滴眼液或促进泪液药物点眼来缓解；术后一段时间（1个月至2个月）会有轻度的看近物模糊，随着眼睛调节力的恢复适应，也会慢慢消失；还有些术后会有轻微的夜间眩光的症状。

由于近视激光手术仅在人角膜中央区6毫米~8毫米范围的表面进行了一定的切削，不会进入眼内，对眼内组织和结构不会造成影响，所以即使老了得了白内障、青光眼等眼病也不用担心，仍然可以进行正常的手术治疗。

(作者系安阳市眼科医院屈光手术中心副主任)

本栏目由安阳市疾病预防控制中心、安阳市健康教育所主办

豫健科普



如何预防红眼病？

指导专家：
河南健康科普专家
濮阳市妇幼保健院 安宇雷

什么是红眼病？

红眼病，医学上称作急性出血性结膜炎，患者多表现为结膜高度充血，眼睛痒、痛等刺激症状明显，常见结膜下出血，还可导致角膜上皮损伤等。

红眼病的症状

红眼病是由病毒感染眼睛导致的，人群普遍易感，夏秋季为高发季节。

红眼病的传播

红眼病具有发病快、传染性强的特点，主要通过水或直接接触传染。红眼病患者的眼睛分泌物中含有大量病毒，感觉眼部不适，会经常用手揉擦眼睛；眼睛分泌物污染手指、毛巾等，再通过污染的手触摸它物而传染他人。该病常在幼儿园、学校、医院、工厂等集体单位广泛传播，造成暴发流行。

红眼病的预防



1. 严格注意个人卫生和集体卫生，提倡勤洗手、洗脸，不用手或衣袖擦拭眼睛。
2. 一人一巾一盆，不与他人混用。
3. 急性期患者需隔离，以避免传染，防止流行。
4. 严格消毒。病人用过的及接触过的物品应进行严格消毒。
5. 在接触病人之后必须洗手消毒，以防交叉感染，必要时戴防护眼镜。

河南省卫生健康委员会宣传处 指导
河南省疾病预防控制中心 制作
河南省健康中原服务保障中心

