

昏迷三十余天 最终康复出院

市人民医院成功救治一名重症脑炎患者

本报讯（记者孙阎河 实习生申孟杰 通讯员宋桀）日前，记者从市人民医院获悉，在该院多个科室的共同努力下，一名昏迷 30 余天的重症疱疹病毒脑炎患者被成功救治。目前，这名患者已经康复出院。

前段时间，今年 58 岁的李女士因患脑炎疾病住进了当地医院。后来，李女士不断出现抽搐频繁、左肢瘫痪、高烧不退等症状，被紧急转送至市人民医院神经内科二区。入院当晚，李女士便陷入了昏迷。该科主任吕海东和主任医师秦冬香接诊后，经过详细检查和缜密诊断，确定李女士为重症疱疹病毒脑炎。

治疗 3 天后，李女士继续出现消化道出血，并很快转为继发吸入性肺炎，胸片显示两肺重度感染。之后，由于持续出现高热、舌后坠、呼吸微弱、血氧饱和度进行性下降等症状，李女士又被紧急转送至 ICU 进行治疗。ICU 北区主任张武奎与吕海东及主管医生会诊后决定，为了稳定患者病情，对其进行气管插管，用呼吸机辅助呼气，并进行生命支持等综合治疗。然而，患者的病情依然持续恶化，并出现双瞳孔散大、重度昏迷。但是，各科医护人员并没有放弃治疗，而是不断调整治疗方案，全力挽救患者的生命。

在 ICU 病房治疗 21 天后，李女士的病情开始出现转机。“观察期间，我发现患者偶有睁眼动作，当时就想，她有救了。”提起当时的情况，时常守在李女士病床前的吕海东说。吕海东观察到的这个细微动作让所有医护人员看到了希望。之后，又经过一段时间的巩固治疗，李女士被转送至神经内科二区。

在该病区继续治疗期间，由于患者肺部感染严重，吕海东特请来呼吸科、中医科医生进行协作治疗。不久，患者肺部感染也得到了有效控制，痰液变少，体温下降，神志逐渐清醒，并成功拔出气管插管。然后，经过高压氧治疗后，患者神志得到彻底恢复。

据了解，市人民医院神经内科二区是我市最早成立的神经专科、市临床医学重点学科、医院重点科室。此外，该科还是市神经病学研究所、市神经内科疑难病会诊中心、市卒中单元病房、省神经肌肉病诊疗中心。该科开展的急性脑梗塞动脉介入溶栓治疗和静脉溶栓治疗、缺血性脑血管病的血管内支架治疗、重症脑出血穿刺微创治疗、难治性癫痫的治疗、重症一氧化碳的抢救、各种痴呆症与震颤麻痹的治疗、各类神经肌肉病的诊治等都位居我市前列，尤其在急性脑血管疾病的抢救与治疗、重症脑炎和重症肌无力的抢救、难治性癫痫和神经肌肉病的诊疗等方面，达到了国内先进水平。



老人穿凉鞋要穿袜子

夏季到来，很多年轻人都会光脚穿着一双漂亮清爽的凉鞋，很多老人却不敢，怕着凉、受伤，从而对凉鞋敬而远之。老人脚的关节、韧带、骨骼因老化缘故，导致足弓逐渐塌陷，对身体的支撑能力明显下降，因此对鞋有更多要求。在选择凉鞋上，其实只要具备以下几点，一样可以轻松凉爽一整夏。

硬底软垫。老人穿的凉鞋，质地不要买塑料或硬皮革的，应保证鞋面面料的柔软，软皮的比较适合，但鞋底则不宜太软。硬底鞋所具备的一些好处是软底鞋所没有的：坚硬的弧形鞋底模拟了行走时足底的屈曲，可对行走产生助力。不光是鞋底，有一定硬度的鞋后帮也可抗挤压，给予后跟部更大的承托力量。

系带凉鞋。最好能随时调节肥瘦，如系带或有粘扣的鞋。因为包括老人在内，很多人的双脚会在下午出现水肿，如果此时凉鞋过紧，会使脚部血液循环不畅，热量不能有效到达脚部，还可能引起脚趾肿胀。可调节肥瘦的系带凉鞋可避免这一问题。同理，老人选择凉鞋尺寸一定不要偏小。

防滑性能好。不要选那些鞋底太平面的，一沾水就很滑，尽量选择带防滑纹鞋底的鞋，通过加大鞋与地面的摩擦力，减少老人腿部的紧张度。另外，鞋跟最好不超过 3 厘米，越接近地面的稳定性越好，也就越不容易滑倒。但完全平跟也不合适，可以有 2 厘米左右的鞋跟，提高老年人足底的抗震能力，有保护脊椎椎间盘的作用。

透气性能好。老人穿上凉鞋后，皮肤湿气散发量为每 12 小时 15~40 克。若湿气滞留在鞋内超过 4~5 小时，脚越湿，散失的热量越多，进而导致着凉。因此，老人选择凉鞋尽量不要大面积皮革，透气裸露部分多些，尤其鞋帮两侧要有透气孔。

穿一双薄棉袜。虽然凉鞋的透气性很好，但人的双脚很容易出汗，不穿袜子时，脚底直接接触凉鞋，会使脚底皮肤浸泡在汗液里，导致适宜真菌生长的湿热环境形成，引起脚部真菌感染。因此，老人在穿凉鞋时配一双薄棉袜子，可以很好地吸汗，防止磕碰以及细菌、灰尘等带来的患病风险，还能防止老年人脚凉，对足底有一定的保暖效果。

时 报



抗过敏药要换着吃

常用的非处方抗过敏药有氯雷他定（开瑞坦、息斯敏）、西替利嗪（仙特明、西可韦）、赛庚啶等。它们各有特点，如寒冷性荨麻疹用赛庚啶效果较好；治疗慢性过敏性疾病，因需治疗时间相对较长，应选用副作用较小的药物，如氯雷他定。

不过，任何一种抗过敏药都存在“耐药性”。因此，药剂师建议，连续服用同一种药 1 个月后，应适当更换其他药物。如果一开始的过敏症状比较严重，可以在医生的指导下，同时使用两种抗过敏药，这样既能增强治疗效果，也可预防耐药现象的发生。

一般情况下，医生嘱咐患者不要用茶水送服药物，这主要是考虑茶中的鞣酸与药物有效成分易发生化学反应，但抗过敏药例外。多数人服用扑尔敏、苯海拉明、赛庚啶等抗过敏药后会感到困倦乏力，因而影响工作效率。若用茶水送服，则能不同程度地改善这些不适症状。

小 石

痴心为医济苍生

——记市第二人民医院妇瘤科主任王虹

机会垂青有准备的人

本报记者 朱传胜

在市第二人民医院，不乏有一些身怀“绝技”的人，王虹就是其中一个。几个月前，她以全省第一的佳绩，被公派到德国交流学习，在我市卫生系统，仅有她一人。从德国学成归来后不久，她就被市第二人民医院领导任命为妇瘤科的“新掌门”。

医海无涯苦作舟

就像成龙所唱的《真心英雄》中那句歌词：没有人能随随便便成功。王虹之所以能不断攀上人生和事业的一个又一个高峰，也并非偶然。

接受记者采访时，这名外表文静的“女掌门”向记者展现了她内心坚韧的一面。

“进入医院工作一两年后，我突然发现，自己所不知道的东西太多了！”王虹说，“从那时起，我内心萌发一个念头：我要考研，要向医学的高峰攀登。”

一边忙工作，一边忙考研，这对于王虹来说，是一个考验。何况，当时她已经成家了。

在得到爱人的理解后，王虹将内心的想法付诸于行动。白天，她踏实工作；夜晚，她捧书苦读。

“当时，我不知哪来的一股劲，每天学到凌晨 2 时才入睡，这样的日子一直持续了一年多，那时看一场电影对我来说，都感到很奢侈。”

有付出就有回报。2003 年，她终于圆了医学硕士梦，当年，她被中国人民解放军总医院（解放军 301 医院）录取，学习妇科肿瘤专业。而她的导师，则是我国妇科微创泰斗宋磊教授。在那 3 年，她潜心苦读，遨游在医学知识的海洋中。

2006 年，医学硕士毕业的她，本有机会到国内知名医院发展，但是她坚定地选择了回市第二人民医院工作。用她的话说，在肿瘤方面，市第二人民医院实力强大、口碑好，与自己的专业对口。更重要的是，院领导的发展眼光让她看到这家医院的发展潜力。

整合医疗资源 守护群众健康

市人民医院与温县第二人民医院建立协作关系

本报讯（记者孙阎河 实习生申孟杰 通讯员宋桀）日前，市人民医院与温县第二人民医院建立协作关系揭牌仪式隆重举行，市人民医院院长李全民与当地政府和卫生部门负责人参加了在温县第二人民医院举行的揭牌仪式。

近年来，我国公共医疗资源配置不均和体系失衡一直是困扰医疗卫生事业发展的重要难题，并因此直接导致城市大医院虽然不断扩张规模，但病患仍是“一号难求”，而基层医疗机构很少有患者光顾、农村医疗机构缺医少药等问题不断。为了使医疗服务体系建设上下联动，盘活医疗资源，使医改工作深入城乡社区，惠及广大群众，市人民医院领导班子经过深入调研、广泛走访，决定与温县第二人民医院签订医疗联盟协议，建立协作关系。

揭牌仪式上，李全民指出，成立焦作市医疗联盟是贯彻落实国家医

改方针政策的具体实践，对于整合焦作地区优秀医疗资源，实现互利共赢，造福广大群众有着重要的现实意义。今后，市人民医院将继续加强与协作医院之间的交流与合作，充分发挥各自的功能与作用，切实为守护广大群众的生命健康作出应有的贡献。

据了解，目前，与市人民医院签订医疗联盟协议的医院中已有 50 余家正式挂牌，10 多家联盟医院同市人民医院相关科室建立了友好协作关系。近年来，市人民医院更是先后选派多批医疗和护理专家到协作医院进行查房、坐诊、授课、手术等，大大增进了与协作医院间的沟通交流，拓宽了医疗服务领域和发展空间，为我市医疗卫生事业的发展起到了积极的推动作用。

揭牌仪式结束后，市人民医院多名医疗专家在温县第二人民医院进行坐诊、查房等，受到当地患者和医护人员的热烈欢迎。

夏季健身谨防器械染病

随着全民健身运动的开展，很多公园、广场和居民小区里都设置了公共健身器，为大家强身健体提供了方便。值得注意的是，运动锻炼也别忘了卫生，特别是在夏季，谨防健身器械染传染病。

调查显示，由于条件有限，大多数公用健身器械缺乏定期清洗和消毒，长期露天“站岗”，器械上难免附着灰尘和污染物。不仅如此，作为公共设施，这些健身器械每天要与许多的人打交道，大量的细菌和微生物都可能通过人体皮肤沾染在健身器械的表面，并以此为途径再传染给下一个使用者。特别是在夏季，有些锻炼者不注意卫生，常用出汗的双手抓握健身器，有的人甚至会在健身之前往手心里吐一口唾液，这些不良习惯都有可能把健身器变成致病菌停留、传播的中间渠道。

老年人和儿童身体素质差，对

疾病的抵抗力较弱，有可能因此而传染上感冒、肺炎、扁桃体炎等疾病。夏季天气炎热，病菌比其他季节更活跃，急性结膜炎、细菌性痢疾和皮肤病也更容易传播，损害身体健康。为防止健身器械染传染病，健身者应注意以下几点：

检查器械是否牢固。据了解，设置在公共场所，特别是居民小区的健身器械，没有专门的维修人员，有不少健身器械是“带病上岗”的。因此，在健身前一定要对器械进行安全检查，防止对身体造成伤害。

健身前清洁器械。每次使用公共健身器械之前，最好认真清洗身体易接触健身器的部位，如果有条件，可随身带几张湿纸巾，在健身之前先将健身器的扶手等部位擦拭一遍，健身之后再擦擦手和胳膊。这样可有效防止病毒或细菌沾染在身体上，传染疾病。

健身后立即洗手。每次健身之



后卫生清洁的重点是双手。洗手之前，不要直接用手擦眼睛、嘴或吃东西。如果带着小孩去健身，要避免其接触健身器后把手放在嘴里，或是拿着食物边玩、边吃。

讲究公德维护环境。为大家

的健康，要养成良好的健身习惯，患传染病时最好不要使用公共健身器；不要用汗湿的或带有唾液的双手接触健身器；尽量别让宠物接触健身器或是在其附近便溺。

博 恩

让肝腹水患者重获健康

本报记者 朱传胜

两年前，因患上顽固性肝腹水，吴老汉被我市一家医院的医生判了“死刑”。不放弃治疗的吴老汉随后又来到了市第三人民医院就诊，在感染三科副主任张淑娥的妙手医治下，肝腹水竟被“降伏”了。7 月 14 日，是吴老汉定期复查的日子。复查结果显示，他的情况比张淑娥预料的要好得多，所查指标也比较平稳。

吴老汉今年 66 岁，是武陟县一位农民。两年前，他因肝衰竭、肝腹水入住我市一家医院接受治疗，尽管花费了 3 万多元，但吴老汉仍被医生判了“死刑”。后来，在熟人的介绍下，吴老汉慕名到市第三人民医院找张淑娥求治。

“当时，他的肚子里有大量的腹水，腿部和脚浮肿严重。”张淑娥说，“经过各项检查后，我根据他的实际情况制订了一套完整的治疗方案。经过十几天的治疗后，他的肝腹水就消退了，各项指标明显好转，出院时结算时，他仅花了一万余元。”

出院后，张淑娥担当吴老汉的家庭医生，不间断指导吴老汉用药。同时，吴老汉也把张淑娥的话当做“圣旨”，不折不扣地执行，并按照规定定期到医院复查。

由于吴老汉积极配合，治疗效果非常明显：农忙时，他能下地干活；农闲时，他还能到外面去打工挣钱。

“来复查的那一天，他给我说，现在在一家工厂找到了一个门卫的工作，一月能挣 800 多元。”张淑娥高兴地说。



30 余篇，出版专著 1 部，市级科研成果 2 项；对老年性疾病、慢性非传染性疾病以及慢性肝炎、病毒性肝炎、肝硬化、脂肪肝、酒精肝、痢疾等疾病的诊断和治疗具有较深的研究。

专家面对面

焦作市第三人民医院主办
治疗乙肝 首选三院
电话：13839158073

张淑娥 市三医院感染三科副主任、副主任医师，焦作市医学会感染病学会委员；长期从事临床工作，在国家级、省级、市级专业刊物上发表论文

时遇到了麻烦。王虹了解情况后，自掏腰包，买了些“爱心伞”，供该科住院患者家属免费使用。

“患者离开家来到这里住院，肯定有许多不便之处，如果我们换位思考一下，从小事入手，为患者及其家属解决一些实际困难，关注她们住院时的舒适度，就真正能把人性化服务落到实处。”王虹说，“下一步，我们将会为患者及其家属解决更多的问题。”

与国际接轨

记者注意到王虹的名片上，除了一面用汉语表述外，还有一面是英文介绍。从这个细节就可以看出，王虹的视野比以前开阔了。看来，她已做好与国际接轨的准备工作。

最近一段时间，在早上交班时，从该科医生办公室总是传出用英语说话的声音，这是他们正在用英语进行交班。这项措施是王虹提出的，因为德国之行让她深刻认识到，国际医疗领域间的交流日趋广泛，这对医务人员的外语水平，特别是英语水平提出了新的要求。

为了提高整个团队的英语水平，王虹让该科医务人员每天早上分别用英文和中文书写医生交班本，并用英语大声念出交班记录。即使医务人员工作繁忙，也不能影响到英文单词的学习。

刚开始，年轻的医生们都不太习惯，特别是面对各种病种的专业英文单词时，更是束手无策，既陌生又拗口，更不用说脱口而出了；另一方面，交班的护士起初也不适应，因为听不懂交班的内容，再加上对专业英文单词理解不到位，遇到的困难也不少。即便如此，王虹仍不放弃。

在她的鼓励下，现在该科医务人员已突破学习英语的困境，学习热情也逐渐提高了。如今，不少医生能够熟练运用英语对患者的病情、床号、诊断以及病情变化等进行表述了。

而这，与该院领导班子打造一批全球化、复合型的医务人才队伍的战略目标不谋而合。由此，我们有理由相信，在王虹的带领下，市第二人民医院妇瘤科会越做越大、越做越强。

宝宝红屁股 莫用热水洗

用尿布的宝宝经常会出现臀部皮肤发红、湿烂，这就是尿布皮炎，俗称红臀。尿布皮炎的发生原因是尿布洗涤不勤或者使用塑料布等不透气、不吸潮的材料包裹尿布，致使宝宝臀部的皮肤经常受湿热的刺激而发生皮肤炎症。

尿布皮炎的早期表现是在接触尿布的部位出现大片的皮肤发红、粗糙，如果不注意，进一步发展会出现丘疹、疱疹，严重的会导致皮肤糜烂、溃疡。

对于尿布皮炎要注重预防，尿布要选用纯棉布料，如果使用纸尿裤也要选择品质好、透气性极佳的纸尿裤；尿布要勤换，并要充分洗净、晾干；还要注意宝宝穿衣、盖被不要过多；适度晒太阳，在适宜的光线下充分暴露臀部晒上 1 个小时，使臀部干爽。

如果出现了红屁股，可以用茶水清洗宝宝的臀部，茶水中含的茶多酚是水溶性的物质，呈弱碱性，能去除皮肤的油腻，收敛毛孔，具有消毒杀菌的作用，但要注意不要用热水清洗臀部，可以用温水清洗；不要用肥皂水清洗臀部，肥皂碱性较强，会刺激宝宝的屁股更红；不要在宝宝的臀部涂抹大量的爽身粉，过多涂抹爽身粉，吸附汗液后，会堵塞毛孔，影响汗液分泌，使皮炎加重。

如果只是皮肤发红，只要勤用茶水清洗，保持局部干燥、清洁，一般两三天即可痊愈，如果发生皮肤糜烂、溃疡，应该到医院诊治。

当 代

长期看电视 幼儿身体差

让儿童看电视是现在不少家长哄孩子安静的手段，但一项最新研究显示，两到四岁的幼儿看电视越多，其在身体素质测试中的表现可能越差。

英国最新一期《国际行为营养和体育运动杂志》刊登的报告说，加拿大蒙特利尔大学的研究人员跟踪调查了 1300 多名幼儿在两岁半到四岁半之间的情况。这些孩子在两岁半时平均每周看电视 8.8 小时，此后该时间逐步延长，到四岁半时达到平均每周 14.8 小时，有 15% 的孩子甚至每周看电视超过 18 小时。

在四岁半时对这些孩子进行身体素质测试显示，那些看电视时间较长的孩子，其身体素质明显较差。看电视时间太长会导致孩子久坐不动，这是对孩子生长发育不利的因素，本次研究用量化调查证实了这一点。研究人员还提醒，如果孩子幼时身体素质和体育成绩不好，可能会对体育运动丧失兴趣，导致长大后出现肥胖症等问题的风险增加。专家建议，两岁半的幼儿看电视的时间最好不要超过每天两小时。

黄 莹