

近乡情“切” 义满天湖

——常州江南医院天湖村义诊记

“我建这家医院就是为了给我家乡的亲人带来最好的医疗资源,让他们不用为了看病到处奔波。”这是常州江南医院董事长莫翠平的建院初衷。常州江南医院开展“江南医院专家义诊活动”,就是践行这一初衷的重要一步,也是彻底消除群众与高级专家之间距离的关键一步。

11月16日,常州江南医院专家义诊团队来到董事长莫翠平的家乡直溪镇天湖村。本次的义诊专家团队由大内科主任巩维如专家副院长、国际肿瘤中心主任翟瑞仁专家副院长、呼吸内科主任祝筱姬、老年科医学科/全科医学科主任严丽荣、消化内科主任孙端金、耳鼻喉科主任李响、眼科主任毕鸿耘、皮肤科主任时万杰、妇产科主任王中凡、口腔科主任荆涛、超声医学科主任龚念梅、神经内科主任李艳娥、心内科医生王仁学、普外科医生黄有清、泌尿外科医生张德民、妇产科医生罗晓红、妇产科医生邓玉萍、麻醉科医生周琳、远程医学中心副主任医师于锦霞、大外科护士长于丽娟、大内科护士长卢松青等人组成。整个义诊活动持续一整天,吸引了来自天湖村排年片、天湖片、建中来、袁家片四大片区200多位村民前来。活动尚未开始,就有一大批村民在村卫生所门前广场上翘首以盼。当专家团队到达后,有村民感慨:“哇!你们江南医院的医生好多啊!”村民的表现也让现场专家感受到他们的淳朴与可爱。义诊开始后,现场有的村民在工作人



员的指导下自觉在需要就诊的科室的专家前排队,有的村民有序地进行血压、心跳、视力等各项检查,再根据检查结果由工作人员带领到各个科室的专家前就诊。

专家们对待每一位前来问诊的村民都认真负责。有的慢性病患者如高血压、糖尿病患者带着自己目前服用的药物前来咨询,专家根据病人病情及用药情况进行分析,然后制定更有效的用药方案;有的患者带着自己过去的检查材料前来询问,专家也会根据检查情况为患者推荐治疗方案;有的患者不识字,看不懂专家给他们写下的医嘱,专家也会不厌其烦地为他们进行讲解;对于一些村民患有无法真正治愈的退行性老年病,专家们也会给出缓解病痛的方法。江南医院的专家们专业的回答与热情

的服务,换来了村民们的交口称赞与声声感谢。对于专家团队的每一位医生来说,这一句句肯定与一声声感谢,比秋日暖阳更让人暖心。作为一家定位为高级专家型综合医院的医疗服务机构,常州江南医院以“一流的专家、一流的设备、一流的技术、一流的服务”为特色,但这一特色并没有让医院变得高高在上,它还是扎根于普通百姓,还是很接地气,还是在“努力缩短普通百姓与高级医疗专家的距离,促进公平就医”的道路上不断前行!

张洋 王国俊



老人病危牵动人心 协同救治转危为安

11月13日中午,薛埠镇敬老院送来一位79岁肺部感染危重老人。来院时老人唇紫绀,粘稠痰液阻塞气道,出现呼吸困难,处于高度昏迷状态。患者病情危重,接诊医生遂向敬老院及其家人下达病危通知。莫翠平董事长知情后,要求江南医院医护人员尽全力抢救。医务部邵焕庆主任当机立断决定送ICU抢救,同时报告茅建院长,茅院长立即作出指示,举全院之力全力抢救,同时召集专家副院长兼大外科主任褚海波教授、呼吸内科祝筱姬主任、心内科王仁学主治医师、肾内科柴秋娥主任、肿瘤科张旭主治医师等相关专家紧急多学科会诊,认真分析病情。麻醉科周琳主任、紧急气管插管操作,随即进行呼吸机辅助呼吸。考虑患者低容量肾灌注导致肾功能受损,如不及时纠正,有可能发展急性肾功能衰竭。褚副院长凭着多年抢救危重病人的临床经验,果断指示快速静滴白蛋白,使用速利尿尿。经过紧急治疗,患者病情有所好转。抢救过程中,医务部协调药房,保证所用药物迅速到位。茅院长及时电话联系原南京军区总医院相关专家,听取专家建议和治疗方案,并决定成立由医务部邵焕庆主任为组长的抢救小组,会诊专家24小时待命,褚副院长带领ICU团队实施具体治疗,及时调整呼吸机参数,保证患者充分氧合。次日,患者尿量达到1000毫升,精神状态明显好转,血氧饱和度明显改善,体温回升到正常,四肢温暖,末梢循环良好,患者顺利度过休克关。

11月19日,经过6天的精心治疗,患者各项检验指标,各器官功能逐渐恢复,生命体征正常,已成功度过危险期。

江南医院这种把救治患者生命放在首位,团结协作,急病人所急,想病人所想的高尚医德,受到了患者家属和社会的广泛赞誉。

郭德华 林涛 刘亚臣

别惯孩子“三气”

心理学认为,6岁前是性格养成的关键期。现代社会,不少孩子身上都有娇气、脾气、小气等性格问题,这些一定程度上与家庭教养方式有关。因此,家长最好抓住黄金期,给孩子性格养成打下好基础。

娇气。孩子作为家中的“千金、小少爷”,从小娇生惯养,父母不愿意孩子吃苦、受委屈,保护过度,孩子很容易变得娇气。娇气的孩子往往缺乏基本生活技能,不能吃苦,不能被批评,心理承受能力比较弱。对于有“娇气病”的孩子,家长不妨从以下方面进行教育。1.引导孩子多干家务,教会孩子一些必要的劳动技能,鼓励他在力所能及的范围内干一些累活、脏活。2.多让孩子参加一些有挑战性的活动,比如长跑、爬山、攀岩,磨炼意志。3.当孩子表现出退缩、找借口等行为时,家长要不以为所动,鼓励



孩子。只有当他们勇敢尝试迈出第一步,才能享受战胜娇气的快乐,获得成就感。

脾气。由于家庭溺爱,有些孩子形成以自我为中心的个性,不考虑别人感受,动不动就乱发脾气。发脾气既影响自己的身心健康,同时也会伤害别人、破坏人际关系。建议家长在教育方面应遵循“疏怨气、制怒气”

的原则,引导孩子用正确的方法宣泄不良情绪,比如可以和父母、可信赖的朋友敞开心扉,或把不开心写下来;用“代币法”增强孩子的自控力,家长可以和孩子约定,如果一天没乱发脾气就奖励10分,两周下来如果获得满分,就把分数兑换成孩子想要的物品作为奖励。需要注意的是,面对孩子发脾气,家长不要靠打骂解决,在没有安全问题的前提下,可隔岸观火,随他去闹,待孩子平静下来再与他说理。

小气。“什么都应该是我的”是不少独生子女的潜在意识,不懂得与人分享、斤斤计较。家庭是孩子成长的第一所学校,在家里父母要营造主动分享、互敬互让的氛围,比如,有好吃的要分享给大家,别让孩子独食。同时,还要引导孩子与同伴分享玩具,体验快乐。多带孩子做慈善活动,可以把家中一些不用的东西主动捐赠出去,做好表率。还可通过讲童话故事、成语故事、名人故事等鲜活事例,为孩子树立榜样。

喝绿茶吃胡萝卜 可治老痴



美国疾控中心数据显示,在未来40年内,美国阿尔茨海默病人数量成倍增长。来自南加州大学的一项新研究表明,绿茶和胡萝卜中含有的特殊成分能够帮助小鼠恢复记忆和视觉空间认知能力。这有可能为人类治疗阿尔茨海默病带来新的突破。

研究人员对绿茶中的表儿茶素和胡萝卜、燕麦、番茄中所含的阿魏酸进行了实验。他们将体内存在阿尔茨海默病基因的小鼠分为4组,并在每一组内增加了同等数量的健康小鼠。小鼠吃4种饲料:表儿茶素和阿魏酸、表儿茶素、阿魏酸、无效对照剂。随后,研究人员通过神经心理学测试,检测小鼠在食用上述饲料之前和之后的问题

解决能力、记忆力、视觉空间能力变化。一开始,在“Y型迷宫”测试中,健康小鼠会本能地顺着迷宫的两条“手臂”寻找食物或逃跑,而患病小鼠则是随机乱跑。3个月之后,同时服用表儿茶素和阿魏酸的小鼠表现得同健康小鼠一样出色。

南加州大学凯克医学院神经科学教授泰伦斯·唐表示,表儿茶素和阿魏酸可以防止淀粉样β蛋白进入大脑并抑制神经元,避免大脑产生记忆丢失或混乱。它们似乎还能减少大脑的炎症和氧化压力,这些都与阿尔茨海默病相关。新研究结果表明,以植物为来源的补充剂和药物的联合疗法有助于减缓或预防阿尔茨海默病。

冬季吃芋头 疾病绕道走

时下芋头大量上市了,它深褐色圆形,表面不光滑,外皮有长短不一的毛刺,虽然外形看起来有点丑,但却是药用价值很高的食物。中医认为,味甘辛,性平,具有消瘿散结,通便解毒,益气健脾,添精益髓之功用。《滇南本草》有“芋头治中气不足,久服补肝肾,添精益髓”的记载。长期食用,对于甲状腺结节,子宫肌瘤,卵巢囊肿,乳腺增生,皮下脂肪瘤,纤维瘤,肝、肾囊肿,慢性淋巴管炎及各种恶性肿瘤有一定预防和辅助治疗作用。

消肿抗瘤

根据中医“取象比类”的理论,毛芋头像似肿瘤,具有散结消肿,防癌抗癌作用。毛芋头中富含丰黏液蛋白,能产生免疫球蛋白,提高机体的免疫

力。可作为防治肿瘤的常用主食,在癌症手术或术后放疗、化疗及其康复过程中,也有辅助治疗的作用。

补中益气

芋头含有丰富的黏液素及多种微量元素能增进食欲,帮助消化,适用于神疲乏力、精神萎靡、气短多汗、反复感冒、过早衰老等的辅助治疗。

防治痛风

中医认为,毛芋头具有消肿散结的功用。芋头为碱性食品,能中和体内积存的酸性物质,协调人体的酸碱平衡,能缓解痛风患者关节肿痛等症状。

紧致皮肤

芋头富含胶原蛋白,其黏滑之性可防治皱纹过早产生,保持肌肤水分,增强皮肤的弹性,可以起到紧致皮肤,延缓衰老的目的。

以下推荐几道芋头的做法

清蒸芋头

将芋头清洗干净,锅中加适量水,放入蒸笼中。蒸至芋头用筷子轻松插入即可,剥皮早餐食用。

白菜煮芋头

将芋头洗净去皮放入煮好的青菜或白菜汤中,煮10分钟,加入盐即可。

回锅芋头

将芋头洗净,放入水中煮熟,去皮后切片备用。起油锅,放入少许洋葱和干辣椒段爆香,加入切好的芋头翻炒,等芋头表面呈金黄色后,放入少许食盐即可。

拔丝芋头

芋头洗去皮切块,油炸至外表金黄捞出控油。另取炒锅放入少许油,加入适量白糖小火熬至全部融化并冒出小泡时,加入半小勺醋,熬至糖的颜色变黄,再由黄转红,立刻关火。后将炸好的芋头放入翻炒,均匀沾上糖浆,趁热上桌即可。