金阊医院"送医上门"解难题，爱心服务暖人心

生活中，总有一些瞬间让我们温暖，也总有一些故事令我们感动！生命相托，守全力以赴。用真情换来真心，一个微笑，一声感谢，背后都是不懈的努力、温情的坚守！

2020年11月11日，就像这段时间忙碌的每一天，苏州金阊医院党支部李亚平书记，又开启了自己另一个繁忙而充实的义诊日。这天的义诊之行，目的地为本市知名的城中路社区。而作为义诊活动的带头人，李书记也早早地就联络好了社区安排好一切，确保了随诊医务人员、司机等，应社区民众需求，此次社区义诊之行，还特邀了金阊医院内分泌科吴敏主任及针灸科于静文主任一同前往。

然而，正在义诊大军整装待发时，一位特殊访客的到来，暂停了李书记们出发的脚步。这位访客就是光大汇晨苏州阳山老年公寓的刘老伯，他特意来到金阊医院，不仅专程来看专家门诊，还为李书记带来了一封包含情感的"手写信"…

写信的张老先生同样来自光大汇晨苏州阳山老年公寓，就在不久前的11月6日，李亚平书记带领义诊团队前去过这家老年公寓进行过义诊。

据悉，自今年10月10日苏州金阊医院「2020年大型公益社区系列义诊」正式启动以来，为进一步下沉优质医疗资源，加强基层医疗服务水平，提升群众高水平医疗医护意识及度，保障人民健康，在苏州金阊医院党支部书记李亚平的带领下，一支由金阊医院口腔科、妇科、内科、外科、中医科及眼科等专家、医护组成的医疗小组，已陆续在全市各社区开展了以"义诊进社区·医疗保健康"为宗旨的义诊活动多达近20场。

其中，11月6日的光大汇晨苏州阳山老年公寓义诊，便是今年义诊之行的第16场，受到了该养老公寓及老年群众的热烈欢迎。

此次李亚平书记收到的来信中，张老先生便对11月6日金阊医院李亚平书记义诊一行，特别是口腔科牙医曾医生的精湛医术及贴心服务，表达了高度赞扬和感谢。书信情真意切，文字精炼厚重，其中饱含的诚挚让人感动。而这封书信诉说的情感，正可说是这段时间李书记及全体金阊医院社区义诊团队每一天都在经历的故事。

其实，即便是在医疗服务相对可得的今天，受限于医疗水平发展不均衡或医疗资源分配及相关信息的不对称，全国乃至全市仍然有很多地区及社区居民，尤其是老年人群体面临看病难、看病贵、看病不便等难题。面对这些难题，苏州金阊医院每年都会举行系列社区义诊活动，把优质医疗资源及服务送到社区民众、尤其是老年群体的"家门口"，解决人们的就医难题。

其中，以金阊医院和苏州各社区，尤其是偏远区域居民社区携手建立的"文明共建"合作关系为平台，金阊医院社区义诊系列活动，真正做到了李书记"亲人般关怀"的服务态度，深入社区为市民服务，把健康带到患者门前，嘘寒问暖，关心备至，切实满足了苏州众多居民家及老年群体的看诊需求，温暖了群众的心，多年来受到了无数肯定与赞扬。

是呀，正在大家都议论着医患关系紧张的时候，苏州金阊医院却收到群众的这样一封满怀肯定与感谢的来信，不仅有惊喜和感动，更多的是力量和信心，是馈赠于金阊医院的一种温暖！据悉，金阊医院2020社区义诊活动还在继续，有需要的居民可关注金阊医院相关信息，及时安排就诊。（夏越子）

小症状潜藏大问题！入冬在即，你有习惯性咳嗽、咳痰，爬楼梯困难吗？

日常生活中有许多看似很"小"的事情，却在默默地支持着我们每天的生活。比如——"呼吸"。如果连呼吸这项简单到不能再简单的活动出现了问题，那我们会怎样？也许会呼吸很急促，也许会经常性地咳嗽、咳痰，也许会走一小段楼梯或者提稍重的箱子都变得非常困难……您的呼吸是否有上述问题？您的呼吸还好吗？

今年87岁的金国英奶奶便是一名慢阻肺病人，也是金阊医院呼吸内科的老患者了。以前每年冬天，金奶奶基本每两个月就要再金阊医院住院一次。自前年来到医院呼吸内科接受过吕丽涛主任两次治疗后，近两年来，她都没有再发病。

然而今年入冬之后，她由于近期着凉的缘故引发慢阻肺急性加重，于是又再次来到金阊医院呼吸内科进行治疗。经过呼吸内科吕丽涛主任和呼吸内科所有医护人员的专业治疗与悉心护理，一个星期之后，金奶奶即可自由呼吸，顺利康复出院。

出院这天，金奶奶在医院呼吸内科医生办公室见到吕丽涛主任后，一下子热泪盈眶，不停感叹，多亏了吕主任的治疗和帮助，及呼吸科所有医护人员的细心照顾，自己才摆脱了一到冬天就离不开氧气瓶的窘境，更缓解了长期咳嗽气喘的困扰，真的太谢谢大家了！

其实，金奶奶所患慢阻肺，全称为慢性阻塞性肺病，是一种常见的以持续气流受限为特征的气道阻塞性的疾病。通俗来说，比方一[illegible]一分钟最多可以过5阶梯，正常情况下可以顺利行走，而当需要过10阶梯的时候自然就会发生喘憋呢。所以，总结起来，慢阻肺有典型的三大症状："咳"、"痰"、"喘"。

随着冬季来临，进入慢阻肺高发季节，苏州金阊医院呼吸内科吕丽涛主任提醒：慢阻肺患者平安度过冬天，需做到以下四点：

①预防上呼吸道感染。慢阻肺患者外出应注意保暖，回来后勤洗手，应避免去人流集中之地。有条件的患者可以注射流感疫苗、肺炎疫苗，这些疫苗可以减少慢阻肺患者呼吸道感染的机会。

②适度锻炼，避免过多户外活动。对于慢阻肺患者来说，冬天户外活动应相对减少，尤其在空气污染较严重时，应避免外出。勤开窗通气，保持室内空气新鲜。

③戒烟。不但本人要戒烟，家属也要戒烟，避免室内烟雾继续对慢阻肺患者气道产生炎症刺激。

④长期家庭氧疗。对于慢阻肺患者，有条件的可进行家庭氧疗，长期氧疗是一种有效缓解慢阻肺症状的方法。能纠正低氧血症，减少并发症，提高患者生活质量，延长慢阻肺患者的生存期，降低病死率。

⑤加强饮食调养。冬季呼吸功的增加会使热量和蛋白消耗增多，易导致营养不良。应制定出高能量、高蛋白、高维生素的饮食计划；少食多餐；避免进食产气食物如汽水、豆类、马铃薯、胡萝卜等；避免进食引起便秘的食物如油煎食物、干果、坚果等。

⑥家人关心。慢阻肺患者由于肺功能的下降生活能力下降，多有抑郁的心理存在，尤其冬天外出的机会更少，更需要家属的关心和呵护。

而对于稳定期患者的药物治疗，由于呼吸科的用药多采用局部的吸入治疗，对一些高龄老人来说操作并非易事，需要家属的积极参与，指导和督促患者用药。（陈卫婉）

苏州金阊医院
SUZHOU JINCHANG HOSPITAL
金阊医院已搬迁至
姑苏区爱河桥路9号
0512-6533 6533

严命刚：两块碑留住老街居民乡愁

一块"娄门"碑曾镶在城头见证变迁，一块新近刻成的娄门外大街旧址碑记录老街历史。娄新街道首季社区乡思园里，最近亮相的这两块石碑留住了娄门老街的记忆，留住了乡愁，引来众多市民观看。

娄门是苏州古城门之一。1948年重修时，当局曾在城门上方嵌入一块"娄门"碑。1958年拆除城墙时，这块碑掉入护城河，后于2003年被打捞上来，存放在灵岩寺庙里。2009年底，因为修庙，该碑被工人卖给了收旧石材的人。"娄门"碑是苏州城门的重要物证，苏州文史研究者沈兰生得知情况后，立刻反映给了苏州碑刻博物馆。但当碑博工作人员赶到现场时，这块碑已经不见了踪影。直到2016年，娄门老街居民严命刚经过苦苦追寻，从上海一名外来务工人员手里买回了"娄门"碑。

严命刚从小在娄门外大街长大，见证了那里的沧桑变迁。看到当地永安桥、永宁桥等古桥梁和砖雕门楼、老宅先后被拆，他十分惋惜，一直琢磨着如何让后人了解娄门老街的历史。花大力气寻回石碑后，严命刚心中始终有个愿望：在娄门外大街故址将"娄门"碑展示给公众，同时竖立一块娄门外大街故址碑，纪念那段逝去的历史，留住老街居民的乡思乡愁。去年年底，他找到娄新街道讲述了自己的心愿，得到了街道的大力支持，石碑终于树立在了娄门。

两块石碑亮相以来，引来了众多市民尤其是娄门老街当年的居民观看。首季社区负责人王菁说，他们将好好保护石碑，让这里变成在传承本土文化和弘扬现代精神方面发挥更大作用。不过，严命刚表示，他希望"娄门"碑以后能放在娄门城楼上或放进城墙博物馆里，让更多的人看到。

作为老街居民，严命刚退休后，一直致力于搜集娄门外大街的资料。5年多来，他搜集、拍摄了上千份当地老人、老屋、老桥、老街的资料、照片以及300多份相关档案，建成了"娄门外大街史料信息库"，制作了《娄门外大街近现代历史地图》初版，重现了老街当年风貌。目前，他正在筹备"娄门外大街图片史料、生活场景陈列室"，之后还将制作《娄门外大街近现代历史地图》升级版，举办"娄门外大街图片史料巡回展""娄门外大街巡回讲座"等活动。

（苏宣 吴民）

2020中医药健康宣传月——暨同济膏方节
吴门医派 & 孟河医派 强强携手

膏方节·福利：
❶ 免费熬制阿胶膏（医院大厅），[illegible]，[illegible]（核桃/芝麻/冰糖等），[illegible]。
❷ [illegible]膏方代金券100元、针灸理疗券（3次）150元。

开膏即送：
膏方节期间，膏方消费免加工费（价值260元）、免费血压定检、肝肾功能、血脂一次[illegible]，并赠送西洋参礼盒一份。

预约方式：
❶ [illegible]
❷ 电话预约：182 0625 6780

苏州同济医院·中医科(膏方门诊)专家介绍

秦永刚 主任医师 苏州同济医院特聘专家 苏州市立医院 中医科 同济坐诊时间：周四上午
王跃 主任中医师/教授 苏州同济医院特聘专家 孟河医派传承人 同济坐诊时间：[illegible]
傅德颐 主任中医师 苏州同济医院特聘专家 苏州中医院 中医全科/内科 同济坐诊时间：[illegible]下午
张玲 主任中医师 苏州同济医院特聘专家 苏大附一院 中西医结合科 同济坐诊时间：每周四上午
郭文钰 主任医师/教授 苏州同济医院特聘专家 上海同济医院 肛肠科 同济坐诊时间：每周六全天
顾剑英 主任医师/博导 苏州同济医院特聘专家 苏大附一院 中西医结合科 同济坐诊时间：每周二上午
朱雄雄 主任中医师/教授 苏州同济医院特聘专家 苏州市中医院 中医脾胃科 同济坐诊时间：每周日下午
符红 主任中医师/教授 苏州同济医院特聘专家 苏州市中医院 儿科 同济坐诊时间：[illegible]上午
孟海娟 副主任中医师 苏州同济医院特聘专家 苏州市立医院北区 中医内科 同济坐诊时间：每周五上午
王晓文 副主任中医师 苏州同济医院特聘专家 苏州市立医院北区 中医科&针灸理疗科主任 同济坐诊时间：每周四下午
夏一冰 主任中医师 苏州同济医院特聘专家 苏州市立医院东区 中医科 同济坐诊时间：每周三下午
王敏庆 副主任医师 苏州同济医院 副院长 同济坐诊时间：每周一全天/周五上午
何钟福 主治医师 苏州同济医院 中医科主任 同济坐诊时间：每周二全天
冯强 主治医师 苏州同济医院 中医针灸推拿科主任 同济坐诊时间：每周一至周六
高丽梅 主治医师 苏州同济医院 康复科 同济坐诊时间：每周四下午/周日全天