

常熟市第二人民医院院刊《医院文化》

2014 年第 3 期

(纯文字版)

——欢迎向院刊投稿，请寄至：csey@sohu.com

——若需纸质院刊，请至宣传科领取。

目录

卷首文 Preface

深化管理，推进改革，确保完成下半年工作

院党委扎实做好党的群众路线教育实践活动问题查摆与整改工作

经营管理 Operation & Management

市委常委、宣传部长潘志嘉在市二院中层以上干部会议上的讲话（摘要）

努力让患者和职工“双满意”

信息扫描 Information

2014 年度新员工接受岗前系列培训

医院新投诉管理办法出台

省级继续教育学习班助推静疗技术发展 / “智慧常熟—区域卫生信息工程”项目验收组来院现场考核

科教之窗 Science & Education

我院举办 2014 年科研项目开题报告会 / 扬州大学医学院来院教学检查

医疗广角 Medicine

八项内镜诊疗技术通过省卫计委审核 / 年轻医师基本技能“大练兵”

技术擂台 Medical Technology

内放疗技术开启根治前列腺癌的新微创时代 / 消化内科引进小探头超声内镜 / 摩拉治疗仪，检测脱敏样样行

银质针导热疗法治疗慢性软组织疼痛 / 肾内科加入“中国肾脏病战略联盟” / 我院在省肾病学医疗质量管理评比中荣获铜奖

安全生产 Work Safety

安全生产工作警钟长鸣常抓不懈

反恐事件安保人员应急演练

加强消防安全管理 杜绝医院火灾隐患

演练&培训，应对火险有备无患

医院安全大家谈

二院正能量 Positive Energy

昆山转运伤员亲历记

捐款捐物 以爱之名 / 敬业尽职 德术双高

援外医疗 Foreign Aid

女医生 女汉子

援外的挑战与收获

一线传真 Clinic

守着黑夜 守着平安——致上夜班的天使们

健康绿洲 Health

关注大众健康 倡导优质生活——我院专家走进常熟人民广播电台《健康优生活》
节目

秋季睡眠养生

莫让电子产品伤害孩子视力

准确服用降糖药

枫泾河畔 Literature

赵小姐

沿途的风景（外一篇）

外婆活在心中 / 动物版“兄弟千古情”

深化管理，推进改革，确保完成下半年工作

文/院刊记者

2014 年上半年，我院围绕年度工作计划和思路，深化医院管理和改革，较好地完成了半年度工作目标任务。上半年，医院门急诊 911936 人次，同比增长 9.61%；出院病人 24861 人次，同比增长 5.75%；出院病人平均住院天数 9.18 天，同比缩短 0.59 天；药占比 42.23%，同比下降 1.59%。

医院扎实推进公立医院改革。推进支付方式改革，作为定点医疗机构，我院把控制医疗费用、缩短住院天数、提高病人受益水平作为改革的切入点，参保病人的费用负担得到减轻。医院深化内部管理。全面启动医院“深化管理年”工作，重点推进医院组织架构体系、制度体系、培训体系、考核评价体系建设。实施“控费用、调结构”政策和措施，控制药品、耗材使用量，调整收入结构，上半年耗材消耗、医保单病种费用赔款、百元医疗收入卫生材料消耗均有所下降，基本达到了增效补偿的目的。根据公立医院改革要求，探索实施新的绩效分配机制，新的绩效管理和成本管控方案正式实施，初步改变了按收入分配、多收多得的逐利

倾向，更好地体现了多劳多得、优劳优得，同时促使全院医务人员逐步树立成本管控意识，节约成本开支。

医院持续改进医疗服务质量。一是强化医疗质量安全管理，加强对 PDCA 等管理工具的运用，继续推进电子临床路径管理工作，深化电子病历工作。二是持续改进护理服务质量，继续深入开展优质护理示范工程活动，A 类病房增加到 18 个。三是加强医院感染管理，开展医院感染目标性监测工作和手卫生依从性调查。四是加强药事管理和药学服务，着重开展大金额处方专项检查。持续改善医疗服务。实行门诊分时段预约，引导患者错峰就诊，预约挂号人数由去年的 2318 人次增加到 16543 人次。引进“银卫安康”自助医院项目，减少患者排队等候时间。加强人才学科建设。4 项二类技术、8 项内镜诊疗三、四级技术通过省卫计委组织的临床应用能力审核。获江苏省卫计委医改试点单位科研课题一项。

医院加强党建和行风建设，深入开展群众路线教育实践活动。组织集体学习及各类会议，征集意见并按轻重缓急逐步落实整改。院领导围绕“四风”问题认真查摆，撰写个人对照检查材料。结合群众路线教育实践活动，在院领导中开展转变工作作风、密切联系群众的活动，重点落实院领导工作联系点、院长行政查房、院长接待日、院领导医疗质量夜查房等工作。落实党风廉政建设责任制，加强学习教育，促进职工廉洁自律。

2014 年下半年，医院将进一步加大改革创新力度，努力在管理机制、服务模式、绩效分配、收入结构调整等方面寻求新突破。下半年医院重点工作有：1. 完善绩效考核与成本管控机制；2. 加强医疗费用控制；3. 扎实开展深化管理年活动，实施全面质量管理与患者安全目标，开展日间手术试点，做好电子病历质控工作；4. 深化与古里中心卫生院的内涵，推进医疗联合体工作；5. 提高信息化建设内涵，提升信息化建设水平；6. 推进医院文化建设，开展医院文化现状调查，在院内广泛征集医院价值理念并进行凝练；7. 继续深入开展党的群众路线教育实践活动，做好活动第二环节、第三环节工作，开好民主生活会，针对查摆出的问题进行整改落实，建章立制；8. 深入开展机关作风效能建设；9. 推进节约型医院建设，提高科室和医院业务发展效益；10. 加强医院安全生产工作，健全“党政同责、一岗双责、齐抓共管”的安全生产责任体系。

人事信息

中共常熟市委常发组〔2014〕46 号文件 ——

经 2014 年 6 月 27 日市委常委会研究决定：吕卫华同志任市第二人民医院党委书记。

中共常熟市卫生局委员会常卫委〔2014〕24 号文件 ——

经研究决定：陈云华、李剑平同志任市第二人民医院党委委员。

院党委扎实做好党的群众路线教育实践活动问题查摆与整改工作

文/院刊记者

今年3月,自第二批党的群众路线教育实践活动开展以来,院党委高度重视,根据上级精神,精心筹划,扎实推进。院党委先后组织召开了党支部书记座谈会、服务对象代表座谈会、职工代表座谈会,共征集意见55条,内容涉及医院行政管理、人才培养与学科建设、医疗服务、信息化建设、后勤保障与服务等,其中在行政管理方面的一些意见,突出反映了领导班子在工作中存在形式主义和官僚主义现象;在医疗服务方面的意见,如住院等待时间长,急危重患者难以及时收治入院,部分医技检查预约检查时间长,医技检查等候秩序较乱,患者经济负担有所增加等现象,大多关系到患者和群众的切身利益。

在查摆作风建设方面存在的突出问题后,医院领导班子在剖析问题根源的基础上提出整改思路:一是加强思想教育,强化理想信念、宗旨意识、敬业精神;二是坚持求真务实,治理形式主义和官僚主义;三是以落实中央“八项规定”为重点开展勤俭节约活动,治理享乐主义和奢靡之风。通过制定有针对性的具体措施并狠抓落实,为建立作风建设长效机制奠定坚实基础。

对于医疗服务方面的具体问题,积极寻求措施加以解决。如“住院等待时间长,急危重患者难以及时收治入院,预约检查时间长”问题,医院通过缩短平均住院日、计划开展日间手术等,加快病人周转,今年上半年,我院平均住院天数比去年同期缩短了0.59天。对于“部分医技检查预约检查时间长”问题,经查主要是磁共振、胃镜肠镜检查预约时间较长。为此,医院新购置了磁共振设备,同时还采取延长医技检查人员工作时间等措施,现磁共振、胃镜肠镜检查预约时间均有一定程度的缩短。对于“医技检查等候秩序较乱”问题,医院通过采取电子叫号系统、增加维持秩序人员等措施后,大部分时间已能做到井然有序。对于“患者经济负担增加”问题,医院每年均采取措施加强管理和控制,特别是今年以来,在“三合理”方面进一步加大了管理举措,到目前医院的药占比、住院均次费用、门诊均次费用较去年均有下降。对于其他方面的问题与意见,医院按轻重缓急、分类处理的原则进行分析整改,很多问题已列入议事日程,很快将能得到解决。

简 讯

8月18日,我院召开领导班子专题民主生活会,市卫生局党委副书记、副局长唐键,党委委员陆振德莅会。会上,党委班子成员汇报了个人对照检查材料,深入查找了“四风”方面存在问题,并深刻剖析了问题产生的根源,提出了整改措施和努力方向,坦诚、严肃、认真地进行了批评与自我批评。最后,唐键、陆振德两位领导进行了点评,对如何开展好教育实践活动作指导,并就医院下一阶

段工作提出了明确要求。

8月19日，举行院领导班子专题民主生活会情况通报会，院党政领导与各支部书记参加会议。吕卫华书记对领导班子专题民主生活会情况进行了通报，并对党支部民主评议党员工作进行了布置。吴钢院长作总结并提出工作要求。

6月17日，江苏部分全国人大代表在省卫生和计划生育委员会主任王咏红带领下，来我院就“深化医药卫生体制改革”进行专题调研。

8月14日，常熟市友好城市——澳大利亚汤斯维尔市政府代表团在该市市长珍妮·希尔带领下来院参观访问。

今年9月，院工会组织开展院首届“挑战杯”篮球联赛，全院共四支球队参赛。

市委常委、宣传部长潘志嘉在市二院中层以上干部会议上的讲话（摘要）

今年7月9日，我院召开中层以上干部会议。市卫生局党委书记、局长朱兴元主持会议。市委组织部副部长邹燕兰宣布市委对我院党委主要负责同志调整的决定。因年龄原因，赵超同志不再担任院党委书记，市委决定由吕卫华同志担任市二院党委书记。市委常委、宣传部长潘志嘉莅会作重要讲话。在讲话中，他充分肯定了我院近年来建设与发展的成果，并着重对医院今后如何进一步完善办院思路、改进办院理念、创新工作方法提出三点要求，现摘要如下：

一、激发改革发展新活力

市二院2011年被评为三级医院，明年将接受复审，今年是实施医院“十二五”规划和夯实三级医院复审基础的关键之年。市二院要继续深化公立医院综合改革，完善绩效考核与成本管控体系，以绩效考核激发医院内在活力、提高运行效率，以控制运行成本推进节约型医院建设，切实控制医疗费用，优化医疗收入结构，适当降低药品收入和高值耗材收入的比例。要继续深化医院管理，针对三级医院“回头看”中发现的问题，对照标准，抓住核心，采取有效的改进措施，深化医疗质量和安全管理，为群众提供更好更满意的医疗卫生服务，努力提高满意度。到“十二五”期末，年门急诊力争达到138万人次、住院4万人次、手术例数1.6万例。要建立健全科研及学科建设的激励机制，加强学科带头人队伍建设，引进高层次专业技术人才，积极开展技术交流合作，力争突破省级盲区，实现每年增设1~2个特色专科专病门诊，建立起院内急诊急救、急诊手术、重症监护、急诊观察病区四位一体的急救医疗体系，建成苏州地区一流的急救医学中心。

二、凝聚团结合作新能量

团结是力量的源泉，也是做好工作的保证。实践证明，一个地方、一个单位工作要上新台阶，各个方面的团结，特别是领导班子的团结至关重要。只有班子

团结合作，才能产生强大的凝聚力和战斗力，才能带领全院职工推进医院健康有序发展。在医院内部要形成大事讲原则、小事讲风格的风气，人与人之间要胸怀坦荡、以诚相待，工作上互相支持，生活上互相帮助，性格上互相理解，真正形成团结和谐的工作环境。要坚持贯彻执行民主集中制原则，把集体领导和个人负责有机结合起来，在不断完善院长负责制的同时，注重发挥党委一班人的整体作用，重大问题集体研究、集体决策，要坚持原则、严明纪律。每一名干部，特别是党员干部都要以坚强的党性和较高的政治觉悟，自觉维护集体权威，保证政令畅通，不搞当面一套、背后一套的行为，不编造、传播有损单位整体形象的言论，自觉维护二院的良好社会形象。

三、弘扬清正廉洁新风气

当前，党的群众路线教育实践活动已进入“查摆问题、开展批评”阶段。我希望在座的各位党员干部要突出“四治四兴”要求，大力学习弘扬焦裕禄精神，着力解决宗旨意识、工作作风、精神状态、廉洁自律等方面存在的突出问题。在接下来的环节中，要把专题民主生活会和组织生活会作为关键来抓，开展严肃认真的批评和自我批评，领导带头、层层示范。班子成员要做好中层干部的表率，中层干部要做好普通职工的表率，全体员工要自觉接受群众的批评和监督。近年来，卫生系统在工程建设、药品采购等领域也发生了多起贪腐案件，不仅给当事者个人和家庭带来了深刻教训，也给医院带来了不可挽回的损失。希望院党委要认真落实党风廉政建设责任制，健全反腐倡廉监督制约机制，加大治理医药购销领域商业贿赂力度，规范采购流程，完善高值医用耗材的管理办法，积极争创“无红包”科室和“廉洁行医”科室示范点；另一方面，作为一名党员干部，要时刻保持底线意识，坚守政治底线、思想道德底线、法纪底线，在任何情况下都要严格要求自己，保持清醒头脑，筑牢拒腐防线。要加强思想道德教育和医德医风建设，深入开展“深化管理年”、“三好一满意”等活动，强化服务意识和宗旨意识，大力弘扬对工作极端负责、对病人极端热情、对技术精益求精的白求恩精神，推出一批医德高尚医风清廉的典型。最近，我市开展了首届“医德之星”评选，目前已初步确定了20名候选人，将组织投票评选，年底表彰10名首届“医德之星”。希望院党委以此为契机，充分利用各种活动阵地，组织宣传学习先进人物的典型事迹，切实把评选过程成为广大医务人员接受职业道德教育的过程，成为学习先进、提升医德的过程。

努力让患者和职工“双满意”

6月24日，《中国县域卫生》杂志社记者钱晓飞、海帆来我院采访公立医院改革成就等内容。下面是采访吴钢院长的内容。

《中国县域卫生》：常熟市第二人民医院目前的规模和业务量是什么样的状况？

吴钢：常熟二院包括本部、城中分院、传染病分院、琴枫分院，是扬州大学第五临床医学院，上海交通大学附属第六人民医院、复旦大学附属华东医院合作医院，江苏省教委“教学基地”。医院开放床位 1300 张，2013 年度门急诊量 164 万人次，出院病人 4.76 万人次，手术 1.84 万例次，各项医疗业务工作量位居江苏省县（市）级医院前列、常熟市首位。

《中国县域卫生》：医院的重点专科有哪些？

吴钢：骨科、神经外科、神经内科、眼科、心血管内科是苏州市临床重点专科，儿科、呼吸内科、康复医学科是常熟市临床重点专科。其中，眼科是医院的特色专科，2013 年门诊量 7.5 万人次，手术 2300 台，设有苏州市“明善”眼角膜库，在技术水平、诊疗人次、人才队伍建设上处于全市领先地位，有望冲刺省级重点学科。

《中国县域卫生》：作为院长，在管理的过程中，您认为医院的发展面临哪些难题？

吴钢：首先是医院的发展问题。在推进公立医院改革的过程中，很多政策都向普通百姓倾斜，在基层医疗机构服务能力不太强的情况下，人们看病都涌向大医院，医生的工作量增加很多，再加上政府投入不足，医生的收入没有增加，很多医生不免有怨言。其次，人事分配制度失衡。医院招聘进来的员工“只能进，不能出”，造成对人员管理很难兼顾效率与公平。

《中国县域卫生》：您对医院未来的发展有哪些规划？

吴钢：目前常熟二院是一家三级乙等医院，我希望未来能够向三甲医院迈进。目前最大的制约因素就是医院的硬件设施。门诊部建于 1987 年，随着医院的发展，目前的门诊数量已远远超过初建时规划的 1000 人次，门诊设施已经不适应病人的需求，但是政策不鼓励县级医院扩大规模。未来，我还希望我们能够进一步提高效率，加快病床周转率，降低药品和耗材费用，增加职工的收入。

2014 年度新员工接受岗前系列培训

7 月 28 日，我院 2014 年新员工岗前培训开班仪式在新大楼报告厅举行。院领导、职能科室负责人与 60 名新员工亲切见面，欢迎他们加入到市二院这个大家庭。

开班仪式上，吴钢院长致欢迎词，并作岗前培训动员。吴院长希望全体新员工要爱岗敬业、奋发有为，要增长才干、提高水平，要遵章守规、依法执业。三位新员工代表上台发言，表达了他们将在新的岗位上努力工作与学习的决心与信心。

本次培训为期 6 天，护理人员另有一周专项培训。授课人员由院领导、各职能科室和临床科室负责人担任。培训内容丰富全面，涵盖医院概况和发展战略，

政治思想、医德医风和行风建设，医疗安全与医疗风险防范，医患沟通，医院科室设置、岗位设置管理、专技职称与薪酬福利，医疗核心制度解析，医院感染控制，工会基本知识，医院业务的信息化管理，三基三严、规范化培训与科研管理，药事法规与安全用药，心理健康与压力管理，急救培训，计划生育，消防安全等。培训结束后，还进行了综合考核。

通过系统培训，新员工了解了医院的整体情况，有助于顺利完成角色转换，尽快融入医院团队。（人事处）

医院新投诉管理办法出台

近日，我院新公布《常熟市第二人民医院投诉管理办法》。文件分投诉含义及受理范围、投诉处理原则、组织领导、投诉接待与处理、质量改进与档案管理等五大章节。

与原有管理办法相比，新的投诉管理办法有如下亮点：一、加强组织领导，建立由医院投诉管理领导小组、投诉管理办公室和各科室组成的医院三级投诉管理网络。投诉管理办公室设于纪检监察审计室，统一受理投诉。二、明确受理范围，既接受院外投诉，又接受院内投诉。院外投诉受理范围包括投诉人与医院双方对诊疗、护理过程中医疗后果及其产生的原因认识不一致而引起的医疗纠纷，以及针对行风、服务、收费、劳动纪律等方面的投诉。同时，也欢迎医院工作人员就医院管理、医院服务、医疗质量与安全等方面提出的意见和建议。三、投诉渠道有现场投诉、意见箱、投诉电话、院长信箱、医院 OA 系统、市便民服务中心等。四、确保畅通投诉渠道，在医院显著位置和门户网站等处公布投诉管理部门、地点、接待时间和联系方式。五、投诉受理接待实行“首诉负责制”，避免二次纠纷。六、建立健全投诉档案，投诉办按规定做好立卷归档，留档备查。七、坚持“三个一”：投诉办每周进行一次投诉事项通报，每月举行一次投诉事项讨论会，投诉管理领导小组每季度举行一次分析会议。八、各科室的投诉情况与科室绩效考核、职能部门效能考核、年终考核、医师定期考核、医德考评、评先评优等相挂钩。

院部希望通过新投诉管理办法的实施，能够进一步加强医院投诉管理，规范投诉处理程序，维护正常医疗秩序，保障医患双方、全院职工及科室的合法权益。

（院刊记者）

医院投诉须知

投诉电话：平时：0512-52706843

中午、夜间、双休日、节假日：18962307112

投诉地点：投诉管理办公室（医院行政楼底楼）

投诉时间：周一至周五（上午 8:00-11:00，下午 13:00-16:30）

来信投诉：常熟市第二人民医院投诉管理办公室 邮编：215500

网络投诉：tsxx@csey.cn

常熟市卫生局投诉电话：0512-52308510

我院举办 2014 年科研项目开题报告会

6月11日，我院举办2014年度科研项目申报开题报告会。来自全院13个科室的19个申报项目参加了开题报告。副院长张杰、科教处处长王梅芳等参加了报告会。报告会评审专家团由扬州大学教授组成，在两周前盲审的基础上进行现场评审答疑。

报告会上，各项目负责人就所主持课题的立项依据、研究内容、研究试验方法、技术路线、研究基础等进行了阐述。评审专家对课题的新颖性、设计合理性、标书规范性、技术创新、研究价值、可行性、统计方法、预期效果等方面进行了指导性点评，并给予了合理化建议。通过报告会，开拓了课题负责人的思路，同时也给参会者提供了难得的科研设计学习机会。

本次汇报涵盖内科、外科、眼科、传染科、急诊医学科、护理、信息等专业。扬州大学医学院史红灿院长对开题报告给予了高度评价，认为几年来常熟二院医务人员的科研意识逐步增强，科研申报内容及申报书的质量逐步提高，大部分项目来自于临床，具有较强的针对性，体现了医务人员平时勤于积累、勤于思考的好习惯。他鼓励大家积极和扬大医学院对口科研老师实行对接，寻求科研基础和科研技术等全方位的支持，使科研课题顺利完成并在此基础上申报更高级别的项目。史院长表示，愿意提供扬大医学院的所有科研平台，期待在长期合作下产生更好的科研成果。

我院作为本地区唯一一家三级综合医院，自建院以来，通过实施科教兴院战略，支持和鼓励科技创新，积极培育高层次科研项目，促进高层次人才成长，医院科研水平不断提高。（科教处）

扬州大学医学院来院教学检查

7月14日下午，扬州大学医学院郑英副院长带领临床、护理等一行10位老师，对在我院实习的12名10级医学生和18名11级护理生进行综合技能中期考核检查。此次考核检查在临床技能培训中心进行。分管领导张杰副院长陪同检查，我院内、外、妇、儿、护理教研室主任、带教老师全程参加考核检查。

检查组分成临床和护理两组对同学们进行规范化技能考核。临床组主要考核学生内科穿刺技术、心肺复苏术、外科无菌概念、缝合打结换药拆线、妇产科双合诊四步触诊、模拟诊疗以及心电图、X摄片、超声、化验报告的判读、病例书写等方面的技能。郑英副院长作了点评，她高度评价了我院临床带教工作，肯定

了同学们一年实习期间取得的进步，同时也对本次检查中所发现的问题提出了宝贵意见。

今后，我们将围绕考核检查中存在的问题，以医学院结构化考核为标准，在进行技能培训的同时加强模拟诊疗、教学查房，完善病例书写规范，培养合格优秀的医学生。（科教处）

八项内镜诊疗技术通过省卫计委审核

为加强内镜诊疗技术临床应用管理，根据国家《内镜诊疗技术临床应用管理暂行规定》、《江苏省医疗技术临床应用能力技术审核办法》及相应内镜诊疗技术管理规范，江苏省医院协会于今年6月对全省三级医院普通外科等13项内镜诊疗技术的临床应用能力进行了技术审核。我院共申请8个技术项目，全部通过了审核。具体项目为：消化内镜诊疗技术（四级、三级）、普外科内镜诊疗技术（三级）、关节内镜诊疗技术（四级、三级）、泌尿外科内镜诊疗技术（四级）、胸外科内镜诊疗技术（三级）、妇科内镜诊疗技术（三级）、鼻科内镜诊疗技术（四级）、咽喉科内镜诊疗技术（三级）。

内镜诊疗技术是指医疗机构及其医务人员通过人体正常腔道或人工建立的通道，使用内镜器械在直视下或辅助设备支持下，对局部病灶进行观察、组织取材、止血、切除、引流、修补或重建通道等，以明确诊断、治愈疾病、缓解症状、改善功能等为目的的诊断、治疗措施。以内镜为代表的微创诊疗技术的出现，有效缓解了外科领域出血、疼痛和感染问题，现已成为我国医疗机构众多临床专业日常诊疗工作中不可或缺的重要技术手段，为保障人民群众身体健康和生命安全发挥了重要作用。

长期以来，我院在医学新技术引进及技术应用中，严格落实医疗技术的准入和管理，此次8项内镜诊疗技术获得省卫计委准入，充分体现了我院进入三级医院行列后，科室更加重视临床医疗技术的应用和发展。截止目前，我院获得省卫计委资质的二、三类医疗技术达30项。各临床科室将以医疗技术准入资质申报为契机，不断提高医院医疗技术水平，进一步带动临床重点专科的建设。（医务处）

年轻医师基本技能“大练兵”

为进一步推动医院“三基三严”训练，提高医务人员业务素质和基本技能，提升医疗服务能力和水平，保障医疗质量和安全，根据院部部署，今年6月份，医务处组织开展5年内临床医师的基本技能考核工作。

考试分理论考试和实践技能操作两部分，5年内临床住院医师、全科医师共110人参加此次考试。医务处于考前举行了考务协调会，统一技能操作考试标准，

准备操作考试材料。6月17日进行基本技能和核心制度理论考试。6月19、24、26日分三批次进行技能操作和CPR考试。其中，心肺复苏为必考项目，非手术科室抽考四大穿刺，手术科室还考核穿手术衣、清创缝合等基本技能。考前，急诊医学科张碧波主任就如何使用呼吸气囊面罩进行了演示和讲解。

各临床教研室主任担任主考，他们根据医师实际技能操作情况给出成绩，并现场提问和点评操作过程，对技能操作严谨的医师给予肯定，对操作中存在疏漏、不规范的医师进行指导和纠正。

从考核结果来看，绝大部分临床医师均能熟练掌握CPR、胸穿、腹穿、腰穿、骨穿以及穿手术衣、清创缝合等基本技能，熟悉各项操作的方法、适应证和禁忌证、易操作失误之处及预防措施。通过此次考核，提升了年轻医师临床基本技能、业务水平和能力，做到技术操作熟练化、业务学习经常化、诊疗行为规范化，使临床理论与实践更加紧密结合，为保障医疗质量和医疗安全奠定了坚实的基础。
(医务处)

内放疗技术开启根治前列腺癌的新微创时代

日前，我院泌尿外科在苏州大市率先、常熟市首家开展前列腺内放疗技术，通过三维治疗计划系统的准确定位，将¹²⁵I植入前列腺内，内放疗杀死癌细胞。患者术后无出血、感染及排尿不适等不良情况，恢复良好，并发症少，复查相关肿瘤指标，达到根治性治疗标准，患者及家属均表示满意和感谢。

据最新统计报告显示，由于我国人口老龄化和饮食结构的变化，前列腺癌近年来呈高发趋势，其发病率在男性所有恶性肿瘤中位居第二，在上海地区则已跃居中老年男性患者恶性肿瘤首位。早期前列腺癌内放疗可以达到根治性目的，相比较前列腺癌根治术，后者有手术适应症方面问题，还可能出现大出血、感染、性功能障碍、顽固尿失禁等并发症，而前列腺癌内放疗疗效与根治性手术相同，但其心肺功能要求较低，手术适应症扩大，并发症极少，预后良好，所以，内放疗较前列腺癌根治术有着无可比拟的优势。在欧美地区，前列腺癌内放疗已非常成熟，成为早期前列腺癌治疗的首选。我们深信，这一新技术必将为常熟地区前列腺癌患者带来福音。(泌尿外科 孙利国)

消化内科引进小探头超声内镜

近日，我院消化内科引进小探头超声内镜。对于超声内镜，可能不少人感到比较陌生，简单来说，超声内镜就是“内镜+超声”的组合体，即在消化内镜头端附带一个小型超声探头。我们可以通过内镜观察消化道壁表面的情况，例如炎症、溃疡、息肉、肿瘤等，还可借助超声透过消化道壁表层探查深部的结构。

超声内镜有多种规格及型号，功用各有侧重点，我院消化内科引进的小探头

超声内镜主要用于探查粘膜下隆起病灶的性质，还可以协助诊断贲门失弛缓症、判断癌肿在消化道局部的浸润深度等。在内镜检查工作中，经常可以发现粘膜下隆起病灶，以往只能将病人转到上级医院作进一步检查，今后可以借助超声内镜探查病变性质，为下一步治疗（内镜下治疗或外科手术治疗）作好准备。（消化内科 肖龙）

摩拉治疗仪，检测脱敏样样行

皮肤性病科于今年5月在全市首家引进摩拉生物物理治疗仪。该设备为德国原装进口，采用生物共振技术对过敏原进行检测，开展脱敏治疗，也可用于生物钟调节、中医经络调节、身体能量调节等。其临床应用范围包括皮肤科的荨麻疹、接触性皮炎、特应性皮炎、湿疹、血管性水肿、药疹，耳鼻咽喉科的过敏性鼻炎、慢性咽炎，小儿科的支气管哮喘；呼吸科的花粉症、真菌变态反应性肺炎等。

摩拉生物物理治疗仪的检测有5个特点：一是无痛无创无副作用；二是检测过程较为安全；三是老人和小孩均可以接受；四是检测结束即可出报告；五是患者可以自带物质进行检测（如化妆品，药物）。其检测要求有以下4点：1. 检测前两天需停用抗过敏药物，前七天需停用激素药物；2. 检测前不要熬夜；3. 测试或治疗前应休息5-10分钟，使机体保持安静状态；4. 检测时需要取下随身携带电子产品及金属物品。

摩拉生物物理治疗仪以其无创、快速且可行脱敏治疗的优势在过敏性疾病治疗中有很大的应用前景。（皮肤性病科 陈银雪 赵一栋）

银质针导热疗法治疗慢性软组织疼痛

有位王女士，左膝关节疼痛2年，不能屈曲关节，下蹲后需要靠支撑才能站起。她来到我院疼痛门诊就诊，诊断为：左膝关节退行性变，髌下脂肪垫损伤。门诊医生根据病情实施了膝关节软组织银质针治疗。一周后患者疼痛症状减轻，一个月后经过康复锻炼，王女士能够正常行走，对治疗效果较为满意。这种治疗技术就是我院疼痛科新开展的银质针导热疗法。

银质针导热松解术机理是通过银质针密集刺入病变的软组织内，通过针体导热，破坏病变组织内的炎性物质和病变组织，使新生组织再生，从而彻底消除疼痛。该技术是目前治疗软组织疼痛的最有效的方法，发明人为我国软组织学创始人宣蛰人教授。宣老倾其毕生经历致力于软组织疼痛的研究，发明了这一治疗疼痛顽疾的技术，使数十万例患者摆脱了疼痛折磨。

引起慢性疼痛的原因有两大类，一是组织的无菌性炎症，一是神经本身的病变。无菌性炎症引起的疼痛在临床上占绝大比例，其中以颈肩腰背疼痛最为突出，包括肌纤维织炎、肌筋膜炎、颈椎病、胸腰肌肉劳损等。银质针导热软组织松解

术具有强大的抗炎、促进新生组织再生作用，适应于各种无菌性炎症所致的疼痛疾病，最典型的疾病如软组织型颈椎病、颈肩背肌筋膜炎、腰肌劳损、下腰疼痛综合征等慢性疼痛疾病。我院疼痛科接诊时间：每周一、三、四全天，周二下午。
(疼痛科 方梅)

肾内科加入“中国肾脏病战略联盟”

近日，我院肾内科被“中国肾脏病战略联盟”特聘为成员单位。该战略联盟由上海长征医院肾脏病医院、解放军肾脏病研究所发起。

我院肾内科技术力量雄厚，拥有副主任医师 3 名，主治医师 3 名，其中硕士研究生 4 名，拥有本市规模最大的腹膜透析中心与血液净化中心（包括分站）。科室在常熟市率先开展肾脏活检技术，根据病理类型制定个体化的方案治疗各种原发或继发性肾小球疾病，如慢性肾炎、IgA 肾病、肾病综合征、狼疮性肾病、紫癜性肾病、糖尿病肾病等，并以血液净化（血透、透析滤过、血液灌流、CRRT 等）和腹膜透析等手段救治各种急慢性肾功能衰竭及各类中毒病人，开展新技术新项目多项，技术水平居本市领先地位。加入“中国肾脏病战略联盟”后，肾内科将借助更高的平台谋求进一步的发展，以更好的技术与更优的服务为患者排忧解难。（肾内科）

我院在省肾病学医疗质量管理评比中荣获铜奖

在 7 月下旬于扬州市召开的江苏省肾病学专业医疗质量控制中心 2014 年工作会上传来好消息，我院在江苏省肾病学医疗质量管理评比中荣获铜奖。

在院领导及肾内科相关负责人带领下，在全科职工的努力下，肾内科逐步形成了血透、腹透专业质控管理方法，成立了腹透门诊，逐步完善了各项质控程序、标准和计划。省肾病学专业医疗质量控制中心认为我院在肾病学专业医疗质量管理中工作突出、成绩显著而授予此殊荣，这是对医院肾病学专业的肯定，也是对肾内科今后工作的鼓励与鞭策。（肾内科）

安全生产工作警钟长鸣常抓不懈

文/后勤处 保卫处

我院安全生产工作在上级主管部门的正确领导下，在全院职工的共同努力下，紧紧围绕医院安全生产工作中心任务，积极贯彻“预防为主、保障安全、综合治理、确保安全”的十六字方针，认真做好医院安全生产工作，多年来无重大安全生产事故和火灾事故发生，确保了医院正常的医疗秩序，为构建和谐医院、平安医院提供了重要保障。

一、提高认识，加强领导，层层落实安全生产责任制

我院历来高度重视安全生产工作，始终将之摆在重要议事日程。由主要领导亲自抓，分管领导具体抓，相关职能部门负责人分头落实，形成齐抓共管的局面。加强领导，健全组织，是安全生产管理的基础。我院成立了以院长为组长、党委书记与分管副院长为副组长的医院安全生产领导小组，以及由党委书记任组长，后勤处、保卫处处长为副组长的工作小组，形成了完善的安全生产管理体系，使安全生产管理工作在组织上得到保障。

为进一步落实安全生产责任制，层层落实责任，根据上级主管部门的要求，医院实行安全生产目标责任制，按照“谁主管，谁负责”的原则，医院与有关科室及重要部门负责人签订安全生产管理工作目标责任书，使目标层层分解，层层落实，责任到位，让全院所有科室职工参与到医院安全生产工作中去并收到了良好效果。医院定期召开安全生产工作会议，学习安全生产相关文件，盘点总结以往工作，部署下阶段任务。

二、注重宣传，强化培训，提高职工安全素质

提高我院职工的安全素质是搞好我院安全生产的基础。我院从加强学习、提高认识入手，充分利用多种形式对职工进行安全生产教育，及时传达上级主管部门关于安全生产的指示精神，从而全面提高全院职工对安全生产工作重要性的认识。

保卫处每年对来院实习生、新职工进行消防法律法规、医院各项安全规章制度培训，着重分析重大火灾案例，并且现场进行灭火器、消火栓的使用方法培训演练。每年不定期对全院职工进行消防灭火培训演练。通过消防知识的培训和演练，使我院职工的消防意识得到了进一步加强，强化了人们对火灾的防范能力。

我院在狠抓医疗质量的同时，还强化安全生产工作，针对不同岗位，结合本院实际情况，制定了多项应急预案，如停电、停水、停气、灾害天气、食物中毒、防抢防盗、反恐防暴等。根据应急预案定期进行演练，使真正遇到突发事件时能冷静应对，正确处置。如去年“8.23”传染病分院配电房雷击事故、“11.29”本部21层住院大楼因故8台电梯停运事故，因为有应急预案且开展过演练，所以在事发后均得到及时、妥善的处置。

我院根据上级部门的要求，定期邀请市技监局、安监局、卫监所老师来院对特种设备、行业的操作人员进行培训，做到锅炉操作工、电梯操作工、压力容器操作工、食品从业人员等均持证上岗，从而有效提高特种作业人员的安全生产技能。

三、维护设备安全运行，保障医疗工作正常开展

我院后勤处、保卫处等相关职能部门经常派员到各科室及重点部位进行安全巡查，了解情况，发现问题，及时汇报处理，做到防患于未然。对影响医院正常运行的重要设备进行重点看护、维护，做到一备一用，并与专业维保单位签约，

对中央空调机组、燃气锅炉机组、高层建筑供水系统等定期进行维护保养，确保医院的正常运行。凡涉及到安全生产项目的维修、工程项目，必须执行索证制度，看资质、看操作上岗证，杜绝违规操作与无证操作。

四、真抓实干，加大资金投入，全面做好安全生产工作

我院历来重视安全生产工作，把安全生产视为“责任重于泰山”，每季度及节前都要组织安全生产大检查，重要检查由主管领导带队，平时检查由分管领导带队，发现问题隐患，及时整改，并在资金上舍得投入。去年，根据数次安全生产检查所发现的问题，投入资金 130 万进行整改。今年，对安全生产检查发现的问题继续投入整改资金 130 万元。

五、吸取昆山事故教训，进一步加大安全生产监督力度

今年 6 月，根据上级主管部门工作要求，我院对所存在的安全生产隐患认真进行了自查自纠，并把自查自纠内容报市卫生局备案。市卫生局根据单位上报内容于 7 月份对我院进行了安全生产大检查，并对存在安全隐患提出了整改意见。昆山“8.2”重大安全生产事故，又一次向我们敲响了安全生产的警钟，安全生产工作不能有半点松懈，应时刻保持清醒认识，警钟长鸣。我院根据国务院安委办、江苏省安委办、苏州市安委办《关于加强当前安全生产工作的通知》精神，对全院进行安全生产隐患大排查大梳理。医院实施安全生产巡查制度，每日由两名巡视员对全院重点部位安全生产情况进行巡视，将巡查结果在次日行政早交班上汇报。列出安全生产项目及清单后，根据一般隐患、较大隐患、重大隐患，实行隐患分类整改。

今后，我们要进一步树立“以人为本、安全就是最大利益”的思想，增强做好安全生产工作的责任心和使命感，加大安全生产监督力度，加强人员配备，加大资金投入，强化日常检查，不断探索新形势下安全生产的新方法、新途径，积极主动工作，有效遏制安全生产隐患，真正为人民群众的健康保驾护航。

反恐事件安保人员应急演练

为进一步贯彻落实上级部门关于青奥会安保维稳工作的部署要求，提高我院保安队伍处置突发事件能力，保障人员密集场所病人生命财产安全，8 月 13 日下午，保卫处组织开展反恐事件安保人员应急演练，警务室、保卫处、物业保安共 15 人参加演练。

下午 3 时，演练在门诊区域进行。当班保安发现一名“嫌疑人”从门诊广场入口进入，随即利用对讲机通知保卫处与各岗位保安：“门诊广场发现一名左手拎黑色垃圾袋，右手拎黑色旅行包的可疑人进入，请及时增援！”同时紧随“嫌疑人”。接到报警后，保卫处立即按照医院反恐程序启动应急预案，第一时间通知警务室。各岗位当班保安接到通知后立即携带防暴装备赶赴现场，及时将“嫌

疑人”控制，等待警务室民警到场处理。民警到场后，从该“嫌疑人”包里搜出管制刀具一把、汽油桶一个，当即带往属地派出所处理。

此次演练，既提高了我院安保人员对当前反恐防暴工作重要性的认识，也提升了保安队伍的应急意识和突发事件处理能力，为维持医院正常医疗秩序提供了有力的安全保障。（保卫处）

加强消防安全管理 杜绝医院火灾隐患

医院，为人员密集之处，属于高火灾风险场所。进入秋季后，风干物燥，又是火灾的高发季节。由于医院一旦发生火灾就会对人们的生命安全造成极大的威胁，所以必须高度重视医院消防安全工作。医院的广大职工要时刻关注医院防火，掌握必要的消防安全常识。

下面就结合实际谈谈医院的消防安全问题。

一、医院特有的火灾危险性

（一） 疏散人数多，扑救难度大，火势很容易蔓延扩大

医院 21 层住院楼为高层建筑，楼层较高；门诊楼面积不大，患者相对集中。病人及陪护人员数量众多，有些骨折、危重病人行动多有不便。一旦发生火灾，疏散人数多，难度大，火势很容易蔓延扩大，消防人员难以及时扑救火灾。

（二） 易燃危险医疗物品多

医院拥有锅炉、消毒锅、高压氧舱液氧罐等压力容器和设备，住院部有大量的棉被、床垫等可燃物，手术室、制剂室、药房存放使用乙醇等易燃化学试剂，以及酒精灯等明火和电炉、烘箱等电热设备有时还需使用。如果管理使用不当，很容易造成火灾爆炸事故。若发生火灾，会造成严重的后果。例如，氧气瓶接触碳氢化合物、油脂会导致自燃；高压氧舱在火灾中不仅会造成舱内人员死亡，甚至会发生爆炸造成严重后果；有些药品在燃烧过程中会产生大量有毒有害气体，对病人和医务人员造成伤害。

（三） 电气线路老化、用电超负荷

医院为满足病人需求，不断引进大型医疗设备。同时，因调整科室、更改原设计用途、电力超负荷等因素，致使电器线路老化或超负荷，造成电线表面绝缘层破损发生短路，导致火灾的发生。

二、加强医院日常消防管理

（一） 坚持做好每日防火检查

作为医院消防管理者应对医院消防工作采取严格的措施，每天坚持对门急诊、病区、宿舍区进行消防安全检查，对消防设施、灭火器材的完整性及性能进行逐个查看，保证完整好用；对安全出口、疏散通道进行疏通；对杂物间进行清理。要严格执行“谁检查、谁负责”的准则，对发现的火灾隐患进行认真记录，能当场

整改的，当场整改；不能当场整改的，要及时上报医院分管领导、消防部门限期进行整改，将火灾隐患消灭在初始状态。

（二）重点监控重点部位

医院的液氧储罐、燃气锅炉房、高压氧舱、手术室、药房等部位是重点监控的重点场所。易燃危险药品应限量存放，随用随取，一般不得超过一天用量。氧气瓶要用固定架固定，避热、禁油、防撞击，发现油污立即擦净。

（三）定期进行应急疏散演练

针对医院实际情况，定期对各条线职工进行应急疏散演练，并根据演练情况不断修正和完善预案，提高其实用性，增强医务人员对火灾危害性的认识，提高自防自救和疏散逃生综合消防素质。

（四）加强消防知识技能的宣教和培训

医院的消防工作，很大程度上取决于防火宣传和消防知识的普及培训，接受消防知识教育的人群越多，发生火灾的几率或火灾受损的程度就会越低。单位应尽可能地经常邀请消防部门专业人员到医院开办消防知识讲座，定期对专兼职消防员、重点工作人员、临床各科医护人员、新入院职工、物业公司等各类人群进行消防知识培训，开展“火险应对处理”演练，学习实用的灭火技巧，增强防火力量，更好地达到提升实战经验的目的。同时，在病室中张贴消防知识警示标语，唤起病人及家属共同参与防火工作的意识，尽可能减少火灾的发生或在火灾发生后将损失降到最低限度。

此外，做好医院的消防安全管理工作还需要单位消防安全责任人、管理人不断提高自己的理论素养和实践水平，完善各项消防安全管理制度。只有真正做到制度措施明确，设施器材完备，管理责任到位，才能有效预防和减少火灾事故的发生。

警示案例

1998年8月26日 常州市第一人民医院

当时，该院正在实施2号楼加层工程。当天约9时左右，包工头谈某在没办理动火手续，也没有清理现场可燃物的情况下，让临时工陈某（无电焊工操作证）用气焊切割风机，切割的火花溅落在易燃的海绵、木夹板上引起火灾。由于报警约晚了9分钟，加上职工不会扑救初起火灾，致使火势蔓延。大火造成14人死亡（其中病员11人，陪护人2人，护士1人；4人被烧死，7人跳楼摔伤抢救无效死亡，3人因烟熏中毒窒息死亡）、14人受伤，直接财产损失4.2万元。

2005年12月15日 吉林省辽源市中心医院

当天16时10分，该院突然停电。电工在一次电源跳闸、备用电源未自动启动的情况下，强行推闸送电。16时30分，配电箱发出“砰砰”声，并产生电弧和烟雾，导致配电室发生火灾。在自救无效的情况下，于16时57分才打电话报

警，前后历时近 30 分钟，造成了火势的迅速发展蔓延。因该院延误了扑救初起火灾、控制火势的最佳时机，消防队到达现场时，已形成大量人员被困的复杂局面。这次大火造成 37 人死亡、94 人受伤，火灾直接损失 821.9214 万元，是建国以来全国卫生系统最大的一起火灾。

演练&培训，应对火险有备无患

为进一步强化医疗环境工作人员的消防安全意识，提高人员消防应急处置技能，在保卫处指导与协同参与下，护理部于 6 月中旬组织“火险应对处理”演练。6 月 12 日下午，全院 53 名护理示范员集合医院行政楼底楼，学习医院“火险应对处理流程”理论知识，牢固树立火险紧急情况下查看报警、分工到位、扑救处置、消防设施启用、通道疏散、抢救人员生命与重要财产等一系列综合处置的警觉意识。现场对灭火箱、报警器、干粉手提式灭火器、消防水袋的使用要求以及器材保养与维护等消防技能进行示范介绍。

全院 35 个护理单元 372 人次在班人员，准时响应演练计划，分别于 6 月 17 日、18 日下午完成“火险应对处理”演练，保卫处、护理部工作人员随机蹲点科室参与演练。科室演练人员消防安全意识强，组织协调到位，消防基本技能在一定程度得到普及，部分科室医生、实习生、护工、电工等人员主动参与演练，活动收到预期效果。

8 月中旬，按照医院安全生产工作要求，护理部组织全院 160 多名护理实习生召开安全工作教育会议，由各科室带教老师配合完成对实习生火险应对处理及消防器材使用技能培训。8 月底护理教学质量督查组下临床抽查，评估有 21 个护理单元培训工作认真到位，抽查有 68.97%的实习生消防知识技能掌握运用符合要求。现场考核人员针对部分培训工作落实不理想的科室与实习生，进行火险应急处理流程再解读，指导实习生模拟使用消防器材，达到提升安全意识、掌握消防应急技能的培训目的。（护理部）

医院安全大家谈

陶辉（医务处）

对于一个家庭而言，安全意味着和睦相处；对于一个企业而言，安全意味着蓬勃发展；对于一个医院而言，安全意味着生命健康。医院是一个特殊的行业，和我们打交道的都是生病的患者，一个小小的疏忽，可能就会导致病人付出生命的代价。我们要时刻在大脑中绷紧安全这根弦，严格按照医院的规章制度、操作流程工作，消除安全隐患，杜绝安全事故发生。

医疗质量安全事关群众的健康安危，是医疗服务的生命线，是医院管理的核心内容和永恒主题。我们要时刻坚持“以病人为中心”，以质量为核心，以质量

安全为主题，认真落实各项规章制度、岗位职责，严格执行诊疗技术常规，把各项制度落实到各个环节之中。由于病人疾病的特殊性，我们要把医疗安全做到实处，要充分考虑病人的心理，加强医患沟通，完善沟通内容，改进沟通方式。要坚持业务学习，提高医务人员的知识水平，防范技术性事故的发生。要严格按照医疗安全管理相关法律法规的要求，着重抓好医疗安全的全员教育，提升医疗服务质量，加强医疗安全事故的防范。要对医疗质量进行监督、检查、评价，并制定改进方案，全方位将医疗质量、医疗安全工作中的危险因素逐一进行排查，对自查、督查中发现的问题要找准根源，及时整改，切实提高医疗质量。医疗安全无小事，事关人民群众的生命健康安全。每一名医务工作者都要全力以赴，共同参与，杜绝隐患，保护患者的生命安全。

钱楚君（骨三科）

护理安全是护理质量的基础，也是防范和减少医疗事故及纠纷的重要环节。要把安全预防事故教育作为经常性教育工作来抓，牢固树立“安全第一，质量第一”的思想观念。消除护理不安全性是避免护理差错、保证护理安全的前提。在日常工作中，有些护理人员法律意识薄弱，直至出现严重差错或事故，才体会到法律意识的重要。因此，应经常组织护士学习《医院护理工作管理制度》、《护理差错制定标准及处理方法》及《医疗事故处理条例》等与护理安全管理有关的文件。学习教育中，要将安全教育与规章制度、职业道德教育相结合，利用优秀典型广泛宣扬，分析违章事例常敲警钟，运用安全质量实例讲清道理。要加强对护理不安全因素和差错事故隐患的管理，对潜在的不安全因素重点分析、重点讲评，对每一起护理缺陷和差错均要一查到底，明确责任，使当事者和护士们都受到教育。必要时，可在护士长例会或全院大会上通报，并警示大家，使全体护理人员明确规章制度是护理安全的保证，是职业道德的基本要求，从而自觉地履行职责。

徐晴（内分泌风湿免疫科）

医疗安全涉及很多内容，我们在以病人为中心、关注患者的同时，也要重视医护人员自身的职业防护。医护人员被认为是职业暴露的高危人群，所涉及的职业暴露危险有：一、针刺伤。在职业暴露中，针刺伤发生的几率最高，是护理人员最常见的一种职业性伤害。针刺伤不仅引起皮肤粘膜损伤，更危险的是引起血源性疾病的传播。由于近年来经血液传播的传染病如艾滋病、各种肝炎等发病率呈上升趋势，因此器械伤所造成的职业暴露而引发血液感染和病毒感染的潜在威胁日趋严重。二、化学因素。护士每天都要接触大量化学消毒剂，含氯消毒剂对皮肤有轻度损害，强烈的气味对呼吸道刺激大。三、辐射损伤。护士工作中有受到辐射、触电、烫伤、噪声等危害的可能，尤其是参与实施放射诊治患者的过程

中，受到放射线的危害最为严重。由于大多数护士不具备放射防护的知识，无很好的自我防护，易受损伤。

增强职业防护意识，要培养临床护士的安全防护意识，加强安全防护培训，改变护士的不安全行为。要使用必备的防护用具，实施标准预防。如防刺破的锐器收集箱，被认为是最理想的减少利器伤的方法，可使利器伤发生率降低 50%。

钱红艳（药学部）

随着我国药品标准的逐步提高，对药品储存条件的要求也越来越高。日光、空气、湿度、时间都是影响药品质量的重要因素，药品因储存不当，不仅导致疗效降低，而且使药物毒副作用增加。一些药品需在冷藏条件下保存，在高温季节如未采取必要的冷藏措施，可导致药品变质。如维生素 C、维生素 K1 遇光易分解变色、效果降低，A.P.C 潮解后增加胃肠道刺激性，鱼肝油氧化产生毒性等，在合理用药方面仍存在“纸上谈兵”现象。配伍禁忌不合理用药在处方中占有一定的比例，导致了药品安全性降低。尤其是一些不常用的急救药品，经常出现过期现象，也是药品安全的一大隐患。

因此，要做好药学安全管理工作必须包括以下几个方面：一、特殊药品管理：麻醉药品管理要“五专”，即专方、专柜、专人、专册、专帐；精神药品做到“三专”，即专人、专柜、专帐；贵重药品要定期清点。二、调剂管理：调剂室布局合理，药品陈列整齐有序，标志醒目，定位存放，定期整理消耗帐物，不使用“四无”药品、假、劣药品和过期失效药品。严格执行处方制度、发药核对制度。严格按照“四查十对”审核处方。三、药品仓库管理：做好药品计划采购和药品在库养护工作，确保库房通风、干燥、避光，有防盗、防鼠、防蝇、防火、防潮措施。药品陈列规范化，帐物相符，分类摆放，标识明显，有冷藏、安全设施。药品采购、验收、发放、报损制度健全，单据完整。四、严格执行各项管理规章制度。

朱丹荔（药学部）

我在静脉输液配置中心工作，工作中，安全始终是核心，容不得一丝马虎大意。一时的疏忽，就可能造成轻则药品损失浪费，重则危及患者的生命。在日常工作中，我们天天和电脑、大输液、药品打交道，难免会出现安全问题。我仍清楚地记得其中有一次，标签贴错输液，配置后送到了病区。虽然在患者用药前就及时发现并立即予以更换，但也着实给我们敲了一次警钟，大家心里也都牢记这件事来时刻提醒自己。那次差错发生之后，我们连续多次开会讨论如何杜绝输液标签的错贴，保证其正确率。经过大家的集思广益，最终也拿出了切实可行、极具针对性的方法，并落实执行，才使类似事故的发生率越来越低。在这样的环境

中，我们都锻炼出了细心和严谨的优良品格。细心，将使差错无法渗透；严谨，将使事故最终消亡。侥幸心理和麻痹思想只会成为事故频发的摇篮！

前不久，医院内部组织了一次消防演习。我们每个人都专心致志地听着保卫处专职人员细致、形象的操作讲解，并跟随着一起演练，时间虽短，受益颇多。作为医药工作者的我们知道，只有我们拥有安全拥有生命，才有资格对他人的生命负责，这是我们每个人的光荣使命。衷心希望医院能积极营造安全文化氛围，通过组织应急演练、安全讲座等，能够时时刻刻提醒我们从自身做起，让安全理念在我们的工作和生活中常随常伴。

章立（信息处）

随着现代医院信息化的不断发展，使得医院业务系统对网络的依赖程度越来越高。网络支撑着医院海量数据的交互，使得医院能够合理利用各种信息资源。一旦网络出现问题，将会造成难以估计的损失，所以对网络安全性的要求也越来越高。

病毒的攻击会对网络正常运行产生极大的影响，所以在日常的工作中正确使用计算机和网络就显得极为重要。目前我们医院普通机器使用的是瑞星网络版的杀毒软件，病毒库更新是使用杀毒软件所连接的服务器进行分发的。如果没有正确安装指定的杀毒软件，病毒库将无法更新，起不到病毒防护的作用。同样需要定期对计算机进行病毒检测，有条件的用户最好在每日开机时进行关键区域的病毒检测。现在 U 盘也是传播病毒的一个主要途径，所以在使用前请先对 U 盘进行病毒查杀。有条件的话，尽量使用医院内部 OA 网或共享目录传递文件。如果本机的 administrator 用户没有设置密码，病毒很容易使机器受到感染，所以如果发现此情况，请尽快和信息处联系。另外，电脑最好也不要保持长时间开机，定期需要进行关机或重启。

总之，保证网络运行需要认真做好每一个细节，需要全院参与，才能确保网络安全运行。

赵江（医学工程部）

医疗设备的安全性关乎病人和医护人员的生命安全，医疗设备安全管理是一项贯穿始终的技术工作和质量保证体系。要保证医疗设备安全运行，尽量降低设备的故障率，首先要制定完善的医疗设备安全管理制度，必须建立一整套包括安装验收、操作培训、维修保养、计量检定和报废鉴定等在内的管理制度。要重视医疗仪器的安全性与可靠性，任何环节的疏忽，都可能给以后的工作带来安全上的隐患。因此，要把安全性与可靠性检查列入设备管理制度并认真执行。其次，必须加强对设备的操作培训。熟练而正确地操作医疗设备对有效提高设备安全性

起到非常重要的作用，往往设备的早期故障是由操作人员首先发现的，加强对医护人员的操作培训能够显著地提高设备使用的安全性和有效性。第三，设备的日常维护和管理与其安全性也密切相关。我们应从以下两个方面进行：一是定期进行下科室巡检，和操作人员沟通设备的使用情况，检查设备基本功能和有无故障代码；二是定期进行设备性能维护与保养，包括更换易损件、调试校正、内部除尘等。紧紧抓住以上几个方面，才能有效地确保医疗设备的安全性和可靠性。

消防安全“十查十禁”

- 一查设施器材 禁损坏挪用
- 二查通道出口 禁封闭堵塞
- 三查照明指示 禁遮挡损坏
- 四查装饰装修 禁易燃可燃
- 五查电器线路 禁私搭乱接
- 六查用电设备 禁违章使用
- 七查吸烟用火 禁擅用明火
- 八查场所人员 禁超员脱岗
- 九查物品存放 禁违规存储
- 十查人员住宿 禁三合一体

火灾疏散逃生十诀

- 第一诀：熟悉环境，牢记出口
- 第二诀：保持镇静 快速撤离
- 第三诀：正确引导 有序疏散
- 第四诀：不入险地 不恋财物
- 第五诀：简易防护 蒙鼻匍匐
- 第六诀：善用通道 莫入电梯
- 第七诀：火已及身 切莫惊跑
- 第八诀：避难场所 固守待援
- 第九诀：发出信号 寻求援助
- 第十诀：缓降逃生 滑绳自救

省级继续教育学习班助推静疗技术发展

为继续推动全省各级医院静脉治疗专科护理技术的发展，我院于6月12日至14日，在新大楼报告厅举办江苏省医学继续教育项目“静脉治疗质量信息化管理及PICC护理新进展”学习班，全省部分二、三级医院，我市乡镇卫生院及本院共158名学员参加本期培训学习。这是我院继去年12月后第二次举办省级

护理类继续教育项目学习班。

南京、浙江、苏州及我院静疗专科护理专家做了精彩讲座，内容涉及：静脉治疗信息化管理和团队建设、静脉治疗行业标准解读、Power PICC 的应用和维护、静疗质量管理与持续改进、医院 PICC 置管病人管理系统的开发与应用、EKG 技术在 PICC 中的应用、PICC 血栓性堵塞相关因素及应对策略的循证护理、信息化管理。除理论授课外，还组织学员参观了我院 PICC 门诊，并在会后对学习成果进行了考核评估。

本次学习班对提高静疗护理专业水平、普及专科护理知识与技能起了很好的推动作用，尤其是将静疗专科护理在不同层级的医疗机构进行了推广普及，对推行静疗方面的同质化护理起到了至关重要的作用，使广大护理人员能够更好地为病人提供优质、规范、安全的专业护理。（护理部）

“智慧常熟—区域卫生信息工程”项目验收组来院现场考核

8 月 26 日，我市召开“智慧常熟—区域卫生信息工程”项目验收会，项目验收专家组来我院进行了现场考核。专家组成员有国家卫生计生委统计信息中心主任孟群、国家卫生计生委规划信息司信息统计处处长许培海、中国医院协会信息管理专业委员会名誉主任委员曹德贤、江苏省卫生计生委信息中心主任刘晓强、苏州市卫生局副局长陈小康、苏州市卫生信息中心主任戴春林、常熟市信息资源管理中心主任顾仁忠等。

专家组来到我院十八病区，现场查看了医生结构化电子病历的应用、居民健康档案的调阅、放射 PACS 影像的调阅等基于电子病历系统的医疗信息化应用；并由我院信息处工作人员在现场介绍了医院围绕常熟区域卫生平台的信息化建设内容——云计算技术的应用、一体化电子病历系统、智能护理管理系统、医院数据集成平台。专家组对我院医院数据集成平台的应用提出相关问题，我院信息处工作人员一一作答。最后，专家对于我院信息化建设给予了肯定。

下一步，我院将继续按照市卫生局的的要求，围绕区域卫生平台，推进区域 PACS 系统、区域心电系统的建设，不断完善以电子病历为核心的医院信息系统的建设，积极探索临床数据中心的建设，将标准化、结构化的数据实时上传至区域卫生平台。在日常工作中，坚持“病人为核心，服务于病人”的理念，充分应用居民健康档案资料，减少病人的重复检验与检查，实现区域内医疗信息共享和业务协同，努力提高病人就医的满意度，实现医疗的服务创新和流程再造。（信息处 仲晓伟）

昆山转运伤员亲历记

文/ICU 沈 健

8月2日，农历七月初七，传统中国的情人节，各地都洋溢着青春的气息。我，一位二院的医生，正在常熟市医疗急救中心轮岗，在上班的路上看到各处花店都在兜售玫瑰花，空气中弥漫着淡淡的玫瑰花香，情侣们的脸上洋溢着幸福的微笑。

就在这个平凡的日子，这个凉爽的清晨，远在50公里外的昆山，发生了一场大灾难。09:07，我们接到任务，火速支援昆山，处理重大事故。情况紧急，我们迅速踏上驰援昆山的道路。

10:20，我们到达昆山市第一人民医院，住院处门口占地不大的广场上停满了来自各地的急救车。按照上级安排，我们要将一位烧伤患者送往位于苏州的解放军100医院。将病人抬上担架，在救护车中我要做的，就是时刻监测他的生命体征。经过昆山一院的救治，患者的生命体征还算稳定。经过一小时的奔波，我们终于到达目的地。快速将他转运至病房，经过简单交接后，我们回到车上，执行下一个任务。

12:50，我们再次到达昆山一院，迅速来到9楼转运另一位女病人。时间就是生命，我们再次赶往苏州。终于在14:00，顺利地将她送到目的地。交接完后，我们与昆山的同行交流了一会，得知他们也未吃中饭，而且已再次接到任务将继续接送患者……

为补充体力，在没有任务的空暇，我们准备凑合凑合解决下肚子，可是这个时间段去哪找吃的呢，终于在20分钟后，在我们在往昆山赶的路上，找到了一家点心店，匆匆吃完一碗馄饨，再次踏上路途……

这仅是我们负责转运所经历的一天，那些奋战在第一线与时间赛跑的医生护士，他们肯定比我们还累。在此，请原谅我这么一位缺乏文学细胞的理科生语言的苍白，请你们给奋斗在一线的医护人员点个赞！

——沈健的这篇文章在“常熟零距离”论坛上发布后，短短两日，共浏览10792次，回复263次。另外，还被多家微信公众平台收录。网友留言内容有：一方有难，八方支援，你们辛苦了！/这个必须点赞，向你们致敬！/你们是最可爱的人！/辛苦了！致敬！社会需要正能量！/非常赞！！好样滴！！/必须点赞，120个赞！/写得朴实，却反射出你们的伟大，点赞！/感动中，这个必须赞！/为受伤的同胞们祈祷，为负责抢救的医护人员致敬！/每看一次总是泪流满面，为伤者心痛，被医生感动。/光荣的职业，良心的付出！

——常熟电视台《常熟新闻》以“常熟医生参与昆山救援，公众为其点赞”为题作了报道。

——昆山事故发生后，我院还派出特需病区护士言似玉前往苏州参与伤员救治工作。8月15日，苏州市立医院办公室寄来感谢信，赞扬言似玉“无私奉献，以实际行动践行毫不利己、专门利人的白求恩精神”。

捐款捐物 以爱之名

文/呼吸内科 付红燕

依旧是一个平凡的工作日，依旧是一个个忙碌的身影，依旧是一声声匆忙的小碎步，交织成呼吸内科再寻常不过的画面。但是，今天33床新来的一位病人有点特殊。她，名叫王贺，身材极度瘦弱，没有自理能力，不能言语，唯有丈夫和女儿陪伴在身旁。经医生诊断为重症肺炎，脑梗死遗留肢体瘫痪及失语。王贺一家三口是从安徽到常熟来打工的，十年前，她患有妊娠期高血压综合征，由于家境贫穷，没有经过正规治疗，导致突发脑梗死，留下了一系列后遗症。在这漫长的十年里，丈夫靠微薄的收入支撑起整个家庭，既要照顾病床前虚弱的妻子，又要抚养年幼的女儿，生活殊为不易。

经过我们呼吸内科的治疗，王贺的病情得到了控制。可是，对于王贺一家来说，没有亲戚的关心，没有朋友的帮助，住院费成了最困扰他们的问题。王贺的丈夫多次向我们询问交的押金还够不够，他只是怕钱不够就会对他的妻子停止治疗。就算妻子不能说话，他也夜以继日地陪伴在她身边，不抱怨，不抛弃，不放弃。正是这份坚贞不渝和质朴无华感动了我们。呼吸内科全体医护人员纷纷献出爱心，积极捐款和衣物，为王贺捐得款项1500多元，还有一大捆衣物。大内科王永清护士长得知此事后也积极参与捐款。

没有华丽的语言，没有浩大的声势，呼吸内科全体医护人员用平凡的举动体现了白衣天使的朴实崇高和无私奉献的精神，为病患搭筑了一座爱的桥梁。

敬业尽职 德术双高

6月8日，一病区13、14、15床患者寄来感谢信，赞病区医护人员“精心照料，住在医院比在家里还舒服”。

6月13日，白姓患者寄来感谢信，赞邓明智、陶敏红及护士长等医护人员“医术精湛，耐心细致护理”。

6月20日，1910-1912床及加2床、加3床患者寄来感谢信，赞“十九病区曾远程查病房认真细心，尤晨欢、王晓萍服务周到”。同日，陶姓患者赠肾内科锦旗一面，赞“医德高尚，医术精湛”。

6月30日，沙家浜镇张姓、计姓村民赠神经内科李浩涛锦旗一面，赞“助人为乐，妙手回春”。

7月4日，王姓患者赠七病区全体医务人员锦旗一面，赞“敬业尽职，德术双高”，

后又寄来感谢信，赞蒋守龙等全体医务人员对患者“耐心细致，真诚照顾，具有良好的职业素养”。

7月14日，患者小谈赠妇产科赵雨花主任及全体医务人员锦旗一面，赞“敬业尽职，德术双高”。

7月20日，卢姓患者及家属赠黄炜、施振华及全体神经外一科医务人员锦旗一面，赞“德术双全，妙技回天”。

7月28日，高姓患者赠骨二科锦旗一面，赞“医德高尚，医术精湛”。

7月31日，高姓患者及全体家人赠骨三科黄开及全体医护人员锦旗一面，赞“医德高尚，医术精湛”。

2012年6月，我市四位医务工作者参加江苏省第十期援圭亚那医疗队，执行在南美洲圭亚那为期两年的援外医疗任务。医疗队中有我院妇产科副主任医师金蔚、麻醉科副主任医师任建刚。如今，他们已胜利完成任务载誉归来。8月27、28日，省第十期援圭亚那医疗队常熟队员事迹报告会先后在市图书馆与市卫生局举行。9月10日，我院也举办了援外队员先进事迹报告会。下面刊登我院两位医生的讲稿摘要，希望大家认真学习援外医疗队员的“中国医疗队精神”，以先进典型的优秀事迹激励自己，弘扬行业正能量，努力为人民健康服务。

女医生 女汉子

文/金蔚

今年6月，我们第十期援圭亚那医疗队，终于圆满完成了党和祖国交给的任务，胜利归来！在浦东机场接机的人们眼里，我头戴一顶鲜艳的花布帽，晒成麦色的脸颊和结实的胳膊，活脱脱是一位拉美女子的模样了！

到圭亚那林登工作的两年间，我时刻会提醒自己，作为一名中国医生，必须时时维护祖国的利益；作为副队长与中共预备党员，必须时时起到先进带头作用。我严格遵守外事纪律，遵守圭亚那国家法律法规和医疗队各项规章制度，积极协助队长工作，带领林登队员一起克服种种难以想象的困难，迅速建立起正常的生活和工作秩序，获得了大使馆和驻圭经商处的一致好评。尤其在医疗队到达林登不到一个月时，偏偏遇上枪击骚乱事件，每晚有歹徒纵火焚烧政府单位，抢劫公司和商店。在那严峻的时刻，我仍然坚守着岗位，安抚队员情绪，带领队员共度心理恐怖难关，并积极加入到抢救当地受伤群众的工作中。网络流行“女汉子”的说法，我们两个女队员都是“女汉子”。在面对困难的时候，性别并不是特别大的问题，虽然作为女性会有一些不适应，比如饮食、掉头发、水质问题，但是都能够克服。

凭借扎实的妇产科技能和知识，在圭亚那的妇产科工作中，我勤勤恳恳，工

作责任心强，从不叫苦叫累，因地制宜，因陋就简，为圭亚那人民服务，树立起中国医生技术高超、吃苦耐劳的光辉形象。我还认真带教当地年轻医生，与同事互帮互助，探索先进的手术方法，获得了病人的信任和当地医护人员的好评。

记得上班第一天，一切都还在新鲜陌生中，下午四点多，小医生 DR. Mosley 慌慌张张跑过来，说一名产妇宫口开 7cm，发现血性羊水，怀疑胎盘早剥准备急诊手术。我跟着 DR. Mosley 去看产妇，见产妇表情痛苦，已经插好导尿管，提个尿袋坐在轮椅上准备推进手术室。一屋子护士和助产士，戴着护士帽，却没有戴口罩，不换鞋，完全不是国内的无菌管理。因为刚到，南美口音听不习惯，DR. Mosley 比比划划，又写又画，我终于搞清楚了：这个是他们本院的护士，怀的第二胎，第一胎是顺产，但孩子已死于交通事故。病人肚子痛得厉害，又发现血性羊水，所以，怀疑是胎盘早剥，打算立即剖腹产。我坚持先做阴道检查以明确诊断。一查，是个枕横位。病人腹部在宫缩时候很硬，但宫缩间歇时还是软的。因为没有胎儿监护仪，我只得拿听筒听，144 次/分，胎心很好啊！胎盘早剥证据不足！于是，我开始手指拨胎头，起先病人不太合作，叫痛，但是，我仍然一边抓紧每一次宫缩机会尝试拨正胎头，一边安慰着病人。一屋子的人眼巴巴地望着我，当时我的心里只觉得压力山大！今天是第一天上班啊！要是失败，搞了半天没有生出来，最后还是剖腹产的话，怎么办？要是胎儿不好了怎么办？丢我自己的面子是小，让圭亚那人从此看不起我们中国医生的话就惨了！一次次拨胎头，一次次给病人鼓劲，终于，胎头拨正，一下子就降下来了！几阵宫缩后宫口接近开全，上产床！我舒了一口气，脱下手套，揉揉发酸的手指，让助产士准备接产。但接下来看到的接产过程，不禁让我目瞪口呆！病人继续膀胱截石位，不搭平产床，助产士不穿消毒衣，不洗手，只是戴上一副手套，一个简单的小包：EP 剪刀、纱布、缝针、可吸收线，病人不铺无菌单。“咔嚓”一刀做了个侧切，随着宫缩，任凭胎儿自己钻出来，没有一点会阴保护动作！新生儿出来，没有挤压口鼻羊水的动作，直接断脐就交给另一个助产士处理。我们的儿科姚医生赶紧跑过去看他们处理婴儿，检查了一下心肺。晕！这么个接法，会阴不知道要撕裂成什么样了？要是 III 度就惨了！不一会，胎盘娩出，手术室护士长亲自检查软产道，果然见阴道深深的两条撕裂伤！她没办法了，只好汇报医生来修补！心里那个冤哪！早知道他们这样做，自己来接产好啦！我戴好两副手套，仔细检查，是阴道深 II 度裂伤。准备再检查宫颈，问助产士要无齿卵圆钳，竟然说没有！只好因陋就简了，上压下推，我使出所有土办法，总算确认了宫颈完整。缝合完毕，护理部主任、护士长都敬佩地看着我，连声说“Thank you！”病人这时也睁开眼睛，连声称谢。一瞬间，我心中充满了那种成就感和自豪感。

之后的两年里，我凭着对病人的细心和负责，凭着过硬的助产技术，助娩了许多人次，深受助产士和孕产妇的欢迎，好多小医生特别想跟我学这一手！无数

次地体验着这种感觉，最终也成功地控制了孕产妇的剖宫产率。

在圭亚那援外时，我印象最深的病例是遇到当地一位 41 岁的女患者，已经是第六次怀孕，当时孕 39 周，上腹痛两个月入院。在当地保健中心连续两个月给予杜冷丁止痛，入院查体黄疸严重，生化检查不完整，入院后体温升至 39.7 度，胎动频繁，胎心率 192 次/分。母婴危在旦夕！我们四位援外队员——分别来自外科、妇产科、麻醉、儿科的医生讨论后决定立即实施剖宫产抢救胎儿。急诊剖宫产取出一正常男婴，缝合子宫后外科胡立军医生立即上台触诊肝脏、胆囊，查出她还患有化脓性胆管炎、Mirrizz 综合征，胆囊粘连严重，充满结石，当即又给她做了胆囊切除、总探取石、置 T 管引流等一系列手术。患者术后情况良好，一周后就出院了。圭亚那医疗资源相当匮乏，尤其在密林里，没有医生指导，护士按症状给药止痛，病人处理不及时不规范，往往病情恶化，危及生命。因医院实验室简陋，给不出必需的生化检查，我们当时也是全凭临床经验和体征来诊治，小心谨慎，如履薄冰。至晚上九点半顺利完成手术后，大家才回宿舍一起吃饭，成功打赢了这场战役，特别兴奋。

在圭亚那工作期间，我主要负责林登医院（LINDEN HOSPITAL COMPLEX）的妇产科工作，管理本院的产科病区、妇科病区、门诊及医院属下的威斯玛医院（WISMAR HOSPITAL）以及五个卫生保健中心。两年来，共诊治门诊和住院病人 8807 人次，主持各类手术 845 例。除去休假，两年 24 小时 On Call（电话待命）天数达到 493 次，共接听处理病例 454 人次，为中资机构等在圭亚那的中国人提供医疗服务 324 人次。狠抓产科质量，我们开创了林登医院两年内孕产妇零死亡的记录，未发生一例医疗过错及纠纷，在中国医疗队的努力下，林登医院手术室获得 2013 年度全国公立医院“最佳手术室”的称号，深得医院 CEO 好评。我与外科、麻醉科、儿科等互帮互助，共闯复杂手术难关，耐心带教，以实际行动铸就“不畏艰苦、甘于奉献、救死扶伤、大爱无疆”的中国医疗队精神，展示中国人民热爱和平、珍视生命的良好形象，受到当地卫生部、外交部和中国大使馆的好评及嘉奖。

作为一名医生，救死扶伤是天职。当国家需要你的时候，你怎么可以缩头缩脑？如果有机会为更多的人服务，为不同的人种服务，是我作为一名医生的荣幸。这次参加援圭医疗队，代表祖国，代表江苏省，代表常熟二院出征，我感到无上的光荣。

援外的挑战与收获

文/任建刚

整整两年，经受了赤道烈日的炙烤，以及热带雨林气候和艰苦环境的考验，我们终于圆满完成了医疗援外任务。在一生中能有这样一段特殊的经历，我感到

非常荣幸、非常自豪。两年来面对各种困难与挑战，磨练了意志，坚定了信心。有些情景现在回想起来还历历在目。

尽管出发之前对林登的艰苦条件有一定的思想准备，但刚到驻地时还是被吓了一跳：房间充满了霉味，地上几张粘鼠纸上粘了几只老鼠散发着恶臭，天花板因为漏雨而变得斑驳陆离、变形脱落，饮水机里漂着一只死老鼠，水已发黄。同去的圭亚那卫生部官员在室内左右开弓喷杀虫剂和空气清新剂，有的用手机拍下这些镜头。据上一期援圭医疗队的陈队长讲，以前从来不让圭亚那的官员进屋，怕他们知道我们生活如此艰苦。这个老驻地是建于上个世纪五六十年代的木质老房子，年久失修，屋顶漏雨，还要经常停电停水，老鼠、蟑螂、蝙蝠时常出没，甚至还有野生小动物的骚扰。我们在副队长金蔚的带领下清除卫生死角，消灭“四害”，并请中资企业博赛帮助维修电器，保证基本生活质量。

后来，我们在林登建设了新驻地。搬入新驻地后，居住条件得到极大改善，原来经常停水的问题也基本解决。但是水质问题不可能改变，我们仍然沿用老办法收集空调冷凝水来洗衣服。在驻地空地上，我们种植了椰子、木瓜、菠萝及丝瓜等，既美化环境，又改善伙食。

林登医院条件落后，设备陈旧，缺医少药。我们克服困难，积极稳妥地开展业务工作。在保证医疗安全的前提下，因地制宜，利用有限的条件积极治病救人。在我来到林登之前，林登医院还没有一位真正的麻醉医师，只有 3 名手法还不熟练的麻醉护士。那边的麻醉技术相当落后，只有腰麻和全身麻醉两种方法。我是麻醉科唯一的一名医生，其他麻醉护士只能做剖腹产、疝气等一些常规的手术麻醉，碰到复杂的病例随时会叫我。除了正常参加 On Call，每个月乔治敦来的骨科医生会诊手术一般都安排在周六，也是由我来做。就这样，林登医院突破了只会做腰麻和全麻的老框框，结合实际情况开展小儿骶管阻滞、臂丛阻滞、硬膜外阻滞、氯胺酮基础麻醉和静吸复合麻醉，收到了良好效果。为了帮助当地医护人员提高麻醉技术，我毛遂自荐，带教当地麻醉护士和轮转医生，传授一些常见的麻醉知识和急诊处理方法。期间先后完成一些重大手术的麻醉，如胸部枪击伤、胸腹刀刺伤、肠穿孔、胆肠吻合、化脓性胆管炎、小儿肝脾破裂和合并甲减病人的麻醉及重度子痫病人的麻醉等，两年共完成麻醉 1267 例次。林登医院手术室被评为 2013 年度圭亚那“最佳手术室”。

援外医疗的日子很忙碌，看起来很平淡，没有惊心动魄，谈不上壮烈激昂，但是危险一直在身边。我们在履行救死扶伤职责的同时，也经历了流行性疾病的挑战。圭亚那当地流行登革热、疟疾等热带病，也是艾滋病高发区，乙肝等传染病发病率也较高，患者又特别注重隐私，如果患者不同意，我们在手术前不能强迫给患者做各种传染病的常规检查。在不明情况下，给病人麻醉和动手术时，防护准备必须做得尽可能好一点。但术中防护措施只有手套，每一例手术对我们来

说都是一次心理考验。我们曾有一位队员被针扎伤，幸好病人 HIV 都是阴性，后来复查也都正常，但现在想来还心有余悸。身体一有不适，不由自主对号入座，心理压力只有亲自经历了才能体会。好在我们都是医疗工作者，在恶劣的自然环境中注意防疫，在接触传染病员的过程中多加小心，严格按照医疗规范操作，所有同志均有惊无险，安然无恙。

两年，七百多个日日夜夜，多少酸甜苦辣，无法用语言一一表达。通过援外，自己得到了锤炼，也有收获和感悟：

一、救死扶伤不分国界。援外不仅是一项政治任务，而且是实实在在的援助，是国家软实力的展示，是友谊的桥梁。一个素不相识的小贩听说我们中国医生即将回国，马上说代表患者感谢你们。圭亚那患者在医院看病，遵守秩序从不插队，充分信任医生，基本没有医疗纠纷。我们也以能够为他们服务，救治生活贫困的黑人兄弟姐妹而感到高兴。两年多的援外医疗经历，让我深切感受到，当今时代中国人民真正站起来了，中华民族自立于世界民族之林，中国的国际地位迅速提高。我在圭亚那的时候，这种感觉很强烈，也深切地感受到，医生救死扶伤，可以成为联结国际友谊的纽带。赠人玫瑰，手有余香。当今中国已经是世界第二大经济体，通过援外这个窗口，让更多的人了解中国，也是我们医护工作者的责任。

二、珍惜亲情热爱祖国。说真的，我是怀着复杂的心情离开家庭、离开医院、离开祖国，踏上漫漫的两年援外医疗征程的。当时也对那个遥远的国家充满着热情与期望、好奇与憧憬，还夹杂着对未来困难的担心。两年的分离更加体会到家人关心与温暖的可贵。圭亚那时间早上 7 点是国内晚上 7 点，只要有空，这时都会和家人视频相见，大多报喜不报忧。出门在外，家人也付出了很多。有时从表情上也能猜出一二分。有一次我爱人晕倒了，但她始终瞒着我。还有一次她得了带状疱疹，疼痛难忍还坚持工作、照顾孩子。2013 年初，外公过世，我没能见上最后一面。父母都有高血压，母亲腰椎也不好，但他们在电话中总是说身体还好，让我放心。回国后，想起在圭亚那的日子，倍加珍惜亲情。再想到在圭亚那遭遇的骚乱，中国大使馆全力救助，祖国母亲确实是强大后盾，更加激发了我的爱国之情。

三、多国合作友谊长存。林登医院有中国医生、古巴医生及圭亚那医护人员，还有短期的美国医生志愿者，我们互相合作，坦诚交流，取长补短。在林登医院，我还先后同三名美国志愿者医生（外科和妇产科）合作，成功完成手术麻醉。

守着黑夜 守着平安

——致上夜班的天使们

文/神经外二科 盛丽英

当家人还在睡梦中的时候，我轻轻地、悄悄地起床了，其实心中早已有了上

夜班的负担，觉也是睡不安稳的，不管刮风还是下雨，带着丝丝焦虑和不安，毅然冲进漆黑的夜，义无反顾地向单位奔去。

着装整齐，精神饱满地交完班，整理一下工作的思绪，安排好本班工作任务的先后顺序，做好笔记，以免遗漏。为了使自己上班时精神集中，我每次上夜班时一定要冲杯咖啡，以提神醒脑。

到点了，我该巡视病房了，我该测量生命体征了，轻轻地走进病房，仔细查看每个病人的情况。1床，枕头掉在地上了，帮他捡起来，轻拍一下，放在床边；2床，留有胃管的，查看是否固定妥当；3床，来我给你翻个身，再把被子盖好；4床……还没来得及看完病人，只听见22床家属在喊：“护士，我们盐水要换了”，于是马上先去更换补液。回到护士站，还没来得及把手头的空盐水袋处理好，14床家属来说：“我们需要吸痰。”赶紧奔过去给病人吸痰，有点医学常识的人都知道，保持呼吸道通畅是何等重要，是多么的紧急。才给14床吸完痰，又看见35床家属等在门口，“我们也要吸痰”，于是又给35床去吸痰。处理完这些事务，继续巡视病房，直到把整个病区全部巡视一遍，确认所有病人的安全。

抬头看看时间，到看生命体征的时间点了，继续！一个挨一个地测量血压，一个接一个地GCS评分，一个连一个地翻身拍背……回到护士站，把刚才的数据一一详细记录完整。还没记录好，又有家属来说：“护士，不好意思，我们床单尿湿了。”“好的，我马上来给你换干净。”放下手中的笔，草稿本先放进自己的口袋，拿起床单先去给病人换。

“嘀铃铃”一阵铃声响起，接到急诊室电话，说有位脑外伤的重病人入院，简单了解病情后，立马起身准备气垫床，吸氧用物，吸痰用物，心电监护仪，准备床单位，通知医生等等，一切准备就绪。等到病人进入病房，医生护士早已等在病床边上，汗水早已湿透了工作服。

可是，来不及擦把汗，又到了巡视病房、测量生命体征的时间了，于是再次走进病房……我们就这样重复再重复，洁白的身影来回穿梭在病房—护士站—病房。

不知不觉中，东方已白，新的一天开始了。人们总认为看日出是很美的，享受看日出的过程，见证天空从黑夜转为黎明……我要说，是日出见证着我们的汗水，我们的付出，我们平凡而又伟大的工作。正是因为我们默默的奉献，才换来了病人的安康，是欣慰！是满足！是幸福！汇成大爱，才最美！

关注大众健康 倡导优质生活

——我院专家走进常熟人民广播电台《健康优生活》节目

主题：警惕头脑中的“定时炸弹”

时间：6月23日13:30--14:00

主讲专家：褚荣涛（临床脑科医学中心主任兼神经外科主任，副主任医师，常熟市医学会第六届理事会外科专业委员会委员，常熟市卫生系统神经外科学科带头人）

健康提示：作为一种常见的脑血管疾病，颅内动脉瘤以先天性为主，30—40岁为发病高峰期，首发症状多为颅内自发出血。颅内动脉瘤病情十分凶险，一旦发生破裂就会导致蛛网膜下腔出血。2009年，著名喜剧演员赵本山就因先天性脑动脉瘤破裂引发的蛛网膜下腔出血，被紧急送医院救治。颅内动脉瘤就像一颗“定时炸弹”，会随着年龄的增加越长越大，动脉瘤壁也会愈发变薄，情绪激动、劳累或者遇到刺激都会引起破裂。健康的生活方式和保持心境开朗，可有效防止脑出血。日常生活中，尽量保持心平气和，遇事不能急躁，避免过度劳累和情绪激动；同时，保证合理的饮食结构，少吃动物油和糖类，降低血管壁粥样硬化的速度，要戒烟戒酒。

主题：浅谈妇科内分泌疾病

时间：7月14日13:30—14:00

主讲专家：赵雨花（妇产科主任兼妇科计划生育科主任，副主任医师，常熟市医学会第六届理事会妇产科专业委员会副主任委员）

健康提示：女性要警惕内分泌失调的一些症状：1. 妇科疾病：子宫内膜异位症、月经量不规律、痛经、月经不调等都是妇科内分泌疾病，还有一些乳腺疾病也和内分泌失调有关；2. 乳房：乳房胀痛、乳腺增生，其主原就是内分泌失调；3. 脾气急躁：更年期女性经常会出现脾气急躁、情绪变化较大的情况，这可能是女性内分泌功能出现下降导致的；4. 不孕：因为内分泌失调，使得大脑皮层对内分泌的调节不灵，或是子宫内膜受损，对女性激素的反应不灵敏，反射性地影响内分泌的调节，降低了受孕成功的机会；5. 肌肤恶化：脸上突然出现很多黄斑、面色发暗、色斑，抹了不少化妆品也无济于事，其实这些色斑是内分泌不稳定时再受到外界因素不良刺激而引起的。

主题：防癣面面观

时间：8月11日13:30—14:00

主讲专家：赵一栋（皮肤性病科主任，副主任医师，常熟市医学会第六届理事会皮肤科专业委员会副主任委员）

健康提示：夏季是足癣这种真菌性皮肤疾病的高发季节，其发病率最高可达30%—70%，发病原因与个人体质、职业、生活环境、季节等密切相关。夏季预防足癣，运动时多穿舒适、透气、面料轻薄的鞋子，每次运动后将鞋放在室外暴晒，常清洗并更换鞋垫，运动后要及时洗澡。非工作期间，尽量多穿透气的布鞋、拖

鞋、露趾凉鞋和棉质袜子。泳池的公用拖鞋、脚布、脚垫是感染足癣的重要途径。在游泳前最好自备衣物储存袋、毛巾、拖鞋、浴巾等物品，不与他人共用。晚上洗脚或洗澡后，要揩干趾缝间的水分，扑上消毒撒布粉，尽量保持各趾间的干燥，以防止表皮霉菌的再感染。一旦发生足癣，不要过度搔抓或用开水烫洗，也不要挑破水疱，以免细菌二重感染，要及时到正规医院皮肤科就诊。

主题：睡眠养生

时间：9月1日 13:30—14:00

主讲专家：季菊萍（琴枫分院门诊部主任，中医内科副主任医师）

健康提示：（见下文）

秋季睡眠养生

文/琴枫分院 季菊萍

中医向来讲究天人合一的整体观，人体不仅要维持体内循环和谐，还要注意与自然界外部环境的和谐。随着四季的变化，人体必然与之相适应，故有四时养生之说。秋冬季节，自然界的阳气渐趋收敛、闭藏，此时起居作息更要注意保养内守之阴气，强调睡眠养生正当时。

睡眠的最佳时间

秋天，地气清肃，自然界的阳气由发散趋向收敛。古代养生学家认为，此时睡眠宜早卧早起，与鸡俱兴。话说“春困秋乏”，进入秋季气候宜人，日照时间变短，利用这一好时机尽可能保证睡眠充足，不仅能恢复体力，保证健康，也是提高机体免疫力的一个重要手段。所以，在秋季要遵照人体生物钟的运行规律，养成良好的睡眠习惯，这时再加上有序科学的锻炼，身体才能越来越好。

“秋季早卧早起，冬季早卧晚起”是此时主要的睡眠养生之道。具体睡眠时间，建议每晚亥时（即9点—11点）休息，争取在子时（11点—1点）入睡。此时睡觉，最能养阴，睡眠质量也最佳，往往能达到事半功倍的养生效果。

秋季睡眠养生应分早秋、中秋、暮秋三个阶段来调整作息时间。初秋时节应本着避高温的原则，延续夏季时期夜卧早起的习惯，以预防劳气伤阴的后果，按照晚睡顺应阴气、早起顺应阳气的原则睡眠养生。到了中秋和暮秋，就应该本着避潮湿、避寒凉的原则，采用早睡早起的方式，顺应自然界的變化，早睡滋养阴气，早起顺应阳气。人体的生理变化和自然界的變化一样，到了秋季由生长到收获，导致人们的劳动强度增加而产生困倦感，经常有疲乏、易困的现象出现，这就是秋乏现象的发生。秋季睡眠养生的早起，能够使人提前觉醒，精力充沛，从而避免秋乏的发生。

睡眠的最佳姿势

中医学认为：正确的睡觉姿势应该是向右侧卧，微曲双腿。这样，心脏处于高位，不受压迫；肝脏处于低位，供血较好，有利新陈代谢；胃内食物借重力作用，朝十二指肠推进，可促进消化吸收。同时，全身处于放松状态，呼吸匀和，心跳减慢，大脑、心、肺、胃肠、肌肉、骨骼得到充分的休息和氧气供给。

秋季睡眠养生的禁忌

1. 忌睡前进食。睡前进食，会增加肠胃负担，不但会影响入睡，而且容易造成消化不良。当然，也不能饿着上床。睡前如感到饥饿，可适当吃点温软的食物，且应在食后休息一会儿再睡觉。

2. 忌睡前过度娱乐。有人喜欢晚上娱乐，过度的娱乐活动，会使人的神经持续兴奋，显然要影响睡眠。为此，晚上如要娱乐，不要玩得太晚。娱乐后，应通过散步或静坐等方式，使自己平静下来，再上床睡觉。

3. 忌饮茶。茶中的咖啡碱能刺激中枢神经系统，引起兴奋，饮过浓的茶会因之而难以入睡，饮用过多的茶会使夜间尿频，影响睡眠。

4. 忌睡前情绪波动。睡前情绪波动会引起气血紊乱，导致失眠，还会对身体造成损害。所以睡前应力戒忧愁焦虑，特别是不宜大动肝火。

5. 睡时忌多言谈。卧躺时过多说话易伤肺气，也会使人精神兴奋，影响入睡。

6. 睡时忌掩面。睡时用被掩面会使人呼吸困难，身体会因之而缺氧，对身体健康极为不利。

7. 睡时忌张口睡觉。闭口是保养元气的最好方法。如果张大嘴巴呼吸，吸入的冷空气会伤及肺脏，胃也会因之而受凉。

莫让电子产品伤害孩子视力

文/眼科 陆炯

每年寒暑假，来医院看眼病的孩子扎堆。目前导致儿童视力下降的眼科疾病有很多，如屈光不正，包括近视、远视以及散光，另外还有弱视、白内障、青光眼以及视网膜、视神经疾病等，也有很多孩子存在眨眼问题。究其原因，随着智能手机、iPad 等电子产品的普及，使用者日趋呈现出低龄化趋势，手机游戏、上网浏览、视频教育……这些都在无形间加重孩子们的用眼负担。

“电子早教”或致幼儿近视

电子产品的过度娱乐，这已上升为青少年儿童近视的重要成因之一。很多家长认为孩子尽早接触电子产品，可以促进孩子的智力发育。有的家长用 iPad 对孩子进行视频早教，或者用来哄孩子。

iPad 属高分辨率的先进 IPS 电子屏，它的亮度是普通电脑屏幕的 4 倍。其颜色鲜亮，色彩对比度高，离眼睛非常近时，强光将直接、集中照入人眼。瞳孔会不断进行收缩来适应光源的变化，而调节瞳孔的睫状体肌肉会一直保持紧张状

态，过强的光线会让人疲劳。长时间、近距离玩电子产品，可导致睫状肌痉挛，造成调节性近视甚至加重真性近视。

眨眼减少易致干眼症

除了近视，很多孩子也存在眨眼问题，长期过度使用电子产品也可能是其主要诱因之一。若人长时间专注盯着屏幕，容易导致眨眼次数减少。据统计，正常人平均每分钟要眨眼 12 到 14 次。当过度专注于电子产品娱乐时，有的孩子只能眨眼 6 到 7 次，有的甚至只眨 3 到 4 次。

眨眼目的是对眼睛起保护作用，它能使“泪膜”均匀地分布在角膜表面上，以保持角膜的湿润和光滑，眨眼动作还可使眼肌得到暂时休息。一旦眨眼次数减少，导致眼睛表面水分蒸发，泪液膜不完整，没有通过眨眼来及时修复，就会造成眼睛干涩、疲劳，就容易形成干眼症，甚至导致角膜炎或结膜炎。

科学护眼从细节做起

在孩子使用电子产品的使用上，要注意以下几点。

首先，要掌握用眼距离，不论是使用电子产品还是阅读普通印刷品，都要有正确的读写距离，一般来说以保持 33cm 以上为宜。

其次，不要边走路边看手机。如果在走路时或汽车上玩手机或 iPad，不断的距离变化以及快速的画面更新，就会加重眼部肌肉调节的负荷，从而加重近视或产生视疲劳，出现头痛或眼痛、酸胀不适的视疲劳症状。

其三，房间的光线不能太暗也不能太亮。电子屏幕尽量应用辐射低以及光线柔和的屏幕，避免颜色过度鲜艳或背景光线过于强烈的电子屏幕对眼睛造成较为明显的刺激。

第四，应合理控制孩子使用电子产品的时间，尽可能地减少近距离用眼的情况。建议孩子在近距离用眼后每间隔半小时休息一会或者进行远眺，这样才能使眼睛紧张后得到一定程度的放松和休息。

此外，要多做户外活动，增强眼部营养。据研究，户外活动本身能减少近距离眼部活动，而且阳光照射对于预防近视也有一定作用。同时，要注意补充眼部营养，少吃甜食，多吃一些含叶黄素多的食物，如胡萝卜、南瓜、玉米等。

在科技快速发展的今天，电子产品给人们生活带来了便捷。我们不能因为有视力下降风险就排斥它们，关键是怎样有效、科学地利用这些电子技术。孩子的用眼安全，不只关乎孩子及其家庭，还是一个社会问题，需要家长、孩子、老师、社会实现四位一体，共同重视儿童的视力问题。

准确服用降糖药

文/药学部 汪宇

口服降糖药较胰岛素使用方便，但作用慢而弱，主要用于轻、中度 2 型糖尿

病的治疗。根据药物的化学结构和基本作用方式，降糖药主要分为磺酰脲类、格列奈类、双胍类、噻唑烷二酮类和 α -糖苷酶抑制剂五大类，其作用机制各不相同，因此服药的时间也不一样。

磺酰脲类降糖药具有磺酰脲结构，是最早被广泛应用且应用时间最长的口服降糖药。本类药物包括格列苯脲、格列美脲、格列齐特、格列吡嗪和格列喹酮等，主要通过刺激胰岛 β 细胞分泌胰岛素，增加体内的胰岛素水平而降低血糖。大多数磺脲类药物起效时间需要半小时，而降糖作用的高峰一般出现在服药后 2~3 小时。因此，在餐前 30 分钟服用此类药物最适宜，进餐时间正好也是药物开始起效的时间，餐后 2 小时左右药物作用最强，有利于餐后血糖的控制。本类药物与磺胺类药物有交叉过敏反应，因此磺胺类药物过敏者禁止使用。

格列奈类药物为非磺脲类的胰岛素促泌剂，主要品种有瑞格列奈、那格列奈。本类药物主要通过刺激胰岛素的早期分泌而降低餐后血糖，具有吸收快、起效快和作用时间短的特点。其作用前提是必须有葡萄糖的存在，因此推荐的用法是进餐前或进餐时口服，故被称为“餐时血糖调节剂”。一般瑞格列奈应于三餐前 30 分钟内服用，那格列奈必须于每次餐前 15 分钟内服用。餐后给药可影响本药的快速吸收，导致疗效降低。本类药物显效迅速，若于餐前 30 分钟以上服用，可能在进食前会诱发低血糖。

双胍类药物主要通过减少肝脏葡萄糖的输出和改善外周胰岛素抵抗而降低血糖。其不刺激胰岛素分泌，对血糖在正常范围者无降糖作用，主要药物有苯乙双胍和二甲双胍。苯乙双胍具有明显的乳酸性酸血症等严重不良反应，目前临床已停止使用。二甲双胍常见的不良反应主要为恶心、呕吐等胃肠道反应，一般随三餐服用可适当减轻胃肠道反应。缓释制剂通常随晚餐单次服用，不得嚼碎或掰开服用。

噻唑烷二酮类主要品种为罗格列酮和吡格列酮，通过增加靶细胞对胰岛素作用的敏感性而降低血糖，故也称胰岛素增敏剂。本类药物为新型糖尿病治疗药物，让人们对于 2 型糖尿病的治疗思路从单纯增加胰岛素数量拓展到增强胰岛素的敏感性上来。噻唑烷二酮类药物降糖作用可以维持 24 小时，故每日只需服药一次。食物不影响本类药物的吸收，空腹和进餐时服用均可。

α -糖苷酶抑制剂通过抑制碳水化合物在小肠上部的吸收而降低餐后血糖，主要包括阿卡波糖、伏格列波糖，适用于以碳水化合物为主要食物成分和餐后血糖升高的患者。服用方法是进餐时与第一口食物一起嚼碎后服用，以延迟饮食成分中碳水化合物的吸收。若服药与进餐时间间隔过长，则药效较差，甚至无效。本品因延迟碳水化合物的分解和吸收，导致细菌酵解产气增加，可能出现肠道多气、腹痛、腹泻等不良反应。

赵小姐

文/党政办公室 周艳

关于赵小姐，我所知道的不过寥寥，甚至不能笃定此赵是本姓夫姓或是花名。赵小姐却令人见之难忘。

小学时我有个同学曾，那天我像平常一样在她家门口等她。邻家从来深锁的大门开了一条缝。门口的竹床上晾满了片好的白萝卜，透过小小的门帘向内张望，正迎上一双平和的眼睛，镶在一张丰盈圆脸上，便是赵小姐了。于是我们在赵小姐家消磨了整个下午，大概是出于小孩子对所谓大户人家的好奇吧。整个下午她几乎没停下手中的活，我们仿佛并不存在，即使存在也不对她构成困扰，她就像是登上了旧时的戏台，时辰到了便要上妆做戏，观众只是锦上添花而已。赵小姐做事极有条理，先后顺序分得清楚，紧凑得透不过一瓢水。赵小姐并不爱说话，除了询问我们上到几年级，各自功课如何，就只在我们出门的时候说了一句下次再来玩。略带沉闷的一个下午，我们后来自然这样觉得。

但赵小姐是四下里都认得她的，颇有点传奇的意思。因为青年寡居，独自带大三个儿女，其中艰辛自然不足为外人道，七十年代受到运动冲击，积攒几代的家产几乎损毁殆尽，似乎也没有打垮她。邻居们最津津乐道的故事是即使被分配至田间做农活，赵小姐仍坚持要穿着她那购自国外的丝袜。到风波甫定，从前的赵家大宅只保下五分之一，有旁姓的人家搬进去住下了。以后国外的亲戚再寄东西来，赵小姐便留下一份，分给邻居们几份。

那时因为念过书的缘故赵小姐做了代课教师，教了几十年的数学，到快退休的年纪查出患病，被调离讲台，做了学校图书馆的管理员。图书馆坐落在一座阴暗的小楼里，常常很久都没有学生去借一本书。很快她就连管理员也不当了，也许是病情加重了的关系。

最后一次见到赵小姐，是在那之后不久。还是在曾家门口，我和曾已不同校了，赵小姐提着水桶走过。曾说，每次见到赵小姐，她总有干不完的活。是啊。我觉得赵小姐从前一定是个好老师，因为她对孩子和善，而且常从学校晚归，匆匆赶家。

赵小姐大抵是称得上勤劳的，但我又常常觉得她是拙劣的拳击手，不用任何花式技巧，击出的每一拳都避开命运掷向虚空，只在某个生活错漏的角落活得心安理得。若是得闲的夜里，看着灯下熟睡的孩子，或许她才会感到一丝松脱，但她甚至不以为苦，因为幸福只在被具形拘役的间歇中。

以后就再没有她确切的音讯。

只有一次遇上我的同学曾，赵小姐从前的邻居，说她似乎是去世的了。

也遇过赵小姐的小儿子，面目未曾怎样改变过，看得出母亲的良好基因。小心问起赵小姐，他便放低了声音，姆妈得了老年痴呆，越发是糊涂的了，却记得

我们几个年幼时过了饭点还在外疯玩，声声唤着要我们回家食饭。

总之是坠入到永恒的幸福中了。

沿途的风景（外一篇）

文/市中高二（14）班 魏方洲

节假日的这一天，倍感生活枯燥的我决定放下手头的作业，出去逛逛。

将近午时，阳光明媚，像裹在人身上看不见的被子，烘得人也暖乎乎的了。可是我心中仍是没沮丧，想起作业日复一日的踏实陪伴，就觉得疲惫不堪。

“嘭嘭嘭”柔软的衣料从我低垂的目光下翩跹而过，我抬眼一看，嚯，一个小姑娘一般蹦蹦跳跳的老奶奶，穿着一条大花裙子，或抓或挎着大大小小的包裹，丰腴的体型令大地震颤。我惊愕地盯着她，在我印象中的人们都是衣着朴素、步履平缓的呀。或许是出于一致的想法，过往行人纷纷避让。衣着不甚得体的她，在空阔的街道上，显得更突兀了。就这样，大家沉默地目送着她。她的身影越来越小，直到融化在目光里。

我走进书店，翻翻找找，看看歇歇，在消磨了半打时光后又无事可做了，于是空手出了店门，琢磨着吃些东西垫垫肚子再回家继续做作业。这一思索，我就觉得眼睛更涩了，腿更酸了，好累。即使出门逛街也没能放松自己，也实在是令人悲哀。

下个路口围满了人，连附近银楼的服务员都抛下璀璨夺目的珠宝，向那儿努力地探头张望。全身充斥着好奇心的我，加快步伐，一头扎进人堆里，灵活地蹿到了最前面：是她！大大小小的包被她胡乱地扔在一边，她自己却在平砖上跳舞。说是跳舞，实际只不过是她奋力旋转自己，使裙摆飞一样翻滚起来，并随心所欲地挥动着她那白白胖胖的胳膊。周围人却是专注地看着她，充满了尊敬。

仔细一看，她的面前醒目地置着一只略生锈的碗，一个头发蓬乱的乞儿怯懦地缩在她身后，不停地偷偷看她，小脸涨得通红。她的形象陡然高大了起来，阳光下她的花色裙子照亮了我，照亮了我的心。

这无私予人的大爱，这美丽的风景，使我淡忘疲劳，积极生活。

沉潜

鲁迅说，他不过是把别人喝咖啡的时间用在读书上。

从小，我就常常能在图画书上看见伤仲永的故事。太多的表演与浮夸的赞美使他迷失了自我，令他自“天才”降次为庸人。倘使他能够早日醒悟，识破这些空洞的繁华，放低姿态认真修炼，悲剧就会改写。青年作家蒋方舟也曾自嘲：“天才是对大人世界的献媚……很庆幸能在二十多岁的时候活回自己。”如今的我们大概也是这样，像一只薄皮气球，不断自我膨胀，说不定哪天“嘭”地爆了，跌落深渊，什么也没捞到。

沉潜是苦的，是欢乐的。莫泊桑拜师福楼拜，日日观察门前车水马龙，研究每个行人的神情变化，做下详细记录。我们看来机械乏味的重复劳动在他眼里或许只是万千世态中的一抔尘土，还有那么多来不及写下。当你把走路当成习惯，步伐便有了节奏的摇摆；当你把沉潜当成习惯，孤身一人也是美丽的姿态。电影《尼罗河佳丽》中的法国姑娘，为了自己醉心的舞蹈远渡重洋，几经周折感动了隐居在玫瑰园的珐拉。她对大马士革的芬芳视而不见，一心盯着镜墙纠正每一个细节。她陶醉在夜以继日的苦练之中，终于圆了自己的梦。他们看似笨拙地一遍又一遍操练着基础活，实际厚积才能薄发，他们的成就更是印证了这话。

沉潜也不是一味地蓄势。以前有一个科学家计算出的数据总是和原有的有一些偏差，他检验了几十次仍是如此，他却坚持自己算错了。最终他勇敢的同僚拔得了头筹，他只好在暗地里捶胸顿足。沉潜是沉心，不是沉勇气。

沉潜，沉潜，摒弃从前那个散漫喧哗的自己，脚踏实地地投入学习的沙漠，沉默有力地耕耘，种出一片绿洲。

（作者系药学部王建芳之女）

外婆活在心中

文/护理部 盛怡萍

年迈的老外婆于5月22日中午终于离我们而去了。

母亲打我电话时，我正在陪朋友看病，听到这个噩耗时，眼泪不由自主地流了下来。外婆已经94岁高龄，之前一直给我的印象是勤快能干的小老太婆。在我记忆里，她一直挽着一只竹篮子，里面藏着好吃的考果、粉花，急匆匆往我家赶，所以她的出现一直是我们兄妹几个最受欢迎的人。在经济条件困难的岁月里，外婆一直用她那只竹篮给我们送来大米、面粉、鸡蛋，外婆家在沙家浜，每次去，都是我们最开心的事情，有吃又有玩。在我记忆深处还能回想起儿时的夏天梅雨季节，天早已暗了，可父母亲还在田里忙着插秧，外婆陪着我，就在家的院子里，搭着门板，让我坐在上面乘凉，一边扇着扇子，一边给我讲着武松景阳冈打虎的故事，还有宋江逼上梁山的故事，总是听得津津有味，将我的孤独感一扫而光，现在还能回想起当时听故事的认真劲儿。后来在常熟工作了，成了家有了孩子，也很少回沙家浜，回去也是匆匆忙忙呆上一个上午，吃过午饭就回来了，即使春节的时候，也是聊会家常就回城了。在我遭遇婚姻失败的时候，已经八十多岁的外婆特地赶来安慰我，劝我不要伤心，心仪的人还在等着我呢。亲人们的呵护，让我及时走出了阴影。去年春节回去探望她时，外婆已经只能躺在床上跟我们说话了。听母亲讲前些日子她还到田里干活呢，只是最近老外婆思维一会儿清楚，一会儿就记不清了，有点老年痴呆的症状，躺在床上也忘了喊大小便，母亲跟阿姨、舅舅轮番照看她，给她擦洗身子、喂饭。半个月前，母亲说外婆尾骶部长了

褥疮，我便带着换药的东西过去。那天天气很好，阳光明媚，外婆瘦瘦地蜷缩成一团，还说骨头很痛。仗着自己是护士，我就把外婆抱到场上，躺着晒了半个小时的太阳，给她洗了个头，最后在浴缸里给她洗了个澡。再抱上床，尾骶部只是一个指甲般大小的破溃，我仔细地给她换好药，并说过几天再来，可没想到这次洗澡、洗头竟是我最后一次为外婆做的事……

舅舅把葬礼安排得很盛大。来吊唁的人川流不息，每天吃饭好烟好酒，源源不断，还请了道士不眠不休地作了两天的道场，以示晚辈对她的尊重。骨灰放进安息堂，我知道外婆再也回不来了，她只能在天堂默默地看着我们。那些温暖的记忆，跟外婆一样，将永远活在我心中！

动物版“兄弟千古情”

文/功能检查科 钱孝纲

这是一对孪生兄弟，在还未断奶时母亲就无情地抛弃了他们，流浪街上，与死神抗争着。猫弟已病得不轻，不叫、不食、瘦骨如柴、步履蹒跚，离死亡一步之遥；而猫兄还能轻声咪咪，可以正常进食，但已显得严重营养不良。

不忍心看到这样的凄凉景况，便给猫兄喂了些小鱼。猫兄吃完后的举动令人震惊，瞬间感动了我们夫妇俩：只见猫兄用自己虚弱的身躯驼起了病重中的猫弟，让猫弟安详地伏在自己背上，给他传递能量和温暖……

这是动物版“兄弟千古情”，人类惭愧不？