

# 杨小花:一呼一吸间书写医者大爱

本报记者 李阳 见习记者 宋梦凡

有这样一位女医生,她个子不高,但就是这样一位娇小的女子却有着大大的能量,几十年如一日,坚守在呼吸内科,守护着无数患者的一呼一吸。因为她的付出和努力,不少患者的生命得到了延续,她也因此得到了广大患者的信赖与赞许,她就是市人民医院北院区呼吸与危重症医学科主任杨小花。

2002年7月毕业于延安大学临床医学专业的杨小花来到铜川市人民医院工作。工作以来,她始终坚守在临床一线,在业务上不断努力进取,在工作之余,仍每天坚持学习,2011年,她考取第四军医大学的研究,2015年研究生毕业的她毅然选择了回到家乡,返回医院工作,为家乡父老奉献自己的一份力量。

两年后,由于她出色的工作,医院任命她为北院区呼吸内科(老年科)副主任,全面负责呼吸科医疗教学科研工作。面对医院领导和同事们的信任,她知道自己不能辜负,不仅要当一名好医生,还要扛起科室发展的大任,要在打造医院品牌科室上下功夫。于是她为科室量身定制了发展规划,成立医疗质量管理小组,狠抓医疗质量。同时,她带领科室不断开展新技术,新业务,2020年成功开展了铜川市首例“静脉全麻下支气管镜下异物取出术、支气管镜下冷冻治疗术”等,这些技术在省内处于领先水平。

在临床工作中,她不断总结经验,开展肺癌晚期化疗联合免疫治疗,恶性胸腔积液胸腔注射恩度等治疗,使呼吸专业的治疗水平达到并超越了三级医院水平;同时,还在呼吸慢病诊疗及慢性呼吸衰竭、机械通气治疗重症肺炎、肺间质纤维化、气管镜检查及镜下治疗肺部肿瘤诊断及肿瘤化疗等方面形成了科室的专业优势。科室年门诊病人10000余人次;收治病人1500余例,年抢救危重病人近600例。科室平均住院日不断下降,多次被医院评为“先进科室”。

工作以来,她从不放松对自己的要求,先后发表国家级、省级学术论文多篇,发表SCI一篇。2020年成功申报“内科胸腔镜在胸腔积液诊断及治疗的推广应用”市级科研项目;2022年成功申报“循环肿瘤DNA定量检测技术在非小细胞肺癌转移患者预后和治疗监测中的临床应用”省科技厅科研项目一项。

“一花独放不是春,百花齐放春满园”。作为科室主任,杨小花明白,一个人强大不算什么,真正是要做到团队的发展共同进步,科室才能大踏步地前进。因此,她注重下级医师的带教,在科室开展分层分级培训,针对每个医生不同情况制订个性化的专业发展目标,加强对新进年轻人的基本功训练。在她的努力下,科室新入职的医师能够快速进入角色,适应工作,其他下级医师也能按期职称晋升,积极开展科研创新,发表学术论文,科室整体学习氛围浓厚。

呼吸与危重症医学科作为新型冠状病毒肺炎防治的主力军,承担了医院大量的疫情防控任务。杨小花主动请缨加入医院第一批抗击新冠肺炎医疗队,投入医院的疫情防控工作中,其后的时间里,她始终战斗在疫情防控的第一线。2022年年底,我国疫情防控工作转入新阶段后,市人民医院坚持全院“一张床”的方针,要求医院所有科室都收治新冠病人,这就需要呼吸与危重症医学科全力以赴支持其他科室的工作。

杨小花二话不说,坚决服从医院的安排,在她的带领下,科室医护人员就算带病,也会超负荷加班加点坚持工作。杨小花每天上完门诊,还要再回到病区查看病人,看完自己科室的病人,还要到其他病区,指导相关科室诊疗救治。那段时间,她每天披星出门,戴月而归,几乎吃住在医院里,原本娇小的身躯显得更加瘦弱。她绝不轻易放弃任何一个生命,



图为杨小花(左三)带领科室医务人员进行教学查房

她要让更多生命在自己的手中延续。其中,一位94岁高龄患者,患有脑梗死并伴有偏瘫,常年卧床不起,被诊断为危重症新冠肺炎,一度“白肺”合并高热,急性呼吸窘迫综合征,老人生命危在旦夕。杨小花反复组织科室讨论,多次调整治疗方案,在科室医护人员的精心治疗护理下,老人最终脱离危险,痊愈出院。老人家属送来了一面印有“医术精湛,尽心尽职”的锦旗。这样的事例还有很多,她与科室同事并肩战斗,出色地完成了医院交付的任务,为全市疫情防控工作贡献了自己的力量。

一分耕耘,一分收获。由于出色的表现,2020年杨小花被医院授予抗击新冠肺炎疫情“最美守护者”荣誉称号,多次被医院评为“中国医师节优秀医务工作者”和年度先进工作者,2022年还被推荐为2022-2025届铜川市有突出贡献拔尖人才。

二十多年的行医生涯,她救治了无数的病人,她始终坚守初心,把病人放在第一位,用自己的实际行动在“一呼一吸”间书写着医者大爱。

## 精心诊疗暖人心 患儿家属送锦旗

本报讯(记者 李阳)日前,一患儿家属来到市妇幼保健院儿保科,将一面写着“爱心呵护幼童 智慧浇灌花蕾”的锦旗送到医护人员手上,感谢他们对孩子健康成长的悉心指导与帮助。

一个月前,4岁的患儿在家人的陪伴下来到儿保科就诊,医务人员经过悉心评估,为其制定了精准的一对一训练方案,同时指导家长配合训练,在经过一个月的治疗后,孩子的语言能力得到了很大提升,为表示感谢,家属特意送来了锦旗。

据悉,该科室在开展0-6岁儿童健康保健的基础上,努力钻研业务,不断推进儿保科的特色专业建设,开展了儿童生长发育、营养、心理行为、语言表达等多个方面的健康服务,并对儿童生长发育、内分泌、运动发育等方面问题给予专业指导,帮助孩子更全面、更健康地成长,深受患者家属的好评。

“希望通过我们的努力,让患儿能及早得到诊断和治疗,让每一个孩子都能够健康成长,每一个家庭都能够幸福美满,这是我们儿保科医务人员的心愿。”该科主任赵慧英告诉记者。



## 上门服务交医保 贴心服务暖人心

本报讯(记者 张芳)2024年度城乡居民基本医疗保险参保缴费工作已经启动。为方便辖区居民参保缴费,10月12日,印台区广阳镇东坡社区组织工作人员、新时代文明实践站志愿者、网格员上门宣传并帮助辖区居民缴纳医保。

工作中,网格员针对医保政策、缴费标准、缴费时间、报销内容等方面进行宣传解读,网格员还现场演示了手机微信缴费操作流程,帮助居民方便快捷地完成参保缴费。针对老年群体、部分特殊群体等,社区工作人员深入居民家中帮助居民完成医保缴纳,而在东坡社区为民服务办事大厅,也有专门的工作人员为前来办事的居民面对面服务,帮助他们顺利缴纳医保。

通过上门帮助居民缴纳医保,提高了居民参保缴费的便捷性,同时也提升了居民对社区服务的满意度。

新华社北京10月14日电(记者 田晓航)

鼻塞、鼻痒、流涕、打喷嚏……过敏性鼻炎发作令人苦不堪言。专家表示,夏秋花粉诱发的过敏性鼻炎已过高峰期,但由于今年秋季花粉季延长,花粉致敏性更强,有过敏性鼻炎史的患者仍需注意防范。

“秋天的花粉过敏原以杂草花粉为主,蒿草、葎草、豚草等的花粉颗粒较小,容易借助干燥的空气四处飘散。”国家健康科普专家库专家、重庆市人民医院过敏反应科主任医师周维康介绍,当空气干燥,相对湿度低于50%时,有二三级风力的条件,会更适宜杂草花粉传播。

中国医师协会变态反应医师分会会长尹佳介绍,全球变暖,温室效应会导致花粉季延长、花粉产量增加,致敏能力增强。今年夏秋季节我国部分地区发生的暴雨洪涝可能使喜欢潮湿环境的葎草生长旺盛,花粉季延长,九月份北方地区大量葎草花粉播散,容易引起严重的过敏性鼻炎甚至过敏性哮喘。

“目前,夏秋花粉诱发的过敏性鼻炎高峰已过,但由于花粉季延长,仍有一些人有症状。”尹佳说,此外,秋季在室外尤其绿植多的地方出现过敏症状,不一定是花粉过敏,也可能是霉菌诱发的过敏性鼻炎,因为霉菌在有泥土和植物的地方浓度很高。

日常生活中如何预防秋季过敏性鼻炎?专家建议,户外归来时,可用盐水或清水冲洗鼻腔及面部;关注室内空气质量和湿度,必要时可以使用加湿器;坚持适当运动,保证充足的睡眠;定期清洁家居环境,常打扫尘螨和花粉聚集的地方。

北京协和医院皮肤科住院医师孙晨介绍,对于过敏性鼻炎患者而言,避免接触过敏原是最基础、最有效的治疗方式;其他治疗方式包括,系统应用抗组胺药,使用含有皮质类固醇或抗组胺成分的鼻喷剂。

## 过敏性鼻炎患者需注意防范 今秋花粉季延长

## 急救培训强技能 共筑生命『防护墙』

为进一步普及急救知识,提高群众自我保护意识和自救互救能力,日前,铜川矿务局中心医院开展了一场别开生面的急救知识科普活动,医务人员为群众讲解心肺复苏的技巧并进行了现场演示。通讯员 毕杨摄



## 全市饮用水水质检验技术培训班举办

本报讯(通讯员 王君)为科学规范开展生活饮用水水质监测工作,确保城乡饮用水监测工作顺利,10月13日,市疾控中心举办了全市饮用水水质检验技术培训班。

市疾控中心相关专业技术人员就《生活饮用水卫生标准》《生活饮用水标准检验方法》《生活饮用水微生物指标检验方法》等内容进行了细致讲解。培训中,各区县相关工作人员就采样检测过程有关

题与授课老师进行了交流讨论。通过此次培训,进一步提升了县(区)疾控中心水质检验能力和水平,为圆满完成全市饮用水监测工作奠定了良好的基础。

## 安宁疗护



10月14日是“世界安宁缓和医疗日”。记者从14日在京举行的2023世界安宁缓和医疗日主题活动中获悉,近年来我国积极推动安宁疗护服务发展,实施安宁疗护人才服务能力提升项目,已培训4000名安宁疗护骨干医护人员,全国设有安宁疗护科的医疗卫生机构超4000家,不断用心呵护患者“最后一程”。

新华社发 王鹏作

## 市疾控中心提示:

## 预防高血压日 从每一天做起

10月8日是第26个全国高血压日。今年的宣传主题是“健康生活,理想血压”,市疾控中心提示:做好自我血压管理,控制高血压危险因素,需掌握以下几点:

**预防高血压,从每一天做起(健康生活方式六部曲:限盐减重多运动,戒烟戒酒心态平)**

- 1.限制钠盐摄入:钠盐摄入过多,高血压的风险会增加,长期限盐可延缓血压随年龄增长而上升的速度。我国居民平均食盐摄入量超过9g/日,世界卫生组织推荐每人食盐摄入量不超过5g/日,建议用低钠盐替代普通食盐。
- 2.减轻体重:超重和肥胖可导致血压升高,增加患高血压的风险,腹型肥胖可能与高血压有更强的相关性。建议超重和肥胖者减轻体重,腰围男性控制在<90cm,女性<80cm。
- 3.适量运动:运动可降低交感神经活性,缓解紧张情绪,减轻体重,降低高血压发生风险。建议根据自身条件每周至少进行150分钟的中等强度有氧运动(如快走、慢跑、游泳或骑自行车),同时进行适当肌肉力量练习和柔韧性练习。
- 4.戒烟:吸烟可增加心脑血管病风险,建议戒烟

(包括传统烟和电子烟)。

5.戒酒:大量饮酒使血压升高,不饮酒对健康最有益。推荐高血压患者不饮酒。目前在饮酒的高血压患者,建议戒酒。

6.保持心理平衡:长期精神紧张或焦虑、抑郁状态可增加高血压的患病风险。应保持积极乐观的心态,避免负面情绪。必要时积极接受心理干预。

### 血压超过130/80mmHg要开始积极关注

1.未使用降压药物的情况下,非同日3次血压超过140/90mmHg,可诊断为高血压,需要开始生活方式干预和药物治疗。

2.血压超过130/80mmHg以上即应引起关注,随着血压的升高可能带来对于心脑血管等器官的危害,应及早开始生活方式干预,对于已经出现靶器官损害和心脑血管并发症的患者应尽早启动降压药物治疗。

### 控制高血压,保护心脑血管

1.高血压最主要的危害是导致心脑血管等重要器官的损害,甚至危及生命,因此应积极治疗,控制血压。

2.所有患者应坚持健康生活方式。健康生活方式干预可有效降低血压或直接降低心脑血管病发生风险。

3.单纯生活方式干预血压仍无法达标的高血压患者,应积极接受降压药物治疗。

### 平稳降压,长期达标

1.高血压患者应坚持长期服药,鼓励选择每天服用1次的长效降压药物,以确保平稳降压,需要联合降压药物治疗的患者,建议优先选用单片复方制剂。

2.血压达标标准:一般高血压患者,血压降至140/90mmHg以下,合并糖尿病、冠心病、心力衰竭或慢性肾脏疾病伴有蛋白尿的患者,血压应控制在130/80mmHg以下;年龄在65-79岁的患者血压降至140/90mmHg以下,如能耐受,可进一步降至130/80mmHg以下;80岁及以上老年患者可控制在140/90mmHg以下。

