

疼痛科的故事

□本报记者 李宇
见习记者 袁野 戴子翔 文图

“阿姨,现在感觉如何,对照一下这张疼痛表情评分表,你现在感觉哪里还比较疼?”每天下午4点开始,市中心医院疼痛科的当班护士们都会在查房时,向每一位病人询问此刻身体承受的疼痛状况,并记录下病人的康复情况。护士手中的这张疼痛表情评分表,是市中心医院疼痛科的一大创举,浓缩了整个疼痛科近30年的成功发展历程。小小的一张疼痛表情评分表,以图文并茂的形式,将病人的疼痛程度赋予对应的分值,让医护人员随时可以掌握每一位病人的疼痛状况,对了解病人的病情发展和康复情况起着至关重要的作用。

岁末年初,当记者走进市中心医院疼痛科,有关这里的故事,似乎都是在不经意间被发现,而这不经意间的背后,却是市中心医院疼痛科全体医护人员自科室创建以来,始终坚持信奉的理念。我们的故事就从一台微波炉说起——

爱心微波炉

如今,微波炉已成为现代家庭厨房必备的电器之一。人们用微波炉加热食物,这已是司空见惯的事情。眼下正值冬季,由于许多病人离家医院较远,家属给病人送来的早餐往往有些凉。如果在这个时候,有个微波炉,能把早餐热一下,这对于病人和家属而言,就是雪中送炭。

冬日的疼痛科里,一台普通的微波炉摆放在那里,却显得格外与众不同。就是这台微波炉,不仅给病人家属拿来加热的食物带来了热度,也给整个疼痛科带来了温暖。市中心医院副院长、疼痛科主任吴成富告诉记者,他们自己凑钱买的这台普通的微波炉并不值钱,值钱的是疼痛科所有医护人员始终把病人的诉求放在第一位的服务宗旨。每当病人吃上热腾腾的早餐时,这对于疼痛科的医护人员而言,内心总是觉得很温暖,一天的工作总是很踏实。

不少病人的亲属在使用这台微波炉时告诉记者,真没想到在这里还能用上微波炉,到了冬天,他们就担心送到医院的早餐会发凉,病人吃了肯定对身体不好。现在不用担心了,这台微波炉可真是帮了大忙。“作为病人家属,我们很感谢疼痛科的医护人员能这样体贴,真是让我们内心暖暖的。”这是众多病人家属对疼痛科医护人员充满感激之情的由衷之言。

如今,这台微波炉已经成为整个疼痛科病人至上服务理念的代表符号。不少病人称呼它为“爱心微波炉”。

不成文的规矩

一杯水的力量有多大?解渴?如果是医院的护士为你递上的一杯水,这杯水恐怕不只是解渴,额外地还会为这位护士的举动所感动。当记者第一次在市中心医院疼痛科采访时,也领略到了这一杯水的感动。

在市中心医院疼痛科,有着许多不成文的规矩,为来往的群众倒上一杯水,便是众多不成文规矩中的一条。说起这倒水的缘故,吴成富告诉记者,从1987年创建疼痛科以来,作为河南省第一家疼痛科室,一切都是零起点。在出去考察时,每到一处总有工作人员主动为他倒上一杯水。这个小小的举动,引起了他的注意。“后来,我们在疼痛科专门提到,能不能向人家学习,也为过往的群众倒上一杯水。这个提议,得到全科室医护人员的支持。我们的医护人员总是在百忙之余,为过往的群众倒上一杯水。这一杯水代表的就是我们疼痛科全体人员为病人及其家属应尽的关心。”吴成富说。

轻伤不下火线;查房时开关门必须动静轻且小;病人的诉求第一时间予以解答,不得拖延;为病人输液时,不得接听电话……这些不成文的规矩,造就了疼痛科医护人员高质量的服务水平,也赢得了群众的赞誉。不少患者表示,把他们像亲人一样对待,问寒问暖,细心呵护,这是他们在疼痛科最真实的体会。

奋进中的团队

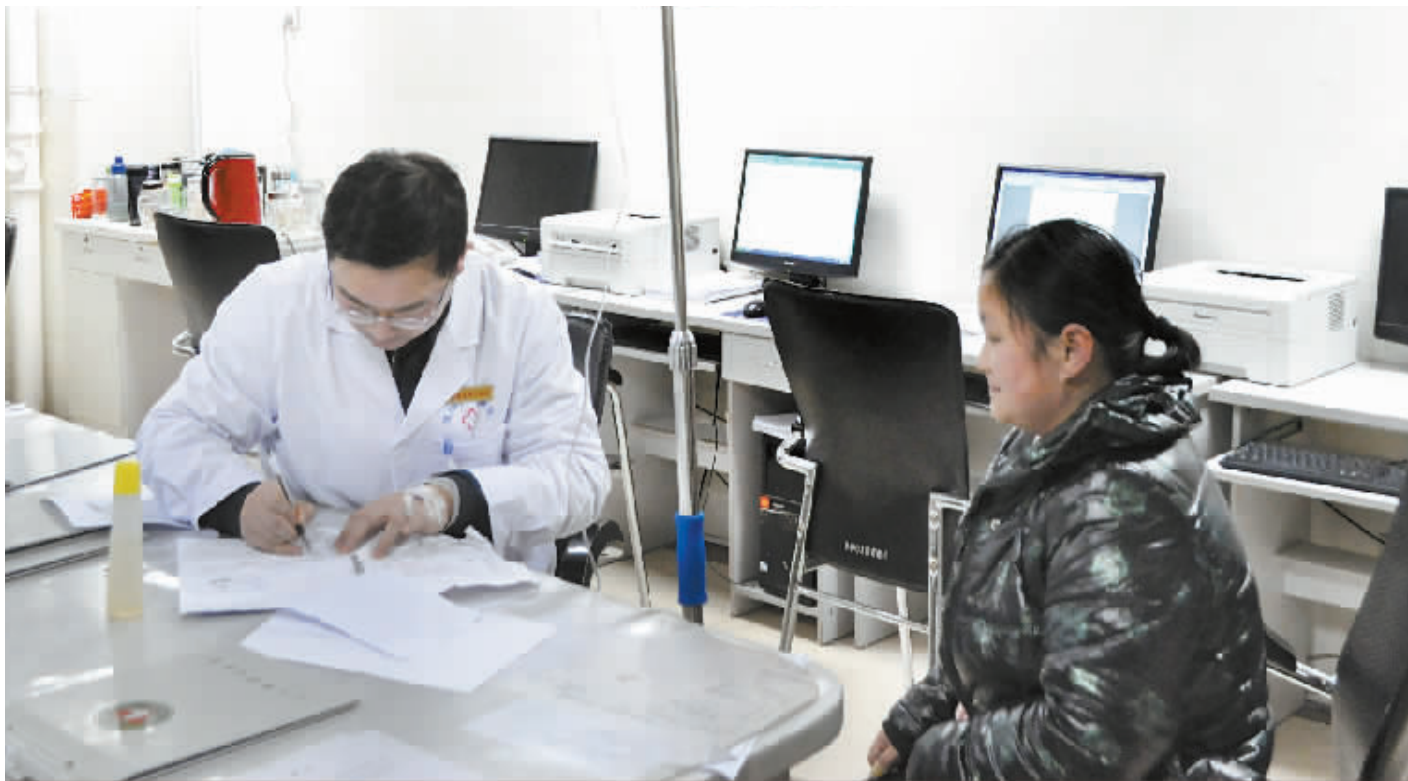
提到疼痛科的创建与发展历程时,吴成富感慨地说,团结就是力量。从无到有,从有到优。市中心医院疼痛科在吴成富和他的团队领导下,已经成为河南省重点专科、全国疼痛临床培训定点医院,成为信阳市第一个省级重点学科。一分耕耘,一分收获。2013年,中国科学院院士韩济生到信阳市中心医院调研,将该院作为全国临床培训定点医院。而就在刚刚过去的2015年,吴成富成为2015年“感动中原”年度人物候选人之一。

多年来,市中心医院疼痛科医护人员把病人至上的服务理念贯彻始终。护士长罗华每天总是把上小学的女儿早早地送到学校,然后赶往医院,开始一天忙碌的工作。由于没有时间去接女儿放学,女儿不得不自行来到医院等待妈妈下班;工作细致入微的余四海医生,正如他的名字一样“四海之内皆兄弟”,病人出院时,他都会主动叮嘱病人相关的注意事项;而当他们的父母、孩子过生日时,这些医护人员为了工作,为了病人的健康,也只能在电话中间候亲人,很难有时间陪在亲人身边。

2015年8月,一位特殊的老人在家人的陪同下来到市中心医院疼痛科。这位老人就是70年前英勇奋战在抗日一线的新四军战士韦世金。这位曾经浴血奋战的老英雄,因患严重的腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄症导致右腿疼痛难忍,不能行走而入院治疗。

韦世金老人一生戎马倥偬,身世坎坷。他幼年时父母双亡,13岁加入新四军参加抗日战争,解放战争中又亲历孟良崮战役、淮海战役、渡江战役、解放苏州战役……一生战功显赫。老人根本不知道自己是哪天出生的,当市中心医院疼痛科医务人员得知这一情况后,出于对老英雄的敬意,大家商量在9月3日中国人民抗日战争胜利纪念日这个特殊的日子为老人庆祝生日。当天,疼痛科的医生和护士专门定制了一个大蛋糕,他们还还为老人带上“抗日战争胜利70周年纪念章”。当代表抗战胜利70周年的7支蜡烛点燃时,老人脸上笑开了花,眼眶里闪着激动的泪花。老人表示,以后每年都要将9月3日作为自己的生日。

韦世金老人康复出院后,吴成富一直挂念着他,并与老人保持着联系。吴成富告诉记者,老人常对他说的一句话就是:“我们当年扛枪闹革命,就是为了老百姓过上好日子,看到如今普通人家都住上了高楼,再也不愁吃穿了,我们也感到无比的欣慰和自豪。如今,党和人民没有忘记我们,感谢共产党,感谢我们的好医生!”



图为市中心医院疼痛科医生正在询问、记录患者病情。

一个敢于奉献的团队,一个勇于拼搏的团队,一个精诚协作的团队,是病人之大幸,是医院之大幸,是社会之大幸。他们的付出换来的不仅仅是闪光的荣誉,更是群众对他们的赞誉与感谢。在采访中,许多患者告诉记者,知道疼痛科管理严格,什么都不收。等出院了,除了道一声谢谢,也只能送上一面锦旗,表达他们对住院期间医护人员无微不至照顾的感激之情。

“阿姨,我准备给您扎针了。扎针的时候,可能会有些疼,我会轻点给您扎。”疼痛科的

一位护士正准备给病人扎针输液。亲切的话语,着实为冬日里承受疼痛的病人吹来一阵暖风。

告别2015年,我们迎来了2016年。今年是我国进入全面建成小康社会决胜阶段的开局之年,是“十三五”规划开局之年。在新的一年里,市中心医院疼痛科全体医务人员将怀揣始终如一信念,尽心尽责,共同奋进,为市中心医院的发展提供强有力的引擎,为广大群众的健康提供更坚强的后盾,为“健康信阳”的发展注入更加澎湃的血液。



图为市中心医院疼痛科护士查房时的情景。



图为市中心医院疼痛科护士正在询问患者疼痛状况。

新年伊始,“健康信阳”上线啦!

打开新浪微博,搜索“健康信阳”,关注我们《信阳日报》健康新闻的官方微博。您关心的,就是我们热爱和追求的地方。也许我们能做的不多,但是当您需要的时候,我们总是在的。

“健康信阳”致力打造本地区最具公信力、权威性和影响力的医疗健康、食品安全信息平台,及时为公众提供最新、最专业、最权威的健康资讯和

养生科普知识,努力为信阳各级卫计委、医疗卫生单位以及其他各类社会团体做好宣传工作,同时向公众传播卫生法规和政策信息、反映社情民意、回应社会关切,传播药品、食品安全和健康知识,接受公众咨询、投诉和举报。

看不尽的资讯,一切尽在“健康信阳”。我们期待您的参与,携手打造属于我们的“健康信阳”。

查山乡卫生院获全国殊荣

本报讯(刘丹丹 袁征)日前,国家卫生计生委办公厅公示了“2014—2015年度全国群众满意的乡镇卫生院”名单,我市平桥区查山乡卫生院榜上有名,成为该区第一所国家级“群众满意的乡镇卫生院”。

为贯彻落实深化医药卫生体制改革精神,加强乡镇卫生院内涵建设,提高服务能力,自2014年8月起,国家卫生计生委

在全国范围内启动了建设“群众满意的乡镇卫生院”活动。2015年12月,根据“群众满意的乡镇卫生院”建设标准,经过逐级审核、现场抽查、公示等程序,国家卫计委在全国37000多所乡镇卫生院中,遴选出1300所乡镇卫生院为“2014—2015年度群众满意的乡镇卫生院”。我市共有4所乡镇卫生院获此殊荣。

金牛山办事处 发放首例二孩生育服务证

本报讯(记者 张勇 通讯员 黄志斌)1月1日,“全面二孩”政策正式实施。1月4日,节后上班第一天,浉河区金牛山办事处计生办服务大厅里,前来咨询《二孩生育服务证》办理事宜的群众络绎不绝。针对领证材料、办证程序等问题,计生工作人员详细解答,并办理了新政策实施以来首例二孩生育服务证。

居住在该办事处验堂社区九组的翁洋、李秀萍夫妇,当天早早

地来到计生办服务大厅,按照新的生育服务证办理流程,夫妇俩填好《生育服务证登记表》,工作人员核对了双方的身份,即时免费给他们发了证。当他们顺利地拿到了二孩生育服务证时高兴地说:“新政策就是好,程序简单,并且能当场领到证,太感谢你们了。”

据了解,下一步,该办将继续做好新政策的衔接,保证“全面二孩”政策顺利实施,为辖区居民提供优质服务。

血液在人体的储存

正常情况下,人体的血液并不全部参与流动,而是有约25%储存在脾、肝和皮肤里,人们称这些组织为人体的“血库”。它们对生命活动非常重要,可根据需要自动调整血液循环的血量。

脾脏:人体最大的“血库”,里面有很多血窦,可储存约500毫升血液。当体内需要血液时,脾脏会不断收缩,把血液挤出送到血管中。

肝脏:里面有个大血窦,血管也很丰富,能储存大量血液。
皮肤:里面有大量的毛细血管和小静脉,平时血液流动缓慢,人体需要时可快速释放参与到血液循环中。(石磊)



雾霾天,别逞强锻炼

□厉衍飞

锻炼的目的是为了强身健体,而在雾霾天进行户外锻炼,这种逞强的行为显然违背了锻炼的初衷,后果往往是健身不成反伤身。

对很多居住在北方的人来说,这几天可能比较难熬,因为雾霾又来了。不过严重的雾霾并没能阻挡一些人户外锻炼的脚步:公园中仍有不少顺着小路跑来跑去的市民,广场上还可见伴着音乐翩翩起舞的大爷大妈,球场上也有追着皮球满场飞奔的青少年……

雾霾天户外锻炼有损身体健康的道理大家都懂,而且各地政府也通过多种途径提醒市民在雾霾天尽量减少户外活动,但为什么还会有人在严重雾霾中冒险“用生命去锻炼”呢?

对此,不少人都有自己的理由。有人说,我已经养成了锻炼习惯,每天不去户外跑跳跳就浑身不舒服,不能因为一两天的雾霾就乱了运动节奏,更何况锻炼贵在坚持,冬练三九、夏练三伏,刮风下雨都不能阻挡我,几天雾霾算得了什么?也有人说,我好不容易花钱订了场地,跟小伙伴们约好了踢场球,要是不去浪费钱不说,还可能失信于人。踢场

球就一两个小时,呼吸点雾霾应该没啥大不了的。还有人说,我的“朋友圈”,大家天天都在晒户外锻炼照,这就像是我们的约定。要是因为雾霾就不锻炼、不晒照,特别是别人晒了户外锻炼照我却没晒,那多没面子!

人们在雾霾中坚持户外锻炼的原因或许不止这些。但不管是因为习惯,或者因为约定,抑或因为面子,还是别的什么原因,说到底,这些人都小看了雾霾的危害,高估了自己的抵抗能力。换句话说,他们有些逞强了——觉得自己身体好,雾霾再严重也能扛得住。

锻炼身体要讲科学,其中一个重要的方面就是要适度。不管是遇到雾霾天等不理想的外部环境还是遇到身体不适等不理想的个人状况,逞强的后果往往是让锻炼者健身不成反伤身。虽然不希望再见到雾霾,但如果雾霾再次来临时,希望所有的健身爱好者都能为了健康收起逞强的决心,不再迈出户外锻炼的脚步。

(摘自《大河健康报》)