



上海中医药大学台州医院

Taizhou Hospital, Shanghai University of Traditional Chinese Medicine

台州市中医院

院报

2020年第2期

总046期

浙企准字第J101号



台州市中医院
微信公众号

A 医院大事 实时动态

台州市中医院·主办 / 2020年5月18日 / 星期一 / 本期4版 / 本期责任编辑:邱敏洁 / 内部资料 仅供交流

勇士安好，便胜却人间无数

——“最美战疫人”抗疫工作交流会



春回燕归,山河无恙,白衣执甲,英雄归来。4月21日下午,我院在急诊六楼多功能厅举行了一场气氛热烈的“最美战疫人”抗疫工作交流会。会议由院党委书记徐雄平主持,院党政领导班子、院第一批、第二批援鄂医疗队员、全体中层干部、医院隔离病房、发热门诊的医务人员代表、抗疫志愿者、各医疗组组长、各护理单元责任组组长参加会议。

会场,一席红毯铺开了归队之路,中国卫生四个字赫然印在背后,徐雄平做了会议致辞后,由洪优优、陈永青带领第一批、第二批医疗队员挥旗而入,他们迈着坚定地步伐,伴着庄严肃穆

的人入场踏上了主席台并列队。
“报告院长,第一批/第二批医疗队员休整完毕,请求归队!”这声响亮而且清澈,刹那间撼动了全场,在这场没有硝烟的战役中,他们本可以在家陪伴家人,然而在国家需要的时候,毅然决然地踏上支援湖北前线战“疫”之路,用自己的勇气托起了患者生的希望。

院长张日初代表医院授予他们“最美战疫人”红飘带和纪念画册,并合影留念。接下来,由洪优优和陈永青代表医疗队员做战疫工作汇报,作为浙江省第二批援鄂医疗队重症护理组组长,洪优优谈到,组织给了我们强大的后盾支撑,前路

是个未知数,当时有做被感染的打算,但仍要尽全力,保障大家的安全,最终实现了“零”感染的目标。

作为台州援湖北荆门医疗队中仅有的两名中医师之一,陈永青说道:“出发那天,领导像对待远行的家人一样送行,这让我坚定信心,敢打必胜,坚决完成任务!”此行他带着充分发挥中医药特色优势参与新冠肺炎治疗的使命,并通过中药调理增强援鄂队员的体质。队员杨海飞说,作为医护人员,在生命面前,扎实的医疗基础技能最重要。她噙着泪,几度哽咽,“如果我有更好的技能,我要去帮助更多的病人!”“到那里的时候我非常担忧,不是担忧被感染,而是担心我不是重症专科护士,无法应对一些情况。”项敏丹如是说。“不要称呼我是英雄,我只是在做我的本职工作。”“中华民族总会在危急的时刻,彰显强大的民族力量。”王丹小小的身板,瘦瘦的身躯,言语间,尽是笃定。“援鄂的日子虽然又苦又累,但这是我这一生做的最正确的一次决定。”说这话的时候,吴素丽的脸上挂满了自豪。

最后,张日初院长代表院党政领导班子对奋战在抗疫一线的医务人员表达了感谢,同时也为下阶段医院工作指明了方向。他意味深长地谈到,医护人员的无私奉献,是黑暗中的明灯,点亮了前行的方向。他们是时代的“有心人”。

一是有勇气之心,在国难来临时,义不容辞地前往祖国最需要的地方。

二是有博爱之心,作为医务人员,始终将人民群众的生命安全放在首位,先天下之忧而忧,

无畏个人安危。

三是有道义之心,没有一颗普度众生的道义之心,无法面对恐惧之下的战“疫”,也无法担起肩上的责任。

四是发扬了医务人员的仁术之心,精通专业技术,厚积知识,才能在关键时刻派上用场,当好与疾病斗争的排头兵。

五是有仁爱之心,只有大爱无疆,怀着对医疗、对自身专业的敬畏,才能悉心照护患者,与患者更好地交流。

六是有自强之心,他们敢打硬仗,敢挑重任,出色地完成各项任务。

七是有一颗进取之心,在抗疫过程中,结合临床经验,发扬了中医诊疗技术在新冠肺炎治疗中的作用,使得中医特色被广泛认可。

八是有谨慎之心,他们安全、高效、有序、规范地运行,保证了医疗队伍零感染,一个不少地平安归来。

在此,也衷心感谢社会各界人士的善良之心,从捐款、物资捐助到志愿者服务...疫情期间,他们给予我院很多的支持。艰难困苦,玉汝于成。经过不懈的艰苦斗争,疫情逐渐消退。下阶段,医院全体干部职工将继续发扬顽强拼搏、连续作战的精神,本着“多问几句”,“多说几句”,“多思考”,“多贡献”四项原则,在牢牢把握防控工作的前提下,集中精力,坚守岗位,全身心投入到医院的建设发展中去。

陌上花开,已缓缓归矣,勇士安好,便胜却人间无数。
文章来源:院办 胡茜

我院第二批支援湖北荆门战“疫”英雄！今天回家！



3月28日上午,台州市支援荆门105名医疗队员在奋斗了39个日日夜夜后迎来了生机勃勃的明媚春光,他们于今天凯旋,来自我院的战“疫”四勇士也一同回家。第二批凯旋的战“疫”英雄受到了荆门市人民的最高送别礼遇。

下午2点30分,医疗队包机顺利抵达台州路桥机场,受到了市委市政府及社会各界的热情迎接,欢迎回家!院长张日初、党委书记徐雄平、援荆医疗队家属代表程喜梅、护理部主任王秀蓉到机场迎接。

在与病毒抗击的每一个精准诊疗与呵护,在与战友一起奋战的每个日月星辰,在一次次被荆门人民的友善热情所感动,今天,你们终于返程,

整个冬天不会逾越,没有一个春天不会来临,冬季的黑夜尽管漫长,但我们终将迎来黎明的曙光!

援鄂英雄 王丹——寄语
疫情已散,我们将返。归去,是胜利;复还,是相聚。待来年春暖花开之时,我们再相聚!

援鄂英雄 吴素丽——寄语
愿春来疫去,山河无恙;愿情存疫散,你我安好!

白衣执甲,今朝凯旋!逆行的白衣战士们,你们是台州的战士,是中国的脊梁,是时代的楷模!谢谢你们,为此拼过命!此生无悔入华夏,中国必胜!

文章来源:院办 林巧媚



日前,全国驰援湖北的医疗队、医护人员开始分批撤离武汉。浙江省支援武汉第二批医疗队的150名医护人员也完成救治任务,于3月19日下午返回杭州。这是浙江首支回杭的援鄂医疗队。

浙江省第二批援鄂医疗队的队员来自省内几十家省市县级医院,包括40名医生,97名护士,1名消杀人员,2名行政人员,10名医技人员。1月27日晚6点,医疗队于1月28日从杭州出发,随后整建制接管武汉科技大学附属天佑医院两个重症病房和一个危重症病房。

截至3月13日,浙江省第二批援鄂医疗队累计收治患者192人,其中重症108人,危重症32人,已有135人康复出院,还有46位病人已转至新的定点医院继续治疗。

8名台州“白衣战士”凯旋,其中,台州第二批援鄂医疗队也成为台州首批“回家”的援汉医护人员!

1月28日,台州第二批驰援武汉医疗队的8名“白衣战士”跟随省队包

机出征武汉,对口支援武汉科技大学附属天佑医院,整建制接管武汉科技大学附属天佑医院两个重症病房和一个危重症病房。经过3天紧锣密鼓的院感培训,队员们开始上岗接管病区,收治重症患者。

为了确保队员工作过程中的绝对安全,台州第二批援鄂医疗队队长、浙江二队重症组组长、台州市中医院急诊科兼重症监护室护士长洪优优每天有开不完的会,接不完的电话,“防护物资不合规必须退还,浙江团队与当地医院的沟通磨合要加强,每个队员的突发情况一定要及时响应……”

与此同时,洪优优还配合省队向天佑医院推荐浙江省在院感、重症医学等方面的成熟经验,指导天佑医院医护人员快速掌握呼吸机参数的调整、规范抗菌素的使用,以达到全院医疗质量和医疗安全同质化。“我们这批队员都是女孩子,但疫情时期的武汉,医院人手奇缺,每位护士除了日常护理病人外,还要干许多重活。”洪优优从容地说,原本柔弱的女孩子瞬间化身“女汉子”,从不喊一声苦。

今天,英雄凯旋!
文章来源:中国蓝新闻、台州好地方、无限台州APP、台州晚报、台州交通广播

我院两位首批援鄂战「疫」英雄，回家！

最美战“疫”人

——各级领导走访慰问我院抗“疫”一线医务人员及家属



自疫情防控工作以来，广大医务工作者日夜奋战在抗“疫”一线。各级领导、社会各界多次走访慰问，致敬最美战“疫”人。
3月5日-6日，市四套班子芮宏、周先苗、

张锐敏及属地有关领导在我院领导班子的陪同下走访慰问我院6名援鄂医疗队家属，代表市委市政府向坚守湖北一线的医护人员表示崇高的敬意，向在背后默默支持的家属们表示诚挚

的慰问，并详细了解医疗队员家属的生活情况与困难需求。家属们对政府给予的关照，医院给予的关心表示感谢，一对一的帮扶也让他们暖心。

针对援鄂医疗人员，医院认真落实各级政府的指示精神，开展多项保障措施：1.成立多层次工作组，时刻保持联系，疏导各方面压力，排忧解难。2.针对援鄂前线医疗防护物资的不足，医院多次筹措物资驰援。3.主动对接援鄂人员家属，为他们提供有温度有质量的保障。

3月5日，FM98.7台州综合广播开展“万朵鲜花送雷锋，致敬最美战疫人”活动，他们来院慰问一线医务工作者代表。同一天，由医院工会委员会组织的“致敬最美战疫人，2020‘鼠’你勇敢，鲜花赠英雄”活动举行，院领导班子成员分组带队将携带的鲜花和手绘版贺卡一一送到每位抗“疫”勇士代表和援鄂医疗队家属的手里。你们的付出与奉献医院感铭于心，也正是因为有医院每位员工勠力同心，医院才会蒸蒸日上、鹏程万里。虽然抗击疫情这个阶段只是暂时的，但是在医院里凝聚起的“粉身碎骨全不惜，俯首甘为孺子牛”的员工正气是永存的！

文章来源：院办 林巧娟



随着科学技术的不断进步、医学检验技术的不断提高和医学检验领域的逐渐拓展，应用化学、应用物理学、生物化学、免疫学、血液细胞学、遗传学、分子生物学及电子信息技术向临床医学领域的广泛渗透，使医学检验这一专业得以迅速发展及壮大。

我院有这样一群人：他们是一线防疫医生坚强的后盾，他们不畏艰险，不惧疫情；他们勇往直前，永不言败；他们是战无不胜攻无不克的战士；他们是一群默默奉献的检验人！

正值新春到来之际，很多的同事朋友已经计划好行程。但当疫情凶猛而来之时，他们毅然放下手中行李，投入到疫情防控狙击战当中去。科室主任凌应培，身先士卒，连续在发热门诊工作72小时，连与女儿说话的时间都没有，女儿想念他了，只能将思念之情寄托于文字，希望她的爸爸能停下来，慢下来好好的休息，与她说说话。

疫情发生之后，各个村、镇、县开始加强管控力度，检验医师邱静静在轮渡和公交车停运的情况下，毅然决定以自行车代步，每天顶着一个多小时的寒风，跨越椒江大桥风雨无阻地上班，为疫情防控工作贡献自己的力量。疫情就是命令，防控就是责任，困难只是暂时的，办法永远比困难多，我们不能被暂时的困难所困住。不一定每一个人都能去防疫一线，在自己平凡的岗位上干力所能及的事，也能出一份力。

在防控措施很严厉的情况下，来院看病的患者虽然减少，但是，他们依旧不能离岗。在物资紧张，人员隔离的情况下，很多的工作更需要到位。他们不仅仅要保护患者的安全，也要保护自身的安全，对自己负责，也对科室负责！

这群可爱的小伙伴，有人爱美，有人爱闹，他们是不一样性格的人汇集在一起的大家庭。当他们穿上这身衣服，带上这些装备，他们就是战士，而且是攻无不克，战无不胜的战士，我们必须打赢这场战役！

中国必胜！武汉必胜！我们必胜！
文章来源：检验科 郑枫 院办 邱敬洁

刀尖上的幕后防疫尖兵

企业复工体检，怎么做更安全？

随着各行各业逐步复工开工，目前正值复工潮高峰期，也是新冠疫情防控的关键期。那么用人单位返岗、返工中如何做更安全？

为有效支持企业复工需求，我院设立复工专项健康安全体检，项目包含血常规和胸部CT等。其中胸部CT检查具有简单、快捷的特点，是目前筛查新冠肺炎的最佳检查方式。血常规检查中的白细胞总数是否减少也是判断新冠肺炎的重要依据。

我院健康管理中心全员经过规范培训，所有进入健康管理中心的人员均佩戴口罩等防护措施，我们放射科、化验室医护人员也执行标准防护，这不仅是对自己负责更是对体检者负责。体检区域每日按照防疫要求进行规范消毒，为体检客户提供相对安全的体检环境。

企业可拨打健康管理中心号码 0576—88199376 进行体检预约，预约后会有工作人员安排单位分流，分批次进行体检，最大程度减少人员密集，避免交叉感染。来院体检需出示本人身份证、台州健康码，并主动接受体温测试，询问旅行史，健康状况合格后方可进行下一步体检。所有检查由专门安排的人员带领。

针对体检异常者，我院将第一时间安排呼吸科医生进行会诊，结合流行病学，确定下一步



是否需要留院观察以及新型冠状病毒核酸检测。文章来源：健康管理中心 马玲虹

许杨宝医生多次受邀参与学校新冠专题在线培训



近日，我院急诊科许杨宝主任受邀来到振华中学、椒江二中上网课。

这是新冠肺炎疫情这个特殊时期采取的特殊方式——网课，而许主任讲的就是新冠肺炎的防护，全校师生都在线上听课，许主任首先从当前的疫情形势入手，深入浅出地讲了新冠病毒的来龙去脉、新冠肺炎的传播途径以及临床特点，还详细讲解了疫情时期大家如何做好防护，尤其是学校复学后学生如何做好防护。

许主任讲课内容非常丰富而且精彩，也很接地气，很适合目前的疫情防控！本周五许医生还将受邀到洪家中学进行网上培训！

筑牢师生安全“防护网”！强化复学前疫情防控工作

许杨宝主任向学生、家长、教职工介绍当下疫情的基本情况，普及新冠病毒常识、新冠肺炎的传播途径以及个人防护等相关知识。讲座详细介绍了新冠病毒的生物学特点、致病性、传播途径、流行现状等方面的知识。文章来源：急诊科 许杨宝

台州市中医院院内制剂“新加玉屏风颗粒”获省药监局批准

近日，为进一步做好新型冠状病毒的中医药防治工作，助力我市企事业单位、学校等复工复产。根据浙江省中医药管理局和浙江省医疗保障局联合发布的《关于普通人群使用中药预防疫病推荐方的通知》，我院申报的院内制剂疫病预防方——“新加玉屏风颗粒”被浙江省药品监督管理局批准使用。

新加玉屏风颗粒

Xinjia yupingfeng Keli
请仔细阅读说明书并在医师指导下使用？

本制剂仅限本医疗机构使用
【成份】黄芪、白术、防风、金银花、广藿香、甘草等。

【性状】本品为黄色的颗粒；味涩而

后甘。

【功能主治】益气固表，解毒化湿。用于表虚不固，营卫不和之症。

【用法用量】开水冲服。一次10g，一日2次。

【注意事项】妊娠妇女慎用，儿童用药酌量减量，或遵医嘱。

【规格】每1g相当于饮片2.4g。

【包装】聚酯/铝/聚乙烯药用复合膜。10g/袋×14袋/中袋。

【贮藏】密封。

【生产日期】

【产品批号】

【有效期】暂定3个月

【备案号】浙药制备字Z20200038000

【配制单位】台州市中医院

此方适用于普通人群、年老体弱者；总体功效是益卫固表，解毒化湿。其中：

1. 黄芪甘温，内补脾肺之气，外可固表益卫为君药；
2. 白术健脾益气，助黄芪以加强益气固表之功；
3. 防风走表而散风邪，胜湿止泻，合黄芪以益气祛邪，提升正气以抵御外邪；
4. 金银花辛凉质轻，清热解毒，疏散风热；
5. 藿香芳香化湿，和中止呕，行气辟秽；
6. 甘草以清热解毒而利咽喉，又调和诸药。

文章来源：中药科 张帅



桑：一身都是宝

“桑”在华夏大地上生长了几千年,是我们国家的“原著”物种,自古便是人们赖以生存的重要作物。可以说桑树改变了人类世界,除了它是桑蚕的食物外,其叶、枝、根、果实也具有很好的药用价值,可谓是一身都是宝。咱们来细数一下桑树一身的药材:桑叶、桑枝、桑白皮、桑葚。

桑叶

[来源]:桑科植物桑树的干燥叶,又称铁扇子。10-11月份霜降后采收,经霜打的桑叶为佳,称霜桑叶或冬桑叶。

[性味归经]:苦、甘、寒。归肺、肝经。

[功效]:疏散风热,清肺润燥,平肝明目,凉血止血。

[主治病症]:风热感冒或温病初起之咳嗽头痛,肺热燥咳,肝阳眩晕,目赤肿痛,视物昏花,血热吐衄。

[配伍]:桑叶配菊花,二药均能疏散风热,平肝明目,合用药力更强,善治风热感冒,温病初起,风热或肝热目赤,肝阳眩晕及肝肾亏虚,目暗不明。“桑菊饮”里面就有桑叶菊花的配伍,如今“夏桑菊颗粒”(夏即夏枯草)已经成为常见的中成药。

桑叶配黑芝麻,桑叶平肝益阴明目,黑芝麻补精血润肠,合用补肝肾明目力强,治疗肝肾亏虚视物昏花效果佳,兼肠燥便秘者尤宜。

[用量用法]:5-9g,润肺止咳宜蜜炙用;外用适量煎水洗。



[食用价值]:桑叶茶饮料,在中国素有“神仙茶”的美誉,在日本被称为“长寿茶”风靡全国。除桑叶茶外,还有桑叶面、桑叶小甜饼、桑叶荞麦面等系列食品。桑叶提取物又可用于糕点的安全色素,真可谓用处多多,令人刮目相看。

桑枝

[来源]:桑科植物桑的干燥嫩枝。

[性味归经]:苦,平,归肝经。

[主治]:祛风通络,利水。

[主治病症]:风湿痹痛,水肿,脚气浮肿。主要用于治疗肩臂、关节酸痛麻木等症。桑枝善走上肢,尤以治肩背酸痛,经络不利为常用,可单位熬膏服或与祛风湿药配伍使用。

[用量]:9-30g

桑白皮

[来源]:桑科植物桑的干燥根皮。

[性味归经]:甘,寒,归肺经。

[功效]:泻肺平喘,利水消肿。

[主治病症]:肺热咳嗽痰多,浮肿尿少,小便不利。

[用量用法]:9-15g,泻肺平喘宜蜜炙用,利水消肿宜生用。

[使用注意]:本品性寒,故寒痰咳嗽者忌服。肺虚无火、风寒咳嗽和小便通利者也不能服用的。

桑葚

[来源]:桑科植物桑的新鲜或干燥成熟果穗。

[性味归经]:甘,寒,归心、肝、肾经。

[功效]:滋阴补血,生津润肠。

[主治病症]:阴虚血亏的眩晕、目暗、耳鸣、失眠、须发早白、津伤口渴、消渴、肠燥便秘,桑之极品葚乃“甚”,甚者极也,神农认为,桑葚乃桑中精华。《本草纲目》记载桑葚“单食,止消渴。利五脏关节,通血气,久服不饥,安魂镇神,令人聪明,变白不老。”

[食用价值]:煎汤、熬膏、生吃、浸酒均可。



每一个药听起来都很好,但用时还需辨证,比如桑根,如果胃寒就不能吃。桑根与桑葚相比,桑根是往上走,桑葚是往下走,因为色紫黑多籽味酸甜,补的是肾阴肝阴。而桑叶如肺,治热性咳嗽最常用。

桑之药膳食疗

1. 桑菊薄荷饮

材料:桑叶 6g,菊花 6g,薄荷 3g,蜂蜜少许。

做法:加适量水,煮沸,代茶频服。

功效:疏风清热,平肝明目。

2. 桑枝鸡汤

材料:桑枝 60克,老母鸡一只,姜、盐适量。做法:将桑枝浸泡30分钟,母鸡洗净,斩件。桑枝与鸡共煮,放入姜片。煮至鸡肉烂熟,调味即成。

功效:祛风湿,通经络,补气血。

3. 桑葚蜂蜜饮

材料:桑葚、蜂蜜各适量。

做法:将桑葚煎水取汁,小火熬煮,加入蜂蜜拌匀饮服,每次10-15克,每日两三次。

功效:滋阴补血。适用于阴血亏虚所致的须发早白、头目晕眩,女子月经不闭、闭经等。

4. 桑白南杏煲猪肺

材料:南杏 15g,桑白皮 15g,猪肺 250g、姜、盐适量。

做法:将猪肺洗净,切块,放入沸水中先煮5分钟(俗称飞水),换适量清水,将南杏、桑白皮一并放入锅中煎煮2小时,食盐少许调味即可。

功效:清肺润燥,养阴止咳。

文章来源:中药科 杨红燕

呼吸,生命的主旋律

随着5月世界哮喘日的来临,我们今天来了解一下关于支气管哮喘的那些事。

支气管哮喘有哪些表现?

支气管哮喘易发于冬春季。典型的哮喘发作前有打喷嚏、流涕、咳嗽、胸闷等先兆症状。发作时,患者被迫取坐位,呼吸困难,双肩耸,大汗淋漓,咳嗽多痰,严重时周身发绀。半数以上患者容易在夜间突然发作。哮喘长期反复发作易并发肺气肿,严重发作时可并发气胸、纵膈气肿、肺不张。特殊类型的支气管哮喘有表现为慢性咳嗽或运动导致的支气管痉挛。

支气管哮喘的治疗原则?

1) 急性发作期主要为控制哮喘。

2) 脱敏疗法。

3) 预防复发。

4) 对于难治性哮喘,目前国内外尚推荐支气管热成形术的治疗手段控制哮喘。

健康教育指导

1. 患者避免摄入易致过敏的食物,避免接触宠物,避免接触刺激性气味,避免强烈的神经刺激和剧烈运动,不要去人群拥挤、空气污浊的公共场所活动。外出时注意保暖,避免冷空气刺激,预防呼吸道感染。寻找过敏因素,避免接触过敏原。伴有高血压、冠心病的哮喘病患者,不宜用麻黄碱(麻黄素)、异丙肾上腺素、肾上腺素等药物,以免诱发心绞痛、心肌梗死及脑血管意外等。

2. 哮喘非急性发作期应根据情况适当进行体育锻炼,提高免疫力,增强体质。

饮食调理

饮食清淡,易消化,高热量饮食,避免进食鱼、虾、蟹等易致过敏的食物。

呼吸是我们生命的主旋律,为了让它优美而动听,请您爱护自己的身体。

文章来源:预防保健科 王宇



让癌痛患者减轻疼痛

癌症是健康的杀手,也是摧毁人们生活意志的元凶,然而让大多数癌痛患者恐惧的并不是死亡,更多的是癌痛。癌痛可直接导致癌痛病人的免疫功能降低,甚至严重影响癌症的治疗和患者的生活质量。我们应该帮助癌痛患者消除疼痛,维护患者的基本权利。慢性疼痛是一种疾病不仅仅在于疼痛本身,更重要的是在慢性疼痛中,长期的疼痛刺激可以促使中枢神经系统发生病理性重构,使疼痛疾病的进展前加难以控制。当患者感受到疼痛时,应该及时告知家人和医护人员,以获得大家的关爱、支持和帮助。通过治疗消除疼痛,通过倾诉可以消除恐惧、焦虑、忧郁和孤独等不良情绪,对治疗疼痛有很大的帮助,只要及时就诊,积极配合治疗,疼痛是可以有效控制的。

如何有效缓解疼痛?

药物治疗是癌症疼痛治疗的主要方法。用药过程只要遵循按阶梯用药、按时用药、口服给药、用药个体化这四个原则,90%的癌痛能得到很好的控制。止痛药物主要副作用有恶心、呕吐、眩晕、口干、便秘等,在此期间如出现以上等类似反应,不必过分紧张,应及时报告医生,密切的观察这些变化,尽量使药物治疗达到最佳疗效,同时减小副作用。

非药物治疗方法主要包括:热敷或冷敷、休息、聆听舒适的音乐、冥想、按摩、呼吸和做一些放松的体操。

癌痛患者的饮食为癌症治疗过程中的重要环节,合理的饮食可提高患者抵抗力。癌痛患者的饮食应保持多样性,合理性,其指导原则如下:

- 1、忌食辛辣刺激性食物,少食甜食;
- 2、食用富含维生素、蛋白质、无机盐和富有膳食纤维的食物;
- 3、适度饮食,不可过量。
- 4、可参照医生建议的抗癌止痛食疗方法及中医康复处方,缓解疼痛提高生活质量。

文章来源:预防保健科 王宇

治疗鼻炎的良药——



初春时节,你是否常常闻到一种怡人的幽香呢?那便是玉兰花的清香,玉兰不只清香扑鼻,花瓣还洁白如玉,淡妆素裹,甚是喜人。今天我要介绍的一味中药与玉兰花有关,它叫辛夷。辛夷始载于《神农本草经》,列为上品,既是一种名贵中药材,又是临床上常用的药材,很多中药处方剂中都将辛夷作为君药来治疗鼻炎。辛夷,呈倒圆锥形,形如毛笔头,故又叫“木笔花”、“毛笔头”或“玉堂春”。古代《本草经》中记载:“辛夷主五脏身体寒热,疗头痛,脑痛。”

传说故事:很早以前,一位姓秦的举人得了一种怪病,鼻孔常年流鼻涕,闻不到香臭,鼻发出一种臭味,他越想越不是滋味,产生了自杀的念头。他爬上当地的一座高山,准备寻短见。正巧被一位打柴的樵夫看到:“这么早就到山上来了?”秦举人随口说了一句“这是最后一趟了。”秦举人无奈,就把自己的烦恼告诉了他。樵夫劝他外出求医,或许会有希望的。秦举人按樵夫的话,起程到外地求医治病。秦举人爬过高山,渡过江河,随走随打听治病良方。一天,他到了南方彝族人居住的地方,彝家医生说,这种病好治。于是到山上采回一种像毛笔头形状带茸毛的花苞,煎汤给他服了半个多月。结果鼻子不再流脓,头脑变得轻松,香臭味也闻到了。秦举人病愈后,对彝家医生感激不尽,还带回这种树的种子种在家院里,以纪念彝胞治病之情。至于此花叫什么名字,当时忘了问彝家医生了,觉得这是多亏樵夫当初指点,自己会意就叫“心意花”吧。天长日久,就成了后世的“辛夷花”了。

本草百科

【来源】

本品为木兰科植物望春花、玉兰或武当玉兰的干燥花蕾。冬末春初花未开放时采收,除去枝梗,阴干。

【性味与归经】

辛,温。归肺、胃经。

【功能与主治】

散风寒,通鼻窍。用于风寒头痛,鼻塞流涕,鼻渊,鼻渊。

【临床应用】

1、风寒感冒

本品辛散温通,能发散风寒,宣通鼻窍。用治外感风寒,肺窍郁闭,恶寒发热,头痛鼻塞者,可配伍防风、白芷、细辛等发散风寒药。若风热感冒而鼻塞头痛者,亦可在薄荷、金银花、菊花等疏散风热药中,酌加本品,以增强通鼻窍、散风邪之力。

2、鼻渊

本品辛温发散,芳香通窍,其性上达,外能祛除风邪寒气,内能升达脾胃清气,善通鼻窍,为治鼻渊头痛、鼻塞流涕之要药。偏风寒者,常与白芷、细辛、苍耳子等散风寒、通鼻窍药同用,如苍耳子散(《济生方》);偏风热者,多与薄荷、连翘、黄芩等疏风热、清肺热药同用。若肺胃郁热发为鼻疮者,可与黄连、连翘、野菊花等清热泻火解毒药配伍。

【用法与用量】

本品有毛,易刺激咽喉,入汤剂宜用纱布包煎。

【使用注意】

鼻渊因阴虚火旺者忌服。用量应严格掌握,不要过量,偶见出现头晕、心慌、胸闷、恶心、全身皮肤瘙痒等过敏反应。

【食用价值】

花入药与“辛夷”功效同;花含芳香油,可提取配制香精或浸膏;花被片食用或

用以熏茶。

【泡法喝法】

取辛夷花2-3朵,放入杯中,沸水冲泡即可,也可根据个人口味加入茶叶或冰糖同饮。

辛夷治疗鼻炎的偏方

1、鼻窦炎:取辛夷花50克研碎,用酒精浸泡3日后过滤,滤液加热,蒸发浓缩成黏稠状浸膏。用时将其纳入鼻中,每日2次。

(余自强著,中草药便典,单方独味治百病,汕头大学出版社,2005.04.)

2、适用于风寒犯肺,肺气不利所致的鼻塞不通,流脓鼻涕,鼻渊等症:猪肺400克,猪瘦肉100克,生姜3片,辛夷花15克。辛夷花清水洗净稍浸泡;猪瘦肉洗净,切块状;猪肺冲净,从喉中灌入清水,反复搓洗净,再以生粉洗净,切块,置锅中炒干。一起与生姜下炖盅,加入冷开水1250毫升(约5碗水量),加盖隔水炖3小时,进饮时方下盐,可供3-4人食用。

(余自强著,百病食疗余药师之100病症对症广东汤谱,广州出版社,2012.06.)

文章来源:中药科 杨红燕



【战役日记】无疆大爱献荆楚，回春妙手写杏乡



2020年2月19日我院第二批援鄂医疗队(属台州市支援湖北荆门医疗队)再出征湖北荆门。此次出征队伍中,我院副主任中医师——陈永青,经过半个多月的援鄂医疗,发回前方“战役日记”。本次出征他带着责任,也带着发挥中医药特色治疗新冠病毒的使命。以下是他的“战役日记”(选),让我们通过日记,一起感受援鄂医疗队纪实。

part 1

2020年2月21日,晴,下午我们到医院病房实地考察,病房在11楼,是原先的皮肤病房改

建成的,两人一间,里面配置了呼吸机、心电图机、除颤仪、心电监护等设备。严格划分清洁区、缓冲区、半污染区、污染区,我们穿脱防护服的每个步骤都有院感同事在监控指挥,严格按照流程,确保我们的安全万无一失。目前的上班模式是三个医生一组,为了减少暴露时间,轮流之人到舱内和病人接触,其余两人在医生办公室清洁区处理医嘱和书写记录。

part 2

2月22日,这两天天气很给力,都是阳光灿烂,让人心情也很开朗。自从来到荆门我们医院四个(我,项敏丹,王丹,吴素丽)没有拍一张合影,于是我们相约9点去楼下酒店门口拍一张合照。穿上我们台州卫健委发的冲锋衣和帽子,把我们的队旗“台州市中医院第二批组派支援湖北医疗队”展开,很有信心的举了个“耶”。帮我们拍照的荆门小伙子很热情地说待到花朵烂漫,疫情散去时,欢迎你们看看热闹而美丽的荆门市,我想这一天会很快到来的!

part 3

2月25日,今天共给六个病人开中药处方,根据每个人的舌、脉、象,基础疾病等辨证开方,由于带了几层手套,切脉的时候难度增加,护目镜经常起雾,舌脉与面色的观察也需要更多的时间。另根据中医理论,情志的调理对疾病的恢复尤为重要,对于每一位患者来说,与外界隔离,与亲人隔离,我们就利用空余时间给予安慰,和他们聊天,鼓励他们一切都会好起来的。7床78岁的一位阿公在刚转来时情况较严重,经过几天的治疗和中药调理后他说胸闷气急都好了,感觉身体很舒服,为了表达谢意,还当场我们赋诗一首呢,他口述,由我代笔记录“浙台医疗团队强,德技双馨美名扬,新冠肺炎夺武汉,浙江神医上战场。无疆大爱献荆楚,回春妙手写杏乡,当代华佗何处有,遥看东南在浙江。”我也深受鼓舞和感动,是的,湖北很美,湖北的人民很善良淳朴,感恩之心、感激之情处处都能体会到,加油!唯盼疫情早日结束,荆楚大地早日恢复往昔美好。

part 4

3月1日,阴,今天是上午的班,刚入仓就有一个新入院的患者,是肝硬化失代偿期新冠临床诊断者,目前最大的问题是大量胸腹水,患者表现还可以,我们给他开了实脾饮加减,另一个是

中年男性,曾服用清肺排毒汤,说服用中药即感恶心不适,我们给他开了六君子汤加减,又查了前天吃中药的几个患者,都感觉良好,说明中药有作用,一床病人也没有发热了,好现象哦。在开完处方以后认真做好各个中医查房记录,患者的姓名、年龄、主诉、住院时间、目前诊断、诊疗措施等。这类疾病都属于疫毒侵袭导致人体功能失调,所以扶正祛邪至关重要。我们开药也很谨慎,因为是危重病人,处方不能太峻烈,以防伤到病人正气,还要兼顾患者的胃气,让其有很好的脾胃功能,中医讲有胃气则生。

part 5

3月3日,晴,好久没有翻看朋友圈了,远在台州亲爱的朋友、亲人、同学、同事们都发来留言和鼓励,嘱咐我做好防护,保重身体……一句句嘱托承载着太多的爱与关怀。请放心,我的朋友们,我们一起努力,共克时艰,待疫情结束,我们摘下口罩再好好相聚!

都说——中医是慈悲的,当病魔肆虐、闭门绝户之时,唯有医者,若己所病、感同身受、一心赴救,不避死生。大医精诚之心,誓愿普救含灵之苦,白衣战士穿金甲,不破楼兰终不还!

文章来源:呼吸感染科 陈永青
院办 林巧娟

守好医院第一道战“疫”防线,发挥党员先锋模范作用

防疫阻击战打响后,我院在各入口设置预检分诊,对就诊群众进行测温、登记、分诊。为充实预检分诊力量,院党委发出号召招募志愿者,我院党员纷纷主动请缨加入预检分诊的队伍中来。预检分诊是医院传染性疾病的的第一道防线。在这里,党员志愿者们他们不怕危险,无怨无悔,用责任与担当、敬业与细心,为防控阻击疫情默默奉献。

党委书记主动填补空缺岗位:2月19日,党员项敏丹主动请缨作为台州市中医院第二批援鄂医疗队,奔赴湖北战“疫”前线,她的预检分诊党员志愿者的排班就空缺出来了,需要有人替补进去。在这时院党委书记徐雄平主动联系排班同志要求把他排班进去替项敏丹同志的空缺岗位。徐雄平书记那天的岗位正排在医院第一道防疫线大门口,随着疫情防控工作力度的加大,预检分诊筛查方案也越来越严。需要对来院院的每个人进行体温监测、流行病学史询问和核对身份证和台州健康码。“您好,请出示一下身份证、健康码”“有没有去过湖北及温州,有没有接触过去湖北和温州的人员”“请露出手腕,测一下体温”“请在这边登记”……这些话,徐书记和预检分诊的工作人员不断地细致耐心地询问,即使是重复无数遍的常规工作也力求更全面一点、更细致一些,只为筑牢第一道防线,更好地保障人民群众的安全。



一位老中医党员朴实坚定的心愿:陈桂生,是我院皮肤科高年资的副主任中医师,也是门诊支部的一名老党员,去年下半年他的右腿不慎摔骨折,手术腿上还固定着钢板,这钢板要过几个月才能拆。这次预检分诊党员志愿者报名中也出现他的名字,当他们支部书记问他:“陈主任排到预检分诊会很累的,你的腿行不行?”陈桂生坚定的说:“现在腿也没大碍,只要在工作空隙时坐会就没事,能为防疫工作出点力这是我一份心愿啊!”这朴实无华的语言道出这名老共产党员坚定的心愿。

心系战前线,冒雨骑行:邱静静是台州市中医院医技支部一名普通党员。作为一名坚守在抗击疫情岗位上的医务人员,利用自己少有的

休息时间,积极响应医院党员志愿者活动。她第一次执勤的早上,刚好碰到她所居住的村委临时加强管控,私家汽车不予放行,那个时候轮渡和公交车都已经停止运行。碰到这种情况她非常着急,一心想着医院的预检分诊,为了不耽误党员志愿者岗位工作,经过一番思虑后她毅然决定以自行车代步,冒着寒风细雨,历经一个多小时自行车骑行,跨越椒江大桥,最终在早上七点半准时到达预检分诊点,为疫情防控工作贡献自己的力量。她认为:疫情就是命令,防控就是责任,困难只是暂时的,办法永远比困难多,我们不要被暂时的困难所困住。不一定每一个人都能去防疫一线,在自己平凡的岗位上干力所能及的事,也能出一份力。大家齐心协力,共克时艰,坚决服从党的领导,我们一定能打赢疫情防控战!

他们只是我院奋战在防疫一线工作者的一个缩影。在预检分诊这个岗位上,还活跃着许许多多的党员志愿者们,尤其是许多临床一线的医生、护士在完成本职工作的同时,积极响应院党委号召,加入预检分诊队伍,参与管理及排班值守,他们不计得失,淡泊名利,甘于奉献,用实际行动为疫情防控尽职尽责。正是他们组成了医院第一道战役防线,他们是阻击病毒的战士,也是最美的战“疫”人!

文章来源:院办 官文博



椎间孔镜下髓核摘除术,让你挺直身杆,阔步走

20岁的年龄,多么美好的年华,此时的你走起路来是昂首挺胸,抬腿阔步的。而今天我们要讲的主人翁付某某,是一名来自贵州的大学生,却无法挺直身杆,抬腿阔步地走,因为他已经忍受腰痛2年的时间,而且有明显腰椎弯曲。喜爱篮球的他却不敢上场尽情挥洒汗水了,因为曾经打完篮球后出现严重的腰痛,疼痛放射至右小腿。

患者也曾经到多家医院就诊,都认为是因为“特发性腰椎侧弯”导致神经压迫引起的腰痛,建议做脊柱矫形手术,但因矫形手术创伤大,患者对手术充满恐惧,平时疼痛发作时通过口服消炎止痛缓解症状。

正值此次“新冠”疫情期间,学校延迟开学,付某某前来在台州做生意的姐姐家玩,被姐姐带来我院骨科三科门诊就诊,经喻灿明副主任中医师仔细询问病史及查体后,考虑“腰椎间盘突出症”,并推测腰椎侧弯可能是由于腰椎间盘突出压迫神经引起保护性侧弯,建议患者进行腰椎磁共振检查。检查结束后,磁共振表现证实了我们的诊断,建议患者及家属可以考虑接受脊柱微创手术治疗,并向患者详细介绍了椎间孔镜技术,让患者及家属意识到椎间孔镜技术是一项成熟的脊柱微创技术,具有创伤小(切口约7mm)、疗效好、见效快等优点。

经过几日思考后,患者于2020年3月31日前来住院,入院后完善各项术前检查后,于2020年4月2日在局麻下由颜峰副主任中医师主刀行“椎间孔镜下腰4/5椎间盘突出髓核摘除术”,术中随时保持和患者沟通。待被压迫的神经根松解,可以自主搏动,并且患者自诉腰痛基本消失,顺利结束手术。

患者术后腰痛完全消失,腰椎侧弯也明显改善,且术后无需完全卧床,完全可以生活自理。

文章来源:骨科 丁志清

愿山河无恙,春暖花开

——援荆“满月”日记

新年伊始,一场突如其来的新冠肺炎疫情牵动着每一位华夏儿女的心。电视上、网络上关于疫情的消息不断刷新,看着持续增加的病例数字,那一个个逝去的鲜活生命,让人分外揪心。武汉告急,湖北告急!在这场没有硝烟、守卫人民群众生命安全的战争中,医护人员需要也必须奋战在第一线。当接到支援湖北抗疫的通知时,我虽然有着短暂的紧张,但更多的是一份荣誉和责任。告诉家人这个消息,他们都很支持,也为我骄傲。

2020年2月19日,在进行简单出征仪式后,伴着同事和家人的祝福,我跟随其他同志一起踏上了去往湖北荆门征程。今天,刚好到荆门满月,回想之前经过种种,感触良多。

出征荆门,我们来了!经过5个小时的旅程,我们终于抵达本次抗疫援助地——湖北荆门。踏上这片陌生的土地,发觉空气中多了凝重和冷清,前往住宿酒店的路上空无一人,只有点点灯火,不经有些伤感。好在当地有关部门和酒店做了充分的准备,为大家提供完备的食宿,让我原本忐忑不安的心顿时温暖坚定起来,告诉自己:明天加油,荆门加油!

经过两天紧张有序的培训,我对防护准备工作更加熟练,保护好自己,就可以更好的帮助荆门人民。疫路有你,共克时艰。我们在荆门市第一人民医院组建了全新的危重症病房。第一天上班就遇到了抢救病人,第一次面对身上接满管路和仪器的新冠患者,说不紧张是假的。看着大家忙碌但有序的身影,随着患者病情转危为安,心情瞬间平静。我明白这里就是战场,我们是身穿白衣的战士,救治病人就是我们的职责。那一刻,我突然释怀,这只不过是穿着防护服的工作,这里更需要冷静战斗的战士。

记得刚来时,穿上层层隔离衣,双层口罩,紧勒的护目镜,一个班下来就大汗淋漓,衣服几乎湿透,常常伴随胸闷,头痛症状,口罩、护目镜下压痛更是难忍,我一次次从心里鼓励自己,再难也要坚持住,决不辜负领导和同事们的厚望,给大家人民争光。虽然工作后身心疲惫,但大家相互鼓励,互相帮助,毫无怨言,我为身在这样的团结有爱团队感到骄傲。

有些病人因为亲人患病甚至离世,情绪都很低落,也不配合治疗。经过我们心理专家及医护人员的开导和照料下,他们终于露出久违的



笑容,并配合治疗。昨日,我时常照料的阿公转科前特地录了一段感谢视频给我们台州团队,表达他的感谢之情。

今天,我们终于正式休舱了,病人都转到普通病房及出院了。近来全国疫情防控形势呈现持续向好态势,可喜的是今天首次出现无新增本土疑似病例,湖北新增确诊病例0例,这是包括广大援鄂抗疫医务人员在内的14亿中国人共同努力的成果。正如习近平总书记所说:“我相信只要我们坚定信心,同舟共济,科学防治,精准施策,我们一定会战胜这一次疫情”。生在这个伟大的时代,我自豪身为一名医护人员,更骄傲参与了这场援鄂战役。我坚信不久之后,蓝天必见,春暖花开!

文章来源:

台州支援湖北荆门医疗队、台州市中医院呼吸内科王丹 2020年3月19日记