

# 作为共和国同龄人,罗立斌一直在医护岗位上奉献 见证我市医卫事业蓬勃发展

记者 马娟  
实习生 袁鹏

1970年,21岁的罗立斌顺利通过市中心医院的护士招考,此后三十余年,一直在医护岗位上默默奉献。她既是我市医疗卫生行业发展变化的见证者,也是医疗服务能力提升的参与者。

“一开始被分配在理疗科上班,一天三四十个理疗病人,我连上厕所的时间都没有,每天晚上12点半才能下班,才晓得原来当护士这么累。”罗立斌说,由于当时老百姓普遍健康意识不强,身体小病痛都会强加忍耐,直到十分严重才就医。

作为全市最大的公立医院,市中心医院每天接诊的大多是急症重症患者,医护人员工作强度十分大。加之当时的护理条件较差,注射针头消毒、病床清理工作都由护士完成,工作量十分大。

“我转到病房以后,当时所在的科室就只有一名医生一名护士,但每个晚上都有一二十个急诊病人,必须要手脚麻利,还要力气大,因为不管来多少病人,都必须来救的,再累也不能耽误。”罗立斌回忆道,一次值晚班回家,实在太困了,倒头沉睡,邻居敲门不应,只好用钉锤杵门,门锁坏了,邻居推门而入,她都没有醒来。

“那时候一门心思就是工作,完全没有业余生活。”

从业三十多年,罗立斌深得同事和患者喜爱。“从来没有和患者争过嘴、动过怒。很多患者都看得到我们的辛苦,都感激我们。”

令罗立斌欣慰的是,现在的医护条件无论是从医院规模、服务质量还是硬件设备上都有了巨大发展。“你看我们体检中心每天好多人来检查身体,老百姓没有病也知道要来检查了,这就是我们社会的进步呀!”罗立斌说,她与新中国同年出生,看到了祖国的强大、科学的进步、人民生活水平的提高,感到幸福而满足。

## 听力损失应早防早治

邱冰清

专家表示:早识别、早诊断、早干预是防治听力损失的有效途径。注重听力筛查,借助有效干预措施,听力损失可以治疗和成功康复。

“听力损失有高度危害性,也有高度可预防性。”江苏省人民医院耳鼻咽喉科主任医师卜行宽表示,除工业噪音,由于常用耳机听音乐、玩游戏等出现了“娱乐噪音”,世界卫生组织发布数据显示,目前全球有约11亿年轻人正面临无法逆转的听力损失风险。此外,老年人听力问题严重,我国听力损失人群超过一半为60岁以上老人。

卜行宽建议要对听力减退的表现有所警觉:成人接电话困难、常听不清他人说话要求重复,新生儿对突发的大声无惊跳或眨眼反射,3至6个月婴儿在有响声时不停止哭闹或活动,9至12个月婴儿的头仍不会转向说话,2岁的孩子仍不会讲两个字的词等。

“任何耳疾或听力问题都应做到早期发现、明确诊断、科学处理。”卜行宽提醒,应充分认识健康听力的重要性和听力损失的危害性,注意定期检测听力。不要随意掏耳朵,避免接触噪声,使用降噪耳罩耳塞。使用耳机时音量不超过60%,时间不超过60分钟。同时注意用药安全,避免使用耳毒性药物。对于老年性耳聋,应尽早根据听力损害情况进行改善,如使用助听器。

## 认识更年期 做到“更”健康



讲座现场。

18日上午,市妇幼保健院第一党支部组织保健部健康教育科、妇女保健部妇保科一行专家联合北塔区妇计中心走入北塔社区,为50余名更年期妇女作科普知识公益讲座。

活动现场,该院妇女保健部妇保科主任张晔副主任医师给女性朋友带来了一堂精彩的健康讲座——《更年期更健康》。这堂讲座不仅普及了更年期的相关知识,更让女性朋友认识到更年期的症状与近、远期危害以及如何保健等,并通过详细讲解激素补充的相关知识,纠正了大家多年来对激素补充认识的误区。课后,张晔为在场女性朋友提供咨询,一一解答了她们生活中遇到的各种疑虑。此次活动,共发放宣传册200余份,现场咨询30余人次。

更年期是许多疾病明显增加的时候。作为邵阳市唯一一家妇女儿童专科医院,市妇幼保健院希望通过此次更年期教育保健活动的宣传,呼吁更多的人共同重视中老年妇女的健康,让更多的中老年妇女留住芳华,享受健康。

通讯员 廖志斌

本报讯 每年10月18日为“世界更年期关怀日”。为了帮助

基层的中老年女性朋友认识什么是更年期、如何乐观应对更年期、怎样提高更年期的生活品质,10月

## 肺结核初期与感冒肺炎“有点像”

林苗苗

专家提示,肺结核是慢性传染病,起病较隐匿,症状易与感冒、肺炎等混淆,需增强疾病防治意识。

据了解,结核病是由结核杆菌引起,主要侵害人体的肺部。肺结核是呼吸道传染病,发病数、死亡数在我国法定报告甲乙类传染病中均居第2位。以2019年1月全国法定传染病报告发病、死亡统计为例,肺结核发病88597例,死亡208例。

中日友好医院呼吸中心主治医师崔晓敬说,结核感染症状多呈慢性表现,当人体免疫系统足以“抗衡”结核杆菌时,可处于无明显症状的“潜伏感染状态”;一旦着凉、劳累等免疫状况受损,则可能显现出结核感染症状,例如低热、乏力、咳嗽,容易当成感冒、支气管炎、肺炎等。

首都医科大学附属北京胸科医院结核二科主任高孟秋说,肺结核是呼吸道传染病,结核杆菌通过飞沫传播,但大部分人即使感染后也不会发病。研究显示感染结核杆菌后在一生中发展成为活动性肺结核的概率约为10%。人体的免疫功能强,就不容易发展成为活动性肺结核。

在症状辨别方面,专家提示,肺结核患者可出现低热、乏力、盗汗、咳嗽、咳痰、咯血等症状。肺结核最常见的症状为较长时间的低热、咳嗽、咳痰,超过2周就应怀疑肺结核,应尽早到定点医疗机构就诊。艾滋病毒感染者、免疫力低下者、糖尿病病人、尘肺病人、老年人等都是易发人群,应定期进行结核病检查。

肺结核可防可治,按医生要求规范治疗,绝大多数肺结核患者都可治愈。崔晓敬说,对于肺结核患者,如果当作上呼吸道感染、肺炎等不加鉴别地自行使用抗生素,可能会使病情暂时“好转”,却会造成规范治疗延迟、肺结构逐步破坏和对周围人群的传播。对于已确诊患者,一定要按规范化治疗要求坚持服药,不可自行停药,以免产生耐药。

## 代谢紊乱与心血管疾病直接相关

李 铮

“代谢紊乱不纠,心血管病不除”。在代谢性疾病成为心血管疾病发病的重要因素时,相关专家正努力前移对抗心血管疾病关口,完善代谢性心血管疾病的学术框架和诊疗理念,更好地防控心血管代谢相关疾病。

日前在沈阳举行的首届中国心血管代谢大会上,专家们形成共识,代谢紊乱是多种心血管系统疾病的共同土壤。中华医学会心血管病学分会主任委员韩雅玲介绍,代谢紊乱与先心病、大血管疾病、心律失常

常、心衰、缺血性心脏病等心血管系统疾病都直接相关。糖代谢紊乱、脂代谢紊乱、氨基酸代谢紊乱,都会加剧心血管疾病死亡。

由于心血管代谢疾病发病原因复杂、单一手段难以控制,代谢性心血管疾病的整体控制情况并不理想。

中国医学科学院阜外医院、中华医学会心血管病学分会代谢性心血管病学组组长唐熠达表示,如果一个冠心病患者同时患有糖尿病,相比没有糖尿病的患者来说,发生心肌梗死和猝死等急性心血管事件几率高5到6倍。多种数据都表明,代谢疾病和心血管疾病之间的关系非常密切,同

时患有两类疾病的人群十分庞大,因此需要将两类疾病放在一个框架下面共同研究进行防治。

面对心血管代谢疾病发病率居高不下的现状,专家们从三甲医院、基层医院和大众自身给出了相关建议。唐熠达表示,科研能力较强的大型三甲医院应尽快出台标准化治疗方案,并下沉推广到更多基层医院。基层医院应利用包括新媒体手段在内的各种方式积极开展健康生活教育,提高大众的慢性病防控意识。另外,大众应从饮食、运动、睡眠、戒烟等多个方面养成良好生活习惯,把自己的心血管代谢疾病的入口关。

**业务范围**  
内设门急诊、专家门诊  
老年病科、脑血管科  
康复医学科、健康体检科等

**邵阳市第二人民医院分院**

地址:邵阳市双清区社会福利院(邵阳大道建设路口长城大酒店对面)市内乘33、101、103、104路公交车可直达。

市内免费接诊电话: 0739-5294200