

惊心动魄的生死竞速

——邵阳学院附属第一医院创伤中心团队成功救治车祸重伤患者侧记

邵阳日报记者 陈贻贵 通讯员 姚昱 肖红梅

“谢谢你们，是你们救了我的命！”6月1日，邵阳学院附属第一医院成功抢救的车祸重伤患者罗女士转危为安，平安出院，激动地向医务人员道谢。

半个月前，50岁的罗女士遭遇车祸，生命垂危，是邵阳学院附属第一医院创伤中心团队把她从死神手里拉了回来。面对罗女士的感谢，所有在场的医护人员都笑了，因为没有什么比患者康复出院，更让医护人员高兴的事。

遭遇车祸命悬一线

5月17日下午，罗女士的丈夫驾车带着她和家人从邵阳县长阳铺镇赶往邵阳市区，在途中发生了车祸，车上5人均受伤较严重。

车祸发生后，罗女士被送入当地医院救治。经检查，罗女士初步诊断为胸腹联合伤，膈疝，左侧多发肋骨骨折，血气胸，腰椎爆裂性骨折并椎管重度狭窄，双下肢瘫痪，病情十分危重。

考虑到病情危重，且为严重的多发伤患者，遂决定转入邵阳学院附属第一医院。接到转诊电话后，邵阳学院附属第一医院创伤中心立即启动创伤绿色通道，急诊科腾出床位，备好胸腔闭式引流管、颈托，输血科备好O型血和AB型血浆，B超备床，由心胸外科、腹部外科、脊柱外科、重症医学科组成的MDT团队做好救治准备。

在转运途中，创伤中心负责人与救护车上的医护人员电话

沟通伤情，指导他们在救护车上进行相关救治，保持呼吸道通畅及维持生命体征的平稳。

争分夺秒抢救生命

当天17时17分，伴随着救护车的鸣笛声，患者被送至邵阳学院附属第一医院急诊科。早已等候的多学科创伤中心成员在负责人的协调下，齐心协力上演了一场与死神赛跑的生命争夺战。

多学科协作团队成员分工明确，评估患者气道、血压、呼吸，抽血，送血，固定颈椎及胸部，紧急床旁B超检查明确胸腹腔的损伤情况。

随后，心胸外科、脊柱外科、腹部外科等相关学科骨干经过细致的讨论，设计好手术方案及手术先后顺序。短短42分钟后，罗女士被送入手术室，实施手术。

术中，探查发现患者的胃全部进入胸腔，膈肌破口约20厘米，小肠穿孔，胸腔血性液体流出。针对探查情况，腹部外科立即行膈肌破裂修补等手术。

随后，心胸外科为患者行胸腔镜下探查，清除胸腔积血后，行左侧胸腔闭式引流术。最后，脊柱外科对患者行L2椎体骨折复位椎管扩大减压内固定术。

联合救治转危为安

三台手术共历时7个小时，术后，罗女士转入ICU治疗。病情稳定后，她转至腹部外科病房继续治疗。在医护人员的精心



▲多学科专家查看患者。

治疗和护理下，经过14天的精心救治，患者能自行站立，于6月1日康复出院了。

该例重伤患者的成功救治，归功于邵阳学院附属第一医院创伤中心多学科联合救治模式的开展。

“由病人等医生取代为医生等病人，由传统的专科模式取代为多学科协作诊疗模式，这样的高效救治速度放在以前不可想象。”该院急诊科副主任、副主任医师张国彬介绍，针对以前救治过程中存在的抢救场面混乱、效率低下、会诊后推诿、滞留急诊、围手术期耗时长等问题，该院整合急诊科、心胸外科、创伤关节科、脊柱骨病科、心胸外科、重症

医学科等涉及到创伤的所有学科，集合优质资源，成立创伤中心，以多学科协作诊疗模式（MDT）提升创伤救治能力。

邵阳学院附属第一医院创伤中心自2019年10月初具雏形，是邵阳地区第一家真正意义上的创伤中心。目前，该中心已有10人参加了中国创伤救治培训并获得了结业证书。

张国彬说，从院前急救开始，团队救治一直灌输到整个救治过程，直至患者康复出院，极大地提高了严重创伤患者的抢救成功率。统计数据显示，运行期间，共救治严重创伤患者近30例，救治成功率达96.7%，位列省内先进水平。

市中西医结合医院 勠力同心“备战”三甲复评

邵阳日报讯（记者 陈红云 通讯员 刘璐）6月8日20时，市中西医结合医院各科室医生、护士还在紧张有序地忙碌着。该院党委书记李乐山带队，为加班加点准备三甲复评工作的职工送去清凉的西瓜。

据悉，自5月22日该院正式吹响三甲复评迎评冲刺的号角以来，全体干部职工上下一心、众志成城、勠力同心“备战”三甲复评迎评工作。

该院对三甲复评工作的相关条款进行梳理、归纳、整理，并进行明确分工。从上到下认真剖析三甲评审标准要

求，明确目标，统一思想，为三甲复评工作做好了思想准备。

全体医护人员对照《三甲评审标准》《三甲评审实施细则》《评审实务》及核心制度、护理常规、应急预案、感染知识、输血知识等需要掌握的内容进行培训和学习。各职能科室、临床科室及班组对照标准，严格要求，积极开展自查、互查，进行分析总结，并商议解决方案。

“此次三甲复评工作时间紧、任务重、标准严，虽然辛苦，我们全院干部职工拧成一股绳，鼓足一股劲，争分夺秒，全力以赴，大家都没有怨言并充满信心！”该院急诊科医生银春梅说。



6月6日上午，新邵县医学会、新邵县人民医院脱贫攻坚义诊医疗队深入该县潭府乡小团年村开展扶贫义诊活动。来自该院神经内科、心血管内科、中医科、外科等数位专家为当地群众提供免费体检，测量血压、血糖，宣传普及健康知识，为贫困患者赠送常备药品等。当天共义诊150余人次，免费发放药品价值12000余元。图为义诊现场。

邵阳日报记者 杨敏华 通讯员 孙移新 摄影报道

关注生命线 关爱甲状腺

邵阳学院附属第二医院将举办甲状腺义诊活动

邵阳日报讯（记者 陈红云 通讯员 申伟红）为帮助市民普及甲状腺健康知识、解决广大甲状腺患者疑难问题，邵阳学院附属第二医院将于6月14日（星期日）9时在市区城南公园举办邵阳市第十届“国际甲状腺知识宣传周”活动，现场为市民开展义诊咨询和健康宣讲。

甲状腺是人体最大的内分泌器官，甲状腺激素对促进生长、智力发育、新陈代谢有重要作用。甲状腺被喻为“身体的发动机”，控制着人体的代谢活动，并影响到身体的每个部分。甲状腺疾病若未能及时发现和治

疗，会影响全身多个系统的功能，容易导致心血管疾病、心脏病、早产流产、甲状腺危象甚至是癌变。由于甲状腺疾病严重影响着孕妈和胎儿的健康，备孕期、妊娠期女性更要提高关注。

据流行病学调查显示，我国甲状腺疾病患者已超2亿，甲状腺疾病现已成为影响群众健康的多发病，但由于甲状腺疾病初期症状隐匿，公众认知度较低，人们对其危害性尚未引起高度重视，数以千万计的甲状腺疾病患者中仅有约5%的人接受了治疗。

活动现场，邵阳学院附二医院将组织甲

状腺内科、甲状腺外科、内分泌科、临床药理学等科医生通过科普知识宣教、免费筛查、免费检测血糖、血压、免费发放资料、专家联合看诊等多种形式，提高民众对甲状腺疾病的认知度。

邵阳学院附二医院甲乳科主任李洲成表示，此次活动将从专业和科普的角度提高公众对甲状腺疾病的认知水平，帮助患者接受科学的疾病常识及规范化治疗。希望通过此次义诊活动，能帮助市民培养健康的生活方式，树立科学预防及科学抗击甲状腺疾病的观念。



六招应对负面情绪

过度的压力会带来负面反应，出现消极情绪。如何应对生活中的压力呢？近日，天津市精神卫生中心临床心理科主任兼司法鉴定中心主任陈清刚表示，不论是职场人，还是面临各种考试的学生等，都需要找到自我调节的好方法，用积极的角度看问题，调整情绪，一定会变得越来越好。

如何应对生活中的压力呢？陈清刚总结了六个方面内容。陈清刚表示，第一，情绪的早期识别。有压力的时候，并不是所有人都了解自己的情绪状态，有时家人和朋友往往会看的更明白，最近一段时间不怎么爱笑，愁眉苦脸等表现。所以，情绪的早期识别需要为自己找面镜子，通过身边人的反应或评价，来反思自己。

第二，接纳情绪。如面对一场突如其来的考试，你问学生紧张吗？很多学生都会说紧张，这是很正常的情绪反应。遇到事情之后有情绪反应是正常的，没有反而不正常，接纳情绪是体验到并且承认这些情绪的存在，当自己接纳了情绪后，不为自己的负面情绪感到羞耻、自责或担忧，这样会对之后生活影响较小，反之则更会为情绪所困扰。

第三，转移情绪。如果我们有负面情绪，可以采用转移的方式，如通过瑜伽、打球等体育锻炼的方式，让我们的大脑产生更多的多巴胺，从而使心情愉悦而减轻压力。

第四，排解情绪、宣泄情绪。我们鼓励用心理表达，把情绪表达出来，减少对身体的影响。用语言表达负面情绪也起到了宣泄作用。

第五，放松情绪。放松情绪的方式有很多种，如把自己融入到大自然中，感受阳光的温暖、空气的清新等。也可以通过呼吸或肌肉放松训练，让自己处于放松的状态以减轻压力。

第六，调整情绪。用积极乐观的思维看待问题，寻找可以让自己接受的角度，远离消极的情绪。如今职场压力越来越大，摆脱职场压力首先要学会换个角度看问题，就会有不一样的感受。

陈清刚指出，情绪像是一座火山，随时可以爆发，如果一直在内心压抑着，不把这些负面情绪发泄出来，它会以另一种形式存在，如过分压抑情绪的人可能存在胃肠不适、心脏不适、头部不适等现象，但经过检查，可能也不会检查出什么问题，这就是躯体化的症状，是一种心理防御机制。（孙慧）

颈肩痛或是颈肩综合征作祟

由于工作需要，很多人需要伏案，时间久了，颈肩就会酸痛，不少人就觉得自己是患上了肩周炎。但其实，肩痛不等于肩周炎，很多人只是颈肩综合征，多是由姿势不正、低头多引起。

暨南大学附属第一医院运动医学中心副主任医师李劼若介绍，肩周炎的真正学名叫粘连性肩关节囊炎，也叫冻结肩。但临床发现，很多人的颈肩痛其实只是颈肩综合征，不是肩周炎。大部分这样的情况，斜方肌受累明显，自己按压下感觉酸胀，多是由姿势不正、低头多引起的。而肩周炎是关节囊的炎症和粘连，和这完全不是一码事。

他表示，颈肩综合征引起的颈肩痛更多需要调整生活、工作中的姿势，用些外用药膏、药贴还是有辅助的，自己也可以在医生的指导下做一些动作牵拉颈肩，而肩周炎单靠这些并不能缓解，需要看具体症状和处于哪个阶段，在排除其他疾病的情况下，再做合适的处理。

（张青梅 张灿城 王雪）

