

没有一个冬天不可逾越，没有一个春天不会来临。冬季的黑夜尽管漫长，但永远遮挡不住黎明的曙光。面对突如其来的疫情，丹阳市人民医院闻令而动，冲锋在前，积极投身抗疫，织密筑牢守护群众生命安全的铜墙铁壁，以实际行动践行医者初心使命。

发热门诊



这是一场没有硝烟的战争，防护服就是他们的“铠甲”。在发热门诊，昼与夜没有了分界，24小时全神贯注，精神抖擞就是他们真实的工作状态。

“白+黑”夜以继日，“快+准”与病毒竞速。

安保



他们，既是“安全员”，维护患者正常的就医秩序；又是“服务员”，为有需要的患者提供帮助；还是“防疫员”，坚守着医院疫情防控的“第一道防线”。

PCR实验室



他们是疫情防控的“排雷兵”，PCR实验室就是他们的战场。

预检分诊



没有誓师会，没有请战书，没有豪言壮语，他们日复一日地坚守防疫“哨点”，为生命站岗，为健康“守门”。

支援核酸采样



他们驻扎在基层一线，迎着第一缕阳光奔赴岗位，穿梭于各个核酸采样点。隔着厚厚的防护服和面罩，但却依旧能看到他们坚毅的目光。

一天天通宵奋战……疫情发生后，流调组工作人员争分夺秒，与时间赛跑，用坚守和奉献诠释了责任与担当。

隔离点



柔肩担重任，“疫”线绽芳华。她们并非钢铁之躯，铜墙铁壁，只是使命在肩，必须勇往直前。

120转运



日夜兼程，逆行而上。他们是疫线摆渡人，用车轮跑出“生命转运线”，用行动跑出“疫情加速度”。

流调人员



一遍遍电话询问，一次次协助分析，

(吴唯)

规范精细塑品牌 完善创新铸卓越



奋力推动高质量发展 丹人医检验人在行动

近日，我院医学检验科收到中国合格评定国家认可委员会(CNAS)颁发的ISO15189医学实验室认可证书！这是人民医院发展史上取得的又一份国际互认证书，标志着人民医院检验科检验质量达到了国内一流水平。

ISO15189即“医学实验室-质量和能力的专用要求”，是由全球160多个国家成员组成的国际标准化组织(ISO)发布的标准，是目前国际上最权威、应用最广泛的医学实验质量管理体系和能力建设标准，也是我国医学实验室与国际接轨的主要规范和标杆。

通过ISO15189实验室，意味着实验室所出具的带有认可标志的检验报告可在成员国和地区的数千个实验室互认，极大地方便患者，提升患者满意度。减少了患者在不同医院就医时重复化验和费用支出，节省了就医时间，看病诊疗更精准、更便捷有效。实验室以国际标准规范质量管理，结合PDCA思路，

不断完善工作流程、提高工作效率，加强检验全过程控制，确保检验工作质量和能力的不断提高，为临床诊疗提供有力保障。

创评历程：前期准备

丹阳市人民医院医学检验科于2019年10月启动了ISO15189认可准备工作。实验室管理层在充分梳理并研究了科室现状后，决定以ISO15189的要求建立科室质量管理体系。在准备阶段，实验室管理人员认真学习了文件及条款，外送实验室人员参加ISO15189内审员培训班。同时实验室内部组织了约200场次的学习培训，不断提高人员技术能力。在掌握ISO15189要求的基础上，实验室组织人员，结合科室实际情况，编写了质量管理体系文件共500余份，记录表格200余张，并在实施过程中不断完善。为了更快更好地实施，实验室定期组织自查，对发现的问题立即立

改，提升实验室检测能力。

现场评审

今年8月5日-7日，中国合格评定国家认可委员会(CNAS)根据ISO15189的认可规则、认可准则及应用要求，对我院医学检验科进行ISO15189质量与能力初次现场评审。经过专家组三天严谨细致的审查，医学检验科顺利通过ISO15189实验室认可初评审的现场评审。

评审期间，评审组专家依据ISO15189的认可规则、认可准则及应用要求，秉着客观、公正、平等、保密等原则，通过对实验室设施与环境的现场查看、审阅文件、检查记录、现场实验和人员考核等，对医学检验科质量管理体系和技术能力进行了全面系统的审核，对检验前、检验中和检验后的各个环节进行了多方式、多层次、多角度的深入跟踪检查。

同时，评审专家组深入内分泌科、骨科、神经内科、产科病区

等临床病区，对医护人员进行现场提问，并跟踪观察标本采集、运送、交接等检验前质量管理环节的实际执行情况，召开医护座谈会，就检验科出具检验报告的准确性、及时性、临床咨询反馈有效性、危急值设置及上报等方面与医生、护士进行交流沟通，了解临床医护人员对实验室服务的评价和建议。

展望未来

今后，医学检验科将以更高的标准要求自己，再接再厉，保证质量管理体系有效运行和持续改进。医学检验科始终坚持一切以病人为中心为宗旨，不忘初心，砥砺前行，不断提高实验室质量管理、技术能力和服务水平，为临床和患者提供更真实可靠的检验结果及更高效的优质服务，为医院的高质量发展贡献力量。

医学检验科介绍

丹阳市人民医院医学检验科是一个集医、教、研于一体的综合性医学实验室，为镇江市临床重点专科。全科共有各类专业技术人员57人，是一个组织架构健全、人才结构合理的高素质服务团队。科室现有博士1人，硕士5人，在读硕士5人；正高级职称3人，副高级职称8人。有江苏省“双创计划”博士1人，镇江市科技骨干1人，“312五期工程”学术技术带头人1人。医学检验科注重业务建设，具有较强的医疗能力。全科具有完整的专业实验室团队，包括临检门急诊组、生化组、免疫组、微生物组及分子组共5个专业组。

实验室配置有全自动血细胞分析仪、全自动尿液分析仪、自动凝血分析系统、全自动生化仪、生化免疫分析系统、微生物鉴定系统、质谱仪、PCR仪等大型仪器设备，致力于为临床提供及时、准确、可靠的参考依据。

(张霞袁晶晶)

防疫课堂：医护人员自我心理疏导方式有哪些？

NO.1

适当休息。保证充足的睡眠，均衡饮食，学会自我调节。例如，多运动、深呼吸、抱一抱可以带来慰藉的物品，玩一些不费脑的小游戏、洗洗热水澡。

NO.2

保持与家人的联系。从家人的支持中获得温暖和力量。



NO.3

允许自己示弱。当感觉到无法承受压力时，请及时与负责领导沟通，根据自己的能力做事情！允许自己在悲伤、难过、感动时哭泣。

NO.4

接受不完美和失败。医学不是万能的，要尽全力去救治患者，但也要接受现实，对负面事情有足够的心理准备，对自己的能力有客观的期望。

NO.5

培养良好的心理防御机制。我们提倡多用积极的心理防御机制，如升华、幽默来面对日常生活中的挫折和困境。

NO.6

空余时间进行适当的肌肉训练。逐步紧张及放松各个肌群，让肌肉体会紧张和放松的感觉。

NO.7

写感恩日记。感恩是面对疫情的一味“良药”，写感恩日记是我们在面对疫情恐慌时一项非常有效的情绪调节方法，可以遵循以下四条建议：贵在坚持，不在多少；感恩到具体的人；注重质量，落到精细；用“我感恩...是因为……”句式。



NO.8

寻求同伴支持。可以找一个同事做“倾听伙伴”练习，每个人讲十分钟，另外一个人只负责倾听。也可团体进行，互相交谈，倾吐心声，宣泄情绪。

NO.9

及时了解疫情。学习新冠肺炎的传播途径、临床表现、诊断标准、治疗方法等最新知识。

NO.10

学习一些实用的心理干预技术。如安全岛技术、正息减压技术、腹式呼吸放松法等。

NO.11

专家咨询。如出现无法入睡、情绪低落、焦虑、心慌等症状，持续两周不能缓解，影响工作，可寻求专业的精神心理医生进行诊治。

(公共卫生科)

丹阳市女性康复中心正式启用

女性康复中心的成立是丹阳市人民医院、丹阳市妇幼保健院深入推进紧密型医共体建设的又一举措。为广大女性提供全方位、一站式、全生命周期、全过程的盆底健康管理。该中心集评估、诊治、康复一体化全程管理，解决女性各种盆底及产后问题，为女性健康保驾护航。

揭牌仪式

11月19日上午，丹阳市人民医院院长黎伟、丹阳市妇幼保健院院长周祥军、丹阳市人民医院副院长王坚、丹阳市妇幼保健院副院长徐国仙、两院部分职能部门负责人、部分产科医生以及康复护士，一起见证了这一时刻。丹阳市人民医院院长黎伟在揭牌仪式上，向中心提出了三点展望：

一是抓住机遇，锐意开拓。女性康复是极具前景的新兴领域，希望中心能借助两院共建这一平台优势，不断开拓创新，做大做强原有项目，创新发展新项目，努力提升产后康复的手段和办法，做出自己的品牌，做成行业标杆，树立起我市女性康复的第一面旗帜。

二是以人为本，提升服务。中心设立了三处诊疗场所，如何从便民惠民的角度不断满足女性多层次的服务需求是我们首要考虑的问题。希望中心能合理设计诊疗流程，不断优化康复方案设计，努力提升群众就医体验，以优美的环境、一流的服务、精湛的技术，服务广大女性同胞。

三是发挥优势，辐射带动。中心必须时刻秉持患者安全理念，一丝不苟保质量，万无一失保安全，高标准、严要求推进中心各项业务开展，决不能因为业务性质特殊而放松大意。在富有余力的情况下，希望中心能发挥辐射带动作用，面向社区、机构及广大女性群体定期开展相关学术活动、宣传活动、义诊活动等，将良好的经验和技能向外推广，提升女性整体健康意识，促进行业规范、有序发展。

揭牌仪式结束后，院领导带队参观了整个中心。下面，我们就跟随他们的脚步来了解一下……

中心介绍

丹阳市女性康复中心是丹阳地区规模最大、功能最全的产后康复及盆底治疗中心，集丹阳市

人民医院、丹阳市妇幼保健院两院的技术力量，秉承全生命周期和三级预防的理念，为女性提供生理和心理的主动、连续的康复服务。中心环境舒适，设有评估咨询区、产后康复区、盆底康复区、中医康复区、运动康复区等。拥有临床经验丰富的医护人员及先进的产后尿潴留、便秘、盆腔脏器脱垂、产后耻骨联合分离、盆底功能障碍(产后尿潴留、便秘、盆腔脏器脱垂和压力性尿失禁、阴道松弛、性生活不和谐、慢性盆腔痛)、性生活与避孕指导、产后形体恢复、运动康复、妊娠纹淡化、疤痕修复、心理评估与指导、营养评估与指导、艾灸、督脉熏蒸、产后发汗、产后瑜伽、亲子瑜伽等项目。

活动现场

活动当天前往中心的女性朋友们，都收到了一次免费原治疗项目。丹阳市人民医院产科副主任护师陈杏华还给大家普及了产后康复知识，并且带领大家体验了产后瑜伽项目。有需要的女性朋友，赶紧来体验哦~ (沃丹阳)

热烈祝贺！丹阳市人民医院喜获ISO15189医学实验室认可证书！

ISO15189是具有高度国际权威性的医学实验室质量与能力认可，是实验室管理水平与技术能力走向规范化、国际化、标准化的重要标志。ISO15189医学实验室认可证书是由中国合格评定国家认可委员会(CNAS)颁发，通过该认可的实验室能提供具有良好准确性和溯源性的检验结果，出具的检验报告可获国际认可。



快看！

“喂喂，你怎么了？听得吗吗……发现患者意识丧失，紧急呼叫，启动应急响应系统！”

“心电图监护：室颤，立即予电除颤！”

“选择非同步，能量双向波200J，充电，充电完成，所有人请离开，开始除颤！”

……

看到这别紧张，这只是一场除颤仪使用及相关知识竞赛!!!

对于室颤患者，尽早快速除颤是抢救成功最关键的一环，而除颤每延迟一分钟，成功率将下降7%~10%，因此，熟练掌握电除

心内科上演了一场争分夺秒，惊心动魄的生死时速练兵

颤术是每一位医护人员必备的操作技能。

为进一步规范电除颤技能操作，提升护理人员急危重症救治能力，保障患者安全，近日，我院心内科开展了一场严肃、紧张又刺激的除颤仪使用及相关知识竞赛。

本次竞赛由副院长王坚、护理部主任王美青、大内科护士长芮立美担任评委，内容包括了电除颤术及其相关理论知识考核。

比赛现场以心肺复苏模拟人为室颤患者，模拟在实景中进行电除颤操作。每一位参赛护士都沉着冷静，有条不紊，操作娴熟……一句句详实精准的表述、一个个沉

稳规范的动作，无论从操作水平、精神面貌，还是赛场气势都展现了心内科护理团队积极进取，勇于争先、突破自我的昂扬风采。

现场评委本着公平、公正、公开的原则，对照评分标准，从动作规范、流程熟练、终末质量、整体印象等方面为选手进行打分。经过激烈的角逐，护士陈文静拔得头筹，获得一等奖；护士谭丹凤、顾莹获得二等奖；护士蒋霞霞、邓莉莉、周瑶获得三等奖。

最后，副院长王坚对本次的比赛进行了评价，希望选手在获得荣誉的同时，要注重在比赛中暴露的问题，不断改进，努力提高自身技能水平，通过对基础理论、

基础知识、基本技能的培训和考核，精益求精，为丹阳市人民医院心内科贡献自己的一份力量。

心内科的护士们也纷纷表示，在工作之余，也要认真学习、刻苦演练，增强急救意识，提升应对突发事件的能力，巩固基本理论知识、基本技能，立足本职、钻研业务、寻求突破，实实在在践行身为人民健康卫士的初心和使命！

本次操作及理论比赛，以赛促学，以赛促练，赛出了士气、赛



出了水平，充分展示了我院心内科护士的职业风采，为提升我院护理工作质量，保障患者安全打下了坚实的基础。（高学校）

“静”心守护“脉”向安全 丹人医“静脉治疗工作坊”基层行活动

为进一步加强静脉治疗护理质量管理，推广落实静脉治疗护理新理念、新规范、新技术，近日，我院静疗学组以对口帮扶基层医院为契机，在横塘卫生院组织召开了一场主题为“规范静脉导管护理”的“静脉治疗工作坊”培训活动。

指南解读 规范管理

活动中，我院静脉治疗学组组长裴晓娟根据最新的静疗指南，以国标为准，详细解读了静脉留置针的标准化穿刺和固定。通过从血管的选择到松动

针芯，从持针座、拔针帽再到穿刺时直刺静脉的角度选择，从关键时刻导导管撤针芯“2进2”到固定手法“一捏二压三抚”、“高举平台法”等规范解读，切实解决了大家在实际操作中的各种困惑，规范了静脉留置针的操作步骤，让大家收获满满。

案例分享 实操指导

随后，静脉治疗学组指导老师将平时督查工作中拍摄到的各种静脉导管操作常见问题，做成视频与图片案例进行分享，同时进行各类静脉导管护理操作

的现场演示，再现实际工作中的真实场景，引导大家查找临床工作中静脉导管护理中存在的问题与不足。现场学员们讨论激烈，及时发现问题，老师也耐心解答，达到了巩固知识、加强认识、引以为戒、持续改进的目的。

亲临病房 答疑解惑

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。讲课结束后，静脉治疗学组组长裴晓娟亲临病房，对实际护理工作中存在的静脉治疗相关问题给予了指导和解答。

此次“静脉治疗工作坊”培

训活动，对加强我市各级医疗机构提升静脉治疗专业护理质量，保障输液安全起到了关键的指导作用，达到了“与您携手，落实国标”，“最佳实践，静善静美”的美好愿景。为实现静脉治疗护理规范化、标准化、同质化，推动全市静脉治疗与静疗安全再上新台阶。

初心如磐，才能行稳致远；使命在肩，方可奋力前行。静疗学组将不忘初心，坚持改革创新，务实严谨，不断促进静脉治疗的稳定发展，“静”心守护，“脉”向安全！

（佟玉兰）

分谈快乐，代谢烦恼 我们的“蓝光行动”

为了提高糖尿病患者及家属对糖尿病的认识，积极预防糖尿病并发症，加强糖友们自我管理的能力，在联合国糖尿病日到来之际，我院内分泌科举办了一场心意满满的糖友联谊活动，30名糖友在医护人员的带领下远离城市的喧嚣，走进大自然，共同享受放松身心，放飞心情的快乐！

关爱糖友 健康生活

11月9日上午8点，糖友们身穿统一定制的蓝色马甲，在我院内分泌科主任黄勇、护士长林艳等医护人员的带领下，兴致勃勃地前往本次“甜蜜之旅”的目的地—香海琴枫风景区。车上，内分泌科护士长林艳向大家介绍了本次活动的流程以及注意事项，同时倡导糖友们科学控糖，运动控糖。

抵达目的地后，我们的美小护们为糖友们监测了餐后血

糖，与此同时，内分泌科主任黄勇也根据每个人的数值，给予了个性化的建议和意见。黄主任表示，目前，我国的糖尿病患者人数众多，每10人中就有1人患糖尿病，而其中有超过50%的2型糖尿病是可以预防的。糖尿病需要长期坚持自我管理，教育改变明天，我们任重而道远。

吃多少？吃什么？ 怎么吃？

联谊会现场，我院内分泌科专科护士季红用食物模型从糖尿病饮食治疗的重要性、基本原则、合理的膳食结构等方面进行了详细的讲解。重点讲述了糖尿病患者 1234567 饮食法，即：

- 1.蔬菜：每天一斤，绿色蔬菜为主，少量土豆、藕、胡萝卜；
- 2.主食：每餐2两（生的重

量）；

- 3.水果：每天3—4两。可选择水果：苹果、草莓、桃等；少选水果：香蕉、鲜山楂、鲜枣；
- 4.油：每天4钱，20ml，25克植物油；
- 5.蛋白质：每天5份（1个鸡蛋、1袋奶、1两瘦肉、1两鱼、1两豆制品）；
- 6.盐：每天6克，少吃腌制食品；
- 7.水：每日饮水7杯，2000ml/天。

领略美景 享受美好

宣教结束后，大家一起畅游在香海琴枫的美景中，呼吸着新鲜的空气，领略大自然的美丽，享受田园风光的美好。

“糖友联谊会”的目的就是让每位糖友学会自我管理，成为驾驭自己健康的主人。我院内分泌科的全体医护，将一如既往地坚守为糖友保驾护航的初心，用呵护诠释关怀，用行动践行使命，为广大糖友们带来更多健康知识。抗糖路上，我们与您同行。

（林艳）

在的谈笑自若。十年间，她在医护人员的帮助下，在自己的努力下，与病魔斗争，终于找到了一套适合自己的抗“糖”经。她呼吁“糖友”们，希望大家也要有这样的一份信心和勇气。在抗“糖”路上，你永远不是一个人在战斗。

领略美景 享受美好

本次急救技能竞赛展现出丹阳市人民医院院前急救人员的急救水平、临场应变能力和医护团队的配合协作能力，进一步规范了我院急救团队的急救技术操作，为提高急危重病人的抢救成功率，保障市民健康发挥更加积极的作用。进一步加强了院前急救队伍建设，激发医务人员理论学习、练技能的热情，营造“比、学、赶、帮、超”的良好氛围，提升医疗急救技能水平和应急救援能力，为人民群众的生命安全提供更加有力的保障。

（邓慧）

急救技能大比拼，保驾护航为市民

11月12日，镇江市第七届急救技能竞赛圆满落幕。比赛内容由理论笔试和急救技能操作组成，镇江市共有11支代表队50位选手参赛。本次比赛丹阳市急救站代表队表现顽强拼搏，力克各路强手，充分展示了丹阳市人民医院急救团队高水平的急救技能与职业素养。丹阳市急救站荣获镇江市第七届急救技能竞赛团体第二名，所有参赛队员均获得个人名次，其中吴秀敏获急救员组第一名，孙一获急救员组第二名，林丹玮获调度员组第三名，史旭琛获急救护士组第四名，丁国忠获驾驶员组第五名的好成绩！

医疗急救是卫生健康工作的重要组成部分，是医疗质量的综合体现，直接关系到广大人民群众的身体健康和生命安全，与广大人民群众的切身利益密切相关，是社会高度关注的焦点，也是城市发展、社会进步和政府综合服务能力体现的重要标志。通过开展急救技能竞赛，进一步提高急救技术水平，提高丹阳市人民医院院前急救队伍的总体水平，不断提高全市医疗救援应急能力。

宣教结束后，大家一起畅游在香海琴枫的美景中，呼吸着新鲜的空气，领略大自然的美丽，享受田园风光的美好。

“糖友联谊会”的目的就是让每位糖友学会自我管理，成为驾驭自己健康的主人。我院内分泌科的全体医护，将一如既往地坚守为糖友保驾护航的初心，用呵护诠释关怀，用行动践行使命，为广大糖友们带来更多健康知识。抗糖路上，我们与您同行。

（林艳）

救死扶伤 全心全意 医疗服务 尽善尽美

反复偏头痛、脑梗，找不到原因怎么办？你可以试试“发泡试验”

35岁的小刘年纪轻轻却反复中风3次，风华正茂却长年头痛不已，不明原因反复出现脑梗塞，检查颈部血管却发现斑块。殊不知，并非“头痛医头，脚痛医脚”，究其原因，竟是小刘心脏上。有一个异常的“小孔”没错！这个“小孔”正是该闭而未闭的心脏卵圆孔。

卵圆孔是胚胎期心脏房间隔的生理通道，一般在出生后1年内闭合，大于3岁仍未闭合称为卵圆孔未闭。

近年来越来越多的研究发

现，卵圆孔未闭与不明原因脑卒中、偏头痛等疾病密切相关。而“发泡试验”，现已成为诊断卵圆孔未闭的首选方法，是一项简便易行的检查方法，可以帮助判断不明原因脑梗的年轻患者、顽固性偏头痛及发作性晕厥患者是否存在卵圆孔未闭，为临床治疗提供依据。

“发泡试验”的适应症

- 1.不明原因脑卒中，年龄小于55岁，无高危因素者；
- 2.短暂性脑缺血发作（TIA），而且颈动脉无明显疾病，不易形成栓塞的心律失常者；
- 3.偏头痛、发作性晕厥者；
- 4.减压病患者、潜水员或者航天员上岗前待排除减压病。

现，卵圆孔未闭与不明原因脑卒中、偏头痛等疾病密切相关。而“发泡试验”，现已成为诊断卵圆孔未闭的首选方法，是一项简便易行的检查方法，可以帮助判断不明原因脑梗的年轻患者、顽固性偏头痛及发作性晕厥患者是否存在卵圆孔未闭，为临床治疗提供依据。

“发泡试验”的禁忌症

- 1.孕妇；
- 2.对于无法建立静脉通道者；
- 3.颞窗穿透不良者；
- 4.不能配合完成Valsalva动作者；

我们的优势

相较于传统检查手段，我院超声诊断科采取经颅多普勒发泡试验联合右心声学造影同时检查的做法，经颅多普勒发泡试验敏感性高，右心声学造影准确性高，两者结合提高了对检出卵圆孔未闭的敏感性及准确性。同时对于怀疑存在卵圆孔未闭的患者，我院超声诊断科还能进行经食道超声心动图检查进一

步确诊。该技术开展一年来已经为数十例不明原因的年轻脑梗患者、偏头痛患者检查出了卵圆孔未闭的存在，为疾病的诊断及治疗提供了依据，在预防疾病复发方面也起到了重要的作用。

我院经颅多普勒发泡试验联合右心声学造影技术以及经食道超声心动图检查技术在本地地区处于领先地位，今后，科室将持续不断提升医疗技术和服务能力，为人民群众的身心健康保驾护航！（钱颖）

男子误吞6cm细针，消化内科医生胃镜下巧取异物

近日我院内镜中心，成功为一位急诊患者取出胃内异物。这异物不是平常物件，而是一根长6cm的“针”。

胃镜下取物，有惊无险

事发当天，患者小乐（化名）因不慎吞下缝衣针被家属紧急送至我院急诊科就诊。经过腹部平片检查显示，患者腹部有一条状高密度影。如果长时间不取出来，一旦针掉入十二指肠降部，甚至更远处，胃镜将难以取出。除此之外，针头端异常尖锐，发生肠穿孔的可能性极大，如果发生穿孔，则需要进行外科手术。而且肠管那么长，找到这

个6cm的细针可谓是困难重重。

生命重于泰山，抢救刻不容缓，必须争分夺秒，在尖针滑入肠道前，通过内镜将其取出。与家属充分沟通完毕后，急诊科立即联系消化内科副主任、副主任医师王春蓉为小乐行急诊胃镜下异物取出术。

术中，王春蓉主任为小乐进行了胃镜操作探查，发现十二指肠降部有一约6cm的细针，并且一端刺入了粘膜，拖拽过程中稍有不慎就会划伤胃壁、食管、咽部，这无形中更增加了手术的难度。随后，王春蓉主任凭借娴熟的内镜操作技巧，与内镜中心护士卢晓玲密切配合，

精准定位后，予异物钳夹住细针针端先拖入胃腔，再转换方向，予异物钳夹住细针尾部收入活钳钳道内随镜取出。

胃镜取物过程

整场手术仅持续了3分钟，可谓是有惊无险。术后小乐未感觉腹痛腹胀等不适，休息片刻后便回家了。

消化内科医生表示：很多人在被鱼刺、骨头卡了以后，往往会吞下大团米饭、馒头等食物，或采取喝醋等措施，希望将鱼刺“带”下去，但这些“土方法”都是错误的。正确的做法应是立即禁

食禁水，及时到医院就诊，以免异物随胃肠蠕动走到十二指肠降段以下，导致胃镜无法接近异物而耽误治疗时机，尤其是尖锐的异物，可能穿透消化道管壁或刺破管壁以外的组织或血管引起出血，甚至危及生命。

急诊胃镜下取异物是消化科医生最常见的胃镜急诊之一，近年来，我院消化内科医生为患者取过鱼刺、鸡骨、耳环、刀、硬币、瓶盖等各种物品。随着内镜技术地不断完善，胃镜下取异物不仅可以免除外科手术之苦，还具有安全、快捷、经济、成功率高等优点。（王春蓉 倪晓玲）

妇科病的救星！你的“难言之隐”，Haifu聚焦超声来解决

俗话说，女人如花，可是一旦妇科疾病缠身，再娇艳的花朵也会黯然失色。作为女性，我们或多或少都会遇到一些妇科疾病困扰。

病例1

35岁的王女士近日总感觉白带增多、有异味。起初，她也不以为意，只在药店买了点外用药擦拭，但效果不佳，久而久之遭到了丈夫的强烈不满，严重影响夫妻生活质量。心急如焚的王女士立即来我院就诊，经过宫颈筛查，好在并未发现癌性病变，但她宫颈糜烂严重，一直拖延不治，会反复感染，增加宫颈癌发生的机会。幸运的是，在医生的指导下治疗下，王女士目前症状明显减轻，夫妻生活质量也大大提高了。

病例2

28岁的刘小姐2年前不慎感染HPV，羞于启齿的她盲目轻信虚假治疗广告以及私人小诊所，辗转多地后不仅花了不少钱，各种抗病毒治疗后均未转阴，导致持续感染。意识到严重性的刘小姐最终在母亲的陪伴下，前往我院妇科进行了专业治疗。根据近期复查显示，刘小姐成功转阴。

病例3

55岁的李阿姨，患有外阴白斑5余年，期间反复外阴瘙痒且夜间症状尤为明显，严重影响睡眠质量。不仅如此，她还发现外阴逐渐变白变厚，自尊心深深受创。5年间她曾往返多家医院就医，局部涂抹药、中药熏洗等，但瘙痒症状仍然

反反复复，一直未能彻底消除。心情郁闷的李女士几乎有了放弃治疗的想法，后经朋友介绍来我院妇科就诊，这才终于解决了她的“难言之痒”。

妇科医生表示：宫颈炎、HPV持续感染、外阴白斑都属于妇科疾病的一种，很多女性同胞会因为难以启齿，羞于来院而耽误治疗，还有部分女性朋友存在心理上的恐惧，害怕冰冷的手术器械而延缓治疗。但现在，我们有一种新的技术，不开刀、不流血、轻松治疗妇科病，那就是“Haifu聚焦超声”。

超声是什么？

它是一种物理治疗方式，利用超声波良好的组织穿透性，对病变组织进行精确定位，在糜烂处由内向外展开深度治疗。

超声的优势有哪些？

相较于传统的微波治疗，Haifu聚焦超声更具优势，主要表现在：

彻底：精准定位，由里到外彻底清除病灶。治疗后复发率不到5%。

安全：操作简单，不存在激光、微波治疗后的结痂、脱落和皮肤修复等类似过程。同时治疗后宫颈局部分泌物少，不会伤害健康的身体组织，不易继发感染。

便捷：术后恢复快，不影响生育功能。

我院妇科自从引进 Haifu 聚焦超声系统以来，目前已为多名女性患者进行了治疗，不仅帮助她们摆脱了长久以来的病痛折磨，同时其独特的微创治疗也解决了她们的心理负担，是女性同胞们真正的福音。（陈红）

脚肿腿疼的朋友注意了！你可能是患上了这种病

2022年10月13日是第九个世界血栓日。据大数据统计，社会群众对于静脉曲张的科普知识广泛缺乏，对于静脉曲张的过度恐惧心理和漠视忽略现象并存。因此，在第九个“世界血栓日”到来之际，为了进一步提升社会群众对深静脉血栓的认识，也为了更有效地预防深静脉血栓的发生，我院血栓预防护理专业学组在病区内开展了以“生命之流，涌动不息”为主题的深静脉血栓健康科普主题活动，患者与家属积极参与，共同体验了一场精彩纷呈的知识盛宴。

堵塞血管的罪魁祸首就是血栓，简单来说，就是血块，它像塞子一样堵塞在身体各部位血管的通道内。正常情况下，体内的血栓会自然分解，但随着年龄的增长，久坐不运动以及生活压力等原因，人体分解血栓的速度会变慢，而血栓一旦无法顺利分解，就会积存在血管壁上，很可能随着血液流动而移动，堵塞到全身各个部位，如血栓堵塞到肺部，就是肺栓塞，严重会导致命。

讲座中，我院骨一科护士长陈丽萍以“深静脉血栓栓塞”这个对大家来说陌生的疾病为重点，为患者及家属讲解血栓的相关知识，耐心解答相关防治问题以及规范化治疗方案，延伸护理知识。同时提醒大家防患于未然，血栓防胜于治。

一个十秒钟的动作，就能清理血管，预防血栓，这个动作就是抬脚，医学上有个专门的名词—踝泵练习。通过踝关节的运动，可以起到像泵一样的作用，增强下肢的血液循环，预防血栓的形成。为了让患者更加直观地体验踝泵运动，骨一科骨干护士带领患者进行现场操练，查漏补缺，手把手纠正误区，同时为动作规范的患者发放了小礼物。

骨科护士表示：大家在做个运动的时候，首先要放松身体，双膝自然伸展，用尽全力勾脚10秒钟后再用尽全力压脚，反复进行，在不引起疼痛的前提下不限次数，越多越好。每次勾脚，压脚要尽量达到最大程度。双脚同时做效果更佳！（陈丽萍）