

## 患者坚实的“医”靠

——记2024年夏县“最美巾帼奋斗者”、夏县中医医院脑病科主任丁桂荣

本报记者 魏 漾 文 / 图

“丁医生，有患者家属给你送锦旗了！”

“丁医生，患者要出院了，家属想见你当面表达感谢！”

“丁医生，真的太感谢你了，我的老伴恢复得很快。”

提起夏县中医医院脑病科主任、今年被评为夏县“最美巾帼奋斗者”的丁桂荣，患者给出了一连串的好评：医术精良、医德高尚、医者仁心……患者和患者

家属们纷纷感叹，丁桂荣对待患者就像对待自己的亲人一样。

丁桂荣作为一名全身心投入在中医脑病专业领域的医者，她倚着一股蓬勃劲儿，深钻脑病诊疗知识，研创出中西医结合治疗脑病的特色疗法；她凭着一股善良好劲儿，以德立身，为无数脑病患者解除疾病痛苦；靠着一股负责劲儿，她积极指导年轻医生医疗实践和学习，赢得了患者的称赞，得到了同事的肯定。

## 医者专术

大脑是人的生命中枢，容不得丝毫闪失，特别是对危重病人来说，时间就是生命。为了做到高效救治，丁桂荣用自己精湛医术，竭尽全力服务每一位患者，力求为病人带来全天候的守护。

去年9月初，56岁的郭大叔因脑干出血、意识不清，被家属送到夏县中医医院脑病科时，处于生命垂危状态。丁桂荣接诊时，郭大叔的状况是，脑干出血量大约10毫升，深度昏迷，压眶无反应，四肢迟缓性瘫痪、高热，病情十分凶险。面对如此危重的病人，丁桂荣认真观察患者神经系统及脑干体征、病情变化，冷静处置，立即给予相关紧急救治。病人脱离危险后，丁桂荣又结合患者的病情变化进行对症用药，确保药物能够发挥最好疗效。经过两个月的治疗，患者终于转危为安，生活基本能够达到自理。出院时，“死里逃生”的患者家属紧紧握着丁桂荣的手，感激地说：要不是您的及时救治，我们家的“顶梁柱”就没了啊！

脑血管疾病具有高发病率、高致残率、高死亡率等特点，且年龄逐渐呈现年轻化，给患者和家属带来了沉重的经济和生活负担。为了让中医惠及基层百姓，更好地满足基层群众就医需求，丁桂荣又结合患者的病情变化进行对症用药，确保药物能够发挥最好疗效。经过两个月的治疗，患者终于转危为安，生活基本能够达到自理。出院时，“死里逃生”的患者家属紧紧握着丁桂荣的手，感激地说：要不是您的及时救治，我们家的“顶梁柱”就没了啊！

脑血管疾病具有高发病率、高致残率、高死亡率等特点，且年龄逐渐呈现年轻化，给患者和家属带来了沉重的经济和生活负担。为了让中医惠及基层百姓，更好地满足基层群众就医需求，丁桂荣又结合患者的病情变化进行对症用药，确保药物能够发挥最好疗效。经过两个月的治疗，患者终于转危为安，生活基本能够达到自理。出院时，“死里逃生”的患者家属紧紧握着丁桂荣的手，感激地说：要不是您的及时救治，我们家的“顶梁柱”就没了啊！



丁桂荣在工作。

丁桂荣在查房时为患者检查身体。

同时，给患者制订了早期介入中西医结合促醒及中西医结合康复治疗等综合治疗方案。运用中西医结合促醒药物和神经营养药物、针灸、按摩、电刺激等措施，综合治疗一个多月后，患者对大声呼喊有了反应，出现了指令性的抬臂动作。又经过一段时间中西结合的治疗，患者的各种反应较入院前有了明显的改善，尤其是对声音、光线、疼痛刺激出现了比较灵敏的反应，而且双眼较前有神，转动明显增加。现在，患者可以慢慢行走。这些惊人的变化让患者家属喜极而泣，看到了希望。“看着我家掌柜的一天天恢复，我的生活都充满了希望。”患者媳妇流着泪对丁桂荣说。

## 医者仁心

“你现在的的问题是，左侧的脑部病变导致右侧肢体麻木。”

“大脑是身体的总指挥官，您的‘指挥官’临时出了问题，发不出指令了。”

“这个情况，我建议您住院查。住院查虽然慢，但细致，而且医保还能报销一部分，可以减轻一些家庭负担。”

3月5日，从上午8点到中午12点，看病的患者、送检查报告的家属，诊疗后出去转身又回来再问一句话的病人，一个接一个，但看诊的丁桂荣却很少计算“时间成本”，都给予耐心的解释，没有丝毫的不耐烦。

丁桂荣对患者的关心贯穿于问诊、救治、康复的全过程。门诊时，耐心倾听患者对病情的述说，不厌其烦地为其答疑解惑；查房时，与患者及家属交流，消除他们的担心和恐惧，鼓励患



丁桂荣在为患者量血压。

者树立战胜疾病信心；患者出院后，她为了使康复中的患者随时联系到自己，多年来保持24小时手机不关机，哪怕是半夜接到患者的咨询电话，都会及时给予回答和指导。

在前来求医的患者中，有多次看诊的老患者，也有第一次找来的新患者。遇到老患者，丁桂荣总要拉几句家常，询问恢复的情况；面对新患者，她会从对方的年龄、生活等方面切入，先聊几句打消患者的紧张感，再进行问诊。

“我们主任心里时刻装着病人。”说这话的是该院脑病科护士长王改英，她已经和丁桂荣做了二十多年的同事。“无论是上门诊，还是在病区，不时会有患者和家属来找，我就没见过她有准点下班的时候。”王改英说，脑病科病人多，工作量大，作为科主任丁桂荣一年到头除了出外开会、学术交流，其余时间基本上都在医院，就算是晚上回家休息了，只要患者有需要，一个电话，她就会立即赶来。

“不久前我们科室接诊了一名脑出血的病人，当天的治疗都已处理完毕，没想到已经下班回家的丁桂荣因担心患者病情有变化，又从家匆忙赶回病房查看。”王改英说，多年来，对科室住院的每一位患者，丁桂荣作为科室主任除了听主管医生汇报病史外，还会亲自询问病情，查看检查单等，对医生给出的诊断、治疗方案，加以分析和确定，以保证每位住院患者接受到有效的诊治。

“我们要对病人好一点，急患者之所急，多帮他们解决一些病痛。”这是丁桂荣平时工作中常说的一句话。对住院患者她常常是一边拉着病人的手，一边和病人唠家常，以减轻患者的恐惧情绪，帮助患者树立战胜疾病的信心，并细心地告知患者家属在日常护理上的一些注意事项。即便门诊病人重复问一个问题，她从来都是认真倾听，不厌其烦，一遍一遍耐心解答。

丁桂荣始终坚持“以患者为中心”的理念，赢得了患者的尊敬和信任，他们说：“丁主任不但医术高，技术好，而且对病人友善热情，是一位天使般的医生。”

## 医者恒心

作为一名医者，丁桂荣不局限于做好门诊、

查房、会诊等日常工作，还始终孜孜不倦地研读医典，汲取各类知识，以坚韧恒心，夯实理论基础，筑牢专业根基，努力提升医术。

“做医生最主要的一点是要解决患者的问题，用最恰当合理的方法治好患者的疾病。”丁桂荣为此苦练内功，把不断提高业务技能，以精湛的医疗技术，全心全意为患者解除病痛当做持之以恒的追求。她白天泡在科室里，接诊、查房、详细记录每个住院病人的病情变化和诊疗情况；晚上有空就进入学习模式，钻研新业务，学习新知识，丰富临床技能。在此基础上还积极向省内外资深医生求教，先后两次到西京医院、南京附属中大医院神经内科学进修学习，多次参加国家、省、市级学术交流，提升业务水平，积累了丰富的临床经验。

仁心抚慰人心，专术制胜病魔。为了确保脑病治疗的高质、高效，挽救更多的患者，丁桂荣在科室积极开展急性脑梗死的溶栓治疗、脑血管疾病的早期康复、电子生物反馈治疗瘫痪病人等新技术，从而使该院脑血管病治疗成功率逐年提高。

脑血管病患者抢救成功后，后期的康复治疗同样至关重要。她为此率先在夏县开展了针对患者肢体及语言功能的康复训练，并于2021年创建成立了神经康复室，运用针灸、推拿、穴位按摩等中医特色方法进行治疗，帮助调理患者的身体情况，促进神经功能的恢复，提高患者的运动能力和生活质量，减轻康复过程中的痛苦，进一步提高了脑血管病救治水平。

身为科主任，丁桂荣不仅注重个人学习，和业务的提高，同时对于科室其他医生，她也一直严格管理、督促，并组织学习活动。她常告诫科室里的年轻医生：“看诊、查房、随访远远不够，要以仁爱之心和持之以恒钻研学习的态度，不断提高自己临床解除患者病痛的能力。”为此，对低年资医师，从日常查房、病历书写、病房管理、新知识新技术学习，丁桂荣都手把手指导和教授。还将自己与患者及家属沟通的经验和感悟，倾囊相授给低年资医师，使团队救治患者的诊疗水平得到整体提高。

漫漫白衣路，虔诚追光行。从医20多年，丁桂荣坚守医者仁心的初心，以赤诚之心践行医道，以一次次出色的救治回报患者恳切的托付，诠释了医者的奉献与担当。

## 资讯

绛县医疗集团人民医院  
开展义诊活动

本报讯(记者 魏 漾)近日，绛县医疗集团人民医院开展“为民服务学雷锋、健康暖民心”义诊活动，旨在传承和弘扬雷锋精神，为居民进行免费健康咨询等医疗服务，以实际行动为居民群众办实事、解难题。

活动现场开展了测量血压和血糖、心电图、彩超、耳穴疗法、中医问诊、健康咨询、用药咨询等多项服务。由于前来咨询的居民多为高龄老年人，大多有着常见慢性病，该院医务人员针对这个情况，详细进行用药指导和预防提示。活动现场前来参加义诊的人数达400余人次。

活动中，该院医务人员向居民详细讲解常规的急救方法和应急必备常识，告诉居民家里如有病人需要急救时，先拨打120，并在最佳时机给病人实施心肺复苏。该院护理人员向居民实操了心肺复苏的操作流程，包括调整体位、判断呼吸、人工呼吸、胸外心脏按压等急救方法。他们还向大家普及了海姆立克急救法的知识，并现场演示海姆立克急救法。

以此次义诊活动为契机，该院将雷锋精神切实融入日常工作中，推动基层医疗卫生各项工作再上新台阶，不断提升医疗服务水平，为人民群众的健康“保驾护航”。

芮城县医疗集团开展  
急诊急救能力培训

本报讯 为进一步提升年轻医务人员对危急重症患者的救治水平，提高救治能力，近日，芮城县医疗集团开展急诊急救能力培训。芮城县医疗集团人民医院40岁以下医务人员200余人参加现场培训，各乡镇卫生院、村卫生室人员同步通过线上会议系统参加线上培训。

培训会上，芮城县医疗集团人民医院急诊科医务人员结合多年急诊工作经验及典型病例，对休克的定义、病因、分类、诊断标准、临床表现、临床观察、特别是过敏性休克的抢救流程和用药等内容进行深入浅出的讲解，并提醒大家在诊疗过程中一定要做到细心谨慎，不忽视任何一个可疑症状，做到早发现、早诊断、及时规范处理。培训会后，对所有人员进行了现场测试。

此次培训，使大家对过敏性休克的现场急救处理有了更深刻的认识，进一步提高了医护人员的急救处置能力，保障了医疗质量和医疗安全。

芮 通

垃圾分类  
投放不糊涂

**厨余垃圾** 厨余垃圾是指易腐烂的、含有机质的生活垃圾，包括居民家庭日常生活过程中产生的家庭厨余垃圾，相关企业和公共机构在食品加工、饮食服务、单位供餐等活动中产生的餐厨垃圾，以及农贸市场、农产品批发市场、菜市场产生的其他厨余垃圾。包括食材废料、剩菜剩饭、蔬菜瓜果、果皮茶渣等。

厨余垃圾应从产生时就应与其他品种垃圾分开收集，投放前尽量沥干水分；有包装物的厨余垃圾应将包装物去除后分类投放，包装物应投放到对应的其他垃圾投放容器；盛放厨余垃圾的容器，如塑料袋等，在投放时应予以去除。

**可回收物** 可回收物是指适宜回收利用的生活垃圾，包括纸类、塑料、金属、玻璃、织物等。

可回收物进行分类投放时，应保持清洁干燥，避免污染；废纸应保持平整；立体包装物应清空内容物，清洁后压扁投放；废玻璃制品应轻柔投放，有尖锐边角的应包裹后投放。

**有害垃圾** 有害垃圾是指对人体健康或者自然环境造成直接或者潜在危害的生活垃圾，包括废灯管、废电池、废药品、废温度计、废杀虫剂和消毒剂、废油漆及其包装物等。

分类投放有害垃圾时，应注意轻拿轻放；废灯管等易破损的有害垃圾应连带包装或包裹后投放；废弃药品应连带包装一起投放；杀虫剂等压力罐装容器，应排空内容物后投放；在公共场所产生有害垃圾且未发现对应投放容器时，应携带至有害垃圾投放点妥善投放。

**其他垃圾** 其他垃圾是指除厨余垃圾、可回收物和有害垃圾以外的生活垃圾。

其他垃圾应投入其他垃圾投放容器，投放容器应保持干净整洁，无污渍。

王思贤



## 小贴士

## 春季野菜的营养密码

**茼蒿** 茼蒿可以“安心气，养脾胃，消痰饮，利肠胃。”茼蒿含有丰富的维生素A及多种氨基酸、脂肪、蛋白质和钾等矿物质，能调节体内水液代谢，通利小便，另外其含有的特殊挥发性精油以及胆碱等物质，可以降低补脑，是高血压患者的春日美食。但其挥发性成分容易因加热时间过久而损耗，所以不宜久煮，茼蒿中的脂溶性维生素A相当高，若与肉食和蛋类一起使用，能促进其吸收。

**香椿** 香椿含有维生素E和性激素物质，有抗衰老和补阳滋阴的作用，故有“助孕素”的美称。香椿富含的维生素C与辣椒不相上下，而更让人艳羡的是，香椿中的铁含量是其他蔬菜的10倍，是女性保健美容的良好食品。其根皮入药，有止血功效。内服治湿热带泻、痢疾等症。香椿炖肉可治风湿性关节炎。香椿被视为发物，多食动风，肝风内动而导致头晕目眩者忌食。

**芦蒿** 芦蒿为菊科蒿属植物。嫩茎叶可凉拌、炒食，根状茎可腌渍。具有清凉、平抑肝火、预防牙病、喉痛和便秘等功效。芦蒿特殊具有的侧柏酮芳香油对降血压、

降血脂、缓解心血管疾均有较好的食疗作用。其最宜清炒，要求旺火急炒，除了少量油、盐外，不放过任何佐料，即可把芦蒿的本味最大限度地烹调出来。

**水芹菜** 水芹菜一方面水芹和其他芹菜一样都是高纤维食物，并具有抗癌防癌的功效。同时它含铁量较高，能补充妇女经血的损失，是缺铁性贫血患者的佳蔬。

**马齿苋** 马齿苋别名——九头狮子草，不仅含蛋白质、脂肪、糖类、钙、磷、铁、钾及胡萝卜素、维生素C，并且含苹果酸、枸橼酸、左旋去甲肾上腺素、皂苷、鞣质、黄酮、生物碱、强心苷等活性物质。中医说其有清热解暑、消炎消肿的功效。同时西医也证明它对防止心脏病、肠炎尤其对抗淋巴结核溃烂、肺、肾结核都有很好的功效。

最后要提醒大家的是，挖野菜要看周围的环境，有污染的道路两边、垃圾堆旁、喷过农药的地里不要采。制作时一定要清洗干净，烹制要熟。如果凉拌，还要进行焯水或者用盐腌渍的方法进行消毒。

陈秀超

## 健康科普

## 剪指甲，这样做更舒服

**温水泡一下再剪** 一些人的指甲又厚又硬，剪的时候不但费力，还容易伤到手指。建议剪指甲前先泡温水一分钟，让指甲“软化”，这样不但省力好剪，指甲也不会四处乱飞；如果觉得泡麻烦，洗澡后也是剪指甲的最佳时间。

**别剪得太深太短** 修剪时要先中间后两边，这样容易掌控长度。让指甲尖露出一小条白边(1毫米左右)，以方形为宜。注意在剪脚趾甲时不能太深，不要向甲沟内修，多留一些在外面，才能避免甲

沟炎。

**发现倒刺别拉扯** 倒刺大多与手部皮肤长期局部摩擦有关，或与局部皮肤干燥有关，比如做家务时频繁接触水，爱吃手指、咬指甲等都容易出现倒刺。发现倒刺不要着急撕扯，暴力撕扯不仅会损伤周围正常皮肤，引起疼痛，严重者还会造成出血感染。

最简单的办法是用剪刀将倒刺剪掉，然后涂抹护手霜，保持手部皮肤湿润；做家务时可以戴副手套。

徐梦莲

## 蛋白质，吃够非常重要

**细胞更新修复的原材料** 人体中蛋白质的含量仅次于水分，是大脑、内脏、血液、骨骼、皮肤、肌肉、毛发的重要组成部分。机体缺乏蛋白质，不能保障正常代谢或发挥功能，因外伤等因素被破坏的组织也不易修复。

**免疫力的生理基础** 蛋白质是维持良好免疫力不可或缺的生理基础之一。人体各种免疫细胞都由蛋白质组成，抗体、细胞因子、溶菌酶和C反应蛋白等免疫分子，本质上也都是蛋白质。

**生理功能的调节剂** 人体正常运行离不开酶和激素，两者都直接或间接与蛋白质有关。酶是化学反应的催化剂，其含量充足，人就精力充沛。激素确保各器官正常代谢，例如，生长素能促进生长发育，

甲状腺激素能增强代谢过程等。

**维持生命的能量来源** 内脏活动、肌肉收缩及生长发育等生命活动，都需要源源不断的能量供应。人体每日所需的能量中，有10%—15%来自蛋白质。缺乏蛋白质会引起各种健康问题，包括持续疲倦、身体疼痛、肌肉质量低下、脱发、血红蛋白低下等。在各个阶段蛋白质摄入不足，会产生不同程度的危害：儿童缺乏蛋白质主要表现为生长发育迟缓、消瘦、体重过轻等；成年人可能会出现疲劳乏力、体力下降、水肿、伤口愈合慢、皮肤黯淡粗糙、脱发、免疫力不足等症状；老年人可能引起肌肉衰减值综合征，出现步履蹒跚、平衡障碍等情况。

左小霞