

缓和医疗为舟，载母亲驶向生命的温暖港湾

在生命的长河中，岁月的涟漪终将泛起病痛的波澜。当高龄与疾病交织，如何让生命在有限的时光里绽放最后的光彩？我的母亲，一位 87 岁的老人，在缓和医疗理念的关怀下，用亲身经历书写了答案。

疫情前，母亲身体硬朗，是家中年夜饭的“主力军”，她的双手总能变出一桌桌美味佳肴，为家人带来无尽的欢乐。然而，2022 年那场失败的白内障手术，却如晴天霹雳，瞬间击碎了这份宁静，给母亲带来了巨大的痛苦，她甚至两次提出安乐死的请求。作为医生，我却无力减轻她的伤痛，内心满是愧疚与煎熬。

在寻求解决疼痛的过程中，我

们遭遇诸多波折。当发现止痛的眼药水能缓解母亲痛苦时，却因可能加重眼部的病情而遭到医生反对。但为了减轻母亲的痛苦，我们毅然决定接受一切不良后果。点上眼药水的那一刻，母亲紧皱的眉头终于舒展，那一刻，我深刻体会到缓和医疗的意义——在尊重生命的基础上，优先缓解患者痛苦，而不是一味地追求“治愈”。

随着时间的推移，母亲的病情不断变化，先后查出胆总管狭窄、肝硬化等疾病。面对这些，我们与母亲商量后达成一致：不再过度医疗，通过药物治疗控制病情，尽可能提高生活质量。事实证明，这个决定是正确的。经过几个月的治疗，母亲的各项化验指标明显好

转，病情趋于稳定。

为了让母亲得到更好的照顾，2024 年，我们请来了原安宁疗护的优秀护理员王玉娥师傅专职照顾母亲。她尽心尽力的照料，让母亲脸上重现笑容；我也辞去南京的工作，回到母亲身边，用专业知识和陪伴给予她安全感。此外，亲人和朋友的关爱也如冬日暖阳，温暖着母亲的心。河南老家亲人的看望，朋友送来的无公害食物，都让母亲感受到满满的爱意。

从事安宁缓和医疗工作 8 年，我从未像此刻这般深刻理解这份工作的意义。通过缓和医疗，我们做到了以下几点：有效控制母亲的眼部疼痛，让她摆脱痛苦；专人的悉心照料和家人的陪伴，让她感受到

温暖与关怀；我在她身边，为她提供了专业的医疗保障和心理慰藉；亲人和朋友的关爱，让她的生活充满温馨与欢乐。

在缓和医疗理念的指引下，我们视生命为自然过程，不再执着于与疾病的“殊死搏斗”，而是将重心放在照护和陪伴上，努力提高母亲的生命质量，维护她生命的尊严。如今，尽管母亲年事已高，生活不便且身患疾病，但她是幸福的，因为她被爱与温暖环绕。

生命的长度或许无法掌控，但生命的温度可以传递。在缓和医疗的陪伴下，我们陪母亲走过的每一段时光，都充满了爱与尊重，这便是对生命最好的诠释。

缓和医疗与安宁疗护专家 纪光伟

掌心的温度

在株洲市三三一医院新生儿科，深夜的灯光下，总能看到裴鑫忙碌的身影。自 2010 年任职于新生儿科起，她便一直扎根在新生儿护理岗位上。十余年来，她用专业与温度，托举起一个个早到人间的小生命。

凌晨三点，新生儿监护室里静得只剩仪器的低鸣。保温箱透出的幽蓝灯光，在冷清的空间里划出一片细碎的光。裴鑫洗净手，弯下腰调整新生宝宝的体位，更换血氧探头后，轻轻握着那只巴掌大的小手，静静观察病情——这个动作，她已重复了八年。

八年前，裴鑫的儿子在孕 32 周时早产，出生时体重不足两斤，小得能蜷在她的手心。那时，孩子靠呼吸机维持呼吸，胸口贴着电极片，连哭声都微弱得几乎听不见。裴鑫每天隔着保温箱看孩子，心都揪成一团。她清楚地记得，第一次敢触摸时，那只小手忽然攥住了

她的手指——力道微弱，却不肯松开。那份带着希望的触动，成为她此后工作的支撑。

如今的裴鑫，做事沉稳专注。她的“百宝袋”里装满了自备的护理小物件：剪好的无菌棉片、测奶温的温度计、婴儿专用润肤油……每一样都藏着她的细心与爱意。当年因为身体虚弱，她没能亲手喂过儿子一次奶，这份遗憾成了心结。如今，她把所有没来得及给儿子的温度，都倾注给了这些早产儿。不论是轻轻抱起，还是一勺勺喂奶，她的手总是又轻又稳，像是在一点点补上那段缺憾。

一次夜班，她发现一名早产男婴在常规体位下血氧波动，便尝试调整卧位角度，在床垫下垫了层纱布——就像当年儿子喜欢的蜷卧姿势。那一夜，



监护仪曲线平稳安宁。还有一次，她帮一个早产儿撤掉呼吸机，宝宝突然抓住了她的食指，攥得紧紧的。她瞬间想起儿子第一次撤呼吸机那天，也是这样攥着她的手，同样的力道，同样的依赖。那一刻，时光好像重叠了。

裴鑫常说，每个早产儿都是“提前拆开的礼物”。他们来得匆忙，却用最倔强的力量与世界告别危险。她能做的，就是用那双曾托举过自己孩子的手，为这些“小天使”撑起一片温暖的天地，让他们在生命的第一站，就能摸到掌心的温度。

通讯员 戴年春

重视早诊早治 不是说说而已

早发性癌症患者通常指 50 岁以下、罹患恶性肿瘤的成年人。按理说，这个群体不是癌症高发人群，也并非筛查重点，但全球统计却显示其发病率在上升。胃癌、肠癌整体发病趋稳甚至下降，唯独早发性病例逆势增加。

在职业早期，我们曾总结过几例成功的肝癌诊治过程，受到启发后团队坚持了 10 余年的肝癌和胆管癌早筛随访工作。对外科医生来说，用手术根治肿瘤最为痛快，即便患者不愿手术，也有多种替代方案。十年随访证明，规律监测能大幅提高早诊早治机会。按照上海医保政策，每年患者自费约 220 元即可完成 3~4 个月一次的磁共振平扫，成本并不高。

然而，临床中我们常遇到遗憾。程先生合并肝静脉癌栓，初次手术顺利，但术后未按时复查，也未接受辅助治疗，最终在复发性破裂出血时才回院救治，先后经历三次手术仍在不断复发。杨先生也有相似经历。客观上，我们已尽最大努力延长生存，但患者去世时尚不足 40 岁，家人无法释怀。

相比之下，规律随访的患者往往收获更好结果。29 岁的王女士，患较大的肝神经内分泌癌，手术后无复发生存至今 4 年半。47 岁的龚先生切除肝右叶巨大癌肿，术后做到了 3 个月复查一次，复发时是早期肝癌，局部消融根治后至今存活 7 年多。

早发性患者遭受心理冲击更大，往往需要几年时间才能接受现实。如果切除后能带瘤生存 2 年以上，心态会逐渐转向“想要好好活着”，而不是单纯延长寿命。可一旦发现即为晚期，只能依赖药物治疗，则很难达到自然寿命，患者与家属承受的身心痛苦极大。

回想自己，我也曾排斥体检，直到三十多岁才真正意识到生命的脆弱。35 岁开始每年做胸部 CT，36 岁起接受胃肠镜筛查，并提醒亲友重视肿瘤早筛。作为外科医生，我比谁都清楚：早诊早治，不是说说而已，而是每个人都要承担的健康责任。

海军军医大学第三附属医院

肝外四科 伍路

来源：《健康报》

扫一扫，“健康知识”带回家！这家医院打造智慧“健教树”

“护士，小孩发烧能吃鸡蛋吗？”“打完针回家要注意什么？”“医生，糖尿病到底该怎么防？”——每天，祁东县人民医院门诊部都能听到各种关于健康的咨询。随着健康意识的提升，公众对医学知识的需求越来越强，“健康宣讲”也成为医院服务的重要一环。如何让健康知识宣讲变得科学、高效又有趣？祁东县人民医院给出了自己的答案。

走进门诊输液室，一棵“二维码树”格外引人注目。墙上不仅有传统图文的健康宣教内容，更贴心地设置了多枚二维码，涵盖常见病防治、季节性流

行病预防、健康生活方式等内容。只要用手机一扫，就能获得相应的视频、图文讲解，还可以保存分享，随时随地学习。

这棵“健教树”会根据季节更替、患者需求进行动态更新。医院护理人员会查阅文献、结合门诊常见问题，不断丰富内容。例如最近，有患者询问“二维码里为什么没有酒精擦浴？”护理人员立刻解释：“现在已不推荐了，容易引发儿童酒精中毒。”简单几句话，就消除了误区，患者频频点头：“原来如此，长见识了。”

有位贺氏病患者家属看完心肺复苏的视频后点赞：“内

容详细，还有演示视频，我们回家还可以复习，真方便！”另一位来自乌江镇的患者也提出建议：“能不能加些家庭控盐控油、体重管理方面的知识？我们一边输液一边还能学点实用的。”护士们当场回应：“好建议，我们已经在整理，很快会上线！”

祁东县人民医院门诊部负责人表示，患者的需求就是服务的方向，不断改善就医体验，是他们持续努力的目标。在这个科技赋能的时代，医院将继续探索智能化、人性化的健康教育方式，让每一次扫码，都成为一次有温度的健康陪伴。

通讯员 龙小云 何晓晓