

# 百年天梯村今后有了专业“乡医”

## “长海马帮环湖南乡医培训计划”在桑植启动 41岁的女村民成为首名学员

■记者 龚化 潘显璇 张明阳

湖南桑植县苦竹坪乡张家湾村18位村民居住在深山谷地，靠垂直天梯进出山谷的事件由华声论坛网友爆出后，本报进行了报道（详见本报4月16日A13版）。

目前，当地政府投资20万元正在山崖间凿筑山路，同时，在湖南首个医疗公益团队“长海马帮”的倡导下，“环湖南乡医培训计划”5月3日在桑植正式启动，百年天梯村因此迎来了第一位乡村医务人员。

### 七成以上村民熬病成疾

第一次把听诊器夹在耳朵上，文谢红觉得全村18人的心跳都在她耳中回响。这种感觉并不突兀：在口口相传的七代人、近两百多年与世隔绝的村史中，这是张家湾村民第一次使用听诊器，还是以一名新科“乡医”的身份。

在她身旁，5岁小女孩刘丹咳嗽不止，鼻涕长流。因为最近的医务室在30公里外的镇上，父母翻箱倒柜找出几粒药丸让孩子服下，半个月过去了，孩子病情没有缓解，全家人都病倒了。进山的马帮医生很快得出了判断：流感。好在有准备，带来了相关药物能对症下药。



5月3日，桑植县苦竹坪乡张家湾村，来自长沙长海医院“长海马帮”的医生教乡村医生文谢红使用体温计。

得知马帮医生要进山，临村59岁的余大来5点起床，走了20多公里山路，从另一座山头翻过来。见面时，他佝偻着腰，脸色蜡黄。他已经拉了20多天肚子，马帮医生一查，肠胃炎，还好不是急性的。

在给村民做身体检查时，长海马帮的领队王保友脸色沉重：“70%以上的村民患有风湿关节方面的疾病，而这些病需

多年隐忍才会形成。”

### 全村迎来第一位乡村医生

在村民的推举下，41岁的女村民文谢红成为了长海马帮“乡医培训计划”的第一名学员。在长海马帮进山的两天内，马帮7名医生分批次向文谢红讲解了一些山村常见疾病的成因及预防、治疗方法。为了能让她更快上手，

马帮团队还现场开展了一次义诊活动。由职业医生一面现场诊治病人，一面向她讲解诊治方法及步骤。

“医者仁心，乡村医务学员想为父老乡亲们缓解痛苦、治病救人的心情是值得鼓励的。但医生不比其他职业，不允许出现偏差。”王保友告诉记者，文谢红将被邀请到长沙接受一系列业务培训，经过为期一年的培训后，她将成为张家湾村数百年来来的第一位乡村医务工作者。



详见本报4月16日A13版。

### 马帮计划

#### 遍布湖南大山

事实上，桑植天梯村只是湖南偏远山区“医荒村”的一个缩影。潜伏在它背后的，是一个个现有农村医疗体制下无法覆盖到的死角和盲点。如果把把这些死角和盲点连线成一条路，这一定是一条很难走下来的路，而长海马帮要走的，正是这样一条路。

“长海马帮”是长沙长海医院发起成立的省内首支职业医生组成的公益医疗团队，在他们的乡村医务工作者培训计划中，桑植天梯村只是起点。“未来三到五年内，我们会沿湖南边远山区走一圈，用脚步丈量这些医疗盲点和死角，尽我们的力量培训一批乡村医务工作者。”王保友向记者描述团队“丈量湖南山区，培训乡村医生”的计划。同时，他也希望团队的公益行能得到更多社会力量的支援，让更多的人关注山村医疗、关注被疾病所折磨的危困人群。

# 新妈妈初返职场谨防三大“难关”

## 如何顺利度过这个特殊阶段 来听听专家为你支招

### 重返职场差点丢了宝宝

【案例】在某广告公司任职的郑新（化名）曾流产过一次，今年年初刚怀孕2个月就出现了先兆流产，医生要求她卧床休息。考虑到自己已30岁，郑新希望这次能够保住孩子，于是立即照办。然而，才休息了一周，公司主管便要求她重返岗位，理由是郑新负责的一个重要项目正到紧要关头。迫于无奈，郑新将办公桌搬回家里，每天躺在床上打电话“遥控”下属跟进。拖了一个月，项目虽勉强完成，但郑新的孩子却被医生诊断出宫内发育迟缓，需住院治疗。

#### 支招

长沙市第三医院妇产科主任陈赛：职场准妈妈要注意劳逸结合，减少大运动量活动，保持充足休息。母亲过于紧张，可能引起胎儿的宫内发育迟缓，主要表现为胎儿各器官发育不好、生命力弱、不易成活、新生儿体重低、抵抗力弱、容易合并疾病。准妈妈要定期去医院查“宫高”，即子宫的高度，有利于及时发现胎儿宫内发育迟缓。建议检查频率为：妊娠28周以前，每月一次；28周至37周，每两周一次；37周以后，每周一次。

### 产后抑郁差点让她崩溃

【案例】高女士怀孕前在一家企业任人力资源主管，现在宝宝还不到1岁。产假结束后她回到单位，发现职务已被人替代，单位勉强给她安排了另外的岗位重新开始，但没想到到工作才3个月，就让她感到从未有过的工作和生活压力。白天，公司里的新事务和复杂的人事关系已让她焦头烂额，晚上回家要照顾哭闹的孩子，身心俱疲的她经常彻夜难眠，“现在的我是工作、生活、孩子一团糟，如果再这样下去，自己真的会崩溃。”

#### 支招

长沙市第三医院神经内科主治医师罗星：由于产后身体、职场环境、生活环境的变化，不少新手妈妈可能遭遇产后抑郁症。这个时候，新手妈妈可以建立三重沟通关系来作为自己坚强的后盾：首先是亲密关系的支持，比如丈夫、父母、密友的支持，二是相同的对象（新手妈妈团体）的支持；再则是协助对象，如果有专家和医生朋友可以随时通电话，舒缓情绪。最重要的是保持好心情，学会爱自己，学会照顾自己的身体和心情。

### 育儿分歧让她有苦难言

【案例】陈女士的儿子强强今年2岁了，可比起同龄宝宝要瘦弱矮小很多，身高不足85cm，体重不到20斤。陈女士平时工作很忙，强强的一日三餐都由婆婆负责。强强吃饭不专心还挑食，奶奶又舍不得饿他，每到吃饭时间就端着碗跟着追。因担心孩子不吃饭没营养，婆婆还准备了各种零食。陈女士说过好几次，可婆婆全当没听见。

#### 支招

长沙市第三医院儿科主任宋芳：现代妈妈与长辈的育儿分歧在所难免，可通过孩子的父亲或老人平日很信任的邻里朋友沟通育儿理念。让孩子爱上吃饭其实并不难，一是少给孩子吃零食，他饿了自然想吃东西；二是要给孩子准备一套精致有趣的餐具和餐桌，吸引他的注意力，让他和家人一起围桌吃饭，创造一个吃饭的氛围；三是变着花样给孩子做色彩鲜艳的食物，每天都有新的食物，孩子可能就会愿意吃。

### 坚强妈妈

#### 孕妇突发结核后产女 2个月后才能确定是否遗传

本报5月12日讯 母亲节前夕，26岁的株洲姑娘蒋玉珍（化名）生下了女儿，和很多妈妈不一样，蒋玉珍在怀孕8个月时诊断患有血播型肺结核，由于女儿太小，大约要2个月左右才能做胸片等检查，确认是否被“遗传”。初为人母的她目前最大的愿望，就是女儿健康平安。

“很多人都携带结核病菌，只是不发作而已。”省胸科（结核病）医院内三科主任梁珍说，“孕妇由于怀孕期间免疫力下降，给结核病菌生长提供了机会，才导致了疾病发生。”

“患血播型肺结核的孕妇，患病后会发生结核杆菌菌血症，易导致胎儿全身感染。”梁珍说，一般情况下，会建议孕妇终止妊娠。正在治疗中的结核病患者，一定要避孕；既往患有活动性肺结核者，规律抗结核治疗1-2年后，待病情稳定，方可考虑妊娠。怀孕超过3个月的孕妇可视自己意愿，在医生指导下选择适当的抗结核药物治疗，并维持妊娠。

肺结核孕妇肺功能受到很大影响，因此分娩相比较正常孕妇更艰难。顺利生产后，婴儿应在2个月后再行胸部X线等相关检查以排除肺结核。

■记者 洪雷  
实习生 马力 通讯员 杨艳

5月12日

日是母亲节，对于刚生下宝宝的新手妈妈来说，这是幸福，更是一个甜蜜的“负担”。照顾宝宝的辛苦、产后抑郁的突袭、重返职场的艰难，让新手妈妈的身体和心理猝不及防地遭遇多个“拦路虎”。如何顺利度过这个特殊的阶段，不妨来听听专家的建议。

■记者 徐焰  
通讯员 胡冰峰 代帅