

一份特殊的礼物：“社饭”

2月28日，湘西土家族苗族自治州人民医院肿瘤一科医护人员收到了一份特殊的礼物，一名患者及家属将亲手做好的10大盆香喷喷的“社饭”（指我国汉、土家、苗、侗族等民族祭祀社稷的一种食品）及配菜送到医护人员手中，以此表达他们的感激之情。

花垣县60岁李女士，2019年2月因咳嗽4个多月，被确诊为小细胞肺癌，到省级医院系统化疗及胸部颅脑放疗。当年12月因病情复发，2周期化疗后并发严重骨髓抑制，经输血等抢救性治疗1个月后，才度过危险。此时李女士肿瘤病情进一步恶化，体质虚弱，被医生告知不能耐受抗肿瘤治疗，生存期不足半年，劝回当地。抱着试一试的心态，2020年4月8日，李女士一家慕名来到湘西土家族苗族自治州人民医院肿瘤一科，求医于科主任向志碧。

小细胞肺癌是一种预后极差的肺癌类型，广泛期中位生存时间仅10个月。而患者已经

多程化疗及放疗，病情恶化，而且一般状况差，不能再耐受常规化放疗，治疗难度极大。

入院后，向志碧组织科室医疗团队对李女士的病情进行了细致分析和讨论，根据小细胞肺癌的最新研究进展，在与家属充分沟通取得理解和配合后，大胆超说明书采用国产PD-1抑制剂+单剂化疗。峰回路转，4周期治疗后，李女士病情获得有效控制，继PD-1抑制剂单药维持。

2021年11月，李女士再度出现颅内局部进展，向志碧又组织MDT团队会诊讨论，再次为她量身定制了继续原药维持+脑转移灶立体定向放疗的方案。柳暗花明，病情再次获得有效控制。2年的治疗过程，李女士不良反应轻微，生活能够自理，活动也正常了。

两年以来，该院肿瘤一科医护团队反复对李女士进行综合评估，研究、讨论、调整治疗和护理方案；主管医师杨志细心观察，耐心解答，精心处

理每一个细节变化；护士们热情服务，悉心护理，经常予以心理安抚和鼓励，让李女士充分感受到白衣天使的温暖，医患之间建立了和谐健康的感情。

“三、二、一！”在按下相机快门的一瞬间，李女士及家属和医院肿瘤一科医护人员灿烂的笑容被定格在一起，2021年11月26日，正值李女士60岁的生日，科室医护人员们为李女士献上鲜花及生日蛋糕，表达生日祝福和良好祝愿。

“还记得初入院时步履维艰，焦虑和恐惧相伴。当我住进湘西州人民医院后，看到医护人员和蔼热情地接待病人，看到一批批病人高兴地出院……这一切都增强了我战胜病魔的信心。现在我的病情得到良好控制，感谢肿瘤一科全体医护人员精心医治，你们是值得托付生命的好医生！”李女士和丈夫感动地说道。

面对这10大盆“社饭”，向志碧也深受感动，表示这样的“礼物”实在弥足珍贵。

通讯员 陆山



市州连线

体检上门·义诊暖心

本报讯(大众卫生报全媒体记者 梁湘茂) 3月3日上午，长沙县开慧镇上华山村54岁的精神残疾患者郑武(化名)空腹走进他家附近的日间照料中心——长沙县惠尔康残疾人托养服务中心参加免费体检。“这做得真的好，晓得残疾人出行不便，医务人员直接上门体检，温暖了我们的心啊！”郑武高兴地对记者说。

据了解，在长沙北部乡镇，金井、高桥、福临、开慧等乡镇均有一些肢体、精神或智力有残障的村民，他们不仅干不了活，而且经常往外跑，家属非常担心，个人健康也得不到关爱。2020年底，在开慧镇政府的统筹安排下，长沙县惠尔康残疾人托养服务中心搬到开慧镇上华山村，目前入住4个乡镇各类残疾人近50人。他们白天寄住在这里，好让家属外出做事；晚上再由家人接回去，减轻了家属的负担。

长沙县开慧镇白沙卫生院负责人表示：“体检之后，我们将全面梳理这类特殊人群的患病情况，再组织进行健康讲座，送医送药上门，让这些残疾朋友共享社会的温暖阳光。”

眼健康课·开进小学

本报讯(通讯员 何晓晓) “小朋友们，大家要注意，在读书写字时，眼睛保持离书本一尺远，胸部离课桌一个拳隙，握笔离笔尖一寸长。这‘三个一’要记清楚。我们近距离持续用眼30-40分钟之后，应休息10分钟，每次使用电子产品不超过15分钟，每天不得超过1小时。”3月1日下午，衡阳市祁东县风石堰镇花屋小学操场上传来了少年儿童近视防控健康宣教的声音。

原来，这里是祁东县卫生健康局、卫生健康系统社会组织联合党支部、张博士青少年防控门诊在举行“雷锋在身边、春风进校园”主题党日活动暨眼健康宣教课。该校学生、教师 and 所有学生家长正聚精会神地听课。祁东县青少年近视防控门诊主治医师张典元为他们开展“眼健康”公益讲座。

据悉，祁东县卫健局贯彻落实国家卫健委《“十四五”全国眼健康规划(2021-2025年)》，重视儿童青少年、老年人眼健康，开展青少年近视防控公益讲座，印发眼健康宣教教育处方，赠送眼睛按摩仪，定期组织县人民医院、县疾控中心、青少年防控门诊专家，下乡进社区，免费开展视力监测，建立屈光健康档案，受到好评。

助力高考·护航健康

本报讯(通讯员 谢春阳) 2月28日至3月1日，怀化市新晃侗族自治县中医医院启动“助力高考，护航健康”高考体检进校园活动，让考生“少跑一公里，多学一分钟”。

为保证高考体检工作顺利进行，该院全院总动员，医院医务科、护理部与后勤科等多部门联合，安排14名医生、54名护理人员、16名联络员与健康体检中心全体医务人员一起，深入新晃一中、恒雅中学、职业中专等学校及招考中心，为即将参加高考的1714名考生开展体检工作。在新冠肺炎疫情常态化防控的新形势下，该院组建专业体检团队，采取“上门+到院”的体检形式，多措并举严把考生“健康关”。体检过程中，工作人员做好体检现场考生引导、分流、维护秩序，开展测血压、眼耳鼻喉科、内科、外科常规检查等各项工作。

爱耳护耳·迎接爱耳日

3月2日，在永州市江永县思源实验学校，医护人员指导学生做耳保健操。在“全国爱耳日”即将到来之际，当地学校举办多种宣传教育活动，让孩子们了解保护耳朵的重要性，增强爱耳护耳意识，养成良好的用耳习惯。

通讯员 田如瑞 摄影报道



一面锦旗背后的故事

本报讯(通讯员 李俊俊 谢嘉) “非常感谢病室全体医务人员的悉心照顾！”3月3日，老兵李老举起右手，郑重地向娄底市中医医院十一病室医务人员行了一个军礼，以这种特别的方式表达自己的谢意，并送上了一面“医术精湛暖人心、服务周到胜亲人”的锦旗及一封感谢信。

李老是一位参加过对越自卫反击战的伤残老兵，2014

年，他不幸罹患肾癌，幸运的是在手术后病情得到了有效控制。然而，在2020年，不幸的事情再次发生在这位命运坎坷的老人身上，肾癌复发了。为寻求治疗，李老到处辗转，后经人介绍来到娄底市中医医院十一病室(中医经典/肿瘤科)住院，因肠粘粘、肠梗阻反复发作，疼痛难忍，科室根据李老病情综合分析讨论后，制定了中西医结合治疗方案：

替雷利珠单抗+安罗替尼免疫靶向联合，另予中药对症处理缓解免疫靶向药物副作用及对症处理其他并发症。同时科室主任邓子易和主治医师陈思佳随时关注李老病情变化，根据情况不断调整方案，让李老症状迅速得到缓解，现在李老病情非常稳定。

“感谢你们的精心治疗，要不然我的病情不会控制得这么好！”李老热泪盈眶地说道。

新手妈妈手腕疼，警惕患上“妈妈手”

本报讯(大众卫生报全媒体记者 梁湘茂 通讯员 蒋萍芳) 近日，长沙的张女士初为人母，对孩子的喜爱无以言表，恨不得每时每刻都把孩子捧在手心里。由于长时间抱孩子、哺乳，反复同一个姿势，几个月后她的左手腕出现了问题。张女士说：“起初还能忍受，慢慢地，越来越厉害，手腕大拇指一侧刀割样疼痛，提物也无力。”热

敷、按摩、贴膏药都没有改善，张女士来到长沙市中医医院(长沙市第八医院)南院针灸康复科就诊，接诊的医师仔细检查后，判断张女士患上了“妈妈手”。

桡骨茎突狭窄性腱鞘炎又俗称“妈妈手”，是由于位于桡骨茎突部的拇长展肌腱、拇短伸肌腱，在腱鞘内反复机械性摩擦而引起的慢性无菌性炎症。

如何预防“妈妈手”？南院针灸康复科负责人余畅介绍，妈妈们要避免长时间的抱孩子，抱宝宝的时候尽量用手臂的力量，使手腕放松，必要时使用护腕。防止过多使用拇指，不要用拇指用力做捏、推动作太久。坚持锻炼手腕，加强手腕的肌肉力量。此外还要注意手腕部的保暖，患病后要避免冷水刺激以免加重症状。