

中国(湖南)第二十批援塞拉利昂医疗队队员、衡阳市中医医院针灸推拿主治医师刘霄： 一根银针从衡阳“扎”到非洲

■本报记者 刘臻



非洲患者向刘霄竖起了大拇指

刘霄，中国（湖南）第20批援塞拉利昂的医疗队成员，2018年6月，阔别年迈的父母、年幼的孩子，跟随医疗队队友踏上了心怀大爱的援非之路。一根银针，至轻至微，却承载着医德的厚重，凝聚了她的中医梦、中国梦，践行了“一带一路，中医先行”的神圣使命。

A“东方神针”治疗疼痛有奇效

塞拉利昂地处西非，高温多雨，一年只有雨季和旱季，年平均气温约26℃。由于当地民众喜欢头顶重物搬运物品，所以颈腰痛疾患者特别多。中医针灸、推拿、拔罐等手段对治疗这些疾病有奇效，因此，在塞拉利昂甚至整个非洲，中医疗法备受推崇。援非期间，刘霄凭借其善用针法和灸法治疗颈肩腰腿痛、带状疱疹、面瘫、中风后遗症等疾病的出色技术，为当地不少患者减少了疼痛。

“There is a pain doctor, is a good doctor!”（中塞友好医院有个专治疼痛的医生，是个好医生！）刘霄所在的中塞友好医院中医门诊因治疗疼痛具有神奇疗效，也被当地群众口口相传。援非期间，刘霄为使馆人员、中资企业、医院同事及塞国民众运用传统中医方案治疗1987人次。针灸技术被当地人称为“东方神针”，她自己也被当地的病友们唤为“疼痛专家”。

多才多艺的刘霄曾多次代表援塞医疗队作为表演嘉宾参与大使馆、孔子学院主办的文艺活动。2019年1月29日，应塞拉利昂大学孔子学院的邀请，出席迎新春活动。

在登台表演之前，她发现一位当地七旬老人（Mr. Jonathan）腰腿部剧烈疼痛，行走极其困难，哪怕借助拐杖仍迈步艰难。得知他也同为表演嘉宾，但苦于疼痛恐无法登台。这时距离老人上台时间只有半个小时了。刘霄当机立断拿出自己随身携带的医疗包，在短暂的半小时里运用针灸、拔罐等传统中医疗法为其治疗，随后这位老先生症状得以改善，无需拐杖如愿登台表演。老人以及现场的当地人无不为之中医在治疗疼痛方面“立竿见影”的效果而折服，纷纷为刘霄、为神奇的中医技能竖起了大拇指。

随后，央视华人世界栏目也对此事进行了报道，此事再次擦亮了中医在海外的品牌与口碑，为中塞友谊添了一抹别样的光彩。

立秋后也得防中暑

市疾控中心专家提醒,如果出现重症中暑症状,一定要立即拨打急救电话,及时将病人送到医院救治

■本报记者 贺正香

如何才能预防中暑？

入秋之后，虽然感觉早晚清凉了，但午间依然高温暴晒，天气反复，气温甚至可能比夏天还要高，正是人们常说的“秋老虎”。在这样的天气里，从事高温作业的人员很容易中暑，市疾控中心专家提醒，一定要引起注意、重视预防。

一旦发生中暑怎么急救？

出现中暑症状时，首先要迅速从高温环境转移到阴凉通风处休息，并饮用一些含盐分的清凉饮料，如淡盐水、绿豆汤等；可在太阳穴涂抹清凉油、风油精，或服用仁丹、十滴水、藿香正气水等；如果体温升高，可用凉湿毛巾或冰袋冷敷头部、腋下及大腿根部，或用30%酒精擦浴直至皮肤发红；如果出现重症中暑症状，一定要立即拨打急救电话，及时将病人送到医院进行救治。

为什么会发生中暑？

在高温环境下，人体的体温调节

功能出现障碍，产热大于散热，体内

热量蓄积过多，引起循环系统和中枢

神经系统功能紊乱，会产生一系列中

暑症状。此外睡眠不足、过度疲劳、

精神紧张等，都是中暑常见的诱因。

中暑后有哪些症状表现？

在高温环境下，如果出现大汗、

口渴、头晕、胸闷、恶心、四肢无力

及发麻等情况，就要考虑中暑的可能。

根据症状的轻重，中暑可分为轻症中

暑和重症中暑。

轻症中暑：表现为头晕、头痛、

面色潮红、口渴、大量出汗、全身疲

乏、心悸、脉搏快速、注意力不集中、

动作不协调等症状，体温升高至

38.5℃以上。

重症中暑：包括热射病、热痉挛

和热衰竭三种类型，也可以出现混合

型。重症中暑可导致死亡。

并给出了电针、艾灸、火罐等系列中医特色疗法的治疗方案。当天经过一次电针、艾灸、火罐治疗后，患者的腰椎活动程度就有了改善，直立行走时疼痛程度较前减轻，头晕头痛也明显缓解。

由于患者的情况属于慢性病的急性发作，只靠一次治疗无法保证远期疗效，所以需要每周至少接受治疗一次。但是患者家住偏远的小镇，且家庭贫穷，这一来一回的路费也会花费不少。

考虑患者的家庭实际情况，刘霄决定“授人以鱼不如授人以渔”，先教会她的女儿如何做艾灸。对此，Kadiatu两姐妹欣然接受。刘霄便开始了现场教学，手把手地教她们如何开展艾灸以及讲授外洗方法。

回家后，Kadiatu每日遵照刘霄的方法为妈妈进行治疗，妈妈的疼痛症状一天天减轻，走路的姿势也越来越自然。

歌善舞，多次在歌舞比赛中获奖。2018年12月20日应塞拉利昂大学孔子学院的邀请，参加了第二届“塞拉好声音”中文歌曲大赛并担任评委和表演嘉宾，一曲《绿叶对根的情意》深情地唱出了其对祖国和亲人的深深眷恋之情。

在非洲一年，远离祖国亲人，生活环境、语言交流、风俗习惯与国内差别很大，困难时时刻刻存在，每当刘霄想起自己是一名光荣的援外医疗工作者，身上肩负着祖国的重托和人民的期望，顿时所有受过的委屈、经历的困难都烟消云散。每当刘霄在异国他乡听到国歌响起，内心都无比激动，自豪感和幸福感油然而生。

回首援塞拉利昂的经历，刘霄说，是援，也是缘。这其中有辛酸、有泪水、有喜悦，但更多的是收获。祖国的中医针灸技术能在塞拉利昂得到推广，是她以及所有衡阳市中医医院援非医生觉得在援非工作中最有意义的事情，因为这是在为中医梦、中国梦尽自己的绵薄之力。

热射病主要表现为：因高温引起的体温调节中枢功能障碍而产生高热，体温可高达40℃以上，早期大量出汗，继而“无汗”，伴有不同程度的意识障碍。

热痉挛主要表现为：由于大量出汗、失水失盐，人体发生电解质紊乱，引起肌肉痉挛。好发于四肢肌肉，常呈对称性，时而发作，时而缓解。患者意识清醒，体温一般正常。

热衰竭主要表现为：起病迅速，主要表现为头晕、头痛、多汗、口渴、恶心、呕吐，继而皮肤湿冷、血压下降、心律紊乱、轻度脱水，体温稍高或正常。

这些肺结核防治知识你需要知道

1.新生所做的肺结核筛查项目都一样吗？

不同阶段的新生，肺结核筛查项目不一样的，请对号入座。

南华附一

南华附一

优秀医务工作者受到表彰

本报讯（文/图 记者 贺正香 通讯员 周王艳 苏冰悦）昨日，南华附一医院举行第二届中国医师节暨2018年医疗质量与安全表彰大会。

表彰活动中，南华附一医院对医院优秀医务工作者进行颁奖，奖项内容包括“医疗质量与安全奖”“新技术新项目奖”“十佳科主任”“十佳骨干医师”“十佳青年医师”“优秀病历奖”“公共卫生事件应急处置奖”“优秀对口支援科室与个人”等。

会上，该院长彭秀达向辛勤工作在临床一线的全体医师、向为医院发展倾注了毕生心血的退休医师致以亲切问候。他表示，医师是一份精深而辛劳的职业，无论是白天黑夜，工作日亦或节假日，无论在门诊、病房、手术室、抢救室，还是在应急保障、抢险救灾现场，医师始终站在救死扶伤的最前线，竭尽全力护航生命。



表彰活动现场

注意,新生入学须筛查结核病

南华大学附属公共卫生医院（原衡阳市第三人民医院）是市级结核病唯一定点医疗机构

■本报记者 贺正香 通讯员 曹军杰 曹健

9月快到了，又是一年开学季，学校作为一个人群聚集的特殊场所，也是多种传染病的好发地。各位家长、同学，别忘了来南华大学附属公共卫生医院（原衡阳市第三人民医院）做入学新生健康体检和肺结核筛查。

要求所有入学新生接受结核病筛查

根据湖南省卫生计生委、湖南省教育厅关于印发《湖南省入学新生肺结核筛查工作实施方案》的通知，按照工作方案要求所有入学新生接受结核病筛查。南华大学附属公共卫生医院（原衡阳市第三人民医院）作为市级结核病唯一定点医疗机构，该院专门成立了“入学新生肺结核筛查小组”，以确保所有新生顺利入学。筛查对象为幼儿园、小学、初中、高中、普通高等学校入学新生。

因为学校是人员密集场所，容易发生聚集性结核病疫情，通过入学体检，尽早发现新生中的疑似患者和肺结核患者，以便及时进行确诊和治疗，防范学校肺结核发病风险，把传染源拒之校外。所以，把好入学体检关，才能维护广大师生的身体健康。南华大学附属公共卫生医院制定了相应的结核病筛查流程，对筛查中发现疑似结核病和确诊结核病患者的学生，开通就诊治疗绿色通道，与住院部实现无缝对接，提供便捷高效的诊疗一站式服务，为学生和教师的健康保驾护航。

2019年，新生入学健康体检和结核病筛查工作已经开始了，近期，陆续续续有不少家长带着孩子来到该院做入学新生健康体检和肺结核筛查。

这些肺结核防治知识你需要知道

1.新生所做的肺结核筛查项目都一样吗？

不同阶段的新生，肺结核筛查项目不一样的，请对号入座。

南华附一

南华附一

南华附一

南华附一

南华附一

南华附一

南华附一

南华附一

南华附一

南华附一

南华附一

南华附一

南华附一