

南华大学附属第一医院后勤保障部综合班班长张建军：

二十年如一日，甘做幕后英雄

■衡阳日报全媒体记者 朱嘉林 见习记者 朱希龙 通讯员 苏冰悦



张建军正在查看相关文件。

虽然没有直接参与救死扶伤的过程，但是他兢兢业业，二十年如一日，全力保障医院医疗废水、废弃物处理的正常运转，在污水检测方面从未出现任何纰漏；虽然已年近花甲，即将退休，但他初心不改、使命不移，一心想着还能医院医疗业务的开展做些什么。他就是南华大学附属第一医院后勤保障部综合班班长张建军。

平凡中有追求、平和中有责任。在他的带领下，该院水质获得了相关职能部门的一致好评。

忠于职守，用心确保医院无恙

张建军的工作主要是负责南华大学附一医院的医疗废弃物处理和医用废水处理。每天上午8时不到，张建军就会到达办公室，上岗的第一件工作就是督促工作人员以最快速度将医疗废弃物运送出去，确保早上患者们前来就诊

时，院区环境的安全与干净。这在张建军心中已经成为一条“铁律”。检查医疗废弃物间、做好消毒工作、查看污水检测数据……每天，张建军将监测的数据上报以后，都会动身前往医院的污水处理站再检查一遍。虽然医院的污水处理已经外包给专业公司，但是张建军仍旧不放心，亲力亲为，杜绝一丝一毫的纰漏。他说：“医疗机构的废水、废弃物收集处置是重要一环，关系患者和全院职工的安全，容不得疏忽，尤其在新冠病毒出现以后，更是要慎之又慎。”为了让医院对医疗废水和废弃物处理更加规范化，张建军还学习了各项相关文件。

处理医用废水和医疗废弃物，虽然不像医生和护士动手术救人一样，但是如果处理不到位，导致污染源外溢，破坏力不言而喻。张建军举例说道：“医院常用的镇痛药吗啡等药物，如果不经

过无害化处理，直接排入湘江，那么鱼类吃了以后极易引起毒物聚集，人误食以后则会导致慢性中毒，后果不堪设想。”此外，从一些传染性强的病房排出的废水处理起来也要格外小心。

去年12月，在“新十条”发布以后，张建军因身体原因刚动了手术，身体比较虚弱急需休养。正值感染高峰期，同事们接二连三地生病，他毫不犹豫回到岗位上。看着张建军坚守岗位忙碌的身影，后勤部负责人不由得心疼起来，劝说张建军再回家多休息几天。可是张建军心里清楚，如果新冠病毒感染区域的垃圾没处理好的话，极易引起交叉感染，这无疑会加重医护人员的负担。

为此，张建军主动放弃休息时间，紧跟工作节奏连轴转。南华大学附一医院自作为湖南省重大疫情基地启用以来，张建军每件事都亲力亲为，刚动完手术的 he 冒着被感染的风险穿上隔离服，为感染科废水预处理设备开机；在基地启用以后，他一直守在设备前，定时加药剂，确保设备24小时正常运转。

据了解，南华大学附一医院医用废水处理采用的是“生化处理+消毒处理”的二级处理方式。为保障在疫情期间废水经过一系列处理后，水质能够达到无害排放，张建军强忍着身体不适，每天定时巡查设备、检查药量的储备，检查消毒效果、每天的检测报告……这都是张建军每天脑海里关心的事情。虽然很辛苦，但张建军却笑着表示：“有时候忙活着忙着就会忘记自己还是个病人，但想到自己的努力能换来全院的安全，也觉得自己所做的一切都值得了！”

守好关卡，用情奋战在岗位上

守好医院医用废水处理、排放这个关卡，对于医院来说，起到了至关重要的作用，张建军这名富有经验的老同志带领南华大学附一医院后勤保障部综合

班用实际行动做到了。

“众所周知，污水里一般都会伴随着刺激性异味的产生，但不身临其境，永远无法感同身受。”张建军笑着向记者介绍，除了难闻的异味，长期处于废水废弃物处理环境还会对人体的口鼻眼产生一定的影响。话虽如此，但张建军从来没有因此退缩过，在他看来：“不能把什么事都拿去横向比较，要学会纵向比较：三百六十行，行行出状元，一个人有一份事情做，有一份稳定的工作，并且努力成为这个行业的佼佼者，那么他就是成功的。”

随着污水处理设备的更新换代，张建军也一直努力自学着，经过反复实践，最新的污水处理工艺已经深深烙在他的脑子里。前不久，污水处理设备里面的药剂出现了泄漏，肉眼可见的黄色液体一直从管道里漏出来，液体滴在水泥地板上滋滋地冒着白烟，很明显，释放的气体有很强的腐蚀性，这把一些刚来不久的员工吓坏了。而此时，经验丰富的张建军见状立马有了对策，他先是拿出水管出来反复冲洗泄漏的地方，避免腐蚀持续恶化，然后他又快速找到漏点把其补上，经过研判最后得出结论是设备保养不及时导致。事后，张建军打起十二分精神，和员工们一起分析了这次事故的缘由，尽量避免类似的事件再次发生。

张建军凭借着高度的责任感、专业的知识以及多年如一日的初心，坚守在南华大学附一医院后勤保障工作第一线，他对生活始终保持着一种积极乐观的态度，他在工作保持着高昂的斗志，用一心一意的专情奋战在自己最爱的岗位上。

在南华大学附一医院，后勤保障的英雄们往往是在幕后，在大家看不到的地方，像张建军这样的英雄还有很多，有他们在，就是医生和患者的幸福。



开学季，如何克服“适应障碍”？

市第二人民医院儿童青少年心理科副主任医师 谭夏为家长支招

■衡阳日报全媒体记者 朱嘉林 通讯员 唐翠 李微



开展户外活动。

近期，各地中小幼儿园陆续返校开学，适应障碍是很多升学学生首先面对的问题。进入一个全新的环境和生活节奏，儿童青少年心理出现各类“问题”的概率也变大，如何帮助孩子调整心态适应学习生活？当孩子出现心理问题时，家长又该如何识别应对呢？近日，记者采访了衡阳市第二人民医院儿童青少年心理科副主任医师谭夏，为家长支招。

什么是适应障碍？

适应障碍是指在明显的生活改变或环境变化时产生的，短期和轻度的烦恼状态和情绪失调，常有一定程度的行为变化等，但并不出现精神病性症状。典型的生活事件包括离婚、丧偶、失业或变换岗位、迁居、转学、患重病、经济危机、退休等，发病往往与生活事件的严重程度、个体心理素质、心理应对方式等有关。发病多在应激性生活事件发生后的1—3个月内出现。

适应障碍主要表现为情绪障碍，多见于抑郁者，如情绪低落、沮丧、失望、对一切失去兴趣，也有以紧张不安、心烦意乱、心悸、呼吸不畅等为主。其次，表现为以品行障碍为突出表现的适应障碍，多见于青少年，表现为侵犯他人的权力或违反社会道德规范的行为，如逃学、斗殴、破坏公物、说谎、离家出走、过早开始性行为等。另外，部分患者出现以躯体不适为突出表现的适应障碍，患者以躯体疼痛(主要为头、腰背、腹部)、胃肠道症状(如恶心、呕吐、便秘、腹泻)或其他身体不适为突出表现，而检查又未发现躯体有特定的疾病，症状持续不超过半年。部分患者表现为以工作、学习能力下降为突出表现的适应障碍，如患者原来工作学习能力良好，但出现工作能力下降，学习困难。此外，还表现为以社会退缩为突出表现的适应障碍，如不愿参加社交活动，不愿上学或上班，常闭门在家，但不伴抑

郁或焦虑。值得注意的是，适应障碍的症状持续一个月以上，但一般不超过半年。随着适应能力的增强，适应障碍会逐渐消退。

当孩子出现适应障碍怎么办？

谭夏介绍，近期经历了单个或多个应激事件的人群易患适应障碍，应激事件可以是突如其来的，也可以是慢性、消耗性的，如升学、降职、患疾病等，或是经历了地震、车祸、被解雇、亲属突然死亡等突发性应激事件。此外，童年时期经历过重大创伤，同时有其他心理问题的人，也有患上适应障碍的风险。

如何预防适应障碍？谭夏为广大家长支招：当孩子即将步入新环境，应该未雨绸缪，通过积极引导孩子参与社会活动，提高孩子的适应能力；在生活中，应该重视培养孩子的社交能力，让孩子在遇到困难时，学会与父母、同学沟通交流，疏导心理上的障碍，更好地融入新状态。

当孩子出现适应障碍怎么办？谭夏指出，首先，家长朋友需要改变态度，面对厌学、休学的孩子，家长要带着觉察与觉醒，无条件接纳孩子的情绪状态，同时，家长应调整自己的情绪状态，先把自己活好，父母可以学习相关的心理知识，不要动不动就说教、批判；其次，给孩子提供安全、温暖和支持的环境，保持开放的态度倾听孩子的诉求，并了解孩子经历了什么，尽量维持孩子的日常生活和活动，关注孩子的心理需求。最后，鼓励孩子向专业心理医生或心理治疗师寻求帮助。

市第二人民医院儿童青少年心理科是湖南省州市首个儿童青少年心理科，秉承“心理寄托·爱的家园”的服务宗旨，科内医护人员先后在北京、南京、杭州、广州等地参加过儿童青少年心理卫生方向的系统培训，形成了一支由多角色共同配合，具备儿童青少年心理问题评估、诊断、治疗及康复能力的医护团队。

耒阳市妇幼保健院

首例在院“试管婴儿”成功助孕分娩

衡阳日报讯（全媒体记者 朱嘉林 通讯员 王洪丽）“头几年，为了怀个宝宝，我老婆东奔西走，遭了很多罪，现在我们全家都很幸福，真是太感谢市妇幼保健院广大医护人员的精心治疗和照护，圆了我们夫妻的梦。”听到丈夫心疼自己吃苦和目前的幸福感受，产妇李梅丽又感动又心酸，不禁泪水涟涟。近日，耒阳市妇幼保健院首例在院“试管婴儿”助孕治疗成功受孕分娩。这对夫妇2021年3月来

到该院不孕不育门诊建档，在省妇幼保健院及耒阳市妇幼保健院的精心治疗照护下，于2023年2月1日下午平安分娩一健康男婴，母子均平安。

据了解，耒阳市妇幼保健院与湖南省妇幼保健院于2021年1月18日建立生殖联盟，并成立不孕不育专科，两年来，共接诊建档患者515人次，成功助孕77人，平安分娩26人，其中联盟内上转13人，试管婴儿分娩2人。

市中心医院：

福兔闹元宵 “天使”送温暖



患者及家属写下心愿卡，并粘贴到许愿墙上。

衡阳日报讯（全媒体记者 朱嘉林 通讯员 肖斌凤 易晓科）近日，市中心医院肿瘤内科一区举行了“福兔闹元宵，‘天使’送温暖”安宁疗护元宵节主题活动，让患者和家属在病房度过了一个温馨、愉悦的元宵佳节。

一大早，病区所有的医务人员和志愿者们就开始布置活动室，挂灯笼、做谜语、采购丰富多彩的奖品、摆放五颜六色的糖果。元宵节主题活动拉开帷幕，科主任唐玉成代表医护团队向患者和家属致以节日最温暖的问候，鼓励患者在抗癌路上坚定信心，相信“阴霾过后是晴天”。

在紧张、刺激、欢乐的猜灯谜活动中，患者及家属大显身手，活动室热闹非凡。志愿者们细心陪同，医护人员则为猜对灯谜的患者颁发奖品，活

动现场欢声笑语不断。

在“填新年心愿卡，为家人祈福”环节，大家热情很高，纷纷祈祷家人早日康复、祝福市中心医院越来越好。心愿墙上张贴了五彩缤纷的卡片，代表了患者和家属的美好愿望。

在一片欢声笑语中，一声声“元宵节快乐，祝您早日康复”的祝福、一碗碗甜甜的汤圆，传递着所有医护人员对患者的美好祝愿。患者纷纷表示：“今年举办的‘庆元宵、写心愿、猜灯谜、品元宵’活动让大家感受到了家的温暖，感受到了医院的关爱！”

一颗颗热气腾腾的汤圆，象征着新的一年甜甜蜜蜜，它带着衡阳市中心医院肿内一区的所有医护人员的爱与关怀，暖化了寒冬，甜到了患者心坎。

新技术带来新“镜”界

市第一人民医院消化内镜室服务能力持续提升

衡阳日报讯（全媒体记者 朱嘉林 通讯员 熊兰）今年，衡阳市第一人民医院消化内科新引入先进设备——日本富士能7000内镜系统及SP—900超声小探头，为内镜下疾病诊断及治疗提供精准诊治。

2月5日，该院消化内镜室开展了第一例超声内镜检查。患者为一位中年女性，因腹痛入院，完善胃镜检查提示为胃底多发息肉，食管粘膜下隆起，性质待定。为了进一步明确食管病变，消化内科钟志华副主任医师和王赛主治医师利用超声内镜仔细观察。因病变在距门齿18cm处，注水易引起窒息，因此决定通过水囊注水法，为患者施行了精准诊断。超声内镜检查中，检查医师利用水囊注水法观察病变部位，将微型高频超声探头安置在内镜顶端，就像是给内镜开启了“透视”功能。在内镜直接观察消化道黏膜病变的基础上，利用超声实时扫描，可获得检查脏器及周围邻近脏器的超声图像，“透视”人体管腔的层次结构、病变起源和浸润深度，甚至是周围邻近脏器的组织结构也一览无

遗。经过仔细观察，该患者食管粘膜隆起考虑为心脏外压可能性大，暂不需特殊治疗。这项新技术填补了医院在超声内镜领域的空白。

“以前遇到这种情况都会建议患者去外院完善超声内镜检查，而现在不用这么麻烦了。”该科室张晖副主任向记者介绍，今年1月，医院引进了富士能超声小探头SP—900，在扫查中清晰可见黏膜下的分层结构，可实时测量病变的距离和大小，设备操作简单，无需开关机随时更换探头，真正意义上实现了消化系统疑难疾病的精准诊断。

近年来，该院消化内科一直致力于内镜微创水平的提升，为紧跟前沿医学步伐，各种新技术在该科陆续开展。副院长、消化内科主任文进军熟练掌握内镜下各种操作及ERCP术，常态化为团队开展技能培训，通过“走出去，请进来”的方针，将医院消化内镜的服务能力带入了新境界。近些年，团队陆续抽调张晖、钟志华等多位医生前往湖南省人民医院、南方医科大学南方医院、湘雅三医院等大型医



内镜检查。

院进修学习，并带回来多项新技术，如超声内镜下检查、消化道早癌筛查、消化内镜下内痔静脉曲张套扎术、黏

膜剥离术等，为内镜下疾病诊断及治疗提供了精准诊断，为痔静脉曲张患者免除外科手术痛苦。