

止痛更治痛 患者更轻松

——记南华附二医院疼痛科及康复科主任何云武

■衡阳日报见习记者 彭静

疼痛,大部分人都有的感受,也被现代医学列为继呼吸、脉搏、血压、体温之外的第五大生命体征，它的出现常常是身体给予的重要警示，又往往被人们忽略、压抑,部分慢性疼痛患者还苦于不知去哪个科室求医,而备受折磨。2007 年原卫生部下发通知,在《医疗机构诊疗科目名录》中增加一级诊疗科目“疼痛科”,各二级以上医院可按需开设,以便对慢性疼痛进行规范化、专业化的诊断治疗。

那一年的何云武已经是南华大学附属第二医院麻醉科的副主任了,工作得心应手,业务能力广受称赞,但在听到这一新政策时,他却选择了主动打报告,申请创建疼痛科。随后的十余年里,他一头扎入其中苦心钻研,以不懈的努力打拼出了一番新天地,成为了业内颇有名望的“止痛圣手”。

跨界：敢为人先,做新领域开拓者

谈及缘何选择跳出自己的舒适圈,走一条注定充满挑战的路。何云武说一方面是职责所在,在慢性疼痛治疗上人民有需求、技术有缺口,作为医生应该要迎难而上,去帮助那些被疼痛折磨的患者,另一方面,当时的一个患者是重要契机。

患者王某因直肠癌晚期住进了医院的普外科,科室主任请来何云武会诊,还没等靠近病房,一声接一声因疼痛而克制不住的哀嚎就传入了耳中,凄厉刺耳的叫声敲击着每一位在场医护人员的心。

“我想了许多办法,极大地缓解

了患者的疼痛。”何云武如是说。

一周后,王某就因病不幸逝世,但其家属还是特意找到何云武表示感谢,因为他的治疗让患者在最后的时光没有因疼痛而受折磨。至此,何云武坚定了自己想要解除患者疼痛的脚步,踏上了新的征程。

万事总是开头难,疼痛科当时在全国医疗界都是比较新的科室,如何做好这份事业?壮志满怀的何云武也遇到过不少难题,所以那时只要有空他就到全国各地的医院学习相关知识,深圳南山医院、南昌大学附属医院、北京宣武医院……哪里有好处的、能解决疼痛的技术手段,他的身影就会出现哪里。

“有一次我听说江苏省下面一个乡镇卫生院的小针刀技术十分突出,我就抽空自费过去学习了。”何云武说,那时候网络还没有现在这么发达,想要学技术就必须去到当地医院,自己“厚脸皮”地跟着、看着、揣摩着。一路走来,何云武也挨了不少冷脸,有时候,为了有更直观的感受,他主动跟随外科医生上台当助手,了解不同的手术进程。

但这些困难从未动摇过何云武,他总是急患者之所急,解患者之所需。因颈肩腰腿痛就诊率高,他就学习所有相关的治疗方法,当相关的微创介入手术刚刚出现时,他便立刻奔赴山东、重庆等多地学习,自 2010 年在湖南地区率先开展脊柱内镜手术治疗并于 2014 年完成了湖南省内第一台颈椎脊柱内镜手术。

“我们这个科室的医生要有非常

广的知识面,因为疼痛可能由多种原因引起,骨科、风湿科、神经内科、泌尿科、妇产科等知识你都要了解,所以必须不断学习。”何云武说科室的医生通常都是“百科通”,不仅要能准确判断病因,还要知晓相应的治疗手段。药物、理疗、针灸、微创介入、开放性手术……只要是能够解决疼痛的技术,这里的医护人员就都需要学习。

在不懈努力下,南华附二医院的疼痛科从一开始的两张病床,逐渐壮大到现在的规模,这些年来也治愈了不少患者的顽疾。“真的太感谢你们了,这个病折磨我多年了,现在终于能够睡个好觉了。”患者张某在科室里紧握着医护人员的手,眼含热泪地连连道谢。据了解,张某因患带状疱疹而产生了后遗神经痛,这一痛就是 30 年,期间他辗转多个医院就诊都无法解决。

“当时患者才 50 多岁,但头发已经全部掉光了。”何云武说张某因疼痛夜夜难眠,生活质量极差,初次就诊时神情十分萎靡。好在经过神经调控治疗后,张某的情况出现了明显的好转,疼痛被较好地控制,生活也逐渐回到了正轨。

“疼痛本身就是病,对于这份来自身体的提醒,我们需要多加关注。”何云武说现在越来越多的医院开始重视对疼痛的治疗,这一新领域的医疗力量逐渐壮大,也为广大患者带去了更多的福祉。

国界:赴万里路,援非的医学“多面手”

2021 年底,何云武再次面临从医生涯的重要抉择,此时的他已经 50 岁

了,孩子正在读高二,父亲身体状况也不佳,但他仍然选择了挑起重任,成为了中国(湖南)第 23 批援塞拉利昂医疗队中年龄最大的队员,在疫情下逆行万里,远赴非洲大陆。

“一开始也没想那么多,作为一名医生救死扶伤是我的职责,国家和组织给予这份重托,是一种信任,我义不容辞。”何云武说援非医疗由来已久,这是中国作为大国的担当,对个人而言这是挑战,也是一段精彩的经历。

虽然在去之前何云武已经做好了充足的准备,但实际的情况比他预想的还要差上许多。“医院药品和器械管理混乱,医疗环境还比不上国内一些乡镇卫生院。因设备匮乏,很多常规的检查都做不了,难以准确判断病情,救治的难度也大大增加。”何云武说,除了医疗物资,医护人员在这里同样缺乏,有时整个流程的医务工作会全部堆在看诊医生的身上。很多国内常见的治疗在这里甚至是第一次开展。

“当地没有正规专业的麻醉医生,当时有孕产妇来寻求帮助,我们成功在那里开展了第一例无痛分娩。”据何云武回忆,产妇王女士是中国人,与爱人 10 来年前到塞拉利昂打拼,因为对疼痛忍耐力较低,一胎生产经历又过于痛苦,她对此一直心有余悸。但当时受新冠疫情影响,二胎产期临近时回国的航班却熔断了。王女士在万分焦灼中找到了医疗队。

何云武和同事们克服了场地简陋、设施陈旧、药品品种单一的多重困难,顺利地完硬膜外穿刺后,在产妇的背部植入了一个细细的导管,通过这个导



管给予镇痛药物,王女士生产的疼痛程度明显降了下来,心情也放松了,整个产程很顺利。

随着嘹亮的哭声,一个健康的宝宝呱呱落地,新生命所带来的希望点亮了在场每个人的笑容。塞方的医务人员目睹整个分娩过程后,更是觉得大为惊奇。

授人以鱼不如授人以渔,何云武就此精心准备了 PPT,决定以教学的方式实际提升当地医院的麻醉水平。“当时有人劝我,就待一年,闷头做临床工作就好,何必还费力搞教学?但我想如果能够带出一批医生,那未来可以帮助到更多患者,也是真正留下了带不走的医生。”何云武说站在讲台上的那一刻仿佛回到了南华附二的课堂,下面坐着的都是他的本科生、研究生。经过三四次授课,当地医护人员对麻醉手术治疗有了更清晰、更深入的认知。在实际工作中,何云武更是手把手地带塞方医护

人员进行操作。

援非过程有苦有难吗?答案是肯定的,不同的语言、风俗习惯、生活环境都是不小的挑战,还要时刻防范自己感染在非洲肆虐的疟疾等传染病。援非过程有喜有乐吗?答案也是肯定的,临近离别时,当地居民为他们穿上了最隆重的服装,跳起了传统的舞蹈,送上了带有国旗、姓名、照片和感谢的手工作牌,一遍又一遍地说着谢谢,当地的医生还说来有机会一定要到中国来学习。

大医精诚,是医术上的专精,是医德上的真诚;医道无界,是敢于突破科室界限开拓新领域,是敢于飞跃国界给予无私的帮助。何云武说当年学医颇有些阴差阳错。但在这条路上他没有一日懈怠过,对医学,他刻苦钻研;对患者,他友善仁爱;对学生,他倾囊相授。穿上这身白衣的他就像是无坚不摧的战士,能够缓解患者的疼痛,也让患者拥有不断冲锋向前的勇气和力量。

健康

JIAN KANG

责编/朱嘉林 校对/刘丽花 版式/雷俊

良好睡眠 健康同行

南华医院汤永红教授团队到市第四人民医院开展科普知识宣讲



举一反三 立行立改

市巩卫办深入南岳区进行现场督导

衡阳日报讯(通讯员 宁定忠)

为确保反馈问题对标对表按时限落实整改到位,8月17日下午,衡阳市巩卫办督导组一行深入南岳区对国家卫生城市复审暗访评估反馈问题的整改落实情况进行现场督导。

督导组先后深入南岳区集贸市场等国家卫生城市复审暗访评估中反馈的问题项目和区域,对其整改落实情况进行逐一认真核对,并以点带面、举一反三在巩卫常态化管理工作中存在的问题提出了整改建议和措施。在督导中发现,南岳区在持续开展巩卫工作的基础上,针对巩卫复审暗访评估组反馈辖区内的的问题,能迅速组织认真摸排,梳理分类,很快确定了问题具体点位和落实整改责任单位,并快速对照问题

清单以图文并茂书面交办函的形式,发至相关责任部门和单位,明确了专人负责,并举一反三立行立改,相关街道和单位能积极协调配合。通过采取跟踪督导的方式,对交办问题整改情况及时跟踪督导,提出整改标准和建议,确保问题整改落到实处,收到实效。

衡阳市巩卫办相关负责人在督导现场指出,南岳区要打造一个干净、整洁、文明、舒适的城市环境,从而吸引更多的国内外游客到衡阳观光旅游;要动员市民群众积极参与和支持市容环境和旅游环境整治,不断改善市容市貌,提高居民文明卫生素质和健康素养,打造旅游品牌,让“干净”成为衡阳最有力的城市形象和城市魅力。

秋燥当季 食补以润

■唐众(博士,湖南中医药大学第一附属医院乳腺科主治医师)

“燥”是中医病因学中外感六淫之一,燥为秋季当令之气,故又名“秋燥”。中医认为,燥为干涩之病邪,侵犯人体,最易损伤津液,出现各种干燥、涩滞的症状;而肺为娇脏,喜清润而恶燥,肺喜欢潮湿而不喜欢干燥的环境,气候或环境炎热干燥时,肺气就会失去津润,进而宣发与肃降的功能受到影响,出现干咳少痰、鼻咽干燥,唇干口渴等肺燥的症状。肺主皮毛,燥邪导致皮肤和毛发失去了滋润,出现皮肤干涩、毛发枯燥等。并且,由于肺与大肠相表里,肺津耗伤,大肠失润,传导失司,还可出现大便秘干燥等症状。因此,秋季要特别注重防燥养肺。

根据中医五行理论,白色入肺经,因此,中医药膳学指出,秋季可

多食莲藕、百合、白萝卜、山药、银耳、白果、梨、莲子、马蹄等滋补柔润的“白色蔬果”,可以起到清热生津、滋润润肺的作用,让人从内到外都润起来;还可以做冰糖雪梨羹、银耳百合莲子汤、白萝卜鲫鱼汤、白果老鸭汤等家常养生膳食来起到润燥养肺的作用。石斛、枸杞、菊花、决明子等中药有滋阴养肝、清肝明目的功效,如果出现眼睛干涩不适,可以用这些药材泡茶喝。

《黄帝内经·素问》中有云:“秋气之应,养收之道也。”辛味发散泻肺气,酸味主收降肺气。诸如姜、葱、蒜、韭菜、辣椒、胡椒之品辛香宣燥而伤肺,在秋季不宜多食,若仅作为烹饪配料,酌情少许亦无不可。诸如乌梅、山楂、杨桃、苹果、柚子等酸润生津之品可适当多食,润肺酸收,使肺气平和。



勇担健康使命 铸就时代新功

市第一人民医院举行第六个中国医师节庆祝表彰大会

衡阳日报讯(全媒体记者 朱嘉林)

今年8月19日是第六个中国医师节。为展示新时代医师精神风貌,全面推进卓越服务能力,8月19日上午,衡阳市第一人民医院举行“勇担健康使命 铸就时代新功”第六个中国医师节庆祝表彰大会,对一批医德高尚、医技精湛的优秀医务工作者进行表彰。

表彰大会上宣读了表彰决定:

9个先进集体、48名先进个人以及在各类比赛中获奖的优秀团队和个人获得表彰。大会对“芙蓉杯第一届教学比赛”、“展示科室品牌 助力医院发展”PPT演讲比赛、“病例书写比赛”的获奖者和31名“优秀医务工作者”、10名“优秀管理者”、7名“从医三十年特别贡献奖”等获奖代表进行现场颁奖。

衡阳县庆祝第六届“中国医师节”
90名好医生受表彰

衡阳日报讯(通讯员 胡小敏)8月18日,衡阳县举行庆祝第六届“8·19中国医师节”大会,34名“衡阳县好医生”,36名“衡阳县优秀医务工作者”,20名“衡阳县优秀乡村医生”受到表彰。

表彰中,有深耕医疗战线二十年的老黄牛,有在专业领域中获得技术突破的医疗尖兵,也有在医风医德方面人人敬仰的杏林高手,他们在各自的岗位上用医者仁心书写济世文章。“作为一名乡村医生,我们是离群众最近的医务工作者,我们也将不断提高自己的技术水平,快速有效做好基层服务,当好

老百姓的健康守门人。”衡阳县界牌镇界牌村卫生室医生王少青说。

会议指出,长期以来,全县广大医师践行人民至上、生命至上的理念,在深化医改、疾病预防、全民健康、乡村振兴、疫情防控等方面作出了突出贡献,交出了一份写满奋斗、拼搏的合格答卷。希望广大医师们坚定不移贯彻以人民健康为中心的发展理念,“医”心向党、踔厉奋发,埋头苦干、勇攀高峰,在健康中国、健康衡阳县的新征程上续写新篇章、创造新辉煌,为建设现代化新衡阳县贡献卫健力量。