

关注健康热点，传递养生观念，聚焦疾病防治

热线 86901890



市中医院针推科里有故事 他是温暖病患的一剂良药

本报记者 朱丹君

在市中医院治未病中心，经常能见到一些身穿墨蓝衣服的志愿者，他们穿梭在人群中，热心地搀扶患者就诊，主动询问是否需要帮助。这些志愿者中，有几位身份比较特殊，他们原先都是病人。

医者仁心，大爱无疆。医生自己身体不照顾好，最大的损失是病人。因此，患者治愈后主动请缨，到医院做起了志愿者，既分担了医生繁忙的工作，又宽慰了患者焦急的心。

他是 患者心中的精灵，饭凉了也顾不上吃

近日，患者 天亮 写了一篇《针推科里有故事》的文章，详细记录了她在针推科里的所见所闻，在朋友圈引发广泛关注。天亮 是一位热心的阿姨，在她笔下，有一位 患者心中的精灵。

这位 精灵 就是市中医院针推科副主任医师王敏。王敏从医十来年，由于敬业爱岗，认真耐心态度好，赢得了四坊八邻的交口称赞。经大伙儿口口相传后，请他诊疗的患者越来越多。

按照医院的规定，上午的门诊

时间是8时至11时。但是，考虑到患者需求，王敏总是7时就到岗位了，一直忙到下午2时才能下班。外卖送来凉了也顾不上吃，每次总是病人敦促他赶紧吃饭。一天工作下来，王医生的手都在发抖，连病人看了也心疼。天亮 说。

王医生的工作实在是太忙了。治未病中心的蔡护士长，跟王敏一起工作多年，每次门诊结束，他都是最后一个走的。等赶到食堂，吃的也是冷掉的饭菜。匆匆扒几口，又立马回到诊室忙碌。

不少病人是特意从石塘、松门、箬横等地赶过来，也不好让他们干等着。王敏告诉记者，作为一名医生，他知道按时吃饭、作息规律的重要性，但是碰到焦急的患者，他往往只能放弃自己的休息时间。

从患者转为志愿者， 到医院做点有益的事

我身体不太好，这些年都是找王医生调理的。陈阿姨是王敏的老病人。每次来，我发现门诊病人特别多，王医生总是忙得团团转。陈阿姨说，王医生对病人很好，他总是想方设法解除患者的病痛。

忙、苦，这是陈阿姨对医生职业的客观感受。那时，我开玩笑说，如果身体调理好，就来医院当义工。没想到，在王敏的精心治疗下，陈阿姨的身体逐渐好转，她便兑现诺言，真的到医院来当义工。

如今，陈阿姨每周会抽出两天时间到针推科帮忙。我们治不了病，但是多宽慰病人，跟他们唠唠嗑也是好的。陈阿姨很热心，见到没吃饭的老人，还会主动买一些点心给他们。

陈阿姨说，在忙碌的工作结束后，我看到王医生瘫坐在椅子上，连走路的力气都没有，真觉得心疼。

一些患者因为平时上班出不来，王医生还特意安排了周六上午门诊。这一点一滴，都被患者看在眼里，对他也更加钦佩。目前，陈阿姨已经坚持在医院做了一年多的志愿者。之前，王医生在南屏院区坐诊，现在又到治未病中心。陈阿姨都是一路跟随。

开设 敏医健康群，帮助更多的人拥有健康

每个周五下午3时，治未病中心都是一派忙碌的场景。虽然工作很忙碌，但王敏做事很有耐心。这么多

年，练出来了。王敏动作很利索，找准穴位，就开始下针，然后调整扎针的深度。一位头发花白的老婆婆正在做拔罐，和他交流近段时间的身体状况。

医生，我腰痛能做推拿吗？有什么注意事项？在工作之余，王敏还在微信上开设了 敏医健康群，帮助患者解答健康方面的咨询。患者有不懂的事，我都主动把自己的微信号给他们，让他们在群里交流。如今，两个群里有300多名患者和家属在上面交流。

采访当天，王敏也没有闲着，他从一个诊间转移到另一个诊间，连片刻停歇的时间都挤不出来。谢谢王医生，你辛苦了。不辛苦，回家要好好休息。医生，我颈椎不舒服，腰部也很痛。我看看。

你周六上班吗？周六上午在。因为平易近人，加上责任心强，王敏跟不少患者成了朋友。

把患者的病看好，比什么都强。王敏表示，能够给患者带来健康，这是他从医的梦想和追求。有时治愈，常常帮助，总是安慰。说起志愿者的事，王敏非常感谢他们的无私付出，患者病愈后主动加入志愿者队伍，这也是对我们工作的一种肯定。

正确自我理解与判断 青春期也可以不烦恼

本报讯（通讯员周悦纳）12月17日下午，市第一人民医院心理卫生科医生翁小娟来到市锦园小学，为五年级（3）班的小朋友上了一堂生动的《走进青春期》一课。

同学们想一想，进入五年级以来，我们和周围同学的身体都发生了哪些变化？我们心里的想法和过去有什么不一样呢？当翁小娟向同学们提问后，有几名小同学踊跃地把自己的想法说了出来，我长个子了！我的声音变了。妈妈告诉我这是发育的过程。听到大家的发言，翁小娟了解到他们都对青春期有些许了解，但当被问到在进入青春期后该如何面对，大家也困惑了。

于是，从心理变化角度，翁小娟继续耐心地给大家解答了青春期的

变化原因，女孩子男孩子出现第二性征后，同学之间应该如何相处，怎样学会尊重彼此和保护自己的隐私等。另外，从心理健康教育方面，翁小娟还用案例分析告诉大家，在青春期应如何正确地进行自我理解与判断等。短短一节课，让许多同学对青春概念和心理特点有了初步的认识。

翁小娟介绍，女孩子10岁~18岁进入青春期，男孩子则一般晚两年，加上近年来由于生活水平不断提高，儿童在学习中获得的信息知识渠道也更广，孩子的学习能力很强，对他们的青春期教育和性教育越早，他们就能尽快形成初步认识，在青春期到来时，也更容易积极面对各自身体和心理带来的变化。



沪杭中医护理专家相约市中医院 临床推广灸法适宜技术

本报讯（通讯员张香云）12月8日至9日，市中医院举办2018年浙江省中医药继续教育项目《基层医院灸法适宜技术临床应用培训班》暨台州市继教《灸法学术研讨会暨中医护理适

宜技术推广培训班》。来自全省157名护理骨干参加此次省继教培训，全市84名学员参加此次台州市级继教培训。

上海中医药大学附属龙华医院周文琴、张华春、徐敏，湖

州市中医院朱炜，温岭市中医院王敏等分别作了主题讲课。市中医院护理部负责人作了护理创新实务介绍，说护理工作必须在创新中不断发展完善，更好地满足时代和病患的新需

求。

本次学习班除了系统的理论授课，同时采取工作坊形式，由市中医院治未病中心蔡鸿敏护士长、中医骨干护士仇慧慧、王羽进行实践演示。

省第五批非公立医疗机构 临床特色学科名单公布

台州骨伤医院运动医学科入选 ,台州唯一

本报讯（记者朱丹君 通讯员张灵峰）近日，省卫生健康委办公室公布了省第五批非公立医疗机构临床特色学科名单，台州骨伤医院申报的运动医学科成功入选。据悉，台州市仅此一家医疗机构上榜。

记者了解到，临床特色学科建设面向省内非公立医疗机构，按照优势突出、特色鲜明、服务优良的建设要求，在全省重点扶持一批具有一定创新能力和较强服务能力的临床特色学科，作为浙江省医学重点学科体系建设的重要内容。

这个荣誉来之不易，是对我们科室最大的肯定和鼓舞。该院运动医学科带头人郭翱说，前期经过网上申报、现场PPT汇报、专家考核评审等重重把关，最终从上报的20多个科室中脱颖而出。

台州骨伤医院运动医学科于2012年年底组建，在2013年正式开始运行，是台州骨伤医院最年轻的临床科室。运动医学科是一门公认的充满活力和机会、具有挑战性的临床医学，它将骨科学、运动医学、微创技术和康复医学密切结合。

科室成立后，我们就与上海华山医院运动医学中心陈世益教授团队建立了密切合作。郭翱说，每个月他们都会来院坐诊，并到病房指导临床工作，共同探讨疑难疾病的诊疗方案，使医院的学科建设和整体技术水平得到了大幅提高。

另外，台州骨伤医院还非常注重团队建设和人才梯队培养。经过5年的学科初步建设，我们将迎来新的发展历程。郭翱表示，在今后的工作中，将继续加强人才培养，大力引进和开发新技术、新项目，从申办继续教育、申报课题、发表论文、提供赛事保障服务等方面着手，努力完成学科预期成果和考核目标，推广运动医学科进一步发展壮大。

记者了解到，此次入选的临床特色学科，在专科能力、医疗技术、学科团队、运行机制等方面都经过层层考核。作为我省重点扶植的特色学科，3年建设期中，他们将与公立医院的重点学科享受同等待遇，纳入浙江省重点学科体系。

带上相机 一起逛这幢 鲁班奖 建筑

本报讯（记者朱丹君 通讯员王凌云）爱摄影的小伙伴过来！从12月6日起，市一院推出 奋进新时代，美丽新医院 照片征集活动。本次活动截至1月10日，优秀作品一经录用，奖励300元，还将在院内墙面上署名展示。

在镜头里，医院处处是美景。它以庞大的体量、独特的建筑风格，成为城市一处亮丽的风景。在环境建设上，医院秉承 以人为本 亲近自然 融入社会 的理念，开放式的院区与城市景观绿化带融为一体。近期，市医疗中心医疗综合楼还获得我市建筑行业工程最高荣誉奖 建设工程鲁班奖。

今年以来，市一院提出了要创建 平安、健康、绿色、无烟、无痛 的美丽医院的五大目标。通过加强医院的环境综合整治，提升员工的人文修养等，努力营造温馨有序的诊疗环境。在优质服务提升过程中，将开设院内特色医疗服务，提供 共享 智能轮椅、建立妈咪暖心小屋等系列活动，铸就优质服务品质。

此次活动旨在大力弘扬社会主义核心价值观，围绕 奋进新时代，美丽新医院 主题，鼓励广大医务人员和市民用镜头拍摄 美丽新医院，记录呈现心目中的最美医者，展现医务工作者 不忘初心，牢记使命 的感动瞬间和精彩故事。

本次照片征集要求单张照和组照（每组不超过4幅，需标明顺序号），照片大小不小于3M；除影调处理外，不得利用电脑和暗房技术擅自改变影像原貌。作品必须是本人原创作品，纪实类照片内容须真实合法，作品中出现人物肖像权等法律问题，均由投稿者自行协调。

摄影作品可发送至40580318@qq.com进行投稿，邮件标题请注明 摄影作品投稿 字样，并附送作品标题、拍摄地点、时间以及作者信息（姓名、联系电话等）。具体可与该院文化与网络传播中心联系。

