



市一院曹海涛入选台州“500精英计划”创新人才

医者担当，托起患者们“心”的希望

记者 朱丹君 通讯员 潘宇琪 文/图

每逢春节团圆时，医院会迎来心血管疾病患者就诊小高峰。“心血管疾病，原本是中老年人群的常见病。加上春节亲友相聚，持续低温天气、进食油腻、饮酒过量、情绪激动等都会成为诱发因素。”对于温岭市第一人民医院重症监护科主任、心血管内科博士曹海涛来说，春节就像每个工作日一样平常，甚至是一段更为忙碌的日子。

“照顾好每位患者，看着他们痊愈出院，这是我们的责任。”春节期间，曹海涛带领科室团队，始终坚守在工作岗位。从黎明到深夜，十多个小时的坚守，一台台手术圆满成功，一位位患者迎来“心”生的希望，心内科医护人员用节日的坚守践行了医者的担当。

跨越千里，从西到东的求学从医路

“希望能够发挥自己的优势，在临床和科研上做出更大的贡献。”2021年3月，曹海涛作为高层次人才，来到温岭市第一人民医院工作。从新疆到常州再到温岭，曹海涛在追求梦想的道路上一路向前。

“医学没有止境。”这是一位刻苦勤勉的医生。曹海涛出生于新疆，2004年，他攻读心内科硕士研究生，后被分配至新疆维吾尔自治区中医院心内科工作。2008年，他攻读心内科博士研究生，2011年来到常州市第二医院工作。

2020年，曹海涛结束博士后工作，恰巧温岭市第一人民医院在寻求优秀的高层次人才，并向他抛出了“橄榄枝”。“温岭是一个县市级城市，但是人口基数大，医院胸痛中心的发展势头也比较强劲，在这里我可以发挥所长，救治更多的患者。”一番考虑后，曹海涛来到了离家数千公里的温岭工作。

据介绍，温岭市第一人民医院胸痛中心于2020年通过中国胸痛中心标准版认证。该院还与5家基层医院建立协作医院，通过微信、电话等远程传输机制，对周边地区形成了全覆盖

的胸痛协同救治网。

“特别感谢家人的理解与支持，他们尊重并支持着我的每一个决定。”曹海涛说，他的大女儿即将面临高考，但是因为疫情和工作安排，他一直没时间陪伴孩子。春节期间，曹海涛也没有回家，仍然坚守在工作岗位上。

以医院为家，用优质的技术服务患者

心血管病发病率高、死亡率高、复发率高、并发症多，对健康危害极为严重，特别是急性心肌梗死，往往来势凶猛。心内科的医生，往往被形容成“与死神赛跑抢时间”。

前段时间，医院收治了一名80多岁的心肌梗死患者，病情危重且复杂。冠脉造影术中显示有血管达80%的狭窄程度，曹海涛和同事联手施行手术，最终让患者转危为安。

“很多老人有病通常都忍着，等病情十分严重了才来医院，这时抢救风险就大了。”曹海涛从事心血管内科工作20余年，曾在北京安贞心血管病医院、北京协和医院等进修学习，在心血管疾病的诊疗方面积累了丰富的临床经验。

“我们全力以赴与时间赛跑，靠的是整个团队的过硬本领和敢拼敢赢的精神。”到温岭市第一人民医院工作后，曹海涛就住在医院的人才公寓里，睡梦中接到急救电话，这是常有的事，但他没有一句怨言，都能在第一时间赶到现场进行救治。

“我负责治病，而你，只负责相信我。”半年前，当生命垂危的复杂冠脉疾病患者张大伯，听到曹海涛说的这句话时，一颗原本慌乱不已的心，瞬间被安抚了下来。张大伯患有较为严重的冠心病，曾几进几出重症监护室。没想到，在曹海涛和科室团队的共同努力下

力下，张大伯的身体竟然有明显好转。

“我很喜欢医生这个职业，看着原本生命垂危的患者能获得新生，健康康地从医院走出去，这份成就是无法用语言表达出来的。”曹海涛谦逊和气，讲话温文尔雅，沉稳的性格让人不自觉地信服他。

深耕教研，以点带面推动心内科整体发展

曹海涛是温州医科大学硕士生导师、南京医科大学副教授、大连医科大学硕士生导师、蚌埠医学院硕士生导师、江苏省重点学科带头人。此外，他还拥有多个学会委员和中国高血压达标中心鉴定专家等称号。

“科教研究工作很多是相通的，作为学生导师，我要让医学生接受科学的思维训练，树立严谨务实的精神和态度。”曹海涛说，他要引领科室发展，助力医院医教研取得更大突破。

工作期间，曹海涛还曾参与国家自然科学基金项目1项（排名第二），目前主持省卫计委科研课题1项、参与国家自然科学基金项目1项（排名第二），在国际期刊上发表SCI论文4篇，在中华系列杂志、国

家核心期刊及省级杂志上发表医学论文十余篇。

近期，曹海涛还成功入选2021年度台州市“500精英计划”创业创新人才。“这是对我的一种肯定，更是一种鞭策。”曹海涛说，要提高心内科救治水平，需要引入心脏介入高精尖的微创技术、射频消融技术等，为每一台手术的顺利完成保驾护航。

“温岭是个好地方，海边很漂亮，有时间我要带家人到处走走、看看。”到温岭市第一人民医院工作以来，曹海涛外出游玩的机会不多，但是为数不多的几次游玩经历，却给他留下了深刻的印象。

谈到未来，曹海涛希望通过自己的努力，让更多人关注心血管疾病，让更多医务工作者加入到心血管疾病的预防、治疗和康复的领域中。未来，他将带领整个科室团队，托起患者们“心”的希望。



蒲公英慈善基金 温暖贫困肿瘤患者 >>>

“慢慢将治病的钱还了，日子会好起来的”

本报讯（记者朱丹君 通讯员张芮）“这笔慈善基金领到了，可以安心过个年了。”五六个月前，家住新河镇的李阿姨，在台州市肿瘤医院接受了结肠切除术。李阿姨一家是低保户，夫妻两人身体都不太好。得知情况后，医院医生主动为他们申请了蒲公英慈善基金。

“报销后，自费部分的医药费是9000多元，没想到能领到医院6000元的慈善基金。”李阿姨的老伴欢欣不已，“我们治病的钱，全靠亲戚朋友帮

忙筹集的，现在领到慈善基金后，我打算先把这笔治病的钱慢慢还了。”

2020年5月，李阿姨发现右乳房有肿块，后被确诊为乳腺癌，做了切除根治手术。2021年上半年，因为李阿姨平时大便不太好，还经常出现肚子痛等症状，正好村里在组织开展结肠癌筛查，李阿姨就在台州市肿瘤医院免费做了个肠镜，没想到被确诊为结肠癌。

“幸好发现得早，诊断结果是结肠癌一期，不用接受化疗治疗。其实，若

是要做化疗，我们也承担不起。”63岁的李阿姨告诉记者，她老伴今年70多岁了，两人膝下只有一个女儿。早些年，老伴做小时摔下来，肋骨摔断了，之后身体就一直不太好，“他还患有肾结石、痛风等毛病，平时干不了重活。”

失去了经济来源后，两个老人平时生病了也拖着。“这两年，我们两人的手术治疗费用就花了三四万元，不少是借来的。”李阿姨说，这两年的治疗费用，幸好有亲戚朋友的支持、村里帮扶，她才坚持下来。

春节暴饮暴食、熬夜追剧……小心“假日后综合征”！

节后要练好“收心本领”，多晒太阳、多运动

记者 朱丹君 通讯员 周悦纳

春节长假一晃就过去了，市民们也开始进入忙碌的工作状态，但不少人并没有从熬夜、暴饮暴食的假期状态中调整过来，出现了情绪低落、沮丧疲倦等症状，患上不同程度的“节后综合征”。

不是在牌桌就是在酒桌，小陈被诊断为“抑郁状态”

“上了两天班，还是没感觉，注意力不集中，频频出错，晚上也睡不着觉。”正月初十，小陈在妻子的陪同下，来到温岭市第一人民医院心理卫生科门诊。小陈平时工作能力不错，反应挺快的。但是，走进医生诊间的小陈，眼神有些呆滞。

据小陈妻子说，去年他们刚结婚，年前请了假，去娘家过年。腊月廿五，小陈便向公司请了假随妻子回了家。白天，他和三叔四舅、七姑八姨一起打牌，晚上陪丈人喝酒。从腊月廿五到正月初五，小陈不是在牌桌，就是在酒桌

度过。

“这十天，我摸的牌、喝的酒比前三十年加起来还要多。”春节期间，小陈不思睡眠，只想让妻子的家人开心。正月初七，小陈开始上班后，身体明显处于疲劳状态，工作效率不高，而且频频出错。

经过心理医生的晤谈及心理量表的测评，小陈被诊断为“抑郁状态”。对此，温岭市第一人民医院心理卫生科主任周朝昀医师认为，小陈的症状具有“情绪低落、兴趣减退、易疲劳”的特点，但是并不属于传统意义上的抑郁症，因为小陈的症状继发于春节假期后，属于“假日后综合征”。

“春节期间，很多人会被繁忙的社交活动和旅游填满，这是一个高能量的时期。”周朝昀分析，不少人会比较平时享受更多的食物和饮料。由于酒精是一种镇静剂，它会在心理上拖累我们，而丰富的食物会拖累我们的身体。加上不断经历追剧熬夜、玩游戏，无法让身心好好休息。所以，当春节结束后，人们往往很难回到工作的最佳状态。

对于工作适应不良，会伴随失望和失落的感觉，会导致类似于抑郁症的症状出现，包括悲伤和/或焦虑的感觉、疲劳或烦躁、入睡困难或比平时睡得更多、食欲增加或减少、难以集中注意力等。

如何应对“节后综合征”？关键是练好“收心本领”

“如果出现‘节后综合征’的症状，需要做出一些调整，让身体尽快回归正常轨道，以免造成持续影响。”周朝昀说，人们休假后立刻投入紧张的工作，会增加焦虑感。对此，他建议，大家在上班前对一周的工作做好计划，通过循序渐进的方式逐步增加工作量，给自己一个缓冲调整的时间。

其次，要积极调节生物钟，做到起居有序。“要保证充足的睡眠时间，尽可能在晚上11点前入睡。”周朝昀告诉记者，节后来心理卫生科门诊的患者每天有100多人，其中失眠者有二三十人。对此，他建议市民平时多晒太阳，保持规律的生活和运动。

第三，减少有害的刺激。享受美食和美酒是假期的一部分，但要为自己设定限制，尤其是酒精。酒精会抑制中枢神经系统，让你感觉更糟。此外，酒精会降低大脑中的控制水平，导致感到抑郁的人陷入更深的抑郁。酒精还会干扰新陈代谢过程和睡眠模式，这会进一步恶化人的心理状况。

第四，改善负性的情绪。当朋友或家人问你过得怎么样时，要诚实地说出你的感受。当消极情绪出现时识别它们，并努力将它们转化为积极情绪。与能给你带来快乐的家人和朋友保持联系，避免不快乐的事情。总是花时间做你喜欢做的事或让你有成就感的事，无论是锻炼、爱好、花时间与支持的人在一起，还是找安静的时间冥想。

周朝昀提醒，“节后综合征”其实是现代社会大多数人的一种正常心态，症状较轻的人一般在节后一周左右就可调整恢复。但倘若症状已经严重影响到了正常的工作和生活，就应该及时到医院就诊，寻求心理医师专业的医疗帮助，以免引发严重的身心疾病。

大咖来会诊



年后这些专家要来了 可提前一个星期预约

本报讯（记者朱丹君）想获得省城医生的治疗意见甚至亲自操刀手术，却无奈挂不上号，怎么办？别急，每月都会有一大拨医学“大咖”来温岭。有需要的市民，可提前一个星期预约。

●市一院

2月16日下午，邵逸夫医院肾内科主任、血管通路中心主任，李华主任医师，将到特需门诊坐诊。

2月18日下午，邵逸夫医院日间手术中心主任、普外科副主任，梁霄主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

2月19日，邵逸夫医院头颈外科章德广副主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

2月19日，浙江大学医学院附属妇产科医院超声科主任，朱江主任医师，将到超声影像科做甲状腺会诊、手术。

2月19日，上海交通大学附属第一人民医院神经内科副主任，桂雅星主任医师，将到特需门诊坐诊、讲课、查房。

2月20日，邵逸夫医院党委副书记、泌尿外科副主任，丁国庆主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

2月24日，邵逸夫医院心血管内科朱军慧主任医师，将到特需门诊坐诊、介入手术。

2月25日，邵逸夫医院普外科副主任，朱玲华主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

2月26日，邵逸夫医院妇产科副主任，杨建华主任医师，将到妇科门诊坐诊、查房、手术。

2月26日，浙江省中医院超声医学科主任，陈芬主任技师，将来院做肝胆胰甲乳超声影像会诊、治疗。

2月26日，邵逸夫医院疝和腹壁外科中心副主任，黄迪宇主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、胃肠镜操作。

●台州市中西医结合医院

2月13日、2月27日，浙江省中医院肿瘤科阮善明副主任中医师，将来院坐诊。

●中国科学院大学附属肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）台州院区（台州市肿瘤医院）

作为国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）台州院区，浙江省肿瘤医院医疗团队将长期在该院开展查房、手术。每月两次还会下派科级别主任来院开设门诊与手术。

周二全天，胸部肿瘤外科汪亮副主任医师在门诊坐诊。

周四全天，结直肠肿瘤外科付志璇副主任医师在门诊坐诊。

周三全天，头颈肿瘤外科丁金旺副主任医师在门诊坐诊。

周三全天，乳腺肿瘤外科封伟亮副主任医师在门诊坐诊。

周二全天，肿瘤内科谢发君副主任医师在门诊坐诊。

周二全天、周三全天，肿瘤放疗科卢珂副主任医师在门诊坐诊。

周三上午、周四上午，肿瘤介入科陈玉堂主任医师在门诊坐诊。

2月15日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）中医科包文龙副主任医师来院坐诊、手术。

2月16日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）头颈肿瘤外科王文栋副主任医师来院坐诊、手术。

2月17日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）腹部肿瘤外科徐志远主任医师来院坐诊、手术。

2月18日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）中西医结合科姚庆华主任医师来院坐诊、手术。

2月18日，浙江省中医院胃肠外科陈贵平主任医师来院坐诊、手术。

2月24日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）头颈肿瘤外科赵明副主任医师来院坐诊、手术。

2月25日，国科大肿瘤医院（浙江省肿瘤医院）乳腺肿瘤外科丁小文主任医师来院坐诊、手术。

同时，医院神经外科与北京天坛医院、上海华山医院、浙二医院、邵逸夫医院、台州医院建立良好合作，将不定期来院开展会诊、手术。恩泽医疗集团骨科洪正华名医工作室团队每周六上午来院坐诊、手术。