



市一院行政驾驶班班长应荣军：

退役不褪色 从橄榄绿到天使白

通讯员 王凌云 记者 朱丹君

近日，温岭市首届最美退役军人名单公布，温岭市第一人民医院行政驾驶班班长应荣军荣获温岭市最美退役军人荣誉称号。他曾经是橄榄绿，在军营12年，与车队相伴。脱下军装，他走上新的岗位，与天使白相伴。在医院，应荣军用初心和赤诚继续锻造属于军人的荣光。

近30年与车相伴，安全行驶150多万公里

1989年3月，应荣军应召入伍。1992年，应荣军由于在部队表现出色，被选为驾驶队学员，从此他的工作就与车为伍。1999年，经过三年的学习，应荣军获得中国人民解放军汽车管理学院军交运输管理专业的文凭。

2001年10月，应荣军以三级士官级别转业到温岭市第一人民医院，成为一名驾驶员。尽管，他的身份已经发生变化，但他胸腔里跳动的始终是那颗赤子之心。作为一名党员，应荣军积极发挥党员先锋模范作用，每次都出色完成院领导交给的任务。在医院，同事们都亲切地称他为应师傅。

应师傅在车上度过的时间比待在办公室的时间还要长。从手握方向盘开始，应师傅从未发生过任何责任交通事故，安全行驶累计150多万公里。这位曾经在军区开解放牌汽车的驾驶员，现如今驰骋于温岭及周边地区的大街小巷。坐过他车的人，都会竖起大拇指称赞：高效且稳妥！

2020年一次台风来袭时，因为物资紧缺，应荣军逆行出征。台风天路面打滑，狂风晃动车辆，应荣军只能降低行驶速度，但是握起方向盘来，他依然游刃有余。在狂风暴雨中，应荣军往返椒江、温岭两地60多公里，最终将物资安全送达。

当新冠肺炎疫情暴发时，应荣军主动参加火车站检测点执勤工作。穿上隔离衣，为乘客们做体温检测工作，这项工作虽不复杂，但是需要极强的责任心和耐心。应荣军用他的责任心与耐心，将这项工作持续了一年之久。在非执勤的时间，应荣军也是朝五晚十地接送同事来往于医院和火车站之间。

十余载累计无偿献血6400毫升

戎装虽脱，军魂仍在。长期在医院工作，应荣军知道，血液作为一种特殊的医疗资源，是药物所不能替代的，是极其宝贵的，需要更多的人来捐献。

我虽然不是白衣天使，不能治病



应荣军（左一）和儿子一起献血。

救人，但我可以参加无偿献血，用另一种方式救死扶伤，我感到很开心。多年来，应荣军积极参与无偿献血，或在医院组织无偿献血的时候，或在购物中心门前的献血车上，或跟已经成年的儿子一起。他用自己的实际行动，诠释了军人的情怀和担当，还默默地感染着身边的同事和亲人。

用可再生的血，挽救不可再生的生命，这是值得我和更多的人去做的事情。这是应荣军常常挂在嘴边的一句话。截至目前，应荣军参与献血十余载，已累计献血6400毫升，相当于一个成年人全身的血液更换了一遍。为此，应荣军受到国家卫健委、中国红十字会总会和中央军委后勤保障部卫生局表彰，荣获2018-2019年度全国无偿献血奉献奖铜奖。

只要身体健康，我就会将献血一直坚持下去，为社会贡献自己的一份力量，为患者捐出自己的一份爱心。应荣军说。

15年如一日资助弃婴，累计金额超10万元

光阴流转，不改军人信念；角色转变，不减军人本色。

在千里之外的湖南省衡阳市，有一个女孩子，一直亲切地称呼应荣军为爸爸。这是应荣军无偿资助15年的一个孩子。1999年，应荣军的一名远房亲戚捡到了一个刚出生的婴儿。

碰到了就是一种缘分。从现在开始，



应荣军（右一）上台接受表彰。

就让我们一起守护这个孩子吧。应荣军和亲戚商量后，就开始了多年的资助。每个月500元，应荣军都准时汇过去资助这个孩子。至今，资助金额已累计超过10万元。

希望她可以通过自己的努力，有一个光明的前途。应荣军是这么想的，也是这么做的。为了让孩子接受更好的教育，2013年应荣军将其接到了自己家中，还帮她安排入学，既然她叫我一声爸爸，我就要尽到作为一名父亲的责任。

身份换了，但换不掉召之即来、来之能战、战之能胜的使命；岗位变了，但不变的是敢于战斗、不怕牺牲、不畏艰难的作风；角色转了，也不会转换一名共产党员的责任和担当。12年军营生涯和近30年驾驶员经历，无不镌刻着一位军人的使命感和闪光点。

好险！吃出要命的急性胰腺炎 医生提醒：预防的关键在于管好自己的嘴巴

本报讯（记者朱丹君 通讯员管霄红）医生，我肚子痛。日前，35岁的李先生因突然出现腹痛、恶心、呼吸急促等症状，被送到台州市肿瘤医院进行急救。经过相关检查，医生诊断，李先生患的是急性胰腺炎。在医护人员的悉心治疗下，目前李先生已康复出院。

因工作原因，李先生平时应酬比较多，喝酒对他来说算是家常便饭，而且他不喜欢吃蔬菜。不算好的他，体重达100公斤。正是由于李先生这种长期酗酒、暴饮暴食以及不合理的饮食结构才造成了本次急性胰腺炎的发作。

据该院肝胆胰微创介入门诊医生谢英园

介绍，腹痛是急性胰腺炎患者的典型症状，大约95%的患者会出现突发性的腹部疼痛或者左上腹部刀割样及持续性疼痛感，同时上腹部出现束缚感，通常可于饱餐、酒后等产生，具有阵发性的加剧特点，进食之后会明显增强，可能影响上腹部并朝着左肩部及两侧腰背部持续放射。此外，还会有恶心、呕吐、腹胀、黄疸、发热、手足抽搐等症状。

急性胰腺炎是常见的消化系统急症之一，可分为急性水肿型胰腺炎与急性出血坏死型胰腺炎两种。谢英园说，水肿型病变较轻，也较常见。出血坏死型病变严重，易产生休克，并发症较多，死亡率高。引发急性胰腺炎的原因很多，如胆道

疾病（胆道内结石、胆道蛔虫、胆道感染等）、胰腺本身疾病（胰腺本身的结石、胰管炎性狭窄等）、急性酒精中毒、暴食等。其中，胆道疾病和酒精中毒两者占急性胰腺炎住院患者病因的80%以上。

预防的关键在于管好自己的嘴巴，不要暴饮暴食。谢英园表示，避免暴饮暴食、酗酒这些因素对于预防急性胰腺炎有着非常重要的意义。如酗酒者应戒酒、养成规律进食习惯，吃饭细嚼慢咽，少食刺激性强、产气多的高脂饮食，同时多吃些蔬菜、水果等增加胃动力。此外，还要加强锻炼，控制血脂和体重，可进一步降低胰腺炎的疾病风险。

吹空调后耳朵听不到声音？ 小心突发性耳聋

低频听力下降，属于轻度听力损伤。经过一周的治疗，小潘左耳耳鸣消失了，听力恢复至正常范围。

小潘这次发病，考虑跟运动劳累后对着空调吹，内耳血管遇冷剧烈收缩痉挛，内耳微循环缺血有关。伍志刚介绍，突发性耳聋是指突然发生的原因不明的感音神经性耳聋，听力下降一般在数分钟或数小时内达到最低点。目前，病因并不明确，年轻人主要与经常熬夜、长期疲劳、压力大有关。

近年来，突发性耳聋的发病趋于年轻化，到医院就诊的年轻人越来越多。尤其是寒暑假期间，学生们居家时间比平常长，很多人习惯长时间使用耳机，且熬夜、生活不

规律等，这些都增加了导致突发性耳聋的风险。

高温季节，如何预防突发性耳聋？伍志刚提醒，首先，市民应养成良好的生活习惯，尽量避免熬夜、劳累。其次，既要注意防暑降温，又需留神别受凉感冒。特别是吹空调时，温度不可设置过低，不要大汗淋漓就进入空调房；空调出风口尽量不要对人，不要长时间让空调、电风扇对着身体，尤其是头面部吹。另外，从温度高的室外进入室内时，不要立即打开空调，最好等上5~10分钟，等身体温度有所降低再开空调。

此外，医生提醒，突发听力下降应及时就医，发病后三天内就诊，多数是可以恢复的，两周以内仍是有效治疗时间，但如果超过一个月，一般就很难治愈了。



市一院成为 中国红十字基金会成长天使基金 定点医院 家庭困难的矮小患儿 可成为救助对象

本报讯（记者朱丹君 通讯员杨诗奕文/图）谢谢！太感谢了！8月3日，我市首名矮身材困难家庭儿童乐乐（化名）和父母上台，获得中国红十字基金会成长天使基金资助的重组人生长激素针140支，用于孩子为期半年的治疗。

当天上午，中国红十字基金会成长天使基金定点医院授牌仪式在温岭市第一人民医院举行，该院成为温岭首家成长天使基金定点医院、小胖威利患者关爱项目定点诊疗中心。今后，双方将通过医生培训、监测干预、科普教育及医疗救助等形式，共同促进青少年、儿童的健康成长。

该院纪委书记颜安华、药剂科主任王茜、儿科主任吴福根，该项目负责人杨晓卫，儿科医护人员及儿童和家长参加了启动仪式。中国红十字基金会成长天使基金办公室主任逯家蕊在线上发来祝福。

据介绍，我国儿童矮小发生率约为3%。令人遗憾的是，许多家长不知道矮小是可以进行早期干预的，对于孩子长高存在认知误区，对正规身高干预存在疑虑，耽误了孩子最佳生长发育时间。长期以来，市一院儿科致力

于儿童遗传内分泌疾病的诊治，对儿童矮小症、性早熟等病症的治疗有深入的研究。医院相关负责人希望，通过此次公益活动的开展，能进一步呼吁全社会关注儿童生长发育，关注矮小患儿的治疗。

据颜安华介绍，成长天使基金是专门针对发育异常贫困儿童的救助，希望与中国红十字会加强合作，通过基层医生培训、校园监测干预、学术研究论坛、大众科普教育、家庭困难矮小儿童公益救助等形式，让每一个孩子都能健康成长。温岭市第一人民医院将会承担成长天使基金在温岭的具体项目实施。同时，医院将依托该项目，在儿童生长发育促进、遗传疾患诊治领域发挥专业特长，为有需要的家庭提供医疗支持。

当天的活动中，多位儿科医生和志愿者们一起开展义诊：免费开展儿童骨龄检测、身高及体重测量、生长发育评估等，对孩子成长中遇到的问题进行详细解答。

据悉，该项目启动后，将对困难家庭发育异常儿童和小胖威利患者给予资助，帮助其接受专业化规范治疗。

关爱老年健康 用心守护 夕阳红

本报讯（记者朱丹君文/图）7月25日至7月31日是全国第四个老年健康宣传周。近日，市卫健局、市老龄工作服务中心联合市融媒体中心，在九龙汇公园组织开展了以改善老年营养，促进老年健康为主题的老年健康宣传周活动，宣传普及老年健康科学知识和老年健康相关政策。

活动现场，通过设立宣传展板、发放宣传资料、播放视频、开展健康咨询服务等多种形式，宣传老年健康政策。同时，工作人员还积极向老年人宣传营养膳食、运动健身、疾病预防和中医

养生保健等科学知识，建议老年人养成早起早睡、合理饮食、适当锻炼、保持乐观心态的良好生活习惯，保障自身健康。

为扩大活动的宣传覆盖面，各镇（街道）还通过广播、视频、海报等形式，积极宣传老年健康政策、科普知识等方面知识。此外，各基层医疗机构还组织医护人员深入村（社区）开展义诊活动。通过一系列老年健康宣传周活动，进一步增强了老年人的健康意识，提升了老年人的获得感、幸福感和安全感，受到老人们的一致好评。



帮你问医生

得了荨麻疹怎么办？如何服药？

张先生：我患有荨麻疹很多年了，医生说是过敏，但一直没有查出过敏原。平时容易起风团，能自己好；但每年总有一两次比较严重的发作，痒起来吃睡都难，持续时间也长，请问怎么办？

市一院皮肤科朱医生：荨麻疹病因非常多，包括外源性刺激，如食物、药物、运动、温度等，易自愈；内源性原因更复杂，可能是自身免疫性疾病，也可能是隐藏感染、精神因素等。不管什么原因，其发病机制都是

身体里的肥大细胞不断释放出炎症因子所致。有效处理就是抑制和阻断这些炎症因子。

但快速控制发展及减少反复的关键是服药技巧：1.应坚持服药到皮疹消退后一周，停药后不复发才算控制住；2.如果皮疹严重，服药剂量大、品类多，治疗时间长，需要慢慢减量；3.使用激素类药物的，不要自己随便停药，按医嘱服用，不良反应更小。服药期间，瘙痒严重的可以适当冰敷。

记者 朱丹君 整理