



台州市中西医结合医院“医师跑者”陈榆： 马拉松精神，助我勇攀医学高峰

记者 朱丹君 通讯员 蒋小云

“如果说跑步和从医有什么共同点，我想，那就是坚持不懈，永不言弃。”今年10月8日，台州市中西医结合医院关节外科主任陈榆副主任医师用了近24小时完成宁海百公里越野赛的挑战。对他来说，跑马已经成为人生中的一件乐事。

“能用脚步丈量103.5公里，真是不容易。”在比赛中，陈榆的脚底磨出了多个水泡，而他咬牙坚持。途中，他还经历了风雨的侵袭，赛道泥泞，十分难跑。“比赛关门时间紧，根本没有休息时间。比赛时，我真是又困又累，双脚还很痛，无数次想退赛。”最终，他在团队的鼓励与帮助下坚持下来，靠着强大的信念与意志力完赛。

陈榆是一名拥有30余年骨科临床经验的专家，也是一名马拉松爱好者。“我第一次参加马拉松，跑的过程很痛苦，特别是后半程，感觉双脚都不像是自己的。但是跑完后，我感觉很爽，体验到了比赛带来的荣耀与骄傲。”陈榆感叹，挑战全马不能靠凭空想象，因为跑三五公里，咬牙就能坚持，而跑40多公里，需要日积月累的训练，除了日常的训练，还要增加核心力量训练等。

近几年，陈榆参加过各种规模的马拉松比赛，包括全程、半程、迷你马拉松，收获的奖牌不计其数。“马拉松赛程漫长，一路的辛酸苦楚，只有选手能切身体会。生活与工作中，我们也会遇到各种困难，像

学习压力、工作难题等，此时就需要像马拉松选手一样，勇敢面对，不懈坚持，才能克服。”

正是凭着这股奋发图强、超越自我的精神，他在职业生涯中取得辉煌成绩：从一名年轻医生成长为关节外科主任，之后不断学习进取，精益求精，还成为浙江省运动医学青年委员、浙江省上肢学组委员、浙江省医师协会运动医学分会委员、台州市运动医学分会委员、台州市关节分会委员、梁军波名中医工作室成员。他曾获泽国镇十大杰出青年、医院“领军人才”称号。

“医学是学无止境的，只有永不懈怠，刻苦钻研技术，才能勇攀医学高峰。”从医以来，陈榆曾赴温州医科大学附属第二医院、浙江省人民医院、上海华山医院、北京积水潭医院进修骨科及关节镜技术，到上海九院学习人工关节技术，后又赴韩国首尔、美国夏威夷接受关节镜专业培训。

“马拉松比赛中，选手虽彼此竞争，但也会互相帮助鼓励。生活和工作同样如此，比如团队项目中，成员各有所长，只有相互支持、团结合作，才能攻克难题，取得更大成就。”在工作中，陈榆不断学习和研究新技术，为团队的发展和壮大贡献力量，同时还将自己的经验和成果传授给年轻医生。在陈榆的带领下，医院现有一支专业成熟、技术精湛的中西医结合关节外科团队，得到患者和家属的极高评价。

从医30余年，陈榆深刻感受到现在年轻



参加马拉松比赛的陈榆。(图片由受访者提供)

医生成长之路的艰辛：“从一名年轻医生成长为临床医生，一般需要9年以上，不亚于一场马拉松，能在从医路上坚持下来、沉淀下来，非常不容易。我希望年轻医生能有坚持不懈的态度，在医生这个行业中，更加深刻地领悟医者初心的意义。”

全市新增3辆“智慧流动医院” 一个电话 医疗服务送到家

本报讯(记者朱丹君 通讯员陈爱君 冯梦祝)“固定+流动”巡回诊疗项目是我市今年医疗卫生领域的重点民生实事之一。巡回诊疗车的亮相，让医疗“最后一公里”变成了服务“零距离”。

11月19日，记者从市卫健局召开的新闻发布会上得知，今年我市除了新增3辆巡回诊疗车外，还同步新建了12个标准化巡回诊疗点。在松门、石塘等镇的偏远村居，建立全域健康服务可及性服务圈，同时依托石塘镇东海村文旅资源优势，创新打造“医旅融合”巡回诊疗点。在经济开发区，直接将诊疗点设置在利欧、东音等企业内部，实现企业职工“足不出厂”便捷就医。截至目前，所有诊疗车与诊疗点均已投入使用，累计开展服务204次。

据悉，每辆巡回诊疗车配置全科诊疗仪、心电图机、便携式超声仪、血液分析仪等24种智能诊疗设备，每次巡诊均组建“1医1护”专业团队，将“小型诊疗室”搬到群众家门口。所有巡回诊疗车统一安装北斗定位系统与车载视频监控设备，保障诊疗服务全程信息

化监管；同步搭载5G全网通信模块，实现医疗与医保系统互联互通，畅通挂号、就诊、费用结算一站式诊疗流程。

值得一提的是，巡回诊疗车已全面开通医保实时结算功能，车上医疗服务的报销比例与基层医疗机构相同。居民在巡回诊疗点就诊时，无须携带实体医保卡，通过人脸识别即可完成身份验证，依托车载结算系统实现“现场看病一医保实时结算一药品即时领取”的全流程闭环。这解决了老年人“忘带卡、不会用手机”等难题，让“小病不出村、慢病不跑远、结算零障碍”的便民愿景照进现实。

“我们坚持‘资源跟着需求走、服务跟着群众走、布局跟着趋势走’原则，构建覆盖海岛、企业、景区的三维健康服务网络，推动服务供给从‘被动等’向‘主动送’转变。”市卫健局相关负责人表示，下一阶段将以巡回诊疗车为载体，持续优化资源配置，深化服务举措，推动“智慧流动医院”之帆行稳致远，以医疗资源均衡配置助力共同富裕，让群众在家门口就能享受到系统、连续的优质医疗服务。

跑步也会骨折？ 这个“运动刺客” 专挑青少年下手

本报讯(记者朱丹君 通讯员童珍君 赵思思)“半个月，你们的关心无微不至，你们的呵护细致入微。温暖的态度，亲人般的照顾，真正诠释了‘爱在心，践于行’。”近日，市一院小儿骨科肢体修复重建医护团队收到了一张暖心贴片，字里行间充满家属的肯定和感激。

不久前，小李在校运动会上完成百米赛跑后，绕着操场缓缓走了一圈，坐下来休息了一会儿，但是当他想站起来时，突然感到左侧臀部一阵撕裂般的剧痛，根本无法站立。经检查，市一院小儿骨科副主任胡刚晓诊断其为“左侧髂前上棘撕脱骨折”。

为了确保骨骼完美愈合和运动功能完全恢复，胡刚晓团队采取了最积极、最有效的治疗手段，为小李实施了“髂骨骨折切开复位内固定术”。经过医护团队和家属精心照顾，目前小李恢复良好，疼痛缓解。

一听到“骨折”，我们通常会想到猛烈的撞击，比如摔倒、车祸等。但是，撕脱骨折的机制完全不同。其元凶是强大的肌肉力量；当我们剧烈奔跑、突然加速或变向时，大腿

肌肉会猛烈地收缩。撕脱骨折的发生，是“肌肉拉力超过骨头承受力”的结果。

“对于骨骼还未完全发育成熟的青少年来说，骨骺(生长板)是骨骼最薄弱的部分。当肌肉收缩产生的巨大力量超过骨骺所能承受的极限时，就会像拔河一样，把这块骨性凸起从主骨上‘撕扯’下来。”医生介绍，髂前上棘撕脱骨折是运动医学中常见的青少年骨骼损伤类型，主要发生于骨骺未完全骨化的11~16岁男性群体。受伤典型场景包括短跑起跑、跳远冲刺、足球踢击等。

每年的秋季运动会期间，青少年发生髂前上棘撕脱性骨折的数量明显增多。对此，医生提醒，对于热爱运动的青少年来说，运动前充分热身(重点活动髌、膝关节)、避免突然的爆发力动作、平时加强核心肌群和髋部肌肉力量训练，可以减轻肌肉牵拉对骨骼的冲击。一旦不慎受伤，应立即停止活动，冷敷止痛消肿，再前往医院做进一步检查，并听取医生建议选择保守治疗，或用弹性绷带或石膏固定治疗，或手术治疗。

“肺”常健康 畅快呼吸

11月19日是第24个“世界慢阻肺日”。当天，台州市中西医结合医院呼吸内科开展了主题为“呼吸不顺畅，当心慢阻肺”的系列宣教活动，通过健康讲堂、病友分享与趣味游戏，为患者和家属带来有料、有趣、有温度的互动。

通讯员 蒋挺 摄



内镜微创技术新突破 打响“肠道保卫战”

本报讯(记者朱丹君 通讯员王佳淇)清晨的阳光透过病房的窗户，72岁的解阿公轻轻抚了抚腹部，露出如释重负的笑容。半个月前，他经历了一场惊心动魄的“肠道保卫战”。这场“战役”的胜利，得益于浙江省肿瘤医院台州院区消化内镜团队的一次技术难题突破——成功实施十二指肠降部肿瘤内镜黏膜下剥离术(ESD)。

之前，解阿公因口服大量阿司匹林引发胃出血，紧急前往该院就诊。医生为其开展胃镜下止血术时，发现其十二指肠降部存在一处息肉样病变。术后病理检查结果显示，该病变为“管状绒毛状腺瘤伴低级别上皮内瘤变，局灶高级别上皮内瘤变”。这是一种具有潜在癌变风险的良

性肿瘤，若不及时干预，可能进展为恶性肿瘤。

一个多月后，解阿公因频繁腹痛、腹胀、腹泻，再次来院就诊。经检查，医生考虑是“十二指肠肿瘤”所致，这成为悬在解阿公和家人心头的“定时炸弹”。解阿公年纪较大，如果采用传统开腹手术，创伤大、恢复慢。该院消化内镜团队经过审慎评估，最终为他制定了微创方案——内镜黏膜下剥离术(ESD)。

10月29日，该院消化内科副主任医师吕小锦带领团队，成功将解阿公十二指肠降部约小核桃大小的肿瘤完整剥离，术中出血较少。目前，解阿公恢复良好，腹痛、腹胀等不适症状已明显缓解，正在逐步康

复中。

“ESD是一种先进的内镜微创治疗技术，在内镜下使用高频电刀与专用器械，将胃肠道病灶与其下方正常的黏膜下层逐步剥离，以达到将病灶完整切除的目的，用于消化道早期肿瘤或癌前病变的切除。”吕小锦介绍，十二指肠降部位置特殊、解剖结构复杂，手术操作空间狭窄，且邻近胰腺、胆管等重要器官，ESD术对医生的操作精准度和团队配合度要求极高。

此次手术的成功，不仅为患者解除了健康威胁，也为医院后续开展更多复杂消化道肿瘤的内镜微创治疗积累了宝贵经验，让更多台州及周边地区的群众在家门口就能享受到更高层次的诊疗服务。

五水共治 美丽温岭 全民共享

温岭市环境综合整治事务中心 宣