



# 株洲恺德医院助力建设健康荷塘

## “第一目击者”急救救护进社区



▲恺德心内二科主任任承潜月在塘街道石塘冲社区现场教学。通讯员供图

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/黎婕婷)如果在马路边或者在其它公共场所看到有人突然倒地,意识丧失,在救护车到来前,在现场的你能做什么?8月1日起,在荷塘区卫健局的指导下,株洲恺德心血管病医院作为荷塘区辖区内医院,分别与月塘街道社区卫生服务中心、茨菇塘社区卫生服务中心、月塘街道袁家湾社区居委会、茨菇塘街道六〇一社区居委会、月塘街道石塘冲社区居委会等多家单位联合举办“第一目击者”急救知识培训活动。一周内近200位居民现场学习掌握急救技能,助力健康荷塘建设。

任承潜、陈曼君等专家现场借助模型人,生动演示了胸外按压、开放气道、人工呼吸等心肺复苏各个环节的操作步骤和要点,并分解海姆立克急救法的操作动作要领,强调注意事项。现场居民通过理论与人体模型实操相结合的方式,体验了救护技能。

近年来,株洲恺德心血管病医院持续致力于“第一目击者”急救知识培训活动,院内不仅有一批持证上岗的公众急救知识技能普及导师,还培训全体员工人人掌握急救技能,更是通过设置胸痛、卒中等规范化救治中心提高急救效率,做到“救”在身边,助力建设健康荷塘。

# 88岁晚期肺癌老翁“带瘤生存”5年

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/李建辉)近日,来自荷塘区的陈大爷再次独自来到株洲市二医院(株洲市肿瘤医院)肿瘤科复查肺部肿瘤,检查结果显示陈大爷的肺部肿瘤病灶依然没有扩大,原胸腔积液已消失,肺癌肿瘤指标基本正常,身体状况良好。

这是陈大爷自2020年到株洲市二医院肿瘤科就医以来,第16次专程找肿瘤科周剑波医师复查。4年来,周剑波为陈大爷量身定制的放射性粒子植入加微波消融术联合肿瘤免疫治疗方案,让88岁陈大爷在耄耋之年“带瘤生存”5年,不但生命延长了,生活质量也得到保证。

## 辗转多家医院,只为了生命的那一束光

2019年年初,84岁的陈大爷在单位的定点医院行胸部CT检查,发现支气管有炎症并双肺感染,左上肺有多发结节灶,同年底,陈大爷再次到定点医院复诊,胸部CT提示左上肺结节灶增多、增大。为进一步明确诊断,陈大爷在家人的陪同下,来到长沙某大型三甲医院求诊,综合影像诊断分析,主治医师考虑肺部恶性肿瘤可能性极大,同时告知家属,通常陈大爷这样的晚期肺癌患者,两年生存期不到20%。

## 精确综合治疗力敌千钧,让“带瘤健康生活”可期可盼

经进一步检查,陈大爷确诊为晚期肺鳞癌,胸膜、纵隔淋巴结等多处出现转移,同时胸腔积液严重。

考虑陈大爷年逾80岁,本身又有冠心病、高血压、慢阻肺等多种基础性疾病,周剑波认为,如采用化疗联合放疗的传统治疗方案,陈大爷肯定难以承受因放疗及化疗所带来一系列严重副作用的折磨痛苦,一旦身体出现透支,一丝小小的不适都会成为压垮陈大爷生命的最后一根稻草。综合研判陈大爷的病情后,周剑波按“精准治疗、带瘤生存”的精准综合治疗思路,精心为其制定了一套详细精确综合治疗方案。

“是选择坐以待毙还是放手一搏赢得生机?”一辈子都勇敢坚强,敢于啃硬骨头的陈大爷选择“与狼共舞”,他相信穿过茫茫长夜之后,也许会看到生命之余光。

2020年4月,经亲朋好友推荐,抱着搏一搏、试一试的想法,陈大爷来到了株洲市二医院(株洲市肿瘤医院),慕名找到了肿瘤三科的周剑波,他希望经验丰富的周医师能为他实现生存更长、生活更好的心愿。

2020年年初,陈大爷接受了粒子植入,此后四年,陈大爷又先后接受了2次射频消融术,同时,还接受了最新综合免疫治疗。综合精确治疗后,多次复查结果显示,陈大爷肿瘤病灶稳定,没有出现扩散,常见的肿瘤相关症状消失(如胸痛、咳嗽、咳痰、胸闷、气促等),陈大爷日常生活能自理,身体没有出现不适症状,生活质量得到保障。

回想这5年的抗癌经历,陈大爷说:“这5年考验的不仅是我个人的身体状况,也是意志决心,同时也亲身感受到选择一个有担当有责任有爱心的肿瘤治疗团队的重要性。”

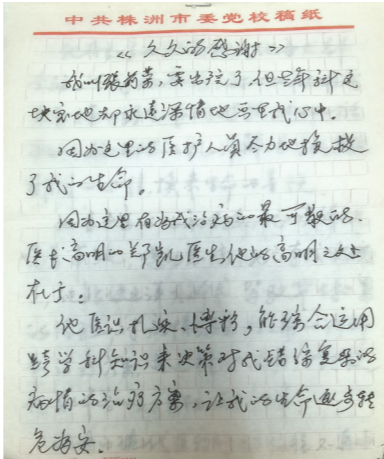
# 又一次收到千字感谢信 市人民医院老年病科获赞

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/楚水莲)上个月,市人民医院泌尿外科收到了患者何爷爷送来的两千余字的感谢信。这个月,医院老年病科的郑凯医生也收到了一封沉甸甸的千字手写信,这封由患者张前荣老人的家属代书的信中,细致地回顾了老人在市人民医院度过的难忘时光。

82岁的张前荣年轻时曾著书立说,并担任编剧拍摄过多部电视剧。随着年龄增大,他的认知能力、运动能力逐渐下降,被诊断为阿尔茨海默病患者,长期卧床在家,生活全由老伴护理。

4月27日,张前荣老人因“胃溃疡并发出血,失血性休克”,由120救护车送入市人民医院老年病科治疗。经科室医护人员及重症医学科团队的共同努力,老人的性命保住了,但不能讲话,意识不清,因留置胃管、全身关节僵硬,生活质量极差。

老年病科根据老人的病情,在科主任、主任医师刘霞的带领下,为其制定了多学科团队参与的综合治疗方案。护士长、副主任护师周慧带领护理团队给予了患者精心专业的护理及全面的饮食营养指导;康复科谷文瑞医生则针对患者的情况,开展了康复训练、吞咽治疗、认知治疗等个



▲感谢信首页。通讯员供图

性化项目。

经过多学科团队的努力,张前荣拔除了胃管,肢体功能明显改善,可以认人、简单对答,抽血复查时,各项指标均已正常。

住院期间,章奶奶曾听到老伴喊出了她的名字,惊喜的她当即红了眼眶,“这是他两年多来第一次喊我的名字!”章奶奶及家属均表示对治疗效果十分满意。目前,张前荣老人也状态良好,即将出院。

# 产后妈妈如何合理避孕

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/秦梅)年轻的妈妈们刚刚经历完分娩的兴奋与激动,马上又要面临哺育宝宝的重担与责任。很多妈妈误以为哺乳期不可能怀孕而放松警惕,导致意外“中招”。产后妈妈该如何正确避孕呢?株洲市中心医院妇科专家为大家科普几个常见的问题。

## 产后什么时候开始避孕?

有些新妈妈在产后卵巢功能恢复得很快,即使月经还没有复潮,也会有排卵。所以,即使你尚在哺乳,也没有来月经,依然要采取可靠的避孕措施,最好从产后第一次性生活就开始避孕。

## 哺乳期闭经能避孕吗?

哺乳期闭经避孕法是有条件的:必须是在产后6个月内;全程、专一母乳喂养,按需哺乳,未添加任何辅食;

## 正在哺乳的妈妈怎么避孕呢?

避孕套对女性哺乳无影响,还可降低产后子宫内感染和性传播疾病的发生率,因此哺乳期首选避孕套避孕。其次宫内节育器不影响哺乳、长效可逆、简单方便、避孕效果可靠的优点,宫内节育器的避孕效率可高达99.4%。不宜选用口服短效避孕药

## 产后什么时候适合上环呢?

- 1.平产上环时间:产后42日恶露已排干净时。
- 2.剖宫产上环时间:术后半年时。
- 3.产后已经来月经的上环时间:月经干净3至7日无性生活时,在医生的指导下下行上环术。

## 紧急避孕药能用吗?

紧急避孕药只能用于应急,一个月内只能服用一次,不能多次重复使用,更不能把它当做常规避孕药随时服用,否则可引起异常子宫出血等问题。而且紧急避孕药只能对本次无保护的性生活起作用,服药后性生活仍应采取其他可靠的避孕措施,否则就可能意外怀孕。

## 开始避孕。

同时,建议选用安全性较高、稳定而又可逆的避孕方法。比如宫内节育器(IUD)、宫内避孕系统(IUS)、短效避孕药、皮下埋植剂等。

## 并且产妇产后未复潮,处于闭经状态。

以上三项条件同时满足时,女性哺乳期避孕有效率为98%。

避孕,因为避孕药中含有雌、孕激素类衍生物等,这些物质进入母体后,一方面会抑制泌乳素的生成,使乳汁的分泌减少;另一方面,避孕药中的有效成分会随着乳汁进入婴儿体内,对婴儿的生长发育不利。

# 株洲晚报

株洲日报社主管、主办 国内统一连续出版物号 CN 43-0061 | 新闻热线 28829110 | 广告热线 28835397 | 总第7733期 | 今日8版



2023.8  
星期一  
癸卯年六月廿一

# 订购学区房 入学难退定金更难

## 涉事小区为“镜湖蓝岸”,市教育局:签订入读协议涉嫌违规

04

# 这个“红本本”她等了28年



邓女士(左二)为“办不成事”窗口点赞。受访单位供图

# 诈骗“小广告”贴上私家车 车主用塑料袋套住倒车镜

03

# 快递件不见“跑腿员”也跑了?

## 律师:菜鸟驿站未泄露取件码,无须担责

04



小区居民用塑料袋包好倒车镜。记者/李曙光 摄

# 盛夏走了 快立秋了

如果要从节气上看,8日将迎来立秋节气,我们从“盛夏”走进了“夏末”。

但只要看窗外的天气,你就知道,每天烈日灼热,白晃晃的阳光下,高温会一直持续着。

市气象台说,本周,酷暑慢慢消退,午后多阵雨或雷阵雨,今天,最高气温37℃,明天起,最高气温在33~34℃的样子。

你看,即便天气偶尔依然炎热,但感觉上跟之前的盛夏高温天会有比较明显的差别。比如说,吹在身上的风会感觉不一样了。盛夏时节,感觉很少有风,在那些漫长

的午后,树叶在阳光下一动不动,只听到知了叫个不停,空气仿佛是凝滞的。而接下来的日子里,随着季节脚步的前行,风也会悄悄地发生改变。

每年最热的七八月份,株洲多数日子刮的是南风,南风是带着热气的风。而越往后走,随着冷空气势力不断增强,越来越多的时候会是偏北风或偏东风,这两种风都是冷性的,吹在身上有凉凉的感觉,带着秋意。

等到风已经慢慢发生变化,风里蕴含阵阵凉意时,之后的日子,哪怕白天有点热,也慢慢变得期待起来。(王娜)



今天 多云,午后有阵雨或雷阵雨 28~37℃  
明天 多云,午后有阵雨或雷阵雨 26~34℃  
后天 多云,有中等阵雨或雷阵雨 26~34℃  
风向:东南风  
风力:2~3级

(市气象台8月6日16时发布)