

最美瑞安人·最美医务工作者 系列报道⑮

张存飞： 扎根基层守护妇女健康

记者 陈成成

怀揣着对生命的敬畏和对医学工作的崇拜，莘塍街道社区卫生服务中心妇科主任张存飞执着于医者仁心、救死扶伤的梦想，从医20多年来，积极投身基层医疗工作，以扎实的理论基础和丰富的临床一线经验，尽心尽力服务好每一位患者，赢得了辖区居民的一致好评。



【个人简介】

张存飞，莘塍街道社区卫生服务中心妇科主任、副主任医师，中共党员。从医20多年来，在平凡的岗位上兢兢业业，任劳任怨，始终不忘医者初心，坚持奋战临床一线，在妇科门诊领域积累了丰富的经验，在病患中树立了良好的口碑。

扎根基层27年 她是患者心中的“老熟人”

在莘塍街道居民眼中，张存飞性格温柔、技术精湛，找她看病，心里踏实。2018年，张存飞接诊了一位年逾七旬的老年患者，患者表示腹部经常痛，看了内科也不见好转。张存飞详细询问了病情，建议患者做B超检查，结果发现患者体内还留着节育环，而老人压根想不起来这个节育环到底是什么时候放置的。这个久滞的节育环感染了盆腔，张存飞为老人取出了节育环，并对症进行抗炎治疗。几天后，老人痊愈。事后，老人的女儿特地送来锦旗以表谢意。还有一位患者，生完一胎后就患上了卵巢方面的疾病，想再生一个孩子，却因病症久久不能如愿。这位患者曾去大医院就诊，大医院建议其可以尝试试管婴儿，因为费用高加之她又害怕痛苦，不敢尝试。在朋友的介绍下，她找到了张存飞。张存飞为其详细检查了身体，建议她尝试保守治疗。经过一

以情动人 真心服务赢来好口碑

为保障农村妇女健康，我国每年都会在全国范围内启动免费的乳腺癌和宫颈癌筛查。作为科室负责人，张存飞已连续3年参与辖区妇女“两癌”筛查工作，每年莘塍街道社区卫生服务中心的筛查量约在1000人次，工作量大，从组织、动员再到完成任务，通常需要1个多月时间。今年筛查发现了2例宫颈癌、1例乳腺癌。很幸运，都是早期。在我们的建议下，她们第一时间去市级医院做进一步检查和治疗。张存飞说，张存飞说，宫颈癌和乳腺癌是威胁女性健康的第一杀手。作为基层医生，有责任把免费“两癌”筛查等民生实事政策宣传好、落实好，让社区女性同胞

段时间的治疗、调养，这位患者顺利怀上了孩子。在她怀孕初期，张存飞也不敢怠慢，经常询问其孕期情况，督促其做好孕期检查，一医一患一来二往竟成了好朋友。预产期在下个月，很快就可以见到一个新生命了。张存飞一直与这位患者保持联系。类似的情况，张存飞在工作中经常遇见。平日里，辖区女性居民觉得不舒服，总是习惯性先来问张存飞。张存飞都会像朋友一样安抚，细心为其诊治。基层医生与大医院的医生不同，我们更加贴近患者，彼此都很熟悉，都像老朋友一样了。张存飞说，为了方便患者咨询，张存飞加了她们微信，方便她们随时咨询。27年弹指一挥间，张存飞也从脆生生的年轻姑娘变成经验老到的张主任，而她也逐渐成为了辖区居民信任的老熟人。

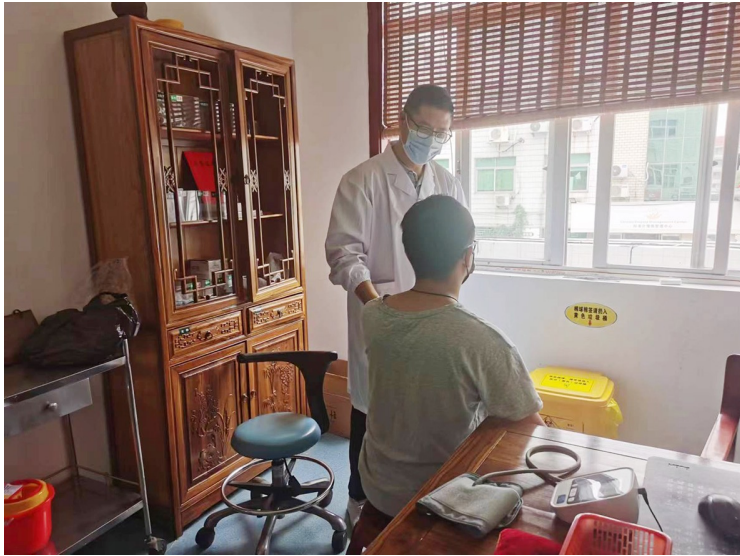
树立健康理念，积极参与“两癌”免费筛查，尽可能做到早发现、早诊断、早治疗。医生与匠人的区别在于，医生是与生命对话，需要感情、富有爱心，不以贫贱富贵论人，没有价格高低之分，视病人为亲人，一切以病人为中心。张存飞说，基层妇科工作特殊、业务繁忙，工作强度大，节假日加班是常有的事，陪伴家人的时间少。虽然很辛苦，但每次成功的医疗诊治，患者的满意总是让她无比快乐。入一行，爱一行。张存飞在自己热爱而平凡的工作岗位上，默默地奉献着，用心用情为患者服务。

最美瑞安人·最美医务工作者 系列报道⑯

余建定： 扎根基层弘扬中医文化

记者 陈成成

扎根基层20多年，汀田街道社区卫生服务中心中医推拿主治医师余建定兢兢业业、勤勤恳恳，急病人之所急，想病人之所想，常年基本无休班，将满腔热情投入工作中，以精湛的业务技术和周到的服务得到了就医群众和同事的一致认可和高度赞扬，诠释了一名基层医生的情怀，展现了一名共产党员的使命与担当。



【个人简介】

余建定，汀田街道社区卫生服务中心中医推拿师，中共党员，扎根基层20多年，刻苦钻研业务知识，积极开展中医特色疗法，参与开展医院推拿理疗工作，每年技术治疗1000多人次。在平凡的岗位上，他默默履行基层一线医务工作者的操守，用自己的言行诠释医者初心和使命。

医者仁心 把患者放在首位

试着转动肩膀，感觉到痛吗？手臂往上抬，指尖有没有发麻？闻着淡淡的艾草香，走进汀田街道社区卫生服务中心中医推拿科，身着白大褂的余建定正忙着望、闻、问、切，推拿、艾灸，一套动作行云流水。腰椎间盘突出患者王先生是余建定的“铁杆粉丝”，用他自己的话说：余医生的医术和医德，就像我的腰椎一样“凸出”。六年前，饱受痛症折磨的王先生，求医问诊于余建定。对于康复，当时他并不抱很大希望。通过详细诊断，余建定采取推拿、理疗相结合的方法，致力

于改善患者椎间盘膨出物与受压神经所处的高应力状态，使之恢复到发病前低张力状态下的形态与位置。治疗中，余建定不断勉励王先生减脂减重，适当开展有氧轻运动，坚持内外同治。数个疗程后，王先生的腰椎疼痛逐步减轻，体重也下降了，生活质量得到极大改善。多年来，余建定在平凡的岗位上设身处地为患者考虑，把病人放在第一位，对待患者如亲人一般，对患者一视同仁，运用精湛的医术，为大量患者消除了病痛，赢得同事和患者的高度评价。

力学笃行 苦研推拿功夫

忙，是余建定工作状态的写照，学，则是他下班后的唯一“消遣”。在成为中医推拿医生之前，余建定是一名普通的乡村医生。从医多年，他始终坚守初心，不忘乡亲，走村串户，为卧床的病人推拿、按摩，宣传保健知识，足迹遍布汀田的大街小巷。2011年，余建定被分配到汀田街道社区卫生服务中心中医推拿科。中医推拿历史悠久，余建定深知若没有深厚的理论基础，就不能很好地指导临床实践。为了更好地胜任工作，他不仅恶补外科课程，还虚心向同仁求教，不断提升业务水平。基层卫生院工作繁忙，难得的休息时间，余建定多用来阅读医学杂志及书刊，并坚持记录学习心得。此外，他还踊跃参加各种学术会议，聆听著名专家学者的学术讲座，并多次奔赴全国各地学习新的

医疗知识和医疗技术，了解中医推拿发展的新动态，积累新经验，及时更新医学知识，更好地服务患者。十余年的苦心钻研，执着努力终换来丰硕成果，医术精湛传四方，医德高尚暖人心，手到病除，技艺精湛，诊室里满墙的红色锦旗就是对他最好的褒奖。病人信赖我、肯定我，是鼓励、是责任，更是前行动力。余建定如是说。从平凡入手，从小事做起，从细节上关心关爱患者，让患者切实感受到温暖和体贴，希望能尽自己所能，让更多疼痛及疑难杂症病人得到及时有效治疗。这是余建定的职业目标。选择了医生这个职业，就选择了奋斗，选择了奉献。余建定表示，未来，会一如既往地扎根基层，用医术为群众送去平安健康。

市疾控中心发布11月份健康提醒

秋冬季节更替，注意预防呼吸道和肠道传染病

本报讯(记者 陈成成 通讯员 张定)11月将迎来立冬和小雪两个节气，此时秋冬季节更替，天气逐渐转冷，气温表现既有秋季又有冬季的特点，且时常会受到冷空气南下影响，出现气温骤降。市疾控中心发布健康提醒，这个季节要注意防寒保暖，预防流感，及时接种流感疫苗。

预防流感 不要错过最佳接种期

秋冬交替季节，是流行性感冒的高发期。流感的常见症状有发热、头痛、全身酸痛、鼻塞、流涕、咽痛、咳嗽、疲倦无力等症状，可通过口腔、鼻腔、眼睛等处黏膜直接或间接接触传播。接触患者的呼吸道分泌物、体液和被病毒污染的物品也可能被传染。市疾控中心提醒，这个季节要劳逸结合、加强锻炼，预防流感。预防流感，最有效的措施就是接种疫苗，11月正是接种流感疫苗的最佳时期。通常接种流感疫苗2周后，就可以产生具有保护水平的抗体，6至8个月后抗体滴度开始衰减，在流感流行高峰前1至2个月

接种能更有效发挥疫苗的保护作用。一般来说，年龄在6个月以上，没有接种禁忌者均可自愿自费接种流感疫苗，尤其是孕妇、6月龄至5岁儿童、60岁及以上老年人、慢性病患者、医务人员以及6月龄以下婴儿的家庭成员和看护人员，可以优先接种流感疫苗。

秋冬交替 远离病毒性腹泻

11月是病毒性腹泻的发病高峰期，诸如病毒是主要致病原因之一。诸如病毒感染具有发病急、传播快、范围广等特点，主要症状为腹泻和(或)呕吐，24小时内腹泻多次达数次至十几次，部分病人可伴恶心、呕吐、发热等，儿童患者常以呕吐为主，常在学校、社区、医院、餐馆、托儿所、养老院等处引起集体暴发。诸如病毒性腹泻目前尚无疫苗和特效药。如何预防病毒性腹泻，最重要的莫过于注意饮食卫生及个人卫生。市疾控中心提醒，注意勤洗手，在饭前、便后、加工食物前和照顾婴幼儿前都要彻底洗手，一般洗

手要在20秒以上，用肥皂流水彻底把手清洗干净。注意饮食卫生，加工食物的时候要煮熟煮透，这是防止诸如病毒通过肠道传播的关键点之一，特别是海水产品，比如生蚝、贝壳类食物。诸如病毒在60℃之下不能灭活，如果食物没有煮熟煮透，吃了以后感染的机会很高。注意饮水卫生，喝开水，家庭或者集体单位如果饮用桶装水，要特别注意桶装水卫生，并建议烧开后再喝。值得注意的是，如果身边有人呕吐了，在处理呕吐物时要疏散人群，处理人一定要做好防护，处理完要及时洗手。因为清理呕吐物时飘起的扬尘含有诸如病毒，容易通过气溶胶经呼吸道传播，一旦处理不当，很容易引起群体感染。

水痘高发 注意预防

天气反复变化容易引起人体免疫力减弱。每年秋冬季都是水痘的高发期，这让不少家长、老师担心。其实水痘可防可治，最重要的是做好预防。水痘是由水痘-带状疱疹病毒初次感



染引起的急性传染病，主要通过呼吸道飞沫和接触传播。感染初期症状以发热、头痛、咳嗽、食欲不振为主，一两天后皮肤表面会出现粉红色小斑疹，随后会出现像米粒到豌豆大小的圆形水泡，水泡阶段会伴有瘙痒。水痘是学前和学龄儿童常见的传染病。专家提醒，家长们平日多观察自己孩子的日常行为，学校方面也应及时做好晨检，确保每日教室的通风等工作，发现病例通知家长，让病员回家隔离，以防其他学生受到传染，待痊愈后再恢复上学。

专家表示，接种水痘疫苗是预防水痘感染的有效手段。接种水痘疫苗不仅能预防水痘，还能预防因水痘带状疱疹而引起的并发症。市疾控中心提醒，除注意上述疾病外，由于这一季节温差变化大，患有哮喘、慢性支气管炎、高血压、冠心病等慢性病患者应注意保暖，预防疾病急性发作。

健康提醒

RUI BAO