

瑞城“名医名护名院长”系列报道 ⑪

## 季婷婷： 厚德行医，“管窥”之间显担当

■记者 陈成成

她不是手握柳叶刀的外科医生，却常常做着外科治疗，祛除病痛；入行20多年，她始终以仁爱之心坚守医者情怀，帮助患者恢复健康，重回生活轨道。她就是瑞安市人民医院消化内科副主任、主任医师季婷婷。



### “慧眼”辨证 寻找患者病因

在瑞安市人民医院消化内科内镜室，总能看到这样一幕：身披“战袍”、手握操纵臂的医生，正眼盯着显示屏，借着内镜探头仔细搜寻病灶的蛛丝马迹……这是季婷婷每天的“必修课”，碰到病例多的时候，加班是“家常便饭”。

“弯弯绕绕的消化道，关联着食管、胃、肠、肝、胆、胰。每个脏器发生病变，原因可能是多种因素重叠。作为医生，必须谨记生命至上的原则，既要辨别症状，又要识别病因，让患者少走弯路。”季婷婷说，她热爱这个专业，不惧疾病带来的挑战。

作为一名医生，要“十八般武艺样样精通”，就消化内镜医生来说，既要有消化内科医生的医学知识储备和思维，也要有外科医生的胆大心细和“站桩功底”，需要手、眼、心全面配合，德、智、体全面发展。

过去20多年，季婷婷一直在“医路”上锻炼眼力和脑力，与疾病“斗智”。她专注临床之余，还孜孜不倦地汲取专业知识。2007年，她赴上海复旦大学附属中山医院内镜中心进修半年。她平时注重学习，涉猎不同专科的知识，向优秀同行学习取经。“学海无涯，医生就要不断自我精进。”季婷婷说。

作为一名消化内科医生，季婷婷总是以高标准严格要求自己，临床工作上力求精益求精。她从不轻易给患者下诊断，而是在问诊过程中耐心细致询问症状、病史等问题，触诊过程中仔细检查不适部位，并经详细的胃肠镜检查后，才给出自己的诊断结果及相应的治疗方案。她说，这既是对患者负责，也是作为医者最基本的职业操守。

### 率先开展IBD诊疗工作 为“特殊人群”保驾护航

2019年，季婷婷率全市之先开展炎症性肠病诊疗工作。炎症性肠病，简称IBD，是一种非特异性的慢性肠道炎症性疾病。

“20多年前，IBD在我国仍属于相对少见的疾病，好几年才会遇到一两名门诊患者。但最近几年，确诊IBD的病人越来越多，我们必须开展规范的诊疗工作。”季婷婷说。

2021年，季婷婷接诊了一位19岁刚刚考上大学的小姑娘，她因腹痛腹泻、便血，体重急剧下降等症状就医，后被确诊为炎症性肠病，起初小姑娘配合治疗，身体各项指标也都控制得不错。但步入大学校园后，小姑娘对医嘱的依从性下降，吃东西也随心所欲，时隔半年再来复诊时，季婷婷发现，她的多项指标都亮起了“红灯”。

疾病影响了患者的日常生活，更让患者承受着巨大的心理压力。季婷婷深知，帮助患者提高生活质量，既需要身体上的治疗，也需要心理上的关怀。在小姑娘住院治疗期间，季婷婷一有时间就会找她聊天，为其科普了很多IBD的相关知识。小姑娘的心态逐渐发生了改变，甚至还开了视频账号，分享自己的患病以及治疗过程，得到了很多网友的鼓励。“现在这个小姑娘恢复不错，也更加自信了，不像之前那样对自己的疾病遮遮掩掩，我们为她感到高兴。”季婷婷说。

季婷婷坦言，她坚持鼓励IBD患者，希望他们能勇敢面对疾病，不要对其产生阴影，积极参与治疗，重拾生活信心。

【个人简介】

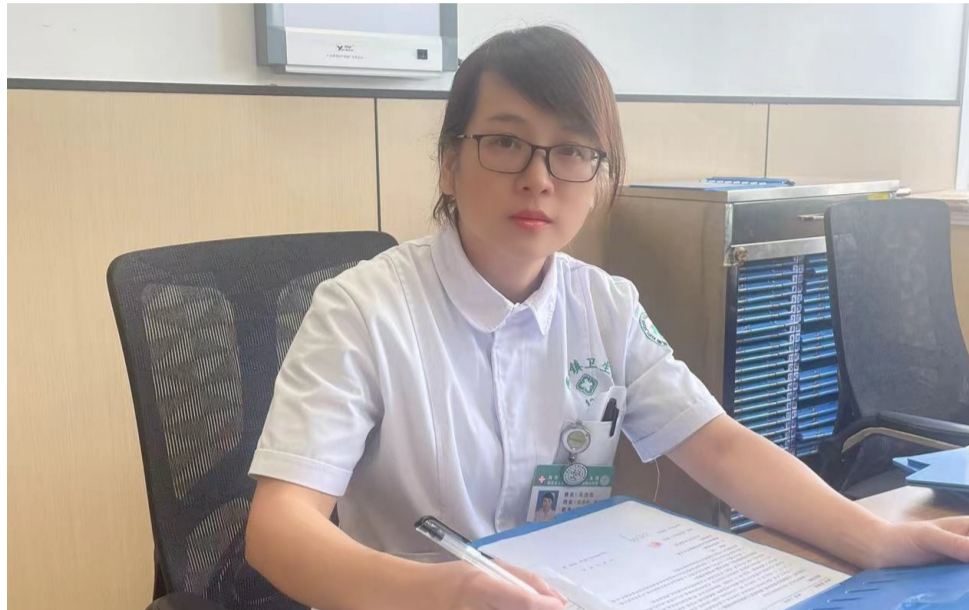
季婷婷，市人民医院消化内科副主任、主任医师，中共党员，工作20多年来，她认真负责，善于钻研，每年完成内镜检查数千例、内镜下各种治疗手术数百例，年门诊量1万余例等。作为消化内科党支部书记，她带领科室党员参加各种义诊、志愿者活动，以实际行动诠释了共产党员的铮铮誓言。

瑞城“名医名护名院长”系列报道 ⑫

## 吴想想： 用心用情谱写护理芳华路

■记者 陈成成

在基层卫生工作岗位上，有这样一位护士，自从加入医疗护理队伍以来，她20余年如一日，用爱心、细心、耐心、责任心书写职业生涯，凭借扎实的技术和热情的服务，赢得了患者和同事的赞誉，她就是陶山镇卫生院护理部总护士长兼院感科负责人吴想想，她用行动和汗水践行着使命与担当。



### 坚守初心 点亮守护生命的灯塔

从事护理工作20余年，吴想想拥有扎实的医学理论知识和丰富的临床经验。她深知，作为一名护士，专业知识和技能是救治患者的关键，她始终保持着对医学知识的渴望和追求，不断参加各类培训和学习，提高自己的业务水平。无论是复杂的手术护理，还是日常的病人照料，她都能够游刃有余地应对。

2020年3月，陶山镇卫生院开展“上门护理”服务，组建了一支上门护理服务团队，吴想想是团队主要负责人。“上门护理”服务以家庭作为治疗护理场所，为适宜在家庭环境下进行医疗或康复的病人提供服务。

年逾七旬的徐老伯因脑出血术后需定期更换胃管，以往每次去卫生院，家属都要早早做准备，费时又费力。自从2022年9月向卫生院申请“上门护理”服务后，每隔一段时间，上门护理服务团队就会定期上门为其服务。量血压、测血糖、采血、更换胃管、护理身体、配药送药……一系列细致入微的专业医疗服务让徐老伯的子女们竖起了大拇指！他们表示：“以前换胃管真是个大难题，现在多亏了‘上门护理’服务，让居家休养的病人

有了健康保障，也让家属省了不少事情。”为了感谢“上门护理”服务护理团队，徐老伯家属还特地送来了一封手写的感谢信以表谢意。

对吴想想而言，护理工作不仅是一份职业，更是一份需要倾注爱心、奉献与理解的崇高事业。她深知，只有将病人放在心上，设身处地为他们着想，才能给予他们最贴心的关怀与照顾。在日常工作中，她总是以朋友或亲人的身份，倾听每一位病人心声，了解他们的需求与困扰。

身为卫生院护理部的“大家长”，吴想想深知，一个团结、和谐、高效的团队是提供优质服务的基础。因此，她定期组织业务培训，提高团队的整体素质。在她的带领下，大家相互学习、相互鼓励，共同为提高基层医疗服务水平而努力，科室护理团队逐渐成长为一支专业精湛、团结协作、勇于创新的优秀团队。

与众多基层护理人员一样，吴想想用专业素养、无私奉献和创新精神，以实际行动践行着南丁格尔精神，在默默坚守中诠释着护士的无私奉献与责任担当。

### 责任在肩 守护医疗安全防线

除了负责卫生院护理部相关事务外，吴想想还身兼院感科科长一职。院感工作涉及卫生院全院各个角落，贯穿于病人从入院到出院的全过程，贯穿于治疗和护理的每一个细节当中，需要有高度的责任感。

自接任这一工作以来，吴想想以严谨与专业守护着医疗安全的防线。每天，她都穿梭在卫生院的各个角落，不放过任何一个可能存在感染风险的细节。病房里，她仔细检查消毒措施是否到位；门诊区域，她开展日常巡视，对院感防控措施

落实情况进行督导检查。每一处细节都逃不过她的眼睛，因为她深知，院感防控是一场没有硝烟的战争，稍有疏忽便可能带来严重后果。她不断学习最新的感染控制知识，紧跟医学发展的步伐。她精心制定科学合理的院感防控制度，为卫生院的安全运行提供了坚实的保障。

与千千万万的“院感人”一样，吴想想将医患安危当作己任，用自己的行动诠释使命，用自己的付出彰显责任。

【个人简介】

吴想想，陶山镇卫生院院感科科长、主管护士，她从事护理工作20余年，在工作中，她始终把“以病人为中心、以质量为核心、全心全意为人民服务”作为工作指南，虚心、爱心、细心、耐心、专心服务每一位患者，赢得了同事与患者的一致好评。

## 市疾控中心发布10月健康提醒

# 天气逐渐转凉，要预防呼吸道传染病

■记者 陈成成 通讯员 陈建博

金秋十月，秋高气爽，各类秋冬季传染病将进入高发期。市疾控中心提醒，本月天气将逐渐转凉，昼夜温差加大，提醒各位市民要及时增减衣物；同时注意通风，预防流感。此时，防蚊灭蚊仍不可松懈，要注意预防登革热等蚊媒传染病。

### 勤洗手勤开窗 预防呼吸道传染病

秋季天气多变，昼夜温差加大，流行性感冒（简称“流感”）病毒的生存和繁殖能力增强，人群易患流感。

流感是由流感病毒感染引起的急性呼吸道传染病，主要通过近距离呼吸道飞沫传播，也可通过口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播。流感一般表现为突然发病、高热、咳嗽、畏寒、流涕、鼻塞、咽痛、头痛、乏力、肌肉酸痛等症状，儿童流感有时伴有胃肠症状，包括恶心、呕吐、腹泻

等。一般情况下，病程一周左右，部分老年人、孕妇和免疫力低下的人群甚至可能引起重症或死亡。

日常生活中应注意个人卫生，养成勤洗手、打喷嚏或咳嗽时用手帕或纸巾轻掩口鼻的卫生习惯。保持室内空气新鲜，经常开窗换气。尽量避免接触流感样病例，必要时应佩戴口罩。若出现流感样症状，应立即停课或离开工作岗位，避免接触他人，同时应及时就医。

秋冬季也是水痘高发期，该急性传染病主要通过呼吸道飞沫和直接接触传播，也可通过接触被污染的用具传播。

水痘主要表现为发热、皮疹、丘疹、疱疹等，1周左右痂皮脱落。建议学校严格加强传染源的发现和管理，指定专人做好晨检工作，已发生疫情的班级开展空气和环境消毒措施，防止疫情进一步扩大，患病学生待病愈后凭医疗单位证明方可复学。

市疾控中心提醒，接种水痘疫苗是目前最有效的预防措施，此外，市民特别是儿童平时要多锻炼身体，多吃新鲜蔬菜水果，提高抗病能力。

### 注意食品安全 预防食物中毒

“金九银十”是婚庆、旅游旺季，市民参加婚宴和旅游等活动增多，发生食源性疾病的可能性也随之上升。广大群众外出游玩、聚会时应注意自身安全，尤其是食品安全。牢记“勤洗手，吃熟食，喝开水”，外出就餐，尽量选择到正规的餐饮店用餐，且注意观察其是否取得《餐饮服务许可证》《营业执照》等资质；尽量选择有品牌、有信誉

的食品加工企业生产的食品。若出现腹泻、发烧等症状，应尽快就医治疗。

进入秋季气温下降，诺如病毒感染性腹泻高发。该病毒可通过“粪—口”，呕吐物产生的气溶胶，经食物、经水等多途径传播，传染性强，易在人群密集场所传播。托幼机构、学校人群密集，各类集体活动频繁，易发生聚集性疫情。市民应勤洗手，尤其是饭前便后和外出回家后要彻底洗手，养成良好的个人卫生习惯和饮食习惯。要喝开水，不吃生冷食物，减少在外就餐机会，剩饭剩菜要完全加热后再食用。学校和托幼机构要加强晨检和日间健康巡查，做好日常消毒工作，加强室内空气流通，对出现相关症状者要立即在校园临时隔离，并正确及时处置呕吐物，避免发生聚集性疫情。

### 预防脑卒中 保持健康生活方式

秋季气温变化大，也是心脑血管疾病的高发期。10月29日是“世界卒中日”，

高血压、糖尿病、心脏病、血脂异常等是引发卒中的主要危险因素。

疾控专家提醒，预防脑卒中，要注意保持健康的生活方式：坚持锻炼，建议每个星期3至5次，每次40至60分钟有规律地进行中等强度运动；多吃蔬果、深海鱼类、坚果类、禽类、豆制品，猪羊牛肉每天的摄入量不能超过5%。另外，减少动物油、不健康油的摄入量，每天摄入的饱和脂肪酸也要少于5%，同时糖类的摄入量也要减少；有高血压病史的人应经常测血压，无高血压病史的中年人和小于35岁但有高血压家族史者至少半年测血压一次，一旦确诊高血压，应遵医嘱进行药物治疗；养成良好的生活作息习惯，尽量避免熬夜，保持健康的生活方式。

健康提醒

RUI BAO