

助消化类:如多酶片、酵母片等,此类药中的酶是活性蛋白质,遇热后即凝固变性而失去应有的催化剂作用。

维生素C:是水溶性制剂,不稳定,遇热后易还原而失去药效。

爱岗敬业讲奉献,开拓进取求创新

——记咸宁市中心医院 同济咸宁医院骨外科主任郑勇

郑勇同志,咸宁市中心医院骨外科主任,主任医师,享受医院特殊人才津贴。郑勇同志从事骨外科临床及教学工作24年。自1988年参加工作以来,他都能够遵纪守法、认真学习、努力钻研、扎实工作,以勤勤恳恳、兢兢业业的态度对待临床及教学工作,从住院医师一直顺利晋升为主任医师,其工作表现一直以来得到了患者的赞誉、同事的好评、各级领导的信任,为医院及骨外科的发展做出了巨大的贡献。

爱岗敬业,入选“鄂南十大名医”

从医20多年以来,郑勇主任急患者之所急、忧患者之所忧、想患者之所想,始终坚持“医者父母心”的原则,对待患者不分家庭境况是富是贫、社会地位是高是低,始终把患者的生命安全及疾病的康复放在第一位。对待每一位病人,自己都能做到认认真真检查、详详细细解说、兢兢业业施诊。当遇到患者家属不理解时,不厌其烦地耐心做好解释工作,不管工作多忙多累都坚持每天下班前详细查看每一位病人,掌握病人的病情变化。我们骨外科长期病床爆满,病床使用率超过130%,郑勇主任除了要每天坚持查房,接待门诊病人,最主要的是要进行一台接一台的手术,骨科手术一般时间都比较长,经常从上午9点多进手术室,一直到晚上八九点才能出,不能正常下班及吃饭,在每台手术间隙的短暂十几分钟里,随便喝点水,吃几口饭,来不及休息,就立即精神抖擞地赶赴下一台手术,手术室的医生护士长期

问的一句话就是“郑主任,又来了,您这么拼命就不感到累啊?”郑主任回答:“累是累啊,能怎么办呢?病人需要啊,我一上手术台就感觉不到累了。”半夜来了病人抢救或者大的急诊手术,郑主任也事必躬亲,长期事情做完天已经亮了,他就在值班室打个盹,上班时间又继续接着查房,指导治疗,准备这一天的手术。

有一次一个寒冬的深夜,从下面县市转来一个危重的病人,头颈胸多发伤,休克并双下肢开放性骨折,下面县市的医生考虑要截肢保命,急忙推荐来找郑主任,郑主任一接到电话后不顾白天已经做了一天的手术,立即十几分钟就从家里赶到医院,指导抢救及手术,七八个小时下来,患者终于转危为安,保住了性命也保住了双腿,而郑主任在下手术台的那一刹那,终于支撑不住,瘫坐在了手术室的地上,病人家属在得知手术成功后,激动地要向郑主任下跪来表示感谢,郑主任赶忙扶起他,简单地说了句:“这是我们应当做的,您太客气了。”在工作中,时刻为病人着想,从检查到治疗,为患者精打细算,如果遇到远道而来的患者,还会跟相关科室沟通联系,尽量当天能做完检查,明确诊断,给予及时治疗。很多慕名而来的患者,经郑主任诊治后康复,说的最多是感谢,他们感谢的不仅仅是郑主任的高超的技术,更感谢的是他全心全意为患者服务的高尚医德以及敬业精神。这也正映衬他作为“鄂南十大名医”的高风亮节。

开拓创新,评为“核心技术人才”

郑勇主任知道,作为一名医生,只有通过提高医疗技术水平,才能解决病人的疾苦,赢得患者信任。于是自己在工作中不断学习,苦练过硬的基本功,掌握本专业基本理论、基本操作、基本技能,学习新知识、新技术、新疗法,了解骨外科发展的新动态、新前沿,积累新经验。他经常参加全国的新技术推广学习,带来新的理念及技术,在实践中逐步摸索,先后开展了复杂髋关节翻修术、颈椎骨折脱位、复杂颈椎病、骨盆、髋臼骨折等高难度手术,填补咸宁市技术空白,技术水平与省内甚至全国高端接轨,随着医疗技术的不断提高,加上强烈的责任心和事业心,成了医院的绝对业务骨干,受到了患者及各级领导的信赖。享受医院核心人才津贴。

热心教学,尊为学生“良师益友”

郑勇主任除了严格要求自己,不断提高自身技术水平之外,还努力做好教学及指导下级医生技术水平的提高。他深知,要想求发展,必须靠人才,骨外科不能只靠他一个人,必须带动大家共同进步,才能提升整体实力,立足于不败之地。正因为此,他对下级医生更加严格要求,除了做好平时的临床工作外,还要求我们努力开展科研,总结成果、撰写论文,正是因为他悉心指导和教育,我们骨外科有多篇科研论文发表在全国各地的专业核心杂志上。他还经常带下级医生参加专业学术会议,以提高我们的见识,开阔我们的视野,让我们了解最新的前沿,让我们不要做井底之蛙。在生活上,他同样是我们良师

益友,我们要是有什么困惑、困难,都可以找他倾诉,他除了做好一名忠实的听众外,还给予我们最真诚的开导和帮助。他常常告诫我们:“做医生这个职业,特别是外科,要静下心来,要耐得住寂寞,不要被外界所干扰。”“医生都是穷人家的孩子当的,要想赚钱,就不要当医生,心有邪念,人命关天,害人害己。”正是有他的谆谆教诲和热心帮助,我们骨外科涌现了一批敢做敢拼,技术精湛,医德高尚的后起之秀。

郑勇主任的爱岗敬业的奉献精神,开拓创新的进取精神,一直鼓舞着我们这些后辈,他的成长历程是我们一生都学不完的课程。

(汪娇慧 张帆)



冬季养生 从脾胃开始

□记者 夏咸芳



俗话说“冬令进补”,立冬刚过,不少人已经开始准备冬季的进补计划。鄂南十大名老中医之一、咸安区中医院专家王胜利表示,想要进补有好效果,要先做好脾胃保健工作。否则,再好的药材食材都无法被身体吸收。

养身先要养脾胃

冬季受寒后肚子痛,反胃……这都是脾胃虚寒的表现。王胜利介绍,脾胃不好,很多病都会随之而来。中医看舌相,因为舌头上的舌苔就能显示出脾胃,也就是胃气、消化功能的好坏,就能指导中医的用药。

王胜利称,在中医里,脾胃就是中焦,脾胃不好,就会影响先天之本的肾对阳气的补益。一旦脾胃受损,身体各脏器运转就会受到影响。所以,调养身体,也是从养胃开始的,脾胃的运转好了,就能把吃进体内的食物和药物进行良好的吸收,达到补肾、强身的目的。

抗御外邪靠脾胃

明明身体很虚、体质很弱,但是吃补的东西,却没有效果,反出现了上火的症状……这是为什么?王胜利告诉记者,中医学认为,疾病的发生、发展及结局是正邪相争

的结果,其中正气是关键。王胜利说,脾胃为气血化生之源、后天之本,是人体正气的重要部分,《金匮要略》言“四季脾旺不受邪”,即指脾胃在四季中为人体抗御外邪中起着重要的防卫作用。脾胃的盛衰,关系到人体抗病能力的强弱。

王胜利称,冬季是一年中气候最寒冷的季节。冬季时,人体的新陈代谢在冬季也处于一年中最缓慢的水平,由于气温低,且昼夜温差悬殊,人体受到刺激后,血液中的组胺增多,胃酸分泌增加,胃肠发生痉挛性收缩,胃肠粘膜血管收缩,自身的抵抗力和对气候适应性均有所下降,会出现反酸、腹胀、腹痛等症状。如果冬季不注意生活习惯及饮食的调养,极有可能伤及脾胃,引起慢性胃炎、溃疡病,消化不良等消化系统疾病。

生活方式话脾胃

如何从生活习惯上去养胃呢?王胜利认为,冬季养生,应早睡早起,并积极参加活动健身锻炼,登高、慢跑、快走等都是不错的锻炼项目,但不适宜大运动量锻炼。冬季人体的生理活动随自然环境的变化处于“收”的阶段,阴精阳气都处在收敛内样的状态,故运动养生也要顺应这一原则,即不要做运动量太大的项目,以防汗液流失,阳气伤耗。

在饮食方面,王胜利说则要注重一个总的原则:宜少食辛味,即减少食用辛辣口味的食物,如:葱、姜、蒜、韭菜。因为辛辣食物,容易使内火亢盛,易致伤阴。

冬季是一年中进补的好时节。冬季时,人体顺应自然界气候变迁,以收藏为主。人体此时的新陈代谢减慢,肠胃吸收功能好,摄入的营养物质很容易被吸收,利用率高。因而,此时进食补品,多能收到很好的滋补功效。

医生简介



王胜利

主任医师,湖北中医药大学兼职教授、享受国务院特殊津贴专家、湖北省首届知名中医、湖北省咸宁市咸安区中医院名誉院长;鄂南十大名老中医之一,咸安区技术拔尖人才。从医四十余年,发表论文二十多篇,研制出多个单方、验方、秘方治疗各种中医疑难杂症,尤擅长脾、胃、肝胆疾病、关节炎、痹症、不孕不育、顽固性蛋白尿、各种脱发等中医疑难杂症,对心理治疗、康复、美容、老年性疾病有独特研究。

坐诊时间:大吸周三上午、周五上午,北门周一。



咸安区中医医院
咸宁市惠民医院

★新农合定点医院

★市、区两级职工医保、居民医保定点医院

★商业保险定点医院

走中西医结合之路
发挥中医特色优势

健康热线:8324525/8016228

院址:咸安区长安大道73号

网址:<http://www.xaqzyyy.com>