

厚德仁医

严谨求实



陇东医苑

Longdong Medical Garden

第 3 期



甘肃医学院附属医院

Affiliated Hospital of Gansu Medical College

自强

创新

敬业

诚信

第 3 期

2022 年 11 月刊

目录

CONTENTS



编委会:

雷鹏举 马小槟 黄惠平 许海军

郭菊英 宋忠孝 张生志 梁建科

雷衡阳 王晓军

主 编: 雷鹏举 马小槟 黄惠平

编辑部主任: 宋忠孝

编辑部副主任: 王晓军

责任编辑: 张青青

通讯投稿地址:

甘肃医学院附属医院编辑部(党委办公室 407)

邮箱地址: 1434995862@qq.com

邮 编: 744000

联系电话: 0933—8612791

特别声明: 来稿凡经本资料采用, 文责自负,

如无特别说明, 即视作投稿者同意本资料采用。

部分图片摘自网络, 如有版权及未明事宜, 请与

编辑部联系。

◆ 党建专栏

甘肃医学院附属医院组织收听收看中国共产党

第二十次全国代表大会开幕盛况..... 1

甘肃医学院附属医院召开党委理论学习中心组会议

专题学习党的二十大精神..... 3

◆ 医院动态

青春新力量 扬帆正起航——我院开展 2022—2023 年度

第二期实习生岗前培训..... 5

聆听前沿之声 共享学术盛宴——我院成功举办省级继续

医学教育项目急危重症临床护理技术研讨班..... 6

芳华待灼 砥砺前行——我院召开 2022—2023 年度

实习生座谈会..... 7

◆ 聚焦二十大

寄语二十大

感悟二十大

拨云手指天心月 高筑神州风雨楼..... 13

心有所悟 身有所行..... 16

医心向党 踔厉前行..... 18

感悟二十大 我的从医心..... 20

◆ 图片快讯

◆ 学术前沿

化疗患者的福音——院部门诊超声引导下

PICC 置管术成长记..... 24

◆ 科室简介

◆ 医护心声

留香珠与糖豆豆..... 30

◆ 健康科普

保温杯里的枸杞, 到底有何功效?..... 32

离年轻人最近的癌症: 甲状腺癌..... 33

◆ 医者情怀

岁月跨千年 戍疆赞胡杨..... 37

◆ 文苑荟萃



甘肃医学院附属医院组织收听收看 中国共产党第二十次全国代表大会开幕盛况

10月16日上午10时，甘肃医学院附属组织全体职工集中收听收看中国共产党第二十次全国代表大会开幕会直播盛况，认真聆听习近平总书记代表十九届中央委员会向二十大所作的工作报告。





泌尿外科



儿保科



药剂科



康复科

大家纷纷表示，要以二十大精神为指引，坚持在学思践悟中准确把握其丰富内涵与核心要义，进一步坚定奋进新征程、建功新时代的信心和决心，立足本职，踔厉奋发，砥砺前行，坚持“动态清零”总方针，做好常态化疫情防控工作，不断提升医院诊疗能力和服务质量，全力以赴当好人民群众生命健康护佑者，为推进我院高质量发展贡献力量。



甘肃医学院附属医院召开党委理论学习 中心组会议专题学习党的二十大精神

10月27日，甘肃医学院附属医院召开党委理论学习中心组会议，专题学习习近平同志在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告。中心组成员及各支部书记参加学习会，会议由医院党委书记雷鹏举主持。

会议指出，党的二十大是在全党全国各族人民迈上全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时刻召开的一次十分重要的大会。党的二十大报告立意高远、思想深邃、内容丰富，科学谋划未来五年乃至更长时期党和国家事业发展的目标任务和大政方针，具有很强的思想性、战略性、前瞻性、指



导性，是全面建设社会主义现代化国家的宣言书，是一篇闪耀着马克思主义理论光辉的纲领性文献。



会议强调，要把学习宣传贯彻党的二十大精神作为当前和今后一个时期首要政治任务，引领广大党员干部职工原原本本学、逐字逐句学、系统反复学，切实推动党的二十大精神入脑入心；通过新闻媒体、网络平台等宣传媒介，进一步宣传

党的二十大提出的新思想、新论断、作出的新部署新要求，努力营造浓厚舆论氛围；院领导班子成员要带头包抓党支部讲党课，各党支部要充分利用“学习强国”“甘肃党建”等网络学习平台，通过组织“三会一课”“主题党日”等开展研讨交流、专题培训、辅导讲座，以多种形式，推动学习往深里走、往心里走、往实里走，切实增强学习效果。

会议要求，广大党员职工要深刻领会党的二十大精神实质，要将学习成果转化为奋进新征程、建功新时代的实际举措和履职成效，全力做好患者的医疗救治和新冠肺炎疫情防控工作，切实保障人民群众生命安全和身体健康，以学习贯彻落实引领卫生健康事业高质量发展。



青春新力量 扬帆正起航

—我院开展 2022-2023 年度第二期实习生岗前培训



为促进实习生尽快适应医院环境，熟悉医院各项规章制度，了解工作流程及岗位特点，保障实习期间的医疗安全，2022年10月29日，科研与教学管理科通过线上平台举行2022—2023年度第二期实习生岗前培训，参加本次培训的有护理、医学影像、中医学等专业实习生共385人。副院长张生志出席会议并讲话。

副院长张生志详细介绍了医院基本情况、发展历程及实习生管理制度，并重点对实习要求、请销假制度和实习考核制度等进行了详细全面的讲解。他期望实习生在今后的职业生涯中，时刻保持严谨的工作态度及强烈的责任心，学会把临床理论与实践相结合。

各授课老师分别就院感知识和职业防护、医学生临床实习常见问题与应对措施、医护礼仪、医院核心制度、手术室实习规范等进行了严格培训。

通过本次培训，明确了注重临床思维和职业素养培养的重要性，增加了实习生对临床实践的理解，促使实习生学以致用、用以促学、学用相长，在实践中学习，培养责任意识，帮助实习生快速适应医院学习和工作环境，明确自身职责，找准自身定位，提高自身素质，及时转换角色，为将来成为一名优秀的医务人员打下坚实的基础。

本年度6月16日—17日科研与教学管理科开展了第一期实习生岗前培训，对临床医学、口腔医学等专业共计249人进行了培训。

聆听前沿之声 共享学术盛宴

——我院成功举办省级继续医学教育项目急危重症临床护理技术研讨班



为提高全市急危重症护理人员专业化水平，促进重症患者救治技术领域全面发展，2022年11月11日—15日，由我院承办的2022年省级继续医学教育项目—急危重症临床护理技术研讨班如期举行，全市各医院共

750人参加本次研讨班。院长马小槟、副院长郭菊英出席开幕式并讲话。

此次研讨班采用线上培训模式。研讨班邀请兰州大学第一附属医院护理部主任、急救护理学博士樊落，儿科主任护师、护士长裴一洁，以及我院多名专家联名授课。

马小槟院长指出，急诊急救工作是医疗工作第一线，是医院的前沿阵地和哨点，对急危重症患者能否及时、准确、高效的救治，是一个医院管理水平、诊治水平、医护质量的综合展现。作为区域内最大、最重要的急救平台，我们要重视急诊急救工作，不断提高工作质量，丰富技术支撑，保障区域内人民群众健康需求，为实现健康中国贡献自己的力量和智慧。

平凉市护理质控中心主任、副院长郭菊英分析了急诊急救的发展与现状，肯定了急诊工作的成绩，她要求临床护理人员应具备高度的责任心、敏锐的观察力，严格掌握急救专业理论知识和急救护理操作技能，切实肩负起维系患者生命安全和社会和谐稳定的历史重任。

本次研讨班精彩纷呈，涉及目前急危重症临床护理技术领域的热点、难点，贴近临床实际，受到学员一致好评。省级继续教育项目为危急重症护理人员搭建了一个学习交流的平台，有助于促进急诊护理在临床工作中的进一步规范和优化，必将为今后的临床实际工作起到很好的指导作用。

芳华待灼 砥砺前行

——我院召开 2022—2023 年度实习生座谈会

9月20日，科研与教学管理科组织召开2022—2023年度实习生座谈会，旨在及时了解阶段性教学情况，查找不足，总结经验，提高临床带教质量，更好地开展下一阶段教学工作，教研室主任、实习生代表等共计35人参加会议。会议由副院长张生志主持。



科研与教学管理科从教学安排、岗前培训、教学实施、督查监管、实习表现、存在问题等六个方面对2022-2023年度前期实习工作进行了总结反馈。

座谈会上，实习生代表积极踊跃发言，围绕理论知识、专业技能、医患沟通、临床应急能力等多个方面，畅谈自己在实习过程中的成长和收获，同学们一致认为，我院带教老师认真负责，教学意识强，大家在实习过程中很好的巩固了书本上的理论，全面提高了临床技能，受益匪浅。

最后，张生志副院长就本次座谈会进行了总结。他表示，本次座谈会为医院和实习生之间构建了和谐的交流平台，为医院在教学工作方面获得意见和建议提供了机会。他对同学们在医院的实习表现作了非常中肯的评价，并对大家提出了遵守医院规章制度、加强自身安全和医疗安全，转换角色、积极融入医院文化等要求，最后希望大家能够在实践中学习、在工作中成长，学有所成；要求各科室及带教老师认真履职尽责，把临床教学工作落实落细，精心培养有技术、有温度的医学人才，并表示医院也会为学生们创造更好的实习条件，让学生们学有所悟、学有所获、学有所为。

寄语党的二十大

开栏的话：

惟立古化新，继往开来者，可育无限蓬勃生气，浩荡情怀。党的二十大是在全党全国各族人民迈上全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时刻召开的一次十分重要的大会，是一次高举旗帜、凝聚力量、团结奋进的大会。大会作出的各项决策部署、取得的各项成果，必将对全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴，对夺取中国特色社会主义新胜利发挥十分重要的指导和保证作用。

党的二十大召开以来，医院党员干部职工认真学习宣传贯彻党的二十大精神，深受鼓舞，倍感振奋，纷纷结合自身工作岗位，话心声、说期盼、谈担当，迅速掀起学习党的二十大报告精神热潮。

党委办公室 杨新英

党的二十大报告高屋建瓴，为载着亿万人民伟大梦想的“中国号”巨轮劈波斩浪、行稳致远确定了新的航标和方向，让人备受鼓舞、倍感振奋。作为支部书记，我将切实把思想和行动统一到二十大精神上来，始终把为人民群众办实事、办好事作为工作的出发点和落脚点，切实加强自身素质建设。

血液内科 杜培林

医务工作者是推进健康中国建设的主力军。我要坚定信念，认真贯彻落实廉洁行医，依法行医，对待患者善倾听、能共情，始终坚守医疗机构工作人员廉洁从业

九项准则，始终坚持“以患者为中心”的工作理念，扎根医疗卫生事业一线，立志做新时代有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的医务人员。

全科医学科 汪陇丽

我将把学习宣传贯彻党的二十大精神作为当前和今后一个时期的重大任务，坚持原原本本学、融会贯通学、联系实际学，学出“拼”的精神、“闯”的劲头、“创”的勇气，不断重塑思想、深化认识、坚定信心、埋头苦干，切实把二十大精神转化为强大的精神动力，不断武装头脑、指导实践、推动工作。

骨科二病区 张祥祥

二十大胜利召开后，我更加坚定信念，努力做好一名合格的医务工作者，履行医务人员职责，同心同德，关爱患者，埋头苦干、奋勇前进，为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴而团结奋斗。

泌尿外科 武云骐

党的二十大精神，为我今后做好医疗工作提供了新的指引方向。作为一名新时代医务工作者，我将深入学习领会二十大报告精神，深刻践行作为白衣天使的承诺，着力改善医疗工作质量，不断做实做好医疗日常工作，久久为功筑牢“安全线”，为成就新时代白衣天使而努力奋斗！

设备科 牛琳祥

聆听了习近平总书记的报告，深感伟大建党精神催人毅勇前行，我将努力提高本领，消除“本领恐慌”和“知识短板”，在本职岗位上兢兢业业，努力钻研，开拓创新。进一步锤炼实干作风，不驰于空想，不骛于虚声，敢于担当。持续当先锋，做表率，敢于直面存在的问题，勇于抓实，抓细，抓出成效。



呼吸内科一病区 马娟

长路漫漫，惟有奋斗，当今中国青年是幸运而责任重大的一代，要有“功成不必在我，功成必定有我”之决心，为祖国发展贡献力量，以奋斗者之蓬勃姿态为祖国建设添砖加瓦。

药剂科 唐彩娥

医务工作者是推进健康中国建设的主力军，我们要以党的二十大精神为指导，弘扬伟大建党精神、践行新时代工匠精神，坚持“人民至上、生命至上”。作为甘肃省和平凉市的健康教育专家之一，我将带领临床药师团队，不断创新工作模式、拓展基层服务范围，通过各种宣传方式不断做好合理用药的宣教工作，最大程度减少药源性疾病的发生和减轻患者的经济负担。同时强化业务学习，不断提升服务能力，努力当好临床医师的好助手，用实际行动和实实在在的成绩，践行共产党员的初心使命。

消化内科二病区 周丽

作为党支部书记和科室护士长，我深感责任重大，使命光荣。我将带领支部全体党员和科室职工干部坚持“人民至上、生命至上”的宗旨，不断提高政治站位，在平凡的岗位不懈奋斗，在危难险重关头挺身而出，做到守岗尽职，勇担使命、踔厉奋发，攻坚克难，不断提升科室护理人员技术水平和服务能力。在精准防控的同时，积极推行各种便民利民措施，全力以赴为人民群众就医提供便利，提升人民群众就医的获得感、幸福感。

呼吸与危重症二病区 丁瑞

在这个日新月异的时代，充满着机遇与挑战，作为充满朝气的年轻人，我会努

力争取有更大的发展空间，彰显青年人的青春激情，继续坚持“立党为公，执政为民”的初心，继续践行党的卫生工作理念，在实际工作中做好疾病救治工作，把人民健康放在首位，用精湛的技术为患者保驾护航，让人民群众体验到有温度的医疗服务，做有理想、有情怀的好护士。

呼吸与危重症一病区 仇海龙

作为当代新青年，我们生在红旗下，长在春风里，我将时刻为理想而努力，牢固树立“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平”的理想，不断强化自身专业能力，不断增强学习的主动性、创造性，我将用实际行动证明自己的决心，紧跟党的步伐，一步一个脚印，听党指挥，为党和人民战斗。

内分泌科 靳亭亭

赴万丈理想，续时代华章需要的是年轻人的担当精神。作为生长在和平时代的年轻一代，在当前疫情防控的大战大考里，有我们白衣为甲、逆行出征的担当，我深感自豪与荣幸。作为医护人员中的一员，我会时刻谨记自己的使命，救死扶伤、防病治病，切实当好精湛医学的引领者，医学精粹的传承者，人民健康的保佑者，为人民的健康事业奋斗终身。

泌尿外科 薛倩倩

学习领会二十大报告精神，就是要在实际工作中，将二十大精神融入思想意识，贯穿于工作的各个方面，落实于生活的一言一行，在以后的工作生活中，我将以党的二十大的精神为指引，尽职尽责做好自己分内之事，继续在“厚德仁医 严谨求实”医院院训的感召下，坚持“一切以病人为中心”的服务宗旨，为医疗卫生事业的发展贡献力量。



党委办公室 李伟

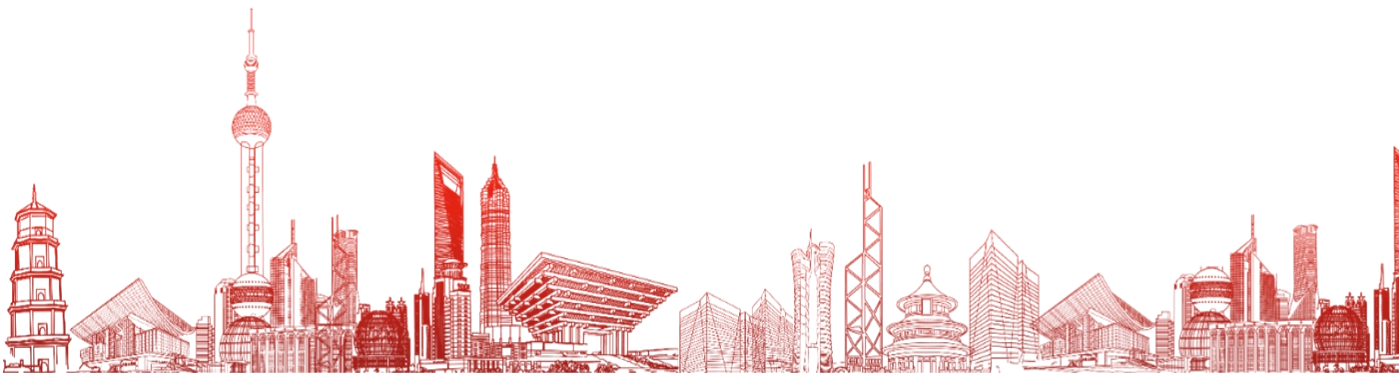
二十大报告系统总结了十年砥砺奋进的伟大变革，科学擘画了未来民族复兴的宏伟蓝图，极具思想引领力、政治动员力、时代感召力和历史穿透力。作为一名新时代青年党员，生逢盛世，重任在肩。我会始终坚定理想信念，坚决贯彻习近平总书记重要指示精神和党中央决策部署，以高度的政治自觉和责任担当，做好各项工作，脚踏实地承担起时代赋予我们的责任与使命，在自己的岗位上迸发出青春力量！

设备科 张瑾

党的二十大报告寄语青年，青年强则国家强。当代中国青年生逢其时，施展才干的舞台无比广阔，实现梦想的前景无比光明。而我们是幸运的一代人，是生在国旗下、长在春风里的一代人，那么，我们应该热爱祖国，奉献祖国，秉着眼里有光，肩上有责任，心中有活，时刻为理想而努力，不断地强化自身的专业能力，提升自己的专业素质，不断增强学习的主动性、创造性，用行动来表明自己的决心。

审计科 童穆欣

通过学习，我深刻地感受到，作为一名共产党员，要时刻做到“两个维护”，增强“四个意识”，通过自身的不懈努力，把报告的精神贯穿于实践中，落实在行动上，尽职尽责，勇于创新，当好学习宣传二十大精神领头羊，牢记共产党员的初心使命，知重负重、同心同德、凝心聚力，向伟大复兴昂首阔步，再启新程。





拨云手指天心月 高筑神州风雨楼

文/外科一支部 卢锦辉



10月16日，在科室认真聆听了习近平总书记在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告，并对二十大精神进行了学习，让人心潮澎湃，倍感振奋。

回顾过去的工作和伟大变革，展望二〇三五年基本实现社会主义现代化和本世纪中叶富强民主

文明和谐美丽的社会主义现代化中国，不禁为共产党人我将无我，不负人民，不屈不挠、顽强奋斗的精神深深感动，也为党和祖国取得的巨大成就而无比自豪，强烈感受到马克思主义同我国实际相结合所闪耀的巨大魅力。今天，我们青年医者正处在中华民族发展的最好时期，既面临着难得的建功立业的人生际遇，也面临着“天将降大任于斯人”的时代使命。我们自当继续学习党的理论和伟大思想，锻炼临床本领，不辜负党的期望、人民期待、民族重托，不辜负我们这个伟大时代。

桑弧蓬矢，须树立远大理想。马克思主义是我们立党立国、兴党兴国的根本指导思想，意识形态问题关乎旗帜、关乎道路、关乎国家政治安全，是一个国家的思想根基和精神支柱。立志而圣则圣矣，立志而贤则贤矣。我们须树立对马克思主义的信仰、对中国特色社会主义的信念、对中华民族伟大复兴中国梦的信心。须不断增强四个自信，提高个人政治素养，用科学的理论武装自己，用远大的理想启示自己，用光辉的未来激励自己，不断增强明辨是非的能力，用五四精神激励自己不断砥砺前行。

责有攸归，须担当时代责任。我们青年应保持初生牛犊不怕虎、越是艰险越向前的刚健勇毅，刻苦求知，积极创新。坚持唯物辩证法，大胆设想，勤于思考，须以兴趣为导向，以思维锻炼为方式，以为人民服务为根本目的，积极参加临床前沿研究，不断提高创新能力，让青春的思维火花在为祖国和人民的奉献中焕发出绚丽的光彩，让人生在实现中国梦的奋进追逐中展现出飒爽的英姿。

自强不息，须勇于砥砺奋斗。精准扶贫、尽锐出战，全国八百三十二个贫困县全部摘帽，近一亿农村贫困人口实现脱贫，九百六十多万贫困人口实现易地搬迁，历史性地解决了绝对贫困问题，是中国共产党不忘初心、艰苦奋斗的历史性成果。梦在前方，路在脚下，作为医学规培生，要想实现我们的目标，就需要锲而不舍的努力，救死扶伤，不辞艰辛，执着追求，为祖国医药卫生事业的发展和人民的身心健康奋斗终身。

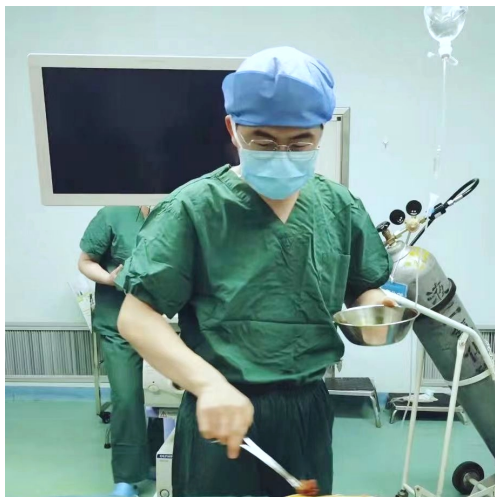
本固枝荣，须练就过硬本领。非学无以广才，非志无以成学，我们须勤学求知，把所学知识内化于心，形成自己的见解，既要专攻理论学习，又要关心党和国家、关心社会、关心人民，把学习作为当下的首要任务，作为一种责任、一种精神追求、一种生活方式。理论指导临床，临床丰富理论，树立梦想从学习开始，梦想靠本领成就，以真才实学服务人民，以创新创造贡献国家。

厚德载物，须锤炼品德修为。“才不近仙者不可为医，德不近佛者不可为医”这是裘法祖院士对医德的要求，“若无德，则虽体魄智力发达，适足助其为恶。”这是蔡元

培先生对青年品德锤炼的忠告。加强道德修养,首先需要自觉树立和践行社会主义核心价值观,并将其应用于生活和工作中。作为医学生,在临床学习和实践中,需不断提高医德修养,更新伦理理念,不断从自身内省中提升道德修为,明大德、守公德、严私德,锤炼高尚品格,追求更有高度、更有境界、更有品位的人生。

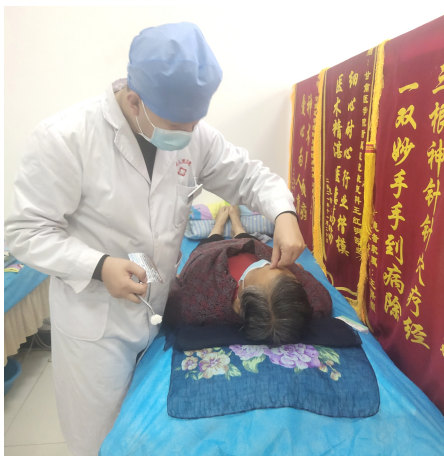
党的十八大以来,我们见证了中国共产党成立一百周年,见证了中国特色社会主义进入新时代,见证了完成脱贫攻坚、全面建成小康社会的历史任务,实现了第一个百年奋斗目标,这是中国共产党和中国人民团结奋斗赢得的历史性胜利,是彪炳中华民族发展史册的历史性胜利,也是对世界具有深远影响的历史性胜利。我们青年在实现中华民族伟大复兴的进程中,在百年未有之大变局的时代路口,须在中国共产党领导下,继续弘扬二十大精神,坚持和实践习近平新时代中国特色社会主义思想精神,用青春和热血书写中国青年事业的壮丽篇章,为中国特色社会主义进入新时代、为中华民族的伟大复兴作出自己的贡献。我们有理由相信,赢得过巨大光荣的中国青年,必将在新的历史时期赢得更大的荣耀。

最后让我们以习近平总书记在报告中对青年重要论述的期冀作为我体会的结语:当代中国青年生逢其时,施展才干的舞台无比广阔,实现梦想的前景无比光明,我们定会坚定不移听党话、跟党走,怀抱梦想又脚踏实地,敢想敢为又善作善成,立志做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好医者,让青春在全面建设社会主义现代化国家的火热实践中绽放绚丽之花。



心有所悟 身有所行

文/康复科 王红明



时间，站在了 2022 年 10 月 16 日上午 10 时，中国共产党第二十次全国代表大会在北京人民大会堂隆重开幕，作为医务工作者，我时刻关注着大会的进程，也时刻被习总书记所作的大会报告中的各项成果、奋斗目标感动着，激励着，这也将引领我在平凡的岗位上，坚持人民至上，生命至上，为增进人民福祉做出新贡献。

坚定信念 永葆初心

“江山就是人民，人民就是江山。中国共产党领导人民打江山、守江山，守的是人民的心”习近平总书记在二十大报告中的庄严宣示，包含深情、温暖人心。作为一名医务工作者，我们必须践行初心，担当使命，有坚定的理想信念，在临床工作中，解放思想，更新观念，善于动脑，勤于思考，开拓进取，始终紧跟时代的潮流，不断研究新专业、新情况，立足于中医药专业，守好中医“江山”和中医心，促进中医药专业的传承发展。总书记的讲话不断的激励着我，我也将不负众望，立足本职，一如既往为中医药事业尽自己的一份绵薄之力，更好的为广大人民群众服务，为“神奇崆峒，养生平凉”再建新功。

甘于奉献 抗疫显担当

在疫情来临时，我积极响应政府艾灸预防保健和中医药防护的号召，坚守工作岗位，用耐心、爱心、责任心和实际行动为患者服务，有力地支持了抗疫工作；依靠扎实的专业功底，查阅学习大量的资料，为做好新冠肺炎防治积极建言献策；无畏病毒威胁，坚守医院发热门诊，并毅然参加社区志愿者服务，严防死守小区大门，查看行程码，宣传疫情防控政策，积极参与疫苗接种保障工作；在全市大规模核酸采样中，一马当先，奋不顾身，进行核酸检测信息录入，一不怕苦，二不怕累，以实际行动展现了一个医者的大无畏精神。

勇于传承 争创先锋

作为皇甫谧和广成子故里的传承人，我自觉把地方文化融入本职工作中，传承皇甫谧的中医精髓，并积极响应政府号召，倡导市民学中医，强身健体，发挥中医“一针二灸三药物”思路，扎扎实实当好守护群众健康第一责任人。同时，在临床治疗颈肩腰腿痛和面瘫方面，借鉴各家之长，发挥中医的特色，倡导非药物疗法，进行中西医结合康复，先进的疗法，不但缩短了疗程，一定程度上为患者减轻了病痛，节省了费用，而且疗效十分显著，赢得了广大患者的一致好评。

习近平总书记报告中提出的“推进文化自信自强，铸就社会主义文化新辉煌”，至今还回响在耳边，使我倍感责任重大，使命光荣。作为一个热爱传统文化的青年，更该把自己的理想信念融入工作生活当中，在传播弘扬中国特色社会主义文化、培育践行社会主义核心价值观、激发全社会创新创造活力上贡献自己的力量。

作为医院一分子，我将一如既往，不负使命，继续耕耘，努力奋斗，传播正能量文化，做好本职工作，当一名让老百姓放心的好医生，走好新时代赶考之路，不负时代和人民。

医心向党 踔厉前行

文/内科第一党支部 张圆

日月开新元，万象启新篇。10月16日上午10时，中国共产党第二十次全国代表大会在北京人民大会堂隆重开幕，习近平总书记代表第十九届中央委员会向党的二十大所作的报告主题鲜明，内涵丰富。聆听报告，使我倍感振奋，深受鼓舞。我采取集中学、自主学、线上学、线下学等多种形式开展学习，密切联系工作实际，切实把学习贯彻会议精神的成果转化为谋划发展的正确思路、推动落实的具体举措、解决问题的实际成效。



党的二十大报告中指出，十年来，我们深入贯彻以人民为中心的发展思想，在幼有所育、学有所教、劳有所得、病有所医、老有所养、住有所居、弱有所扶上持续用力，人民生活全方位改善。习近平总书记在报告中强调：人民健康是民族昌盛和国家强盛的重要标志，要把保障人民健康放在优先发展的战略位置。作为一名奋斗在临床一线的重症医生，对此我深有感触，精于业务、勇于担当，为患者解除病苦是本分，更是党赋予我们的责任。

医心向党 砥砺前行

作为一名入党积极分子，要有新担当、新作为，唯有矢志奋斗，方能无怨无悔、不负韶华。我将以此次会议精神作为以后工作和生活的风向标，切实把思想和行动

统一到大会精神上来，深学细悟，真正做到入心入脑，不断提高政治理论水平和文化素养，充分发挥模范带头作用，坚决做到先学一步、深学一层，并在贯彻落实中做到学有所思、学有所悟、学有所获，以此推动工作、指导实践。



坚守初心 救死扶伤



党的二十大报告中指出：“江山就是人民，人民就是江山。中国共产党领导人民打江山、守江山，守的是人民的心。”字里行间处处流露着党对人民的深情与担当，生动诠释着以人民为中心的深刻内涵。我作为一名医务工作者，深感重担在肩、重任在手、重托在心，我将始终牢记医者初心和使命，立足岗位做贡献、爱岗敬业争奉献，以一颗仁慈博爱之心对待每一位患者，为群众健康保驾护航。

敬佑生命 甘于奉献

“没有全民健康，就没有全面小康”，我将立足本职，积极贯彻落实医院各项工作要求，不断加强自己的专业知识，钻研医术，精益求精。不断更新知识，提高技术水平，俯下身子、真干实干，保持昂扬奋斗姿态，弘扬“救死扶伤、大爱无疆”的精神，坚持把患者健康放在首位，全心全意为病人服务，努力让自己成为一名有灵魂、有温度的重症医生。

历史和现实告诉我们，卫生健康事业发展所取得的一切成就，都是在党的领导下取得的。党的二十大的胜利召开，为我们指明了前进方向，让我们目标更明确、信心更坚定。在以后的工作生活中，我将持续领悟学习党的二十大精神，勇于创新、敢于担当，全力守护人民群众身体健康，为医院的高质量发展贡献力量，为祖国的医疗卫生事业发展继续不懈奋斗。

感悟二十大 我的从医心

文/妇儿支部书记 张睿



2022年10月16日上午10时，中国共产党第二十次全国代表大会在北京人民大会堂隆重开幕。在院党委的号召下，产科全体同事怀着无比激动的心情收看了大会开幕式，作为一名党员，想迫不及待与大家分享我的心得：

“没有全民健康，就没有全面小康”，要做好这项工作，从来不能做做标语、喊喊口号，而要扑下身子、苦干实干。作为临床一线工作者，最根本的就在于把本职工作做好，坚持敢字为先、干字当头，始终秉承“好看病、看病好、病看好”理念，服务和保障好广大患者身体健康。

这是在产科从事多年护理工作的感受深刻，大家身处抗疫前沿，虽然不像方舱那样危险，但是产科的特殊性和重要性决定了有被感染的风险。来自五湖四海的产妇，由于生产的紧迫性和危险性，无法保证所有产妇及家属的“两码”与“核酸”无异常，如此会导致产科成为一个潜在“小疫区”。尽管形势严峻，我们随时都会有感染的风险，但是作为医务工作者，面对疫情，义不容辞，大家在做好一切自我防护工作的情况下，查验预检分诊表、“两码”和核酸及抗原结果，积极收治患者，单间隔离的收到过渡病房，为病人住院把好第一关。

第一例新疆回来的患者是一对夫妻，他们的健康码皆为黄码，需要单间进行隔离，我们及时为患者铺好正式床位，给予产妇来自家乡人民的温暖，做好落地核酸单采，医护人员实行二级防护，在病房7天集中隔离期满后产妇顺利诞下名一男婴，

这只是我们四个月来收治的从疫区回来的孕产妇的缩影。

在学习了党的二十大报告精神之后，给我带来的不仅是感动，更是要将党的二十大精神做到内化于心、外化于行。作为医院危重孕产妇救治中心护士长，为能在面对繁杂的工作情况时，条分缕析处理各项交织叠加的工作任务，我将始终从自身出发，加强临床专业能力学习，爱岗敬业、守正创新，能吃苦、勤奋斗，使之在面对工作中的困难和问题时，不断适应紧张的工作节奏和要求，为医院的高质量发展尽绵薄之力。

为使从疫情封控区崇信来的赵姓孕产妇能顺利手术，产科全体医护竭尽全力。这位孕产妇孕39周，妊高症合并心衰情况十分危急，一个孕产妇身负两条人命。我们马上联系了产妇的家属，结果家属因崇信封控管理卡在高速上。于是我们先平复家属焦虑的心情，向他宣传平凉市、甘肃省乃至国家卫健委关于危重孕产妇转运和救治的绿色通道政策及救治原则、制度。家属情绪稳定后，立即给平凉市区联防联控办打电话进行沟通。在不违背疫情防控政策下使家属火速赶往医院，作为患者的丈夫在术前签字，产妇通过剖宫产顺利诞下男婴，产妇及家人送锦旗感谢产科全体医护人员，疫情无情，医护有情，十个月来产科收到各方的锦旗有二十多面。

在平凡的岗位上，我将更进一步坚定信念，立足本职，不断强化自身专业能力，增强学习的主动性、创造性，以爱心、细心对待每一位患者。9月8日产科收住一名院外分娩的有精神障碍并会阴I度裂伤的患者杨某，杨某自小没有母亲，也不知孩子的亲生父亲是谁，陪同患者的只有父亲及家里的叔伯。她的经历让大家十分同情，住院期间，患者及家属收到科室很多人的帮助。尤其在中秋节那天，万家团圆共赏圆月的特殊日子，科室成员商议后决定，定制鲜花探望患者，并为患者在医院食堂定制月子餐和快餐，给患者带去医院和产科的温暖。

学习贯彻党的二十大精神，落实健康中国战略，我们医务人员身在其中。作为产科护士长、妇儿党支部书记，我会用实际行动践行共产党员的初心使命；用赤子之心诠释南丁格尔精神；不负韶华做护理路上的追梦人。

喜报



2022年8月19日是第五个“中国医师节”，为表彰先进，树立典型，激发广大医师投身于人民卫生健康事业，甘肃省卫健委通报表扬全省100个优秀医师团队和500名优秀医师，我院骨科、儿科名列其中，荣获全省“优秀医师团队”称号。

2022年8月20日，平凉胸心血管外科医疗质量控制中心授牌仪式在我院举行。



2022年11月2日，消化内科二病区独立成科。现有医护人员19名，开放床位57张。



图片新闻

2022年9月24日,全科医学科联合行政第一支部,内科第一、二支部,药械支部、妇儿支部、中医支部,门急诊支部及铁路社区卫生服务中心在铁路社区开展“喜迎二十大,金秋义诊送健康”大型义诊活动。



2022年9月27日,省卫健委领导督查我院疫情防控工作。

2022年10月10日,我院以视频方式召开全院职工大会,安排部署重点工作。



2022年10月11日,我院开展安全稳定和疫情防控工作专项督查。

化疗患者的福音——院部门诊超声引导下 PICC 置管术成长记

文/门诊 牛丽娟



2021 年 5 月 30 日，院部门诊成功开展第一例超声引导下 PICC 置管术，为患者化疗打通了“生命绿色通道”，拉开了可视化 PICC 置管术的帷幕，为我市广大化疗病人及其他需中长期静脉用药的患者带来了福音。

新业务的发展，离不开医院的鼎力支持，近年来，科室积极搭建专科护士学习平台，先后选派业务骨干到兰州、武威等地进修，建立 PICC 技术梯队，实施 PICC 集中管理，淬火历练，使得超声引导下 PICC 置管术得以起步、发展和成熟，团队管理日益规范。

超声引导下 PICC 置管技术的阵地在院部门诊三楼手术室，技术团队有门诊静疗专科护士刘小娟、心胸血管外科静疗专科护士张宏宏，肿瘤内科护士长陈慧和朱小敏四人。一年来，共完成置管 110 例，成功率达 100%，技术日臻成熟；病员范围越来越大，源自肿瘤内科、普外科、泌尿外科、心胸血管外科、神经外科等科室，解决了肿瘤化疗病人、长期输液患者的静脉通路难题，让患者得到专业、优质、安全的专科护理技术服务。

超声引导下 PICC 置管术具有穿刺成功率高,降低并发症的优点。具体置管流程:病人资料评估筛查→与病人及其家属谈话签字,征得同意→术前准备(环境、用物、术者与巡回)→术中 B 超引导、确定置管血管,置管到位,妥善规定→X-ray 下确认→次日随访,此程序历时 1 至 1.5 小时。



案例

案例一：赵 x, 59 岁,住院病人, 直肠癌, 2022 年 6 月 15 日, 置管过程中因血管原因导管异位, 在放射科 X-机协助下将导管调至最佳位置, 术后 PICC 管使用良好。

案例二：张 x, 60 岁,住院病人, 肺癌, 2022 年 6 月 29 日置管, 此次是该病人第三次 PICC 置管(前两次置管在外院进行), 当导管行至颈内静脉时多次卡顿, 最后在放射科 X-机协助指引下将导管顺利送达后 PICC 管使用良好。

神经外科

甘肃医学院附属医院 神经外科



甘肃医学院附属医院神经外科作为平凉市范围内唯一独立成科的外科二级学科，是国家级脊柱脊髓疾病扶持成员单位，甘肃省医学会神经外科专业委员会委员及甘肃

省神经外科医疗质量控制中心单位，平凉市医学会神经外科专业委员会、平凉市神经外科医疗质量控制中心挂靠单位。

科室于 2006 年 3 月独立成科，目前有主任医师 2 名（包括返聘 1 名）、副主任医师 1 名、主治医师 4 名、住院医师 10 名、副主任护师 2 名及护师等近 50 余名专业医护团队，其中主任医师姚天才获中国医师协会神经外科专科医师证书。科室拥有螺旋 CT 及 MRI、监护仪、降温毯、排痰仪、显微镜、神经内镜、呼吸机、3D 数字减影、深静脉血栓治疗仪、生化分析仪等各种先进仪器，具备神经系统创伤、神经系统肿瘤、脑血管疾病、中枢神经系统感染性疾病、脊髓脊柱疾病、神经系统先天性疾病、功能神经外科、小儿神经外科、神经重症、神经康复等神经外科疾病诊治能力。近年来，业务工作逐年上升，年收住院病人 1300 余人次，门诊 6000 余人次，各级各类手术近 500 余台次。

近五年来，科室获甘肃省教育厅科研立项 1 项，发表 SCI 论文 1 篇、国家级论文 20 余篇，20 余人次获各种省市级奖励（其中原神经外科主任杨益民同志曾获得甘肃省劳动模范、原护士长张虹虹曾获得平凉市劳动模范，现神经外科一病区姚天才主任获得平凉市劳动模范、甘肃省医德医风建设先进个人等称号）。科室注重业务技术发展与交流，先后与兰州大学附属医院、联勤保障部队 940 医院、甘肃省人民医院、空军西京医院、空军唐都医院、西安交通大学附属医院、天津武警总医院、北京三博脑科医院等国内知名医院建立业务合作关系，并且与甘肃省人民医院、兰州大学附属医院、平凉市各县级医院建立医联体，并先后派出科室骨干去往国内各神经外科临床中心进行亚专业培训学习，可开展颅脑创伤、脑血管疾病、神经肿瘤、脊髓疾病、功能神经外科等类型的各种手术治疗。

近年来在医院党委及院领导的支持下，全科医护人员拼搏奋进，努力创新，积极创建“国家级高级卒中中心”、“甘肃省创伤救治中心”和“甘肃省省级重点学科”，申请复活国家级住院医师规范化培训基地神经外科专业基地资格，2022 年医院党委审时度势，从设施建设、设备更新、人才引进、技术创新、质量提升等方面加大支持力度，促进神经外科发展壮大，成立了以“脑血管病外科”治疗为主的“神经外科一病区”和以“颅脑创伤及肿瘤等”治疗为主的“神经外科二病区”共两个亚专业病区和一个神经外科重症监护中心，目前开放，共 88 张床位（包括普通床位 73 张，神经外科重症监护中心床位 15 张）和两间神经功能康复治疗室，并规划建设大型高压氧治疗中心和智能复合手术室。

奋斗是新时代最亮丽的底色。未来，神经外科将持续深挖学科优势，引领理念创新，积极打造陇东地区神经外科教学、科研、临床中心，在新时代的赶考路上踔厉奋发、笃行不怠。



全科医学科

甘肃医学院附属医院 全科医学科



甘肃医学院附属医院全科医学科成立于2019年9月20日,是集临床、教学、科研为一体的综合学科,为国家首批全科住院医师规范化培训基地、甘肃医学院附

属医院全科教研室。承担我院全科住院医师规范化培训、甘肃医学院本科生实习、平凉市全科医师转岗培训等教学任务。现为浙大一附院全科联盟候选单位,下设平凉市三院(四十里铺镇中心卫生院)、铁路新村社区卫生服务中心两家基层培训基地。

全科医学科于2021年9月9日搬迁至门诊十楼病区,设置床位43张。目前共有医师6名,其中主任医师1名(兼职)、副主任医师1名、主治医师4名。护理人员10名,其中主管护师2名,护师4名,护士4名。科室配备心电监护仪、空气驱动雾化泵、静脉输液泵、无创呼吸机等设备,2021年度科室收治患者794人次,门诊9326人次。

全科医学科医护团队秉承“全心全意、全面照顾”的理念,遵循“社会-心理-生物”模式,发挥各自的亚专业特长,实现优势互补、全面综合的救治特色。开展以下医

疗服务：一、多种慢性病综合管理，随着老龄化社会来临，多种慢性疾病并存患者日益增多，全科医学科慢病管理团队依照高血压、糖尿病、慢阻肺、冠心病、脑血管疾病等常见慢性病指南，从达标管理、合理用药指导、营养指导、生活指导等方面实现多病共存的综合管理。二、未分化疾病诊疗，如：乏力、消瘦、浮肿、纳差、咳嗽、头晕、眩晕、肥胖、气短、胸闷、睡眠障碍等，全科未分化疾病诊疗团队通过全科诊疗模式实现未分化疾病的追因、治疗、随诊管理。三、健康管理，随着人民生活水平的提升，大众对于健康管理的需求迫切，全科健康管理团队与我院体检中心合作开展团体及个人体检方案设计、检后咨询指导、团体检后分析及健康科普等服务。

全科医学科成立以来，将规范诊疗及教学作为重中之重，促进科室健康发展、学科亚专业培育。2021 年开始每年度举办省市级继续教育项目《平凉市全科论坛》。近 3 年来，参与结项省教育厅科研 1 项、市级科研 1 项，发表 SCI 论文 1 篇、省级论文 2 篇。2022 年立项省教育厅科研 1 项、市级社科项目 1 项。2021 年开始，全科医学科通过与本院各党支部、基层基地互动，开展“送医下社区、全科健康行”系列活动，累计开展义诊活动 10 余次。

今后，全科医学科医护团队将继续以患者为中心，通过有计划地进修学习、持续不断的知识更新促进亚专业团队培育，持续推进学科建设，更好满足人民群众不断增长的多元化就医需求，做好全科住培、本科生实习带教等工作，积极创建全科重点基地。



留香珠与糖豆豆

文/儿科 王双鸽 陈丽斌

五月的微风夹杂着花粉的清香，轻拂着院中的垂柳，把湛蓝的天空也衬托地分外温柔，一幅岁月静好的画卷。傍晚七时，太阳的余晖尚未隐去，我却无心赏景，拖着疲惫的身体，匆匆往家赶。接孩子，做饭，辅导作业这便是每日流程，身为交警的孩子爸，此时还在马路上维持着城市血液的顺畅流通。



正在炒菜，电话铃声突然响起，似乎把锅铲上的一片木耳都欲“震”落。好友丽丽急促地说：“群里通知，突发事件，许多小孩需要洗胃，让速回科室”。“我怎么没接到电话，怕是不怎么严重吧？”，片刻迟疑，此时我要走了，俩孩子如何吃晚饭？真的不严重吗？这可是一条条鲜活幼小的生命，医者使命，无可选择。在一瞬间的“斗争”后，我已经在下行的电梯里了，当即载着丽丽一路狂奔，到科室时，两位护士长和十余名同事已经就位，洗胃机也准备就绪，开始了“战斗”。

原来某小学二年级的十几名学生，把洗衣留香珠误认成糖豆豆，真是让人哭笑不得。所幸的是，孩子们大都只吃了一两粒，暂未出现不良反应，我只从他们天真无邪的眼睛里，看到了恐惧。问询、评估、分组、处置、洗胃、抽血，我们三人一组，五人一队，反复查对，谨慎操作，心理疏导，口头安抚，一切井然有序，全身

心投入工作。大家早已忘却了上了白班的劳累，将要上晚班的煎熬，一切洗胃工作结束后，才有姐妹毫无形象地陷进办公椅里放松。这时孩子们的检查结果都已正常，家长们更是“千恩万谢”带回了宝贝。



对于家长和孩子们来说，这可能只是人生路上一个小小插曲，随着时间的推移他们会逐渐淡忘，但对于工作十余年的我来说，每一个被家长疏忽的小细节，所导致的悲剧，都会成为我记忆深处难以名状的痛。忘不了孩子们洗胃时撕心裂肺的哭喊，忘不了那一双双盯着我近乎绝望的眼睛，更忘不了孩子误服致命物品后，强烈的求生欲望，离世后遁地绝望的亲人……。我常想如果大人们监管到位，懂一些家庭防范知识，就可以避免人间一幕幕悲剧的发生，这些孩子也不会经历如此痛苦，而这些家庭也不会支离破碎。

有关数据显示，在我国，中毒是儿童意外死亡的主要原因之一，平均每年约有1500名14岁以下儿童因中毒而死亡，农药、成人药品、蚊香液、洁厕净……这些都是危害儿童的头号杀手。而夏季，也是我国儿童误服中毒的高发季。

在这里提醒广大家长，请保管放置好家里的危险物品，不能让孩子轻易触碰鼠药；不要把剩余的消毒剂、农药倒进废弃的饮料瓶里；不能在为孩子喂食药片、药水的时候哄骗孩子是糖豆、糖水；在服用慢性病药物时避开孩子，避免好奇心重的孩子偷服药物。另外，如果发现孩子突然出现呼吸、消化、精神系统等异常反应时，请第一时间带孩子来医院检查，如果确定孩子已经误服了异物，请带上相关的说明书，以便医务人员快速确定误服成分，及时抢救孩子。

孩子们的世界总是洒满阳光，充满歌声，让他们远离一切阴霾，像花儿一样绽放，像鸟儿一样欢悦。

保温杯里的枸杞，到底有何功效？



文/预防保健科 杨军锐

一、枸杞的功效与作用

枸杞性味甘、平，归肝经和肾经，具有保肝、明目、抗癌、抗疲劳、抗衰老、提高免疫力作用。食用枸杞不但能够增强机体的功能，促进健康，还能提高机体抗病能力，增强机体对各种有害刺激的适应能力。此外，枸杞有降低血糖和血压的功效，用枸杞可以显著降低胆固醇的含量，减轻和防止动脉硬化，是糖尿病、高血压、冠心病的良好保健品。

二、食用方法

煲汤、炒菜、做粥、泡水的时候适量放一些枸杞。枸杞富含多种微量元素和维生素，增强免疫力，但需要在坚持服用的情况下才有药用价值，为了食用方便，常常用保温杯泡枸杞水喝。

三、食用注意事项

任何滋补品都不要过量食用，枸杞也不例外。一般来说，健康的成年人每天吃10克左右的枸杞子比较合适，如果想起到治疗的效果，每天可吃20克左右。

用枸杞泡水时要注意，滚烫的热水会将枸杞子的营养破坏掉，所以泡枸杞子最佳水温应控制在65~80℃之间。除了喝水外，枸杞大部分营养物质仍然在果肉里，因此泡过的枸杞也最好嚼一嚼咽下，更有利于发挥功效。

离年轻人最近的癌症：甲状腺癌

文/重症医学科 马艳红 路蓉

本年度七月医院组织了全员体检，令人诧异的是我科室有 9 人甲状腺存在大大小小的问题，其中女性 8 人，男性 1 人。带着这惊人的数据，我查阅了相关文献，借此与大家共勉。

据世界卫生组织国际癌症研究机构 (IARC) 统计，2020 年，中国约有 22.1 万人罹患甲状腺癌，在当年所有癌症新发病例数占比 4.8%，位列第七。数字很可能并不会就此止步。国家癌症中心的一项研究预测，2022 年中国将有 22.4 万人因为甲状腺，不得不开始跟“癌症”打交道。

甲状腺癌的发生原因很复杂，与电离辐射、碘摄入量、雌激素、遗传因素都可能有关。虽然病因尚未明确，但是甲状腺癌的名号，越来越响亮了。

在中国，甲状腺癌发病率上升明显：

甲状腺癌发病率升高,很大一部分“功劳”是青壮年群体贡献的。2005 - 2014 年这 10 年间,在中国肿瘤登记地区,青壮年群体首当其冲,平均发病年增长率都超过了 10%。其中,30 - 34 岁人群,年均增长率达到了 15.98%。





年轻人甲状腺癌发病率上升，很可能是定期筛查和不良生活习惯的共同结果。一方面，年轻人越来越重视自己的健康，定期体检；另一方面，当代年轻人的压力很大，再加上不规律的饮食结构、情绪波动幅度大、长期熬夜、日常碘摄入不足或者激素类药物过度使用、辐射因素影响……如此种种，都在无形之中推着年轻人靠近甲状腺癌。

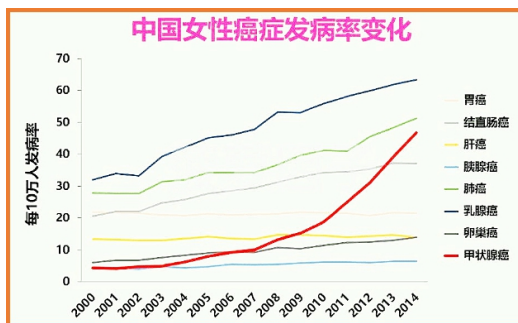
除了年轻人，甲状腺癌还悄然盯上了女性群体

甲状腺癌有多“重女轻男”？2016年，每10万名中国女性中，就有约15人被确诊患有甲状腺癌。平均每一个男性患甲状腺癌，就有三个女性得同样的病。至今还活跃在人们视野里的朱迅和孟晚舟，都是甲状腺癌的幸存者，与癌症抗争已有数年。2021年，《寄生虫》女主扮演者朴素丹宣布患有甲状腺癌，此时的她，刚过而立之年。

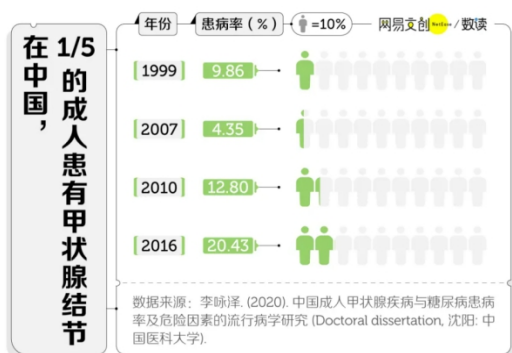
虽然甲状腺癌还不是女性群体中发病率最高的癌症，却是发病率增速最高的。2000年以来，平均每年增长17.7%，比增速第二的宫颈癌的2倍还多。

女性何以成了甲状腺癌的靶子？

甲状腺癌有一位“兄弟”，我们并不陌生，正是致使歌手姚贝娜英年早逝的乳腺癌。这对甲乳“好兄弟”，均为内分泌器官，和雌激素水平具有相关性。不仅更“偏爱”女性群体，而且经常同时作乱，有甲状腺癌病史的患



者再发乳腺癌的风险增高，而有乳腺癌病史的患者再发甲状腺癌的风险也增高。



发现甲状腺癌，需要几步？

最常见的甲状腺癌初期症是甲状腺肿大或者小肿块，也就是常说的甲状腺结节。但是这些小疙瘩通常很狡猾，很少出现临床症状，一般通过甲状腺触诊和颈部超声检查发现。超声

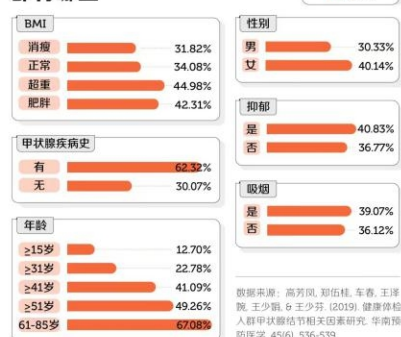
检查会对甲状腺结节的外表进行打分。如果出现了直径太大、边缘不规则、钙化等情况，那么情形有点不妙——结节很有可能是恶性的，得依靠穿刺来进一步追踪癌细胞的身影。

没有人敢保证甲状腺癌离自己很遥远，毕竟在那些不敢看的体检报告里，大概就藏着甲状腺癌的“近亲”——甲状腺结节。

一项针对中国大陆地区的甲状腺功能抽样调查显示，2016 年中国甲状腺结节成人患病率约为 20.43%，每 5 个人里就有 1 个。

不过，即便你已经患有甲状腺结节，也不必过于揪心。一般来说，85% - 95%的甲状腺结节都是良性结节，只有 5% - 15%的结节才是恶性的，也就是我们熟知的甲状腺癌。

甲状腺结节的高危因素，都有哪些



但是甲状腺结节的高发病率，还是敲响了警钟——不少甲状腺结节，都是后天自己“作”出来的。

一项研究表明，从甲状腺疾病史、超重肥胖、是否吸烟到心情状况，都会

甲状腺癌，在中国是最“温柔”的癌症



影响甲状腺结节的发病情况。也就是说，暴饮暴食、抽烟、抑郁低落，当代人每一种不良生活和工作习惯，都有可能成为引起甲状腺结节的危险因素。

当然，就算你不幸地得了甲状腺结节，甚至倒霉地被诊为恶性结节，也不用太过担心。因为甲状腺癌，其实是一种公认的脾气相对温和的癌症，它们本身的危险性相对不高。

在中国，甲状腺癌的5年生存率约为84.3%，是所有癌症中生存率最高的类型，

且还有很大的上升空间。恶性程度很高、5年生存率不到10%的未分化癌仅占小部分，且多发于老年群体。而最常见的乳头状癌和滤泡癌，分别占有所有甲状腺癌的84%和11%，只要及时发现并配合治疗，通常可以治愈。这也就是为什么，甲状腺癌有很多“天使别名”：懒癌、幸福癌、假癌、善良癌……

即便甲状腺癌如此友好，作为很多年轻人生命中的第一场“大病”、第一道槛，它带来的影响依然是巨大的。

在社交平台搜索“甲状腺癌”，你会得到不少过来人的经验分享和人生感悟。有人苦口婆心劝你规范作息，有人大彻大悟从996出逃，还有人心里默念“放弃生气情结，关注自我命运”——生气前还是先想想，对方值不值得你长个结节。

岁月跨千年 戍疆赞胡杨

文/实习生 陈佳怡

六月的柳湖天朗气清，微风轻拂着婀娜多姿的杨柳，宛如一个个翩翩起舞的少女，拨开层层叠叠的柳枝，靠近挺拔耸立的“左公柳”，站在左宗棠亲题的“柳湖”匾额前，若有所思……。

有一种神秘的力量，将我拉入了历史的旋涡，“大将筹边尚未还，湖湘子弟满天山，新栽杨柳三千里，引得春风度玉关。”如今历史的烟云早已消散，只有“左公柳”遗留于世，不知左公西征时，湘军一路所植连绵数千里的道柳，历经百年风雨，是否安好？

穿越百年的伤痛，光绪十一年，74岁的左宗棠停止了呼吸，也宣告了那个时代强音的终结。这是一个奋起抗争、抵御外侮的时代，左宗棠是中流砥柱。那年大清在海上面对欧洲列强欺凌，北面的沙俄也虎视眈眈侵略新疆，在此内忧外患之际，左宗棠提出“海防可缓建，新疆必须收”。新疆古称西域是丝绸之路的交通要塞，战略意义非同小可。为表决心，他甚至用兵车运着棺木，一路西征，“壮士长歌，不复以出塞为苦”，终是凭借一己之力收复了整个新疆，维护了国家的统一和领土完整。

突然，公园内所有的景物都变了形，光圈叠在眼前，游船也是，柳树也是像被浸泡在水下，其实真正被浸在泪水里的只有我的双眼。一望无际的沙海中，谁的背影矗立在荒凉的大漠，猎鹰盘旋，胡杨挺立见证着一切。恍惚中，我又一次看到了千年不倒的胡杨……

去年七月陪奶奶去新疆省亲，有幸与克拉玛依市乌尔禾胡杨有了一场千年的约会。夏日的新疆空气燥热，汽车在茫茫戈壁壁上飞驰，扬起阵阵沙粒，从车窗望去，公路蜿蜒盘旋，连绵不断的大片黄色沙丘和白色风力发电机是惯常的景色，黄与白

主宰着无边无际的荒漠。最初看到心中涌现出“壮观”，然而七个小时过去后沿途的风景毫无变化，竟无半点绿色，进入眼底的只有广袤无垠的茫茫戈壁，开始感到压抑，继而有了让人窒息的感觉，后来在空调吹拂下我竟昏昏欲睡。不来新疆，永远不懂它的辽阔和惊艳，不知多久，导游一句“到了”，把我拉回了现实。

抬眼望去前方一片胡杨林映入眼帘，不，总的来说只有八九颗形状各异、色彩灰暗的胡杨，它们有倒状，有矗立，有扭曲，有变形，有枯败；还有一片片枯死的，是死亡、是僵硬……，一扫之前的单调，好奇之情油然而生。这就是胡杨，生长在茫茫大漠之中，一种挣扎生长的树，树干不似别的树一样笔直，枝丫也不繁茂。树干扭曲，生得千奇百怪，毫无方向感，所以并不高。枝丫稀疏，叶片窄小，灰色中带着淡淡的绿，一眼望去，其貌不扬，极为普普通通，甚至有点丑陋。

年少时曾在植物学课上得到老师奖励的明信片，明信片上的胡杨生得高大，蓝天白云间，叶片金黄，耸立在碧绿的湖水旁很是养眼，所以梦想了多年。然而眼前的胡杨却和记忆中相去甚远，没有湖泊，没有金黄，没有诗意……，有的只是破败、荒凉和沧桑，多少有些落差。

顺着一个洪厚清亮的声音望去，眼前的导游是一个30岁左右没有双臂的残疾人。为何是残疾人？心里有点纳闷。只见他侃侃而谈，目光坚毅，神态自如，说话铿锵有力，精彩的解说更是让人刮目相看，丝毫不在意游客异样的眼神。自我介绍中得知，他是老一代兵团人的后代，虽然残疾，但身残志坚，不愿接受组织照顾，毅然来到这艰苦的环境，只为宣讲胡杨，让更多的游客了解胡杨精神。心中顿时生出敬佩之情，此时我眼中残疾导游瞬间变得高大起来，一如这沙漠中的胡杨，经历了大自然无情地摧残，仍然不屈不挠，那是一种生命的赞歌，是对恶劣环境的抗争！是不屈的胡杨精神。

一棵棵枯胡杨站立在茫茫戈壁，接受着阳光的暴晒，风雨的洗礼，无怨无悔。仔细观赏这些粗壮的褐色老树干，轻轻抚摸它们苍老干枯的身子，不知已经死亡了多少年，可是依然横卧在寸草不生的盐碱土，顽强抗击着自然的风化。忽然对“枯”

这个字有了新的理解，以前不喜欢这一类的词汇，因为它象征着死亡和腐朽。站在这些枯干的胡杨林前，脑海中有了一种全新的思维，原来“枯”字也会充满内涵和丰富的情感。有些胡杨似乎已经干死，但是新的枝叶还可以顽强的从躯干上生长出来。自身濒临死亡，还能枯木逢春，生生不息，一代代传承。这是种多么神奇的树呀！她是沙漠中不死的树木，因而被称为“沙漠英雄树”。

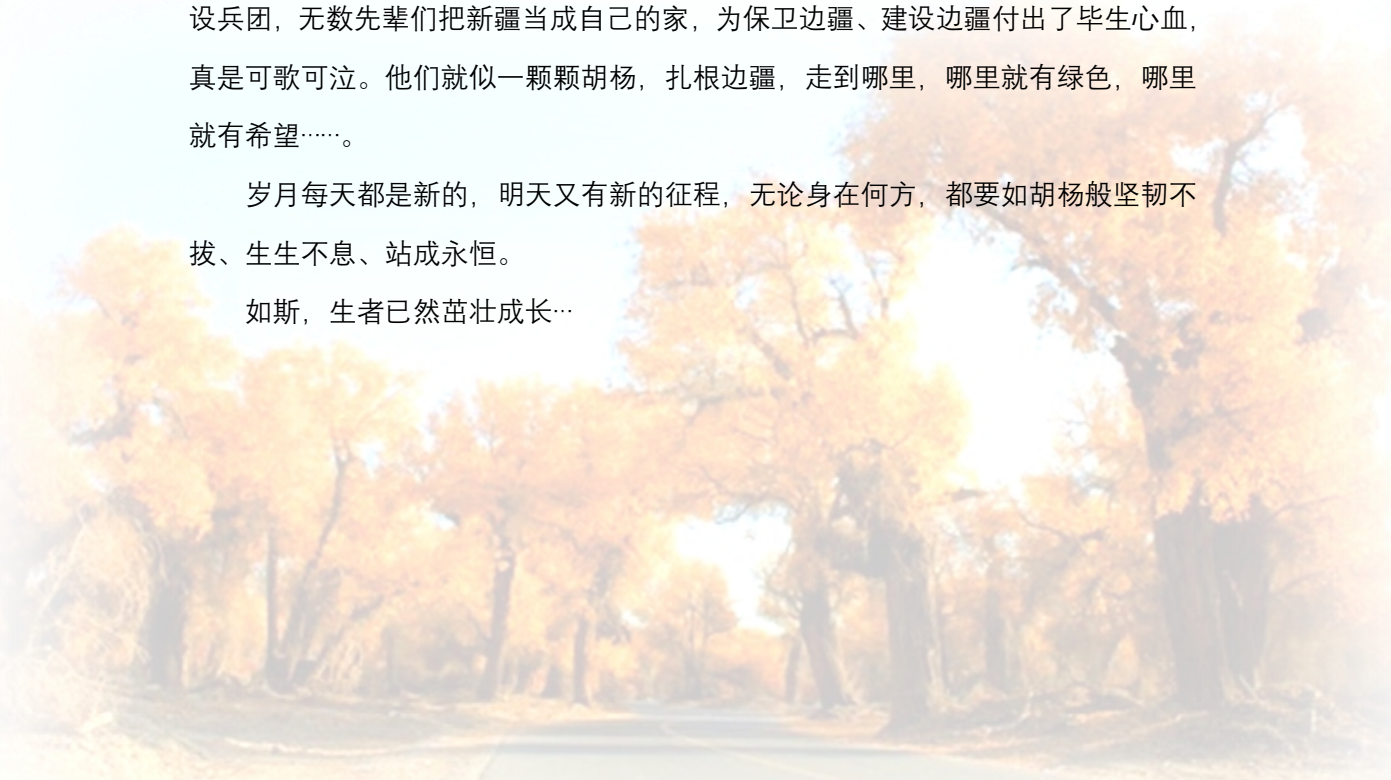
导游边走边介绍，我们穿行在枯干的胡杨林间，像在浩渺的苍穹之间。那生与死的化石，在我心灵中游荡。印象最深的是一棵横亘的胡杨树，它的树心已经掏空，只有干硬的空壳树干，久远地卧在沙土中。但是它的根依然深深地扎到沙漠深处，任凭风吹雨打，岿然不动。即使已经死去千年，还在吸收水分，这就是千年不死的树木。它们确实枯干了，可依然活在大漠深处，千年不倒，活成了一棵棵干枯的标本，孤独，沧桑、永恒。

继续前行，前方是一片矮矮的胡杨林，树叶一片一片的绿，很成气势，颜色靓丽，充满了勃勃生机，更有生命力。眼前的景色令人震撼，一遍遍观赏着胡杨“生而一千年不死，死而一千年不倒，倒而一千年不朽”的壮美景观，心一遍遍地被融化。

穿越千年的浩瀚历史，从两千多年的西域都护府屯田戍边；左宗棠收复新疆；湖湘子弟满天山；以及王震将军的屯垦治理；八千湘女上天山，直至今天的新疆建设兵团，无数先辈们把新疆当成自己的家，为保卫边疆、建设边疆付出了毕生心血，真是可歌可泣。他们就似一颗颗胡杨，扎根边疆，走到哪里，哪里就有绿色，哪里就有希望……。

岁月每天都是新的，明天又有新的征程，无论身在何方，都要如胡杨般坚韧不拔、生生不息、站成永恒。

如斯，生者已然茁壮成长……



崆峒印象



原野 焦毓（信息科）



秋意浓 张瑾（设备科）



柳湖 井晶（神经外科一病区）



秋 李霞（感染科）



戏水 李静伟（药剂科）



书法 梁建科（脊柱外科）



黄河雨夜 多文博（组织人事科）



江村 杨新英（党委办公室）



甘肃医学院附属医院
Affiliated Hospital Of Gansu Medical College

通讯投稿地址：

甘肃医学院附属医院编辑部

邮箱地址：

1434995862@qq.com

邮编：744000

联系电话：0933—8612791



微信公众号



官网