■《怒放的生命 定格在34岁》后续

海曙卫计系统学习汪健红先进事迹

本报讯（通讯员 续大治 唐慧晔 记者 孙美星） 昨天，市妇儿医院中医全科医生汪健红的事迹在甬城引起强烈反响。记者获悉，海曙区卫生计生系统医护人员在悲痛惋惜之余，掀起学习汪健红先进事迹的热潮。

“在我院工作期间，汪医生潜心研究中医脉诊，以精湛的医术、与患者的走心交流，成为西片区周边居民心中的明星医生。”作为汪健红曾经的同事和领导，集士港中心卫生院院长俞榕表示，将把汪健红温暖仁厚的医者之心落实到卫生院医政医务的管理上来，切实保障医疗质量和医疗安全。

石碶街道社区卫生服务中心主任金春俭说：“年轻的汪医生用新时期的‘德艺双馨’和‘医者仁心’彻底打破了‘医生越老越吃香’的铁律，用救死扶伤的初心，潜心锤炼医术，担起患者生命之所托的重任，赢得患者的信任，实现身为医者的自身价值。”金春俭表示，眼下，海曙区第二医院（筹）正在建设中，医者要发扬汪医生能吃苦、敢担当的精神，为海曙区首家区级综合性公立医院的建设发展贡献自己的力量。

哪怕是忙碌在一线的医护人员，趁着午休间隙也都自发学习汪健红的先进事迹。

“汪医生以患者健康为毕生使命，一直奋斗到生命的最后一息，他高度的责任感令我敬佩。”身为章水镇高山巡回医疗队的成员，姚贞清说，他要把汪医生任劳任怨、敬业爱岗的精神落实到每一次上门问诊中，始终把村民的健康摆在首位，继续坚守与高山村民的每月之约。

“汪医生始终本着‘病患无小事’的态度，以满腔的热情全身心投入到医学事业中，不但为病患看病配药‘治标’，还为病患排忧解难‘治本’。”白云街道社区卫生服务中心五星级家庭医生毛泽燕说，她要将汪医生不断钻研、无私奉献的精神落实在行动上。

海曙区卫生计生局副局长顾继红说，汪健红是海曙区青年中医师的榜样典范，他的一言一行朴实感人，诠释了“大医精诚”的精髓所在，值得所有医护人员深刻学习、领悟。

拍戏时被大浪冲入海中

一男子呛入海水致“大白肺”

本报讯（记者 童程红 通讯员 徐晨燕） 由于双肺意外“罢工”，21岁的北京人小陆险些丧生，在市医疗中心李惠利医院重症监护室抢救了好几天。昨天，医生撤下了他的呼吸机，将他转到普通病房，但后续还要继续治疗。

医生说，小陆是呛入海水导致“大白肺”，这种病又称急性呼吸窘迫综合征，死亡率高达70%，非常凶险，在海边游玩和作业的人要注意提防。

昨天，记者在医院里见到了小陆。他来自北京，是一名替身演员，最近一个月都在象山拍戏。他说，事情发生在10月30日上午，当天风力达到6级，剧组在石浦渔港拍一场海景戏。一个大浪把岸边10多个人都拍下了水。其他人只是湿了身，小陆离得最近所以直接被卷进了浪里。

小陆回忆，浪打来时，他呛进了一口海水，奋力向上游的时候又喝了一口海水。幸亏当时是涨潮，他很快被救上了岸。据说当时他面色苍白，两眼睁开却没有意识，把大家都吓坏了。

送医院途中，一直有人给小陆做心肺复苏，但他呛进的海水却怎么也吐不出来。在此过程中，他恢复了意识，一直喊胸闷喘不过气。当地医院一查是急性呼吸窘迫综合征，也就是俗称的“大白肺”，X光显示双肺全白，几近失去了呼吸功能。这种情况病情会迅速恶化，约有70%的患者会在短时间内由于呼吸衰竭死亡。

小陆当即被转到李惠利医院。急诊科医生予以气管插管帮助小陆呼吸，但他仍感觉喘不过气。他又被送进重症监护室，接诊的许磊医生安排了气管镜，在镜下将淤积的海水和其他杂质吸了出来。“当时就觉得胸口一块大石落地了，呼吸轻松畅快了。”小陆如此描述当时的感受。

海水被吸出来了，但小陆的肺功能还未恢复，需要呼吸机支持。几天后，他的脸色才渐渐红润起来，血氧饱和度恢复了正常。昨天，他被转到普通病房接受后续治疗。

许医生建议，溺水后的急救应该分三步走：先是清理口腔和鼻腔中的异物以帮助通气，再是将领口、腰带松开，女性还要解开内衣扣，最后是用手按压腹腔帮助溺水者将水吐出，施救者也可以用自己的膝盖顶溺水者的肚子，如果溺水的是孩子，体重较轻，施救者可以将他扛起，用肩膀顶他的肚子帮助他将水吐出。

上述三步完成后，溺水者如果还没有清醒，就要立马开展心肺复苏了。心肺复苏要讲究一定的节奏、力度，送医途中不可中断，可由两三人轮流开展。

市中医院膏方门诊11月13日开诊，您约了吗？

在古代，膏方只是权贵们享受的小众产品。而如今，人们生活条件改善，养生理念越来越深入人心，膏方也成为大众选择的健康使者。这就像古诗所说的“旧时王谢堂前燕，飞入寻常百姓家”。天气转凉，宁波市中医院膏方门诊11月13日开诊，您约了吗？

吃了膏方感觉精力充沛，感冒少了

市民刘先生今年38岁，是一家企业的高管，常年高强度的工作和紧张的节奏，让他觉得力不从心，经常感冒，睡眠不好，体检结果却基本正常。2008年，他听了家人的建议，到市中医院开了一剂膏方，之后一年时间里，他感觉都很好，睡眠安稳了很多，精力旺盛，感冒也少了。9年来，刘先生每年冬天都到市中医院开膏方。他说：“吃一个冬天的膏方，一整年身体都不错，对我的生活和工作帮助太大了。”

膏方作为中医传统进补的一大剂型，具有调理、滋补、治疗等作用，让身体恢复健康状态。

据宁波市中医院去年统计数据，吃膏方的人群中，亚健康占了七成。按照中医理论，处于亚健康状态的人虽然没有生病，但体内气血阴阳、寒热虚实已经出现不平衡，如果不及时对身体进行调理，很可能会引发疾病。中医认为，春生、夏长、秋收、冬藏。冬季万物潜藏，人体的阴精阳气也趋于潜藏，冬季进补是最合适的。

膏方具有调补兼治疗的作用，适用人群广泛，比如对久病体虚的慢性病患者，膏方能“补虚疗疾”。自古以来，膏方就广泛应用于内、外、妇、儿等临床各科慢性病，以其适应证广、疗效显著和服用方便深受患者的欢迎。

总的来说，对亚健康状态的人，膏方可调理身体，为来年打下良好的基础；有调补或养生需求的人，可增强抵抗力，延年益寿；也有经中医体质辨识为体质偏颇的人，可纠偏扶正。

据了解，从去年开始，开膏方可用本人医保历年账户余额支付。

为何市中医院的膏方备受青睐？

市中医院作为宁波市中医龙头单位，今年被列入国家中医药传承创新工程重点中医医院项目储备库，全国仅99家。而膏方一直是市中医院发挥中医药特色与优势的亮点，也是我市最早开膏制膏的医院。

15年来，市中医院不断完善总结膏方经验，今年医院继续在规范标准、专家培训、药材把关、现场熬制等各个环节上层层把关，做到精益求精，发挥膏方祛病强身、延年益寿的功效，惠及全市百姓。

市中医院凭借高水平的医疗专家团队、优质的道地药材、规范的炮制技术，在广大市民心中打造了有口皆碑的膏方品牌。市中医院不但是中华中医药学会膏方分会的发起单位之一，而且多位专家参与了全国膏方标准研究。医院每年都严把医生资质关，今年派出30余位资深专家团队坐诊膏方门诊，每张膏方单子都会根据不同患者体质和实际情况量身定制。包括全国名老中医药专家学术经验继承工作指导老师，省级、市级等多位名中医，专家阵容强大。涉及内科、外科（男科）、妇科、儿科、眼科、肛肠科等多个临床科室，市民可根据自身需要选择相应专家。

药材和炮制工艺，对于膏方的疗效有着至关重要的作用。市中医院对膏方的制作有着严格的要求。首先是保证每味入膏的中药均为质量上乘的道地中药材；二是采用传统的中药制膏技术与现代工艺相结合来制作膏方，选用最不容易起化学反应的紫铜锅熬制，贵细药（名贵的中药）与一般药材分开煎煮，确保贵细药有效成分能被充分煎煮出来，并由经验丰富的中药师负责煎制，摄像头全程监控，确保膏方质量。

记者 孙美星 通讯员 刘扬

如何预约市中医院膏方？

1.微信预约一个月内的膏方门诊。关注“宁波市中医院”官方微信公众号，点击门诊预约；

2.还有多种方式预约7天半的膏方门诊。网站公共预约平台、“健康宁波”微信公众号、手机拨打12580、固定电话拨打114、医院自助机等预约膏方专家。