

做完化疗就出去玩……

85后、95后乳腺癌患者讲述战胜病魔的励志故事

近日,宁波市第二医院乳腺外科“美如俱乐部”举行了年度联谊会,百余名乳腺癌患者和医护人员齐聚一堂,分享抗癌心得和知识。在一群白发苍苍的患者中,几位年轻患者的笑脸特别引人注目,在花样年纪遭遇病痛威胁的她们有着励志的抗癌故事。

1 患病以后我没有请一天假

“蓝脸的窦尔敦盗御马,红脸的关公战长沙……”联谊会现场,病友阿圆(化名)自告奋勇上台,一首中气足、韵味浓的京剧引来满堂喝彩。看着舞台上神采飞扬的阿圆,让人很难想象这是一个刚刚完成8次化疗、30次放疗的乳腺癌患者。“看不出来吧,我戴的是假发,我头发还不到一寸长呢!”说起自己的病,阿圆并没有面带愁云,经历了那段至暗时刻,她已经学会乐观面对。

阿圆有一个幸福的家庭,和丈夫一起来宁波打拼多年,两人都有稳定的工作,还有一对可爱的儿女。去年的一次体检,她查出乳腺癌,那一刻她感觉生活像突然被按下暂停键,一切都变了。“我当时还不到40岁,我第一反应就是,这病为什么找上我?”所幸阿圆有个关怀体贴的丈夫,得知她患病后,两人一起寻找各种资源,积极求医。

去年,阿圆在市二院接受了乳腺癌切除的保乳手术,所幸癌肿尚未转移,接着她开始接受化疗和放疗。“我不希望同事和朋友们来同情我,所以从查出问题到之后的治疗我谁都没有说,手术和术后治疗都是通过双休日完成的。医生也很贴心地给我安排好,一般都是周五下午早早上院,周日下午出院,这样把对工作的影响降到最小。”做完手术出院后,她把管子藏在衣服里就去上班了,身边同事都没察觉出她的异样。之后的化疗她也是利用周末进行,出院后只要走得动,她都是一天不休息就去上班。

“只要天不塌下来,其他都有办法,都不算个事。”阿圆说,目前她正在接受后续内分泌治疗,身体状况一切良好,除了按时复诊和吃药,疾病对她没啥影响。生病后让她懂得健康才是生命中最应该珍惜的,而健康的心态正是战胜疾病的良药。



“美如俱乐部”年度联谊会现场。

2 最开心的是乳房保住了

1995年出生的小丽(化名)是当天病友会中最年轻的一个,一些年长的病友都可以当她的祖辈了。作为一名正在进行术后化疗的乳腺癌患者,她对联谊会上医生讲解的术后内分泌治疗方案听得特别仔细。

“我生病前几个月因为工作压力倍增,一直很不开心,大姨妈也好几个月没来,一直以为就是简单的妇科病,根本没有往癌症方面想。”小丽说,当自己被确诊为浸润型乳腺癌,第一反应是根本无法接受,因为自己还这么年轻,刚结婚的她还没当妈妈。

“讨论手术方案的时候,医生说我这个癌肿位置不太好,正好在乳头下面,可能乳房要保不住了。我虽然不能接受,但想着保命要紧,也没办法了。”小丽说,术前她已经做好了全切一侧乳房的准备,记得手术后在病床上醒来,身上裹着厚厚的纱布,她第一反应就是有点沮丧,想着自己的一边乳房没有了,今后可能游泳衣也不能穿了。但没想到,第二天听医生说,手术中发现小丽的乳房条件不错,为她尽量做了保乳的手术,这让小丽喜出望外。她觉得听到乳房保住了的那一刻,是生病以来最幸福的时刻。

度过了最艰难的阶段,这以后小丽的心态越来越好,在家人的关爱和鼓励下,她不再整日为疾病自怨自艾,而是尽量为自己找乐子。做化疗的时候喝水都想吐,觉得

嘴里有怪味,她琢磨着用各种维生素饮料和果汁来替代,发现止吐效果比药物还好;做化疗后头发开始掉了,她买来各种漂亮的假发,每天让自己美美地出门;这个五一刚完成第四次化疗的她,才出院就和老公一起出门玩,混在汹涌的人潮中感受人间烟火,品尝各色美食……

“健康的心态是战胜病魔的法宝。随着乳腺癌诊疗技术的进步,如今乳腺癌的治疗手段越来越多,患者的生存率也越来越高。”宁波市第二医院乳腺外科主任李旭军介绍,乳腺癌患者“美如俱乐部”成立的初衷就是帮助患者提高生活质量、重塑美丽,目前已举办了三十多场患者联谊活动,累计服务患者2000多人。 记者 孙美星 通讯员 郑轲 文/摄

8年时间,2000个肾友上万册健康管理档案 “关爱致肾”一个都不能少

自2015年起,宁波市中医院肾病科把科室的品牌精神“关爱致肾”赋能于肾病管理服务的各个环节,正如科室专属的品牌LOGO“肾命之花”:三片肾形花瓣分别代表着医护人员、管理技术、人文服务,意寓这三者始终盛放,支撑起患者和家属的希望。

提到自己的工作,作为宁波市中医院肾病科慢性肾脏病管理专职护士的周舒燕充满热情,她笑着说:“专职做慢性肾脏病管理已经8年了,这8年虽然辛苦,但是只要肾友们的身体指标都健健康康的,我就很幸福。”她的工作就是为肾友们提供着肾病营养方面的个性化指导、心理疏通、随访管理、健康宣教等多方面的咨询。在这8年里,她的微信列表里加上了2000个肾友,记录在册的肾病档案已经有上万个。

肾友们离开医生办公室后,都要来周舒燕的门诊“报到”。她会为他们进行详细的个性化指导,平均每半天要服务25个患者,经常来不及喝水和上厕所,每次门诊结束,周舒燕的喉咙都干痒到说不出话。

为了方便肾友随时找到她,她和大家都加上了微信。白天上班比较忙,没空回复微信,她就利用午休和晚上下班后的时间回复。周舒燕说:“虽然有时候感觉很累,但是每一条信息都关乎肾友的健康,我肯定都要给他们准确的回复,一个都不能落下……”时间长了,肾友们对周舒燕也越来越信任和依赖,遇到各种各样的问题都会来咨询,周舒燕笑着说,“真希望我的时间可以像海绵一样不停挤一挤,这样就可以帮助更多的病人了……”

记者 程鑫 通讯员 陈君艳 吴佳礼

关注健康好消息

1000瓶灵芝孢子粉免费领

为回馈甬城市民25年来对中科灵芝的支持,中科宁波健康服务中心特向宁波地区50周岁以上的市民献礼!

即日起至5月18日,我市50周岁以上市民凭有效证件可领取中科破壁灵芝孢子胶囊1瓶(100粒装,价值480元),不收取任何费用,限领1000份,送完即止。

温馨提示:

- 1、为维护良好的领取秩序,领取前请务必拨打预约申领热线;
- 2、领取时请携带相关有效证件,不重复领取,谢绝代领。

申领热线:0574-87262963 87010508