

从“落寞”到“自豪” 他是20个微信群里的活跃分子

史海：家庭医生要做的，远不止是看病这么简单！



“大家好，今年的老年居民流感疫苗可以接种了，有需要的可以扫这个二维码登记，也可以联系我！”近日一早，鄞州区人民医院医共体百丈分院的史海副主任医师就在微信群里吆喝起来。他不止在一个微信群吆喝，而是接连在20个微信群里“喊话”。

今年是史海在社区医院当家庭医生的第22年，目前他是该院全科门诊负责人兼海悦站点负责人。22年来，他也从最初的“难免落寞”到如今的“颇感自豪”！



史海(左)在坐诊中。

1 工作时间不知不觉被延长

你有几个微信群？又是几个微信群里的活跃分子？史海的答案令人震惊：“我以家庭医生的身份，活跃在20个微信群里。有的群是我建的；有的群我是被拉进去的，也是活跃分子。”

怎么会有这么多微信群呢？史海说，自己在社区医院工作了22年，此前一直在下面的站点工作，直接面对宁丰、江丰、海悦3个社区的居民，服务对象有8000多人。怎么更好地给居民提供家庭医生服务呢？他的窍门是，以社区网格化为基础，把家庭医生的服务延伸到线上。因此，微信群也越来越多。

今年8月下旬以来，他在各个微信群有两项重点工作：一是提醒65周岁以上老人可以预约

接种流感疫苗；二是提醒符合条件的居民参加健康体检。

“活跃”在微信群里，可远不止是复制提醒这么简单，还要时常被大家在群里@提问。比如，有居民问，接种疫苗的时候要带什么证件？能不能帮忙预约等？

除了微信群，史海的微信好友数目也相当惊人，辖区的患者占了绝大多数。他一一以“小区名字+姓名”的形式予以备注。

采访时，微信上不时响起提示声。悦兴花苑的王阿姨问“阳康后多久可以打流感疫苗”，同小区的朱女士问“能否帮忙预约HPV9价疫苗”……“我已经习惯了这样的节奏，工作时间也不知不觉被延长了。”史海说，微信群

发布信息、答疑或者回复患者的私信，一般都用业余时间。记者注意到，他一般会在中午或者晚上抓紧答疑。

“家庭医生工作，远不止是看病这么简单，而是以家庭为单位，覆盖全生命周期，提供集预防、医疗、保健为一体的服务。”史海说，微信上刚发来私信的王大爷是自己的签约患者，这次发信息来是询问孙子打了卡介苗后胳膊红肿是否正常。以前，王大爷或家人可能要特地到医院咨询，现在这样在微信上就能得到答复，省力又省心。

他感慨：“和患者的信任，也往往是在这样的点滴中建立起来的。患者对医生有了信任，也有利于疾病的治疗。”

2 从闲谈中意识到“情况不对”

“大学刚毕业到社区医院下面的卫生站上班，又去过大医院见习，心里多少会有点落差。看着卫生站外面的大片农田，心里难免有些落寞。”史海说，但是随着工作的深入，越来越觉得，在基层医院工作，做居民的健康守门人，大有可为。

辖区里58岁的居民刘阿姨对史海非常感激。去年，刘女士来到史海的门诊看呼吸道疾病。史海在开药时，刘阿姨无意中提到，最近痔疮又犯了，大便里都带着血。

这本是闲谈，史海却留了个心。他问刘阿姨，这种情况有多

久了。刘阿姨回答，有大半年了。史海又问，大便的形状有没有变化？刘阿姨细想了下，说大便好像变细了。

“根据她的描述，我意识到可能‘情况不对’。肠道肿瘤也会导致出血，容易和痔疮出血弄混，她的大便形状也有变化，就建议她到上级医院做个肠镜，也帮她预约好时间。”史海介绍，刘阿姨在几天后果然被查出了早期结肠癌。由于发现早，及时手术，预后效果很好。

63岁的社区居民冯大爷则在史海的动员下参加了免费的两癌筛查，并确诊了肠癌。采

访时，他正巧来复诊：“我很感谢史医生，我当时没有任何症状。史医生很负责，动员我去做检查。我的肿瘤位置低，医生说，如果再晚一段时间去，肛门就保不住了，以后要背着粪袋过，那生活质量就差太多了。”

类似的故事还有很多。史海说，作为全科家庭医生，技术水平没法和大医院专科的专家相提并论。但是，家庭医生却可以起到“守门”的作用，在第一线防御疾病，及早识别疾病，从而更好地守护居民健康。

记者 王颖 文/摄

直径1厘米结石 竟致肾脏破裂

医生：别忽略
任何一颗小石头

泌尿结石是一种“疼起来要人命”的疾病。但很少有人知道，结石的“威力”远不止于此，有时甚至可能引起膀胱、肾脏破裂之类的大麻烦，危及患者性命。近日，45岁的邹女士就因为一颗直径约1厘米的小结石，导致肾脏破裂出血，所幸经过手术治疗，目前已无大碍。

早在一个月前，邹女士便已出现腰痛症状，到医院检查后确诊为“输尿管结石”。当时由于惧怕手术，邹女士选择了打针、吃药等保守治疗手段，症状得到明显缓解。然而，让她始料未及的是，才消停半个多月，熟悉的症状竟再次袭来，疼得邹女士直不起腰，只好又步履蹒跚地来到鄞州区第二医院泌尿外科求诊。

经过泌尿系CT，接诊的该院泌尿结石专科王顺平副主任发现，邹女士左侧输尿管内有一颗直径约为1厘米的结石，将原本直径仅为0.5厘米左右的输尿管堵得严严实实。由于结石导致上尿路梗阻，使生成的尿液无法正常排出，积聚在左侧肾脏里的尿液越来越多，使得左侧肾脏明显“膨胀”，CT影像中左侧肾脏横截面直径竟比右侧足足多了近3厘米！

“就好比往皮球里一直充气，当压力足够大时，皮球就会破裂。”医生告诉邹女士，她的左侧肾脏周围已经出现血肿且伴有肾积水，这意味着左肾已经被撑破，这让邹女士惊出一身冷汗。

王顺平副主任医师当机立断，当天就紧急为邹女士实施了“左侧输尿管支架置入引流减压术”，解除尿路梗阻，使“滞留”在肾脏内的尿液顺利排出。

此后，又经过一周的卧床治疗，复查CT确认左肾血肿及肾周渗出有所吸收，并经过充分评估，8月23日，医生又为邹女士安排了“左侧经尿道输尿管/肾盂激光碎石取石术”，最终成功将“罪魁祸首”——结石取出。日前，邹女士已康复出院。

据该院泌尿结石专科病区主任周西枫介绍，泌尿系结石所致的自发性肾脏破裂极为罕见，患者通常表现为突发腰痛后持续性的腰腹剧烈疼痛，可导致肾周血肿、尿外渗，如果不及处理，易发生泌尿系统感染，进一步波及全身，甚至发生低血容量和感染性休克，危及患者生命。

“解除尿路梗阻，保持尿液引流通畅是治疗关键。”周西枫表示，人体的排尿系统就如下水管道一般，任何一处堵塞都将引起排水异常。不要忽略任何一颗小小的石头，它也可能带来大大的麻烦。

周主任建议，广大市民在日常生活中应尽量多喝水、适当运动，有助于降低泌尿系结石的发生率。既往有结石病史的，也应定期到医院复查或定期体检，以免延误病情。一旦出现腰痛、腰酸、腹胀、发热、少尿、小便出血、频繁呕吐等情况，一定要及时就医。

记者 陆麒雯 通讯员 谢美君 孙宇泽