

为患者重塑“心”的希望

——访“感动漯河2018十大年度人物”候选人、市中心医院心内科主任刘东亮



工作中的刘东亮（右一）。

■文/图 本报记者 杨三川 刘彩霞

心血管疾病往往病发突然，黄金抢救时间转瞬即逝，患者安危命悬一线，救治过程是医护人员与病魔赛跑，抢占先机的比赛。“时间就是心肌，时间就是生命。”这是刘东亮经常提起的一句话，也是他从医29年来，为了患者的健康，始终坚守在临床一线，与死神争分夺秒救治患者的真实写照。

医者仁心 处处为患者着想

1989年，刘东亮从郑州大学毕业，被分配到漯河市中心医院从事心血管病救治工作。他担任心内科主任以来，带领科室全体人员克服重重困难，心内科从精神面貌、梯队建设、业务开展、服务理念和服务质量等方面均发生了翻天覆地的变化，各项指标均位于河南省地市级医院前列。目前，该院心内科是漯河市重点学科、河南省重点学科、河南省首批“中国急性心息梗死救治项目合作研究单位”。

作为一名医生，刘东亮总是为病人着想，从检查到治疗，处处都为病人精打细算，用最便宜、最简单而且最有效的技术、手段为病人解决问题、治好病，为病人最大限度地减轻负担。如果是远道而来的患者，他还会和相关科室沟通联系，尽量当天把检查做完，明确诊断，并给予及时治疗，为患者节约食

宿费用。他常说：“健康是指身心健康，在给患者看病时，一定不要忘记关注患者的心理变化，争取经过治疗，让患者不但身体恢复健康，心理上也要恢复健康。”平时出门诊时，他耐心地倾听每一位患者的讲述，认真地分析，遇到有心理问题的患者，及时进行心理疏导，并教会患者多种释放心理压力的方法，因此，许多患者看完病后经常会说：“不用吃药，跟刘医生聊几句，就感觉病好多啦！”

“感谢市中心医院刘东亮医生救活了我的孩子。他让孩子有了父亲，也让父亲有了孩子。”一位中年患者的父亲在写给医院的感谢信中有这样一句感人至深的话。每当想起这句话，刘东亮既自豪又感动。从中也可见心血管疾病的危害之大，救治一位患者，也是挽救一个家庭。

为了尽快解决患者的痛苦，他有时一天二三十台手术，自己累病了，也仍然坚持。他在工作日记中这样写道：“医生是一种以生命相托的职业，是值得我用一生的心血浇灌的事业。我之所以选择这项事业，是因为我想用我全部的技术和爱心去帮助那些热爱生命的人们。”

工作时不计付出，不计报酬，他以这种坚韧的毅力数十年如一日地工作着，无论星期天、节假日，在他的时间表上，你永远看不到哪一天是他

的休息日。为了能赢得抢救病人的时间，他经常带领医护人员加班加点为患者开通绿色通道，遇到危重患者，无论白天黑夜，无论刮风下雨，他都坚持全天候应诊，也因此抢救了成百上千个急性心肌梗死患者的生命。在多年的临床一线工作中，刘东亮每年开展急性心肌梗死的救治400余例，成功率保持在98%以上。

筹建胸痛中心 造福一方群众

2017年9月1日，市中心医院胸痛中心被授予“中国胸痛中心”称号，成为豫中南地区唯一一家国家级胸痛中心，标志着我市的胸痛疾病综合诊疗水平走在了全省前列，谋划、筹建该中心的推动者就是刘东亮。

胸痛中心是为急性心肌梗死、主动脉夹层、肺动脉栓塞等以急性胸痛为主要临床表现的急危重症患者提供的快速诊疗通道。中心的筹建和启用关系一方百姓的健康利益乃至患者的生命安全。

胸痛中心建设事关民生，利在长远，意义重大。刘东亮表示：“胸痛中心的成立，可以集中优势医疗资源，合理制订救治方案，优化就诊流程，大大缩短患者抢救等待时间，降低患者风险，为更多的患者赢得健康生机。”

在刘东亮的带领下，该院胸痛中心通过优化医疗资源配置，为急性心肌梗死、主动脉夹层、肺动脉栓塞等以急性胸痛为主要临床表现的急危重症患者搭建安全、高效的生命通道。中心采用先进的标准化诊断方案为胸痛患者提供更快捷、精准、有效的评估和诊疗，显著缩短了胸痛确诊时间、急性ST段抬高心肌梗死（STEMI）再灌注治疗时间和住院时间，减少患者再次就诊次数和再住院次数，降低不必要的检查费用，改善患者健康相关生活质量，提高就诊满意度。

随着胸痛中心建设的逐步完善，胸痛中心联合会制度、质量分析会和典型病例讨论制度等也相继出台，更好地保障了中心运转有序、救治流程科学规范。

市中心医院胸痛中心综合了该院多学科的优势力量，为各类胸痛患者提供快速诊断和分诊、病情评估方案，早期

识别和干预各类高危胸痛，依照急诊绿色通道流程，为急性胸痛患者最大限度节约了转运时间，增加了救治机会，有效降低了急性心血管疾患者的死亡率、致残率。

“胸痛中心自建成至今，平均每年收治患者400多例，截至目前已有约1200位患者通过中心得到了及时有效的治疗。”刘东亮表示。

坚持创新 精“医”求精

许多急性胸痛患者从命悬一线到转危为安，不仅是刘东亮及其医疗团队医技精湛、抢救得当的结果，也是胸痛中心充分发挥医疗资源配置优势和多学科协同作用，为患者争取宝贵治疗时机并取得良好效果的例证。

业务精，是许多同事对刘东亮工作水平和能力的评价，而他对自己说得更多的是“要精益求精，要一丝不苟，要如履薄冰”。刘东亮始终坚持不懈地加强业务学习，不断充实自己，29年来，他是我市第一个把硝酸甘油、低分子肝素应用到冠心病、心绞痛治疗以及第一个用尿激酶对急性心梗病人进行溶栓治疗的医生，他创立了我市第一个冠心病监护病房……

作为我市学科带头人，他更注重知识的更新，引技术、带项目，大胆应用于临床实践。1996年，他完成了我市第一例冠状动脉造影，完成了全市第一例冠状动脉内支架植入；1997年，他完成了全市第一例射频消融治疗室上性心动过速，完成了全市第一例二尖瓣球囊扩张成型术；2010年，他在全市率先植入了第一例体内全自动心脏除颤仪；2013年，他开展了全市第一例房颤射频消融术；2015年，他植入了河南省第一例全身无限制抗核磁共振永久起搏器；2016年8月，我市第一家胸痛中心成立，他建立了院前急救与导管室的无缝对接，为无数急性心肌梗病人开辟了绿色通道，为抢救节约了时间……

从医29年来，刘东亮在省级以上刊物发表论文数十篇，多次获得市科技进步一等奖、二等奖，2002年，他被评为市青年岗位能手、市第十届“十佳职工”，2006年，他荣获“五一劳动奖章”，其带领的心血管内科被确定为河南省特色专科。

市卫计委 以督促改 推进“创文”工作

12月10日至12日，市卫计委党组书记、主任吴书清带领市卫计委“创文”办成员，先后对市区各医院窗口14个重点单位进行“创文”工作再督导和全面检查。

市卫计委“创文”办成员针对各个医院的“创文”展示板块及宣传氛围、志愿者服务岗和服务工作明白人、无障碍通道和无障碍残疾人厕所、医院停车场秩序和室内外卫生情况、禁烟标示和母婴室的配

套设施、投诉机制登记和志愿服务项目设置的完善、医院的自身特色建设等方面进行了深入地察看和督导。随后，结合各单位督导检查的实际情况，对汇总的问题要求做到立整立改，同时要求全市卫计委系统形成一盘棋，敢于担当，压实责任，并严格对照标准，严扣精做，掌控时限，把握节点，为创建全国文明城市做出重要贡献。

谷东方

诚信二院·健康万家

牙齿缺失要及时修复

很多人认为牙齿缺失并无大碍，短期内对生活也没有影响，但实际上，成人的牙齿一旦拔除或者脱落，倘若长时间不修复，对缺牙空间相邻的牙齿就会造成很大的影响。

“下颌的牙齿缺失，上颌的牙齿就会‘伸长’，两侧的牙齿会倾斜、移位，牙缝也会变大，牙周炎的患者甚至会出现牙齿松动。牙槽骨失去了牙齿的咀嚼刺激，每年都会逐步萎缩。”市二院口腔科主任王应顺解释说，牙齿缺失除了给咀嚼食物带来不便之外，还会对面型产生很大影响，同时还会影响大脑的思维能力，研究表明，牙齿数目的减少会影响老年人的认知能力。

王应顺介绍，修复缺失牙有三种方法：活动义齿、固定烤瓷牙以及种植牙。

活动义齿是患者可以自行摘戴的修复体，它利用金属卡环卡在两边牙齿上，还有一块塑料基托覆盖在牙槽黏膜上，异物感强，稳固性差，易脱落，一般3~5年需更换或调整。

固定烤瓷牙需要磨损缺牙两边的健康邻牙，是粘固在两侧牙齿上的，从而导致两侧牙齿发生龋齿的风险大大增加，甚至发生牙髓炎或者折裂。

现在备受青睐的种植牙无须磨损邻牙，咀嚼功能强

大，自然逼真，生命力更长久，被称为继乳牙、恒牙之后的“人类的第三副牙齿”，是高科技仿生设计，种植牙和天然牙一样，有人工牙根（种植体）和牙冠。种植技术自1950年开展以来，已经成为当今国际口腔医学界公认的缺牙首选修复方式。

“第一步是把纯钛制成的种植体准确植入到缺牙区牙槽骨中，经过2~3个月，种植体就能和牙槽骨牢固结合。研究发现，纯钛牙根和牙槽骨的结合强度，比天然牙还要高。第二步，医生会在种植体上安装人工牙冠，这样就能恢复缺失牙的形态和功能了。”王应顺对种植牙的步骤进行了解释，他同时说，种植牙技术从1950年以来发展到今天，已经非常成熟，患者可以根据自身的情况，在专业医生的建议和指导下，选择适合自己的种植方案。



用药安全

慎用这些外用类中药

软坚散结类：生半夏、生南星、巴豆、斑蝥
主要功效：治疗体表漫肿不红、瘀血结聚、消痞散结。
毒性：上述4种软坚散结类中药基本都是有毒中药，比如生半夏会引起口舌麻木，生食0.1~1.8g即可引起中毒，最后导致呼吸困难；斑蝥有“大毒”，外用刺激皮肤、黏膜，能引起皮肤发红、灼热、起泡，甚至腐烂，孕妇禁用。
平喘止咳类：芥子、细辛、冰片
主要功效：常被用做冬病夏治穴位贴敷，治疗哮喘、慢性支气管炎等。
毒性：芥子、细辛、冰片等平喘止咳类中药，都是低毒类中药，虽然对身体不会造成巨大伤害，但也会引

起身体不适，同时具有一定适用性。
通痹止痛类：露蜂房、雷公藤
主要功效：用于治疗风湿痹痛、骨关节退行性改变。
毒性：露蜂房和雷公藤都属于“大毒”的中药材，比如雷公藤对人的毒性很大，剂量没把握好可能发生中毒甚至死亡。
消脓去腐类：有重金属汞、铅的升丹制品
主要功效：治疗顽固的肢体慢性溃疡、压疮、脱疽等。
毒性：汞、铅虽然可以入药治病，但是对剂量都有严格要求。比如汞对消化道有腐蚀作用，对肾脏、毛细血管均有损害，会导致急性中毒，甚至发生休克。据《健康时报》

抗过敏药要换着吃

服药需分清时间
选择抗过敏药时应注意，白天宜选用无镇静作用的，晚上睡前可用有镇静作用的。
第二代和第三代抗过敏药均不易透过血脑屏障，一般无中枢神经系统抑制作用（不易困倦），无胆碱能作用（不易干渴），作用持久（24小时），适合患者白天服用。
服用同种药不宜超过1个月
连续服用同一种抗过敏药不宜超过一个月，否则可能导致药效下降，产生耐药性。同时，药物的毒副作用也会不断累积。
需要长期服用抗过敏药者不能太单一，建议每个月咨询医生后换一种药。

别轻易停药或加大用量
长期联合用药患者，在病情稳定后不应立即停用所有药物，而应遵医嘱先从一种药物开始，逐渐停用，这样可以减少疾病复发。
关节痛、高热、支气管哮喘急性发作期的患者应直接就医，不要自行服药。
需要提醒的是，服抗过敏药后，症状未改善或加重时，不要轻易加大用量。
抗过敏药本身有一定致敏性，服药后发生过敏反应的患者通常会出现皮肤瘙痒、皮疹、腹泻、腹痛等反应，少数病人甚至会出现白细胞、血小板减少等情况，应咨询医生后调整用药方案。 阎 敏

老年人需合理服用这10种药（二）

4.地高辛
心脏病用药药，从小剂量开始，提防心律失常
地高辛片主要用于治疗心力衰竭、伴有快速心室率的心房颤动的心功能不全等，价格也亲民，但是这种药，有效剂量和中毒剂量很接近，使用时应留意用法用量，并及时进行药物血浓度监测。
“地高辛是种强心剂，能有效地增强心肌收缩力，减慢心率，但若出现较严重的药物不良反应，则会导致心律失常。”专家解释，此外，还能引起中枢神经系统的不良反应，引起视觉改变，如黄视（看什么都是黄色的）、绿视（看什么都是绿色的），这很有可能是地高辛中毒的信号。服药期间，还可能出现食欲减退、恶心呕吐、腹泻等胃肠道反应，或眩晕、头痛等神经系统的不良反应。
使用地高辛需要注意：首先从小剂

量开始，70岁以上老人用药剂量应为成人剂量的三分之二或四分之三；其次，要注意个体差异，有的人吃一片作用就很明显，有的人却不行；最后，由于不同厂家、不同批号药物的生物利用度不甚相同，换药时一定要严密观察疗效及不良反应的变化。
5.硝苯地平
控血压，可能引起便秘，要监测血压调剂量
硝苯地平是治疗高血压的常用药，对各类高血压均有疗效，然而，高血压的药也会导致低血压危险，最好的办法是做好自我血压监测。
现在临床上硝苯地平片有两类，一种是普通常释片剂，发挥作用比较快，还有一种是硝苯地平缓释片，它的作用比较持久缓慢，因而可以防止血压快速下降，两种剂型的服用方法也不同，大家买药的时候需要注意。
服用此药时候，晨起和晚上必须监

测血压。有的高血压患者用此药后会有便秘的症状，可通过饮食调节，多喝水，多运动，如确实不耐受，应联系医生及时换药。
6.扑尔敏
镇静、抗过敏，但代谢时间长，老人服用可减量减半
作为非处方药，扑尔敏（氯苯那敏）是老年人最容易购买到的抗过敏药物。除了因过敏单独使用扑尔敏外，大部分情况下，大多是与其它感冒药物一起作为复方药使用。
除了抗过敏效果外，扑尔敏具有镇静作用，潜在的风险也主要体现在神经系统的不良反应上，例如镇静时间延长、嗜睡、甚至意识不清等。如果不是因为感冒而睡不着觉，老年

人尽量还是不要吃含有这种成分感冒药物。
另外，扑尔敏本身的代谢时间比较长，而老年人由于身体机能的退化，肾脏、肝脏都有所退化，药物在体内代谢及排泄时间长在老人身上体现得更为明显，无形之中便增加了老人的肾脏、肝脏负担，因此老年患者可以剂量减半，如果本身肝脏、肾脏就有问题，甚至可以再次减半同样能起到作用。
据《健康时报》



早餐喝牛奶 一天血糖好

加拿大一项最新研究发现，早饭时喝牛奶搭配麦片，可降低餐后血糖水平并保持一整天，防控Ⅱ型糖尿病恶化和肥胖风险。

研究人员表示，Ⅱ型糖尿病的发作及恶化主要是体内血糖水平不可控引发的，因此，喝牛奶对控制

糖尿病和肥胖有积极意义。牛奶中含有两类蛋白质——乳清蛋白和酪蛋白，乳清蛋白能让人很快产生饱腹感，酪蛋白则可产生更持久的饱腹效果。高蛋白牛奶中上述两种蛋白质含量大，因而可延长饱腹感，进一步降低血糖水平。 据光明网