

每年走万里山路,磨烂四五双鞋

乡医孙凤莲44年看守村民健康

文/本报记者 樊伟宏 通讯员 闫盛霆 张先明

2013年元宵节刚过,淄川区岭子镇双峪村卫生室的乡村医生孙凤莲已经走在崎岖的山路上,去给邻村的病人送药。44年来,这条崎岖的山路她不知走了多少次,不管风霜雨雪,无论节假日,只要有村民生病,她就会背上医药包,踏上这条山路,给生病村民家送去希望。



▲淄川区岭子镇双峪村卫生室乡村医生孙凤莲走在积雪的山路上。 本报通讯员 闫盛霆 摄



▲治疗结束后,孙凤莲叮嘱村民不要忘记治疗中的注意事项。 本报通讯员 闫盛霆 摄

行医44载, 每年走万里山路

16岁那年,孙凤莲初中毕业来到乡卫生院学习针灸和接生,没想到这一干就是40多年。

孙凤莲所在的林峪村是个山区搬迁村,3公里外还有东桃花泉、西桃花泉两个村子,3个村加起来有200多人。三个村子地处偏僻,离镇卫生院有30多里路,且又不通公共汽车,村民有点小病小灾就全靠孙凤莲治疗。“三个村虽然人不多,但是病不少。几乎每个村民都有

点小病。家家户户都去过,谁家的炕头朝哪,家里人叫啥,俺都说的出来。”孙凤莲说,“周围这3个村,就我一个医生。一天到晚忙个不停,晚饭吃到十一、二点是常有的事,一天也就睡五、六个小时。”

孙凤莲自己身患糖尿病、冠心病等多种疾病,但几乎每天都有病人需要治疗,她很少能有时间闲下来修养。为了给病人提供方便,她上午在本村看病,下午就到另外两个村出诊。有时单是输液的药物就有30多斤重,为此,她专门缝制了两个布书包,一前一后的挂在

身上。平均算下来,几乎每天都要步行40多里山路往返于三个村子之间,这一年就得走12000多里山路,磨烂四五双鞋。

坎坷行医路 从未阻断她的步伐

2004年的春天,为了看病方便,孙凤莲买上了自行车。但刚学会不长时间,一次她在去东桃花泉村出诊时,因为雨天路滑,摔倒在山路上,造成左腿骨折。但即使如此,孙凤莲躺在床上也没有间断行医,她在床上开方配药,再由丈夫将药送到病人家

里。骨折治好,孙凤莲留下了后遗症,无法再骑自行车。

2012年8月16日晚上9点30分左右,孙凤莲接到西桃花泉村村民朱秀良家属的电话,说朱秀良高烧40多度,希望她能马上过去治疗。孙凤莲二话没说就出发了。当时天下着小雨,她一手撑伞,一手拿着手电筒,在村头爬坡时,脚下一滑,摔倒在泥地里,包中装的注射针头刺破鞋帮,从她右脚的脚面上扎了进去,断在了里面。孙凤莲感到一阵疼痛,怎么也爬不起来了,喊救命也没有人听到。大约过了半个小时,恰巧有一村民路过,才将她救起。此时的孙凤莲并没有选择回家,而是硬撑着身体,在这位村民的帮助下,赶到病人家中为其打上了针,才返回自己家。由于针头刺入脚中太深,孙凤莲去过几次医院,但仍然未能完全治愈,现在走路时一瘸一拐,并不时地感到疼痛。

随着医名远播,就连邻近的章丘市官庄乡石门、响水泉、双水泉等村的村民也都来找她看病。由于村里的条件不好,并且老年人居多,基本没有收入,有时看病买药只能由孙凤莲自己垫付医药费。据了解,截至目前,孙凤莲垫付的药费已有3万多元,对此,孙凤莲从没有怨言。“俺们都需要她,怕她搬走了,她要是走了,我们的病就没人看了。”西桃花泉村村民朱秀道说。

“直到我走不动了,病也就不看了。”孙凤莲说。

预防春季花粉过敏,教你一招!

春季百花开,花粉过敏预防措

施你会吗?春天是百花盛开的季节,让我们赏心悦目的同时,也会遇到一些小问题,如花粉过敏。目前,全世界花粉过敏的人数在逐年增多,那么春季花粉过敏怎么预防?以下告诉大家一些常用的花粉过敏预防措施。

怎么判断自己是否是花粉过敏?

第一,从往常的感冒当中逐渐识别出了“花粉过敏”;第二,大家的保健意识逐渐增强以及过敏源测试技术的逐渐精确。当然,现在仍然存在很多花粉过敏的人以为自己得了感冒或者鼻炎,反复用抗感冒药物或鼻炎滴剂治疗,以致耽误了治疗的最佳时机。所以,辨证正确是第一步。

花粉直径一般在30~50微米左右,它们在空气中飘散时,极易被人吸进呼吸道内。有花粉过敏的人吸入这些花粉后,会产生过敏反应,这就

是花粉过敏症。花粉过敏症的主要症状为打喷嚏、流鼻涕、流眼泪、鼻、眼及外耳道奇痒,严重者还会诱发气管炎、支气管哮喘、肺心病(多发在夏秋季)。花粉之所以会引起人体过敏,是由于花粉内含有丰富的蛋白质,其中某些蛋白质成分是产生过敏的主要致敏源。

皮肤接触花粉过敏的症状是皮肤出现红斑、丘疹、细小鳞屑,有瘙痒感或灼热感,多为在野外皮肤接触花粉后受阳光照射引起。

怎么预防花粉过敏?

首先,避免一切可疑或已知的过敏源,如:花粉季节飘散于空中的大量花粉。其次,对于某些已知的过敏源,一经查出,要立即转移病人的生活环境,如:病人住房周围种有一些花草、树

木,过敏者应将这些过敏源移走。儿童不宜任其在草地、落叶很盛的庭院或森林内长时间逗留玩耍。这些都只是被动的预防措施,真正要根治花粉过敏,就一定要脱敏。

花粉过敏的预防措施:

- 1.勿在室外久留 白天尽可能少待在室外,尤其是每天花粉指数高的时间,例如晴天的傍晚。要做户外活动及各种运动项目时,尽可能选在花粉指数最低的时候,像是清晨、深夜或是一场降雨之后。
- 2.关紧门窗 白天要关上门窗,以防止花粉飞入。
- 3.勿在室外晾衣 尽可能在屋内晾干衣服(用干衣机更好),不要在室外晾衣服,否则衣服、被单、床单等容易沾染花粉。
- 4.换衣服 如果你在花粉指数很高的时候外出,回来后记得换上干净的衣服。
- 5.戴眼镜 戴眼镜可以减少你的眼睛受到影响的机会,所以不妨用有镜片的眼镜代替隐形眼镜,或是外出时带上太阳镜。
- 6.避开过敏季节 可能的话,尽可能将假期安排在你的干燥季节,趁机避开。不妨考虑

到海边度假,因为海风会使空气中几乎没有花粉,也可以考虑选择一个没有诱发因子会引起你过敏的国家度假。

7.戒烟 有过敏症的吸烟者应停止吸烟。

8.避开污染物 要避免会让你症状加剧的所有东西,如灰尘及马路上的各种气味。

9.安装车载过滤器 考虑买个车载用的空气过滤器。如果你在考虑买新车,不妨买空调设备

中已经有支援花粉过滤装置的车种。这种小型的过滤器已经愈来愈普遍,不仅豪华的车中有配备,小车中有安装的也不少。

10.药物治疗 在鲜花盛开的季节,过敏有时是不可避免了,此时药房里所卖的抗组织胺药对你的过敏症状会有极大帮助。如果症状严重,应该尽快看医生,一般来说,医生会给你使用色甘酸钠、口服激素等作用更强一些的药物。

