

# 北大医疗鲁中医院内分泌科主任史晓艳 被患者“赖”上是种幸福

北大医疗鲁中医院  
PKUCare Luzhong Hospital

咨询电话:0533-7535931  
咨询电话:0533-7535931

本报记者 樊伟宏  
通讯员 勾翠华

## 从最年轻到最年长 行医梦想未曾改变

作为北大医疗鲁中医院内分泌科主任,史晓艳不仅是科里的“掌舵人”,更是科里年龄最长的“老大姐”。

1992年,史晓艳带着优异的成绩走出了潍坊医学院大门,出于对大企业的一种憧憬,她毫不犹豫地选择了到齐鲁石化中心医院(北大医疗鲁中医院前身)工作。“当时最想去的是妇产科,因为可以做手术,但因为妇产科并不缺人,最后我被分到了保健科。”

因为保健科面对的病种比较杂,在科室呆了八年,这八年在内科方面为史晓艳打下了坚实的基础。“当时我是科室最小的,所以边工作边跟着前辈们学习,也为后来的工作做了必要的知识储备。”

2000年,史晓艳来到中日友好医院进修内分泌。通过一年的学习,让她系统掌握了内分泌常见病的治疗,而这也是她与健康教育结缘的开始。

## 辨识识病,

## 她被患者记在心里

结束了进修回到医院后,半年时间她只看了几个因为糖尿病住院的患者,这让她感到有些失落,“工作接不上茬,我便想着怎么才能发挥作用,正好当时院领导征求我去医务科工作,我便马上答应了。”

在医务科的时间,史晓艳始终没有放弃自己的业务,她也是当时机关为数不多的坐门诊的行政人员。“我在去医务科前向领导申请了一个内分泌专业门诊,这样可以继续做自己喜欢的事,当时也得到了医院领导的支持。虽

虽然距离获得全国“糖尿病健康管理认证单位”的荣誉称号已经有些时间了,但每次想起获奖时的场景,北大医疗鲁中医院内分泌科主任史晓艳还是难抑心中的那份激动,为自己的团队感到骄傲,感到欣慰。一晃十余年过去了,在健康教育这条路上,他们走出了自己的方向,且从未停歇。



史晓艳到乡村开展健康教育。

然病人不多,但我还是很开心。”

据史晓艳回忆,一次她在门诊碰到一个老太太,出于职业敏感,她觉得老人的面容有问题,于是便把老人叫进了诊室。在和老人沟通并对比了老人过去的照片后,她建议老人做个磁共振检查。“当时只感觉老人的脑垂体可能长了东西,但医院那时还做不了这项检查,没想到老人最后还真去别的医院做了检查,最后确诊为脑垂体瘤。”

十几年后,一次在医院电梯的邂逅,老人一眼就认出了她,并向她表示感谢,而这也让史晓艳倍感欣慰。

2008年,医院内分泌科正式成立,史晓艳也终于实现了自己的梦想。

## 开始做健康教育时

## 只有两名听众

有一段时间,史晓艳在查体科工作,她就做起了患者健康教育。当时医院信息化还没有普及,她发现医院大厅有一块没人用的黑板,于是便将其拖到了科室,利用给患者查体的机会给大家上“健康课”。

“我在进修时看到,北京市民可享

受到的健康资源实在太丰富了,比我们这里不知道要丰富多少倍,当时他们几乎人手一个血糖仪,只要患者有什么不懂,医院都会开展各种各样的讲座为他们普及知识,这让我印象很深。”史晓艳说,“而当时在我们这里,患者若不找医生,医生不会主动找患者,有些患者直到去世都不知道怎么去管理自己。不良的生活习惯加速了疾病的发展,最后导致并发症不可收拾,所以当时我就觉得这个事必须有人去做。”

据史晓艳介绍,她一开始做患者健康教育时只有两个人,因为不认识、不了解等各种原因,很多患者对史晓艳所开展的工作并不信任,但她并没有放弃。后来随着口碑相传,课堂上逐渐有了十几位听众,现在最多时有两百多人抢着听史晓艳的健康教育课。这些听众中,既有她的病人,也有普通的市民。

“小广场、村里、乡镇上、政府部门、企业……我们都进行过健康教育,风雨无阻,且每次都是免费的公益活动。”史晓艳表示,“我们授课的内容也不尽相同,糖尿病、冠心病、高血压、心脏病等,都是市民身边的常见病。”

齐鲁晚报

问诊室

B04

2016年1月26日 星期二  
编辑:胡淑华  
组版:马秀霞

头条链接

## 健康教育的魅力 在于患者的信任

据史晓艳介绍,通过健康教育为她带来的最大收获,就是与很多患者成为了朋友。“他们在课堂上提问、交流,或者直接住院,生什么病都会来问我,开玩笑说‘赖’上我了,我感觉是一种莫大的信任。所以当他们遇到问题,我会尽全力救治,做不到我会请其他科室会诊,再做做不到我会请教上级医院的医生。”

“健康教育的魅力在于没有任何利益,就是公益;你真的去为病人着想,就是一种魅力;你从不欺骗病人,赢得患者的信任,就是一种魅力。”史晓艳说。

在提到有什么遗憾时,史晓艳只觉得亏欠家庭。“因为占据了太多时间,对家庭实在照顾不多,健康教育大量的工作都在背后,需要大量的备课,有时女儿和丈夫开玩笑地问我‘工作离了我是不是就不行了’,我听了其实有些内疚,但家人还是很支持我,我很感激。”



史晓艳与病人沟通病情。

春节将至:

# 送父母健康好礼,就选众参缘海参!

过年送礼送什么?送健康!送健康!送健康!重要的事情说三遍!

俗话说得好,有什么千万别有病!健康是人生最重要的东西。

常年在外奔波忙碌的你,是不是也时常为身在老家的健康担心?

新春佳节就要来了,好不容易可以回趟家了,给父母带众参缘海参吧!

## 让众参缘海参替你守护父母的健康

海参,自古就有着“海味八珍之首,世间百补之王”的美誉,具有极高的营养价值,是养生滋补的首选食品。

老年人普遍易患血管疾病、高血压、高血脂等中老年病症,气温骤降,感到最为不

适的当数体质较弱的老年人,因为对寒冷天气非常敏感,一些本身就有多种慢性疾病的老年人,在冬季最易病发,天气转冷后血管收缩,容易导致大脑供血不足,感到胸闷憋气,头晕不适等症状。

预防冬季低温带来的不适,除了要做好保暖防寒,适时添衣、戴口罩等防寒用品,最主要的还是要提升自身抵抗力,增强免疫力。

那么,什么方式更有效呢?药品?保健品?当然!还是送海参吧!

我国传统中医特别强调食物的补益功效,从养生角度来说“药补不如食补”,食物的营养作用是任何补品都不能替代的。食补属于温补,因此,寒冷的冬天给父母选一份适合的进补是十分必要

的,在这个冬天不单把老人的生理机能调整得更好,同时也能吃出一份健康来。

有科学研究表明,海参是少有的低脂、低糖、无胆固醇的滋补食品,海参特有的活性营养成分海参黏多糖、海参皂甙,具有延缓衰老,双向调节免疫、抗致突变、调节中枢神经系统等功效。可以说海参是非常适合中老年人食用的补品,“送海参就是送健康”,便是对海参最为贴切的描述。所以老人冬日食一参,足可起到固本培元、补肾益精的效果。海参不是药,但经常吃海参的老人,免疫力会有显著的提升,体质有明显改善,几乎很少感冒。

## 算算经济账,众参缘海参更实惠

众参缘致力于为山东广大消费者提供最具性价比的淡干海参。产地直销,省去中间环节,直达消费者手里,价格自然更具优势!众参缘系列淡干海参中,销量最大的众参缘优质淡干海参,一斤有140头左右。现在买一斤,一天食用一根优质海参,足可以食用将近5个月。利用经济学来计算,可以说是健康成本极低,健康收益极高。

春节将至,送金送银都不如送健康!众参缘海参,送的是一份健康,更是一份爱心和情谊!众参缘海参,健康好海参,送给爱你的人——父母!

众参缘海参全省包邮到家,货到付款,快捷省心。订购热线0531-83182668 83182778。

# 孕妇在家也能产检啦

通过母婴健康管理平台进行胎心监测等基本检查

本报济南1月25日讯(记者 陈晓丽) 24日上午,全国胎心电子监护临床应用培训班在济南举办,培训班由中华医学会继续教育教材编委会主办、山东诺安诺泰信息系统有限公司承办。同时,“完美生活”母婴健康管理项目正式启动。

随着2016年生育高峰的到来,各大医院产科都人满为患,孕妇产检更是难上加难,不少孕妇只能冒着寒风一大早就赶到医院排队等待。不过,伴随着“完美生活”母婴健康

管理平台正式上线,孕妇们可以实现在家体检。

孕妇可以通过平台配备的硬件设备包括胎心仪、血氧仪、血压计、血糖仪等,随时自行检测胎心、血氧浓度、血糖、血压等指标,还可以通过“完美生活”手机APP与医生互动,得到医生科学有效的远程指导。

同时,诺安诺特聘专家罗颖提醒道,随着二胎政策放开,高龄产妇越来越多,高危妊娠也在增加。“会导致高危

妊娠的危险因素可以分为经济因素、个人条件、孕妇内科疾病、不良生活习惯、胎儿发育状况等多种类型。”

其中,以下任何一项个人条件也可能导致高危妊娠:预产期年龄 $\geq 35$ 岁,或 $< 18$ 周岁,妊娠前体重 $< 40$ 公斤或超重( $> 80$ 公斤),身高低于140厘米,孕妇受教育时间少于6年,家族中有明确的遗传性疾病等。

孕妇自身的一些疾病,例如心脏病、高血压、肝脏疾病(包括病毒性肝炎)、糖尿病、甲

状腺疾病、胃肠道疾病等也会为妊娠带来风险。

在所有不良生活习惯中,孕妇吸烟几乎可以增加所有的胎盘并发症的发生,新生儿死亡率和婴儿猝死综合征的发生率也比较高。同时,妊娠期间,只有完全戒酒才是安全的,目前酒精的最低安全剂量尚不清楚。

此外,工作生活压力大、环境污染、不良饮食结构、过高的剖宫产率,都是高危妊娠的重要影响因素。

## 免费婚孕检 预防出生缺陷

本报济南1月25日讯(记者 刘志浩 通讯员 孙艳敏) 为了改善育龄夫妇健康状况,预防出生缺陷,济南市槐荫区卫计局联合辖区居委会,简化查体流程,实现了孕前预防和群体预防,有需要的夫妇可提前咨询,在每周二及周四上午做检查。

据了解,为改善育龄夫妇健康状况,预防出生缺陷,槐荫区卫计局简化了查体流程,将婚检、孕检有机结合,广泛宣传婚检、孕检的重要性,把预防措施落实在怀孕之前,推动出生缺陷预防关口前移,实现孕前预防和群体预防。

为使广大育龄群众知晓政策,积极配合,全面参与,槐荫区采取多项宣传措施,借助QQ群等新兴传播手段开展宣传,并深入基层,到乡村开展义诊活动等,充分调动新婚及计划怀孕夫妇参与检查的主动性、积极性。此外,辖区农村妇女还可免费领取叶酸及《妊娠分娩育儿》。

检查发现不利于怀孕的高风险因素的,均由妇幼保健计划生育服务中心主治医师进行一对一指导,以消除高风险因素,降低出生缺陷发生。

服务中心位于济南经六南小纬九路3号,每周二、周四上午8:30(节假日除外)检查,检查前要空腹、憋尿,并带好身份证。



生命周刊二维码