

男性按摩肩膀有助生育

美国卡罗莱纳斯医疗中心的研究人员开展了减压与生育力关联研究发现,在完成宫内人工授精之前,提供精子的男性参试者接受15分钟的瑞典式按摩,能够显著提高授精成功率。这种按摩的特点是,以轻重适中的按压力度,放松全身关节和紧绷的肌肉,这种推拿技巧能有效舒缓劳损的部位,减轻背部和四肢酸痛。科学家指出,按摩可使人体得到深度放松,压力水平降低,压力激素皮质醇水平明显下降,从而使得精液量及健康精子数增加,生育力自然提高。

病榻札记

专家为什么看不好小病呢

彭思信

人老了,就特别爱惜身体,我70多岁了,还一直坚持锻炼,身体保持得挺好。前阵子的一个早上,起床后,我发现肋关节处有种酸麻的感觉,一看,那地方红红的,还起了一个包,本没拿这当回事,可这地方肿胀的,特不舒服。附近有家小诊所,我就去取了些药,又是吃又是擦的,过了两天,那包不但没有好转,老伴的背处也出现了这么一个包,且症状跟我一模一样。不知什么时候,这事就传到儿子女儿的耳朵里了,都赶来看我们。一看这情况,儿子说,干脆去大医院,别误事。

一进医院,几个人有挂号的,有找人的,一会儿,儿子说找了个专家,说完,就领我们进了专家门诊。那专家人很和气,看了伤,又问了一些情况,就说:“是滑囊炎,吃点药,打点消炎针,几天就会好了。”看医生那副轻松的样子,我倒觉得自己是虚惊一场了。然而,药吃了好几天,针也打了好几日,病不但没有好,反而向四周蔓延,我原有的担心又增加了,想这病不痛不痒的不是什么好病,心里顿时紧张了起来。大概受心理的影响太多,我顿感这病严重了。以后的几天,儿子每天都来电话问,可一连几天不消肿,儿子也坐不住了,干脆一家人都住进我家,也好有个照料。第二天一早,儿子就大喊

道:“爸,你们的病因我找到了,”说着,他手里抓着一只被掐死的蜈蚣,“就是它干的,震儿的身上也被它咬了,症状跟你们的一样,幸亏让我碰上了,不然,还不知要花多少冤枉钱呢。”既然病因找到了,心里也轻松了许多,去看孙子的症状,真毫无两样。即使这样,我们也不能让其继续发展。儿子和孙子去医院,还找了那个专家,儿子说这伤是被蜈蚣咬的,恰巧专家旁边有个实习生,说这种伤用醋沾紫金锭擦患处,一两天就能好。儿子问专家,“在这之前,孩子曾打过消炎针的,该不要紧吧?”专家很严肃地说:“胡乱打针怎么行,这医生怎么想出这么个馊主意。”儿子说:“病是在这里

看的,医生说是滑囊炎。”专家听了,若有所思地朝儿子看了看,“其实也没啥,消消炎没准还治了别的病呢,也不是什么坏事吧。”听到这回答,儿子怒又不是笑又不是,还是先拿方子取药吧。这方子的确好,我们用了两天,症状消失,这样,一场虚惊才告结束。可回头想想,只相信专家的意见,把简单的事搞复杂了,我们不也有责任吗。如今有许多专家,总觉得找他看的病都是大病,就不从小处着手,导致了专家看不好小病的窘境,通过这事,专家们是不是该好好地反思一下呢?小病小治,大病大治,这才是我们应该做的。看病是这样,我们的生活不也应该是这样吗?

医患寻解

请别怀疑我的善良

曹彬

人生病的时候是最痛苦的,也是最脆弱的。我常常想,当病人脱得一丝不挂被推进手术室,面对陌生的环境浑身颤抖的时候;当手术病人麻醉后人事不省,把生命交给外科医生的时候;当患有乳腺痛的女病人在一个陌生的男医生面前暴露自己高贵的乳房的时候,我们怎能不高调我们的善良?这种医生、患者的关系只能用人性来衡量,哪能用权力和金钱来衡量?家属对病人有爱,医生和护士对病人也有爱。但这是两种不同的爱。医生和护士是理性的爱,再高明的医生都不会亲自给自己的亲人诊治疾病,因为面对生病亲人的时候,往往缩手缩脚,耽误病情。医生和护士的理性既源于专业知识,也因为见过了太多的死亡。

家属如果真正想显示对生病亲人的爱,把亲人送到医院,亲手交给医生和护士,说一声“拜托了,谢谢”。这一声“谢谢”是生命的嘱托,医生和护士面对这种生命嘱托的时候,怎能不善良?怎能不高调我们的善良?凌晨病人大咯血,值班的赵大夫跪在床上给病人做心外按压,抢救。鲜血染红了她的白大衣。最终病人因为病情严重抢救无效死亡,当两个身高达体壮在太平间工作的小伙子来病房推尸体时的时候,被病房里面血流成河的场景吓怕了,在病房门口踌躇不敢进。事后我想,赵大夫只是一个弱不禁风的小女子,在家里还是父母面前撒娇的独生女,穿上白大衣怎么会有这么大的勇气和力量?怎么会比较常接触尸体的两个棒小伙还有勇气?

门诊,家属一次次进入诊室,问我“大夫,看几个了”。我想告诉他,他这样推门而入,打断了正在检查身体的病人的诊疗,对别人的隐私是一种严重的冒犯。想想看,如果正在检查身体的病人是他自己的妻子和女儿,他会怎样?而且,作为医生的我,一上午没喝一口水,没上过一次厕所。如果他对我说:“大夫,累不累,要不要喝口水”,我一定会很感激他的善良。

因为候诊时间长,家属往往埋怨我,为什么医院不多安排一些医生?但是,他不知道,实际上这也是我想的问题。难道我不知道多安排一些医生,我就可以抽空喝口水、去一趟厕所吗?更有甚者,焦虑的家属威胁要“投诉”、“找领导”,可是领导,也就是医院院长,他能解决医生人事编制紧张的难题吗?抱怨和埋怨除了增加不信任什么也解决不了。病人和家属啊,你们能不能也高调您的善良?

电视剧《亮剑》里面八路军战士把受伤的团长送到医院,用枪顶着医生的头,要求医生抢救他的团长。我真想冲到电视机里面,劝说这位八路军战士,不需要通过威胁医生来显示对团长的爱。我要告诉这位战士:他拿枪指着医生,是想拯救团长,还是想让团长死得更快?他的枪除了干扰医生的工作,什么作用也起不到,而且医生难免因为受到惊吓,手术中双手打颤。



400读者获奖订报卡

23日,参加医院满意度调查的幸运读者,领取2014年度《齐鲁晚报》订报卡。近期,历下区人民医院通过本报发起满意度调查活动,活动期间共有6784人有效填写调查问卷。经统计,绝大多数参与者对该院表示满意和认可,其中总体满意度数据显示,分别有61.10%、34.30%的参与者选择“满意”和“基本满意”,满意度指数累计达到95.40%。同时,100制的打分评价中,平均分显示为96.10分。评选活动结束后,400位参与者被抽中获奖。

医人说医

为医之道,尽力而为

杜新英

作为一个主攻心脏病的医学工作者,每天穿梭在门诊病房尤其是重症监护室大大小小的床位之间,看着老老少少的患者来来去去,心中总会有一些感慨想与人分享,生命中总会有一些经历令人难忘。因为职业,我们被称为“白衣天使”。其实我们不是天使,天使是神,有无穷的能力,可以满足人类每一个愿望,我们只是人,平凡的人,体力有限,智力有限,能力有限,但我们尽自己有限的体力、智力、能力来守护患者们的生命。医者医病,不能医命,工作中会有各种急救设备都上了,各种治疗方法都用了可患者的心脏就是不跳的情况,但我们还是尽我们的最大能力,最快运转,集体智慧来抢夺患者的生命。身为一个高学历的医生,我最佩服的人,不是我的导师,也不是国际前沿那些名声如日中天的专家教授。我最敬

重的,是重症监护病房里那些普普通通的护士。一个重症监护病房,平均每100个床位,夜班就要安排5到6个护士值守。如果是新生儿监护病房(neonatal intensive care unit),即我们常说的NICU,值班的人数会多一些,但每个护士至少也要分管十几名患者。作为父母,我们知道,一人护理十几名患儿有多繁琐。一个房间里,十几名患儿插着各种各样的管子躺在那里,每两个小时测量一次体温、血压、脉氧,根据不同的出生天数配奶喂奶,要随时清理痰、尿和粪便,要随时观察肤色、呼吸和心跳,早产儿要保温,黄疸儿要照蓝光,生命体征不稳的要上心电监护,术后的要注意吸氧,渗血和尿量,彻夜不眠,一遍遍地巡视。作为人子,我们懂得,日日夜夜照顾人事不省或精神疾病的老人需要多少耐心、毅力和体力。作为平凡人,我们明白,面对传染性疾病时内心的恐惧和犹豫,我

们理解,却没有亲身体会。而护士们不一样,她们整天重复的永远是这些单调的、没有多少技术含量还最脏最累的活,没有怨言,永不疲倦。长期熬夜是小事,传染上疾病也是有的,挨打挨骂更不少见。病人家属焦急愤怒都是可以理解的,只是,谁理解她们,那些挨完打骂还要继续耐心细致地核查药液、小心预防差错,还要强颜欢笑着迎接下一位患者家属的护士们?医生不是神,护士也只是人。为医之道,别无良策,唯有尽心尽力而已。作为父母,我也体会过孩子生病时父母内心的紧张、惊恐和煎熬,不到孩子痊愈,心上的那块石头不会放下。作为子女,我也经历过父母病痛时儿女心中的压抑、无助与脆弱,看在眼里疼在心里,恨不能以身代之,时时刻刻的胆战心惊,分分秒秒的希冀期待。家庭成员中一个有了病,其他人都没了安全感。这我们都知

道。但工作在医院中的我们可能经常误饭,饿得饥肠辘辘还在台上做手术;可能经常误睡,整夜得不到休息还要努力睁大眼睛看护;开处方可能是冒着风险做的决定;看上去轻飘飘的一个治疗方案可能是全科医护人员加班开会研究的结果,这您不一定知道。如果有一天,因为您自身或者家人的健康原因,你们来到了医院,如果身着白大褂的人脚步匆匆,没有听到您问路的声音,请想到他们是急着去抢救病人,并非是态度高傲;如果看到医生开了较贵的检查,请相信他们不是为了挣钱,而是为了确诊万无一失;如果看到护士值班期间打呵欠或是偷偷地往嘴巴里塞东西,请体谅她不是偷懒,她只是又熬了夜或误了餐。即使我们已经习惯,但人的身体不是铁打的,长期的超负荷总有撑不住的时候。所以请您一定要体谅,因为我们需要你们的信任 and 谅解。

《病榻札记》:讲出您的医疗故事,帮助更多的人从中有所感悟。
《医人说医》:医务工作者说与医疗有关的事,尽在《医人说医》!
《我来帮您问》:架起与名医名家沟通的桥梁,为您的健康支招。
来稿请洽:snj120@sina.com。一经利用,稿酬从优。

征稿