

医学人文 YIXUERENWEN

# ICU里绽放的玫瑰花

青远琴



又是ICU（重症加强护理病房）里普通如常的一天，伴着各种仪器运转的声音，我穿过床位密集的大厅。监护仪上跳动的生命数字和空气里消毒液、抗生索的味道，让我如此熟悉且安心。

病房里又换了一些新的患者，等待我们的帮助。完成我负责的患者护理工作后，便趁时间间隙去看看那个与自己同岁的31床李院。这段时间，她已经成了我们全科医护人员牵挂。

走到病房门口，便看见李院精神抖擞地坐在病床上，白皙的脸颊透着红润的光泽，两条麻花辫随意搭在双肩，接过丈夫手里的食物，她眼里透着幸福的安心，看到我出现在门口，也叫不上名字，便咧开嘴角笑起来。这一瞬间她的笑容就像一束光，赶走了我接下来一天的烦躁疲惫。

## 我们治疗患者，也被患者感动着

一个多月前，李院诞下一名健康女婴，围产期内突然出现胸闷、气促、喘息，情况危急。在当地医院住院期间，她频发室颤，三天内，室颤次数高达50余次，随时会有生命危险。李院胸前多次除颤的皮肤被灼伤，就是她与病魔抗争的痕迹。

2月20日，当地医院与我们取得联系，想要将李院转诊到遵义医科大学附属医院重症医学科（以下简称“遵医重症”）救治。意识到患者情况非常紧急，我科主任——全国政协委员傅小云，以及副主任付豹与当地医院负责人立即讨论制定了安全周密的转运方案。

2月21日下午1点40分，李院安全抵达遵医重症。结合病史临床表现及各项检查结果，医生们明确诊断李院患上了“围产期心脏病”。

入科后，李院也多次发生室颤，生命体征极不稳定。科副主任付豹、ECMO团队组长胡杰与值班医生高飞一直守在患者床旁，随时关注病情变化，讨论治疗方案，积极向家属沟通病情。此刻的李院，实施ECMO支持治疗是唯一的希望。这是一种体外膜肺氧合设备，主要用于对重症心肺功能衰竭患者提供持续的体外呼吸与循环，以维持患者生命。在听过医生对李院病情的分析和实施ECMO治疗的必要性及存在的风险后，李院的丈夫毅然接受了医生的治疗方案，全力支持实施ECMO治疗。

2月22日一早，ECMO团队明确分工，有序上机，仅40分钟，就完成了股动脉及股静脉穿刺

置管、管路预充，ECMO顺利转机。V-A ECMO的实施，使李院的心脏能够充分休息，生命体征也在ECMO的支持下逐渐趋于平稳。

接下来的6天，遵医重症ECMO团队对李院实施专人护理，每天24小时持续保驾护航。随着治疗的进行，李院的各项指标一天天好转，镇静镇痛也逐步减弱，ECMO第三天，医生查房时充分评估后暂停了镇静镇痛药物，李院很快苏醒，能对我们的呼唤微微点头回应，这让我们的医护团队为之一振，更加密切地关注她的每个指标的变化，观察她的神志反应。

床旁心电图监护、PICCO监测上屏幕跳动的彩色数字能让我们知道她的生命发展迹象，我们谨小慎微同时充满希望。我们注意到，李院神志没有恢复那天，她的丈夫隐忍着悲伤，每天按时和医生见面谈话了解病情，一有机会就想来李院床旁看看，握一握她的手。他用这种无声且坚定的爱，鼓励着、支撑着李院，同时也鼓舞着我们医护人员——我们不会让他失去爱人，不能让还没有满月的宝宝失去妈妈。

## 所有生命都值得我们拼尽全力为之一搏

ICU的患者，可能会突然苏醒时发现自己被各种管道、线路缠绕拉扯着，彼时那种恐惧和焦虑是无以言表

的，还要忍受长时间在病床上躺卧，这是一种极致的忍耐，也有对求生意志的考验。

后面3天，我们为李院制定了个性化的镇痛镇静方案。白天她几乎可以完全保持清醒状态，即使身体有不舒服，身上各种管道，嘴里插着气管，李院仍能清醒地用极强的意志力控制自己，配合医生护士进行治疗，她的坚强勇敢也让医护人员心生敬意！

2月28日，医生对李院进行了ECMO撤机。撤机后，生命体征平稳的李院用手摸着自己的肚子想要说什么，床旁护士握着她的手在纸上写着，由于上肢无力，写出来的字很难辨识，护士便开始猜：肚子疼、肚子胀、饿了、想大小便……孩子？当护士说出“孩子”两个字的时候，眼泪从李院的眼角滑落。那一刻，在场的医生护士眼眶都湿润了。

我们立即联系李院的丈夫，给李院播放了孩子的照片和视频。之后，李院在医护人员的安慰和鼓励中，慢慢平静下来。撤机第二天李院成功脱离了呼吸机，能够和大家交流了。她仿佛有说不完的话，只记得从金沙来到了遵义，自己被除了多少次额已经不记得了，感觉那几天都没有发生过，记忆从停镇静药醒来那天开始连续（这样也好，痛苦都已经过去了）。她还说，不是自己坚强，是医生护士对她的不放弃不放弃才帮她捡回一条命。大病初愈的李院，言笑晏

晏，容光焕发。

为了预防并发症的发生，撤机后我们医护团队也没有松懈，帮助李院做功能锻炼，鼓励她自主活动。有一天工作群里传来照片，我看到她捧着玫瑰花笑意盎然地站起来了，那束纯红色的玫瑰花娇艳欲滴，顶着银色的王冠。我想，那也是丈夫对自己妻子重新绽放的生命表示的祝贺吧。

李院住院期间，我们还为李院书写了ICU日记。其间他们夫妻说：很多话，也不好意思说出来，想给我们写封信。在他们的手书中，我们读到了诸如“看见护士阿姨每天为我老婆扎小辫，感觉就像妈妈一样亲切、慈祥”“谢谢重症医学科的家人们，给了我重生的机会”“是你们的不离不弃，让我重新回到了家人和孩子身边”等的话语，朴实的文字让我们医护人员都潸然泪下。

医院的底色乍一看是冷静而晃眼的白色，而在这严肃并有些许冷冽的治疗背后，是跳动的心脏和汩汩流淌的红色血液。而ICU里盛开的玫瑰花，就像那火红色的信念和热血，所有生命都值得我们拼尽全力为之一搏。

3月15日，李院痊愈出院了。带着我们遵医重症所有医护人员对她的祝福，走向了美好的新生。现在，走过李院的病床，我们还时常会想起她。

（作者系遵义医科大学附属医院重症医学科主管护师）

快讯 KUAIXUN

## 京津冀食品营养健康与安全创新平台 获批建设

本报讯（记者 张原）记者日前从中国科学院天津工业生物技术研究所获悉，由该所牵头天津科技大学、合成生物学海河实验室等单位，共同申请建设的京津冀食品营养健康与安全创新平台获得国家卫健委批复，成为区域性营养创新平台建设试点。

建设区域性营养创新平台是贯彻落实《国民营养计划（2017—2030）》、以科技支撑新时期食品营养科技创新的重要举措。京津冀食品营养健康与安全创新平台坚持以人民健康为中心，牢固树立“大食物观、大卫生、大健康”理念，通过整合京津冀区域的科技创新和产业发展资源，致力于合成生物制造食品

及其辅料营养健康与安全风险评估以及临床营养健康研究，建设新产品入市与应用安全性评价技术与标准体系，建成新食品原料、食品添加剂新品种和食品相关产品新品种的安全风险评估试点机构，推动设立合成生物制造食品分类备案（清单制）、审批先行和生产示范区。

据了解，京津冀食品营养健康与安全创新平台将对先行先试的食品原料或食品建立食品安全追溯系统，实施全流程监管追溯，促进成果转化和产品入市，打造国家创新体系的战略节点、高质量发展重大动力源，为推动行业创新和京津冀区域乃至全国经济高质量发展发挥作用。

## 奇正藏药获中华国际科学交流基金会“工程科技人才贡献奖”

本报讯（记者 刘喜梅）近日，第三届中华国际科学交流基金会“工程科技人才贡献奖”获奖名单揭晓，奇正藏药荣誉上榜。

中华国际科学交流基金会由卢嘉锡、杨振宁、丁肇中等海内外著名科学家发起，业务主管部门为科技部。“工程科技人才贡献奖”经国家科学技术奖励工作办公室准予登记备案，评选根据国家重大战略发展需求，紧密围绕经济建设和事关国家安全的重大工程科技项目，为我国创新驱

动发展、建设科技强国作出了重要贡献的企业。除奇正藏药外，还有中国电信集团、格力电器等9家单位获颁2023年“工程科技人才贡献奖”。

奇正藏药是国内藏药龙头企业，主要从事藏药的研发、生产和销售，产品覆盖镇痛、呼吸、妇儿、消化、皮科、心血管等领域。该公司作为首批国家创新型企业，拥有两个国家地方联合实验室，先后承担了“十一五”国家科技支撑计划重点项目以及“十二五”“十三五”国家科技重大专项。

医学新知 YIXUEXINZHI

## 中药干预可加速新冠感染者康复

近日，广东省中医院张忠德教授团队、郑广娟教授团队在国际期刊《细胞增殖》在线发表学术论文。该论文研究显示：感染新冠病毒后，机体后天免疫功能在一定时期内仍存在异常，但应用中草药调理、呼吸训练、适宜的体育锻炼等方法尽早进行康复调理，可显著改善感染后机体的后天免疫功能损伤，加快康复。

这一关键发现可能会改变新型冠状病毒感染后的康复策略，对于后疫情时代新冠病毒感染的长期潜在影响评估、探索促进免疫功能康复有效方法具有重要意义。

免疫反应在病毒感染中至关重要，新冠病毒发生发展过程中的免疫反应需要深入探索。尤其在重症和长新冠患者中。有研究证实，新冠病毒感染者康复后免疫系统会发生变化，但免疫系统

变化的持续时间尚不清楚，且针对该变化帮助机体免疫功能恢复的有效干预手段还有待探索。

对于上述问题，张忠德教授团队及郑广娟教授团队利用全景基因组评估方法，针对疫情早期武汉的新型冠状病毒感染后恢复期患者，对比80例新型冠状病毒感染康复者和12例健康对照者的免疫组库特征，发现新冠病毒感染6个月后机体淋巴细胞减少、T细胞受体（TCR）和B细胞受体（BCR）的多样性降低，B细胞储备激活。这些证据，证实了新冠病毒感染后机体的后天免疫功能恢复可能需要较长时间。研究结果还表明，与未接受中医药等康复调理的人群相比，接受中医药调理康复者免疫功能有显著改善，有助于加快康复。

（陈晶）

## 穴位是具有实体解剖结构的

“传统穴位是客观存在的，具有实体解剖结构。人死后穴位功能会消失，但其解剖结构仍存在。因此，通过尸体解剖探讨穴位的部位与结构是可行的。”近日，《山东医药》杂志刊发了山东省立医院王增涛教授团队有关传统穴位实体解剖研究的部分学术成果。

王增涛团队对尸体的解剖结果显示，五腧穴全部60个穴位产生“穴感”的部位，都位于肌门或骨门。所谓肌门，是指血管神经进入肌肉的通道，其与支配肌肉的神经与供养肌肉的血管一起伴行进入肌肉处。所谓骨门，即血管与神经进入骨骼的通道，是血管、神经进入骨骼的通道。

对于解剖结果，王增涛教授还用B超技术在志愿者身上进行了验证。即先在志愿者身上针刺穴位，出现“穴感”时用B超观察针尖所在位置及结构是在肌门与骨门处；另外，在志愿者身上先用B超找到骨门或肌门，然后在B超引导下针刺该骨门或肌门，当针尖到达该骨门或肌门时志愿者立即会有“得气”的针感，而扎其周围组织没有这种感觉。

“穴点以差讹，治病全然纰缪。”搞清楚穴位的实体解剖结构，对穴位进行精确的三维立体定位是当今针灸发展的迫切要求。王增涛团队表示，这一研究成果有望将穴位从盲人摸象变成眼见为实的东西，这对穴位定位的研究和推广具有重要价值。

（刘喜梅）

# 清明饮食宜忌

唐旭东

右、不离不弃，甚至“割股啖君”。重耳励精图治，成为一代名君晋文公。但介子推不求利禄，与母亲归隐绵山，晋文公为了迫其出山相见而下令放火烧山，介子推坚决不出山，最终被火焚而死。晋文公感念忠臣之志，将其葬于绵山，修祠堂立庙，并下令在介子推死难之日禁火、寒食，以寄哀思，所以之后就在民间出现了“吃冷食”的习俗。而中医认为，“春三月，此谓发陈”，是阳气生发的时节，春季应该养护机体的阳气，而寒气为阴邪，这个时候吃性质寒凉的东西容易损耗人体的阳气，阳气虚则百病生，所以在清明时节，切记莫食凉、忌寒食，这与俗语“春捂秋冻”都反映出了相同的养生理念。

青团是江南地区在清明节必吃的一道传统特色小吃，清代美食家袁枚在《随园食单》中记录了青团的制作过程：“捣青草为汁，和粉作团，色如碧玉”，其中的青草最为常见的就是艾草，所以青团又称作艾团。艾草，性温，《本草正》中记载其可辟除风寒湿，清明时节适量吃青团可以借助艾草升阳气、散寒湿的功能预防感冒等疾病，所以民间有着“清明吃艾，勿怕雨浇”的说法。

其一，忌食寒食。

据史籍记载：春秋时期，晋国公子重耳为躲避祸乱而流亡他国长达十九年，大臣介子推始终追随左

其二，巧疏肝气。

春季五行属木，肝主木、性喜调达，所以春季与肝有着密切的联系，春季养生重在“养肝”。中医认为，肝主调畅情志，肝的异常会影响人的心情；反之，情绪的好坏也会影响肝的生理功能。扫墓祭祖是清明节传统习俗的中心，是中华民族孝敬祖先、慎终追远传统精神的体现，但与此同时人们在祭拜亲人时难免会睹物思人、情绪抑郁，抑郁的情绪便会影响肝气疏泄情志的功能，导致肝气郁结，从而影响人体的健康。

下面介绍一款疏解肝气的月季玫瑰花茶。材料：月季花、玫瑰花各5克，红糖适量；做法：月季花、玫瑰花一起放入砂锅，加适量水，小火煎煮20分钟，滤渣取汁后放入红糖，搅匀即可饮用；用法：每日1剂，分2至3次饮用；功效：疏肝解郁、活血调经；适宜于心情郁闷不畅者，脾胃虚寒、便溏者不宜。

青色入肝，李时珍在清明时节养生中最推崇的就是品茶，尤其是“明前茶，明后银”之称的“明前茶”。清明茶有养肝明目、清脑醒神等功效，但“好茶也别贪杯”，新上市的春茶不宜急饮、多饮，以免“醉茶”。

其三，宜祛脾湿。“清明时节雨纷纷”，清明前后多雨水，外湿比较盛。中医认为，思伤脾，在这个特殊的节日，若思虑之情过重，会影响脾脏运化水湿的功能，最终导致内外夹击、湿邪内盛，产生一系列的病症。所以除了自我情绪调节之外，可以适当多食用一些祛脾祛湿类的食物，譬如山药、薏苡仁、扁豆等。

下面介绍一款健脾祛湿的药膳——淮山芡实扁豆排骨汤。材料：淮山药15克、芡实15克、炙黄芪15克、炒白术10克、薏米15克、扁豆15克，猪排骨200克；做法：扁豆、薏米用锅炒至微黄，淮山药、芡实、炙黄芪、白术、排骨洗净，然后将全部材料放进煲内，加入清水，先用武火煮沸，再用文火煲2小时，加盐调味即可食用。功效：健脾祛湿；适宜于脾虚湿重、精神不振者。

其四，慎食发物。清明时节是阳气渐升、渐旺的时节，也是肝木最旺的时候，养护阳气的同时也要防止它过亢，这时候我们要少食动火、动风之品，动火之品燥热伤阴，动风之品引动风邪，这些品类我们通俗地称之为“发物”，日常生活中大家所熟知的有海鲜、羊肉、辣椒等，还有一样清明时分餐桌上的“常客”——春笋。春笋在春季破土而出，升发之性极强，并且含有大量难溶性草酸钙，所以脆笋鲜、油焖笋虽然鲜美，但不宜贪嘴多吃，特别是患有结石疾病的人。

总之，清明是吐故纳新的时节，愿大家顺应自然的规律，食出清明时节的健康体魄。



“万物鲜华雨乍晴，春寒寂历近清明。”在万物复苏、天气转晴的仲春与暮春之交，中国农历癸卯年的第五个节气——清明，到了。

清明，又称祭祖节、踏青团、行清节、寒食节等，既是二十四节气之一，又是中国传统节日，交节时间在公历4月5日前后。《历书》记载：“春分后十五日，斗指丁，为清明，时万物皆洁齐而清明，盖时当气清景明，万物皆显，因此得名。”在自然界显现出一派生机勃勃景象的时节，祖先遵循自然规律，形成了扫墓、踏青、放风筝、吃青团等习俗。节日习俗的多样化也兼具着自然与人文双重内涵，其中不乏调畅身心的健康理念。今天我就来谈谈如何跟随中医顺应自然的养生之道，在清明时节吃出健康。

据史籍记载：春秋时期，晋国公子重耳为躲避祸乱而流亡他国长达十九年，大臣介子推始终追随左