



携手为生命护航 包容让爱情成长

漳州市第二医院医护“夫妻档”的动人故事

他们是普普通通的医务工作者,他们是同在一个屋檐下的夫妻。而现在,他们也成了“战友”,在这场没有硝烟的战场上,彼此扶持,彼此鼓励。今天,我们一起走近漳州市第二医院医护“夫妻档”,看看他们有什么不一样的故事呢。



丈夫:赖足富 漳州市第二医院儿科主治医师
妻子:方玲玲 漳州市第二医院妇产科助产师

在他的后排。“多认真学习的女孩。”无意间,这个能干、爽朗的姑娘就这样毫无征兆地闯入了他的内心。传统腼腆的赖足富鼓足勇气要了方玲玲的联系方式,自此,他们慢慢熟悉,逐渐发展成恋人关系。

2007年,方玲玲毕业后回龙海老家工作,而赖足富则考上福建医科大学继续深造。之后,他们跑了三年的异地“马拉松”。2010年,赖足富毕业后毅然考入方玲玲所在的医院——漳州市第二医院,自此他们结束爱情长跑,进入婚姻生活。两人坦言,作为医护组合,他们的爱情没有太多的花前月下,有的只是工作的努力与付出,有的只是习惯与守护。

无暇顾家,愧对子女家人

方玲玲说:“我最想陪着家人看庭前花开花落,细数满天繁星;带着孩子嬉戏,伴他安然入睡。”可是由于妇产科护理工作的特殊性,给夫妇俩的生活带来了不少不便,聚在一起过节更是少之又少。

夫妻俩有两个孩子,大的已经10岁,小的才3岁,平时工作就很忙,孩子都靠长辈带。所幸孩

子们都比较懂事,从小生活独立,大宝经常做完作业后还会主动分担家务和看护弟弟。今年大年初一,夫妻两人一起值夜班,家里的老人带着二宝回老家过年了,大宝则一人留在龙海家中。正是万家团圆的日子,方玲玲守护在一位即将临盆的准妈妈身边。直到次日上午8点多,产妇才顺利分娩。这时,方玲玲才得空拖着疲惫的身子打开家里的监控。眼前的一幕让她瞬间红了眼眶:儿子独自一人吃着泡面,看着电视。心疼孩子的同时,她又特别感触孩子能够这么懂事。



抗“疫”路上,他们温暖相伴

“我们平时都很忙,作为同行夫妻,很多时候不用说明,就能懂对方的心意。”赖足富和妻子虽然在不同的科室,但他们有一个共同的目标——守护好病人,还要守护彼此。

2021年3月份以来,大规模的全民疫苗接种工作在龙海区铺开,漳州市第二医院承担了辖区多个卫生院的疫苗保障工作。院区出现了人手不足的情况,每一名医护人员都十分辛苦,夫妻俩商量过后,决定利用休息时间报名参加疫苗接种的医疗保障工作。那段时间,他们的休息时间几乎都是在接种疫苗现场度过的。

2022年3月23日,漳州市第二医院选派90名核酸采样人员支援龙文区帮助开展核酸检测工作,夫妻俩都主动报名参加。那天天气阴冷,还下着雨,恰好夫妻俩被分配在同一个小区的采样点,这也是他们工作少有的“相处”。

“未来,我希望我们继续相互理解、彼此包容,坚定地行医道路上走下去,让彼此能更安心、更无牵挂地投入到服务患者的工作中去。”赖足富说。(廖小勇 庄长兴)

在医生动员下做体检,查出肠癌后,健康观念改变 他为何自费请亲戚们做肠镜检查……

□本报记者 陈坤

40多岁的王先生是我的好友,观念上坚持,自己好吃好睡,没有任何不适,身体健康得很,非常排斥健康体检,自认为没必要做任何检查,别没事找事做。

直到2020年11月8日,在我反复举例建议下,总算同意我给他安排健康体检,由于考虑到企业老板应酬多,作息不规律,所以我就把消化系统的检查列为重点,检查发现异常后经手术病理证实为乙状结肠管状腺瘤,腺上皮高级别上皮内瘤变,局灶区为浸润性癌(浸润黏膜肌下小于1mm)。

有了这一经历,我的这位朋友成了胃肠镜检查的“宣传大使”,经常跟人科普胃肠镜检查的重要性,到处游说自己的亲戚朋友要重视健康体检,全家总动员,为家族的兄弟姐妹们承担相关的健康体检费用,其间又筛查出二例肠息肉,经

栏目特约专家 | 廖德泳



龙岩市第二医院
健康体检部主任

过病理检查为肠上皮化生。

在我们体检中心,一年承接6万余人次左右的肿瘤筛查。大部分体检者都有肿瘤筛查的健康意识。但在临床中,的确有不少像王先生这样,讳疾忌医,等到出现症状时才去找医生,结果就被查出结直肠癌中晚期的病人。还有不少人对于体检,特别是胃肠镜检查“敬而远之”,认为自己吃好睡好没啥毛病,查出问题后身体反而垮了。

我朋友王先生的例子就能证明,这种认识是错误的——由于发现及时,手术很成功,不需要放化疗。如今,他更加爱惜自己的健康,生活很自律,当然,也更愿意听我给出的健康建议了。

中国结直肠癌发病率世界第一

结直肠癌(colorectal cancer, CRC)是我国常见的恶性肿瘤之一。

结直肠癌是为数不多的采用

这些人群建议定期做肠镜检查

高风险人群是指有以下情况之一的人——

1. 有肠腺瘤、无蒂锯齿状息肉,或有炎性肠病(克罗恩病和溃疡性结肠炎)病史;
2. 有肠癌病史;
3. 有腹部肿瘤或盆腔肿瘤放射治疗史;
4. 家族里有人患肠癌或有肠息肉;
5. 有遗传性综合征(占有结直肠癌的5%~10%),例如家族性多发性结直肠息肉病、Lynch(林奇)综合征等。

养护肠道,做好这些事

保持正常体重 肥胖尤其是男性腹部肥胖,与肠癌发病相关。

坚持运动,避免久坐 研究发现,坚持运动6周,就能改变人们的肠道细菌。以前不爱运动的人,能够做到每星期运动3次,每次至少30分钟,肠道细菌产生丁酸盐的水平就会增加。丁酸盐,是一种抗炎

适当筛查方法可以发现癌前病变或早期肿瘤。美国CRC发病率及病死率的下降,正是得益于有效早期筛查手段的应用和展开,尤其是内镜检查。

一般风险人群是指无上述任一因素但年龄≥50岁的人。对绝大多数成年人来说,肠癌最重要的危险因素是年龄,大于50岁,肠癌发病率显著上升。

此外,男性、腹部肥胖、吸烟、低体力活动、大量喝酒、大量吃红肉(猪羊牛肉等)和加工肉类,常吃低纤维食物等与发病风险增加有关;2型糖尿病也与肠癌风险增加相关。对这部分人群要更早、更频繁地开展肠镜检查,建议至少要从50岁开始,高风险人群要提前至40岁开始。

酸,它与预防肠癌、减肥和增强免疫力有关。

健康饮食 少吃红肉,不吃加工肉,多吃富含膳食纤维的蔬菜水果,对预防肠癌相当有益。此外,补充充足的水分,可使大肠保持清洁,能预防大肠癌的发生。

限制酒精摄入量 对预防肠癌相当有益。

