

近年来，不少正当壮年的医生因超负荷工作猝死。人们在哀悼之余不禁反思：医生为什么接二连三倒下？



医患关系紧张 导致医生压力重重

强大压力下医生 健康问题凸显

建立合理医疗制度 是应对根本

谈起医生过劳死的话题，海口市人民医院急诊科主任付斌体会颇深。“患者的数量太大，且主要集中在大医院，与医护人员数量相差悬殊。”付斌认为，现行医疗体制没有做到很好的分级诊疗是造成大医院医生过劳死

“每周至少有1-2次上夜班，周末值班，加上门诊、查房、手术、写病历、写论文，甚至应付医药代表，我相信每个医生都有过那种濒死的感觉。”一位供职于某三甲医院神经外科主任医师在接受采访时告诉本报记者，医生工作压力大、负担重多年来已经成为老生常谈的问题，但

不少医生有“濒死”的感觉，也有不少医生有“闲得发慌”的感觉。付斌表示，比如在社区医院、乡镇卫生院里的医生，他们更希望哪天自己能够忙一些。“病人越来越集中，才是医生忙闲参半、压力过于集中于大医院的原因。”

的主要原因。“在国内看急诊，只要多交2块钱的挂号费就可以想进就进。但是在国外，如果不是真正重症的患者，根本进不去。”付斌指出，这种情况会让很多重症患者耽误治疗最佳时机，同时，

由于患者数量大、就诊条件有限等实际情况限制，仍然没有找到解决之道。同时，在强大的工作压力下，医生的健康问题也日益凸显。据不完全统计，目前约有半数的医生都存在心血管疾病风险，35岁以上男性医生高血压患病率已是健康人群的两倍。

“医者不自医”具有鲜明的时代特征，应归因于当前患者普遍存在的就医习惯，进一步则应归因于大小医院之间的水平差距。只有采取措施改变这种现象，“医者不自医”的时代伤痛才能治愈。

医生过劳死 谁是背后“凶手”？

■ 本报记者 侯赛

医生生存状况调查(2008年)结果显示，医务人员的健康状况堪忧，**35**岁以上男医生高血压患病率是健康人群的**2**倍，男医生心血管疾病风险比同龄同性别健康人群高出**4**倍。近期，记者调查发现，“过劳”的医生多在大医院，尤以工作繁忙的科室多见，如急诊、外科、心内科、儿科、妇产科等科室，多数是年龄在**35**岁至**55**岁之间科室的业务骨干。

也给急诊的医务人员无形中增加过大压力。其次，给医生造成巨大压力的原因还有来自患者对医疗效果的过高期待。付斌认为，这一点我国国民的生命价值和健康医疗教育不足有关，而这种

在采访中，不少医生都表示，目前，高血压、糖尿病等老年病已日益成为缠绕医生的“噩梦”。由于工作压力大，医患关系紧张，不少医生在手术前都会出现彻夜失眠的情况，长时间给身体带来极大负担。30多岁就患上高血压，甚至头发也白了不少，这在医生中已经不少见。

多位医生因过劳死频频倒下，让人痛惜之余也提醒医院，应该建立合理的倒班制度，避免医生加班时间过长；定期为医生做体检也能提前预防他们因过劳而造成的一些疾病。此外，医生自身也要注意自己的身体状况，出现一些

过高期待往往致使如今的医患矛盾更加突出。付斌说，目前，这种医疗环境使医生在治疗过程中，容易走进一些心理误区，增加医生心理负担，久而久之会造成医生心力交瘁。

同时，“医者不自医”的情况也给医生猝然倒下埋下了伏笔。据了解，目前多数医院每年都会为员工提供一次固定体检，多数医生一旦错过就很少有机会再去补上。尽管身边的同事都是医学专家，很多人都不愿开口增加同事的负担。“很少把自己的健康当回事儿。”

身体的危险信号时，一定要及时检查。“医生不是超人，他们也需要休息。只有通过社会的重视、患者的理解、医疗制度的改变等，才能改变这一现状，减少医生因过度劳累而造成的悲剧。”付斌告诉记者。

医卫资讯

蓝铃公司召回全部未售出冰淇淋产品 食药监总局提醒消费者勿食用已购产品

近期，美国疾病控制预防中心宣布，美国至少8人因食用美国蓝铃(Blue Bell)公司冰淇淋产品后，感染李斯特杆菌而患病就医，已致3人死亡。获悉相关消息后，食品药品监管总局近期立即部署，要求相关省份迅速调查核实，采取控制措施。美国蓝铃公司在中国市场的销售总部为布魯拜尔企业管理(大连)有限公司，其所有产品均为美国原装进口。3月15日和4月22日，布魯拜尔企业管理(大连)有限公司先后两次发出召回通知，要求全国各区域经销商及自营商立即停售、召回其所有进口的蓝铃产品。目前，布魯拜尔企业管理(大连)有限公司已召回并销毁了全部未售出的蓝铃冰淇淋产品，合计9330箱。目前，国内尚未接到因食用蓝铃冰淇淋产品出现异常情况的报告。考虑到部分蓝铃冰淇淋产品已售出，为保证消费者饮食安全，食品药品监管总局提醒消费者不要食用已购买的美国蓝铃公司冰淇淋产品。(食药监总局网站)

我国过敏性鼻炎 发病率为11% 花粉增多易致病

呼吸道过敏性疾病在我国发病率较高，以过敏性鼻炎为例，发病率在11%左右，每年，随着树木花粉的飘散，空气中花粉浓度上升，各医院耳鼻喉科和过敏科中，过敏性鼻炎患者就诊人数显著增多。而过敏性鼻炎等呼吸道过敏性疾病严重影响患者的身体和心理健康，防治工作迫在眉睫。鼻子是人体呼吸道的门户，承担呼吸和免疫防御等关键生理功能，遗传变异、环境致敏因素、鼻黏膜黏液纤毛清除功能或免疫防御功能异常等，均可引起各种慢性鼻腔炎症。鼻黏膜慢性炎症主要包括过敏性鼻炎和慢性鼻窦炎。其中，过敏性鼻炎是发病率最高的疾病，全球患病人数超过5亿。我国不同城市中过敏性鼻炎的患病率为10%-24%(平均11.3%)，也就是说，我国拥有1.4亿左右的过敏性鼻炎的人口。这样庞大的患者群体健康和生活质量受到巨大影响，并造成沉重的医疗和社会经济负担。过敏性鼻炎是敏感体质的人接触了为之过敏的物质(即过敏原，如花粉、尘螨之类)后，出现的鼻塞、鼻痒、喷嚏、流清水样鼻涕等症状。(综合)

海南哮喘发病呈低龄化趋势，100个孩子里就有3个患病

别把哮喘当感冒 防治应从儿时起

■ 本报记者 马珂 通讯员 熊思思

5月5日是世界防治哮喘日，今年的主题是“哮喘是可控的”。哮喘病是目前全球最常见的慢性疾病之一，以儿童和年轻人居多。相关数据显示，海南儿童累积患病率为3.2%，即100个孩子里就有3个患有哮喘。

“这几年，儿童患哮喘病的数量逐渐增多，哮喘发病呈低龄化发展趋势。”海南省人民医院哮喘防治中心主任、我省著名哮喘病专家陈实告诉记者。

3岁内孩子易患病

5月5日，海南省人民医院哮喘防治中心举行大型世界哮喘日宣传活动。让人们加强对哮喘现状的了解，增强患者及公众对哮喘防治和管理的技能与信心。“最近几年，反复喘息的孩子比以前明显增多。以前上午的门诊一般到中午12点就结束了，现在看到下午2点还看不完。”陈实说。目前，全世界约有三亿以上的哮喘患者，中国则有3000多万，其中有儿童患者约1000万。许多儿童哮喘可迁延至成人时期。“海南哮喘病患者也在不断增多，10年间增加了2.2倍。83%的患儿于5岁内起病，起源于儿童时期。”陈实说。她表示，由于儿童气道很娇嫩，外界很小的刺激可能引起气道狭窄，比如特殊气体、冷空气等。受遗传因素影响，有的父母虽然没有哮喘病，但是可能患有皮肤过敏等过敏性疾病。这些过敏倾向传给下一代，宝宝具有过敏体质，容易患上哮喘。此外，还有些妈妈怕疼不愿意顺产，剖宫产也容易导致孩子抗过敏、抗感染能力的降低。

气管发炎治疗不当会诱发哮喘

日常生活中，很多家长认为，哮喘离自己的孩子很远。专家表示，孩子每次感冒发烧，出现下呼吸道感染症状，不及

时治疗也会诱发哮喘。

“这种情况多发生3岁以下的患病婴幼儿身上。”陈实说，3岁以下婴幼儿由于免疫功能不健全等原因，是呼吸道疾病的高发人群，较易得哮喘病。儿童感冒发烧后，出现呼吸道症状，不管是病毒还是细菌引发，如果孩子出现呼吸延长、肺部有啰鸣音、呼吸困难等症状，造成气道的结构性破坏，从而诱发哮喘。这次感冒好了，下次感冒发烧又出现上述症状，如此反复，患哮喘的可能性就会大增。因此，当儿童感冒发烧，引发下呼吸道感染后一定要重视。当孩子出现肺部啰鸣音后，一方面要进行消炎，一方面要降低气道的反应性，及时进行规范的吸入治疗，常用的药物是辅舒酮。除了下呼吸道感染，上呼吸道感染也会诱发哮喘。陈实介绍，很多患儿过敏后引发过敏性鼻炎。有的孩子患上过敏性鼻炎，拖延不治疗后，容易出现较为严重病症，演变为哮喘。

生活中要防过敏源

诱发哮喘的因素有遗传性、食物性、吸入性、感染性等几大类。除遗传因素外，哮喘的发作跟环境污染密切相关。那么，哮喘可以治愈吗？陈实介绍，一项在全球范围内进行，有关哮喘治疗的大规模医学研究证明，通过1年以上的规范持续药物治疗，哮喘患者可以达到哮喘的完全控制，即可以和正常人一样正常生活。这些患者白天没有症状，不需要使用支气管扩张剂，肺功能正常，晚上睡觉不会憋醒，没有哮喘急性加重，不需要接受急诊就医，不会出现治疗药物的副作用。目前，海南省已建立了省、市、县的哮喘防治网络，针对热带地区哮喘发病的特点及过敏性哮喘发病状况分析，建立起多个过敏性疾病的脱敏中心，对海南省的哮喘防治工作具有积极促进作用。



《哮喘一句半》提醒家长注意孩子的哮喘发现和防治。作为省内儿童哮喘防治专家，陈实用多年经验总结成

哮喘一句半

三天两头，病了半夜咳嗽，醒了早上喉咙，痒了活蹦乱跳，喘了大哭大闹，咳了你说是这，啥病？感冒肺炎，错了！儿童哮喘，对了！哮喘肺炎，错了！流涕喷嚏，堵了天气变化，来了春暖花开，重了你看这是，啥病？感冒多动，错了！过敏鼻炎，对了！打针抗菌，错了！花枝滋补，偏了忌口多多，瘦了雾化吸入，对了！吸入治疗，安全坚持用药，做到查查过敏，必要长期规范，吸吸哮喘日记，写写医患配合，努力哮喘控制，达到！共同关注，健康呼吸顺畅，欢笑！

陈实给患者看病。本报记者 张茂摄



海南最美 预防接种员 系列报道

白沙南开乡防保员符建忠： 坚守36年 只因群众的依赖

■ 本报记者 徐一豪 通讯员 林少川

他曾“赤脚”跋山涉水，为群众解除病痛；他曾背负药箱四处喷洒，为灾区消毒杀菌；他也曾走村串户，为万千儿童预防接种。他就是默默坚守山区卫生事业岗位36年的符建忠，白沙黎族自治县南开乡卫生院的一名防保员。南开乡是白沙县最偏远的乡镇，地处莽莽群山之中。52岁的符建忠，自小就生长在这里。1979年，高中毕业后不久的符建忠成了乡里为数不多的“赤脚医生”，负责全乡的防疫工作。基层防保员是个苦差事，在山区更是如此。南开乡交通不便，早些年更是疟疾高发区。为了有效遏制疟疾的暴发流行，符建忠总是背着沉重的喷雾器、路要6小时，要越过同一条河23次。”符建忠说，长年累月跋山涉水，让他落下了风湿病，一下雨腿脚就痛得厉害。2003年的一天，正值台风期间，天降大雨。为了及时给一个新生儿接种乙肝疫苗，符建忠背着冷藏包划着竹排渡河前往什驮村，没想到刚到河中间时山洪暴发，竹排被洪水吞没，他只好跳下水拼命游向对岸，直到被洪水冲出百米远，才凭借着冷藏包的浮力游上岸。符建忠和他的同事们的努力没有白费，最近三年，南开乡没有发生过疟疾病，老百姓的防疫知识和意识也有了极大提高。南开乡萌芽村村民符政辉告诉记者，符建忠工作很细心、负责，经常下村了解儿童接种的情况。谁家孩子没有及时接种，他都会打电话来问清原因。“以前，我们老百姓不懂什么是接种疫苗，不知道没病的孩子们为何要平白无故挨那么一针，对免疫工作不理解、不支持。经过防保员耐心细致地宣传，如今大家都懂得了免疫的重要性。”符政辉说。因为长年下乡开展防疫工作，符建忠家里的农活几乎是妻子一肩挑。虽然心存愧疚，但符建忠无怨无悔，他说：“免疫是群众‘性命相托，健康所系’的重要工作，必须尽全力做好。”符建忠如今是南开乡卫生院防保组的组长，对这份干了半辈子的事业，仍然无比热爱。他说：“我之所以坚持这么多年，是因为我喜欢被群众需要、信任和依赖的那种感觉，让人感到十分自豪。”也许是受父亲的影响，符建忠的儿子符根大学专业是临床医学，毕业后回到白沙，目前在阜龙乡从事防保工作。对此，符建忠高兴地说：“年轻人掌握的知识更丰富、更专业，有他接班，我很放心。”



给我关注 还你健康

健康周刊广告联系：18976640822 投稿邮箱：hnrjbkzk@qq.com