



每周健康参考

(又名《仁报》)

复旦大学校医院主办

2012年12月11日

第77期

博学而笃志，切问而近思，仁在其中矣。——《论语》

爱心接力治好贫困女大学生“心”病

19岁的月月生活在陕西榆林的偏远山区。为了走出大山，走出贫困，她刻苦学习，今年终于考入陕西师范大学英语专业。然而新生入学查体却发现月月患有先天性心脏病，如不及时手术，耽误学业不说，可能还会丧失手术机会而危及生命。这给了月月当头一棒，8000多元的学费都是家里东挪西借凑出来的，现在要治好病还要两万多元的手术费。父亲连夜从榆林赶来，得知情况这位陕北汉子背着女儿流下泪水。月月不舍得离开学校。她怕一旦离开就没有机会再踏进学校的大门。陕师大校医院联系医院为月月做了复查，并进行“心房间隔缺损修补术和三尖瓣成形”手术治疗。学校特批月月不用办理休学手续，让她康复后尽早回到校园。离开医院前，医院还联系一家爱心企业为她资助了5000元现金。脸上带着幸福微笑的月月说，“手术做了，病治好了，学习没有耽误，经济上还受到了资助，我非常感谢所有的好心人。今后的路还很长，我会带着一颗感恩的心努力学习，回馈社会。”

(来源：中国青年网 11月22日)

……生命的路是进步的，总是沿着无限的精神

三角形的斜面向上走，什么都阻止他不得。



树人医话



心灵课堂

(QQ群 284783727)

提高高校教师心理健康水平

“高教兴则国家兴，高教强则国家强。”作为高校主体的高校教师是中国高校承担培养高端人才和自主科技创新的精英主体，高校教师的心理健康不是简单的个案问题，而是直接关系到高等教育职能的发挥。提高高校教师的心理健康水平，对于优化师资队伍，提高教育质量，培养身心健康的大学生十分重要。

首先，要严格制定高校教师准入制度，加强职前培训工作。由于教师这一职业直接关乎下一代的健康成长，在选拔高校教师时一定要对候选者进行全面考察，严格进行职前筛选。除了对正常的知识、能力等必备素质进行考核外，更应该考量其心理素质及情感因素。人事部门可以对其进行人格特征、自我意识、情绪自控能力、人际交往能力、社会适应能力以及与教学有关的知识、角色意识、职业期望、教育观念等方面的考核，让高校教师的基本素质得以保证。同时，要加强高校教师的岗前培训，除了注重最基本的学科知识及教育知识培训外，更要注重教师的心理知识培训，让教师在入职前就清楚心理因素对职业的重要影响，从而最大程度的强化其心理素质，增加抗压能力，为将来走上工作岗位打下坚实的基础。

其次，要提高高校教师的社会地位和工作待遇。高校教师的许多心理问题都源于社会地位的不平衡感和来自生活上的经济压力。今天，有的教师在教育岗位上辛勤奋斗了十几年甚至几十年，可他们的工资却还不及刚刚参加工作几年的后辈，甚至差距很大，这让大部分教师矛盾困惑的同时，后悔当初的选择。教育是国家、民族发展的根基，让从事“太阳底下最光辉的事业”的人慨叹于社会

分配的不公平，顶着经济压力前行，他们哪里还有动力全身心的投入到“百年树人”的教育事业中来呢？因此，减轻高校教师的经济压力，提高工资水平及待遇，使其薪酬与学历基本一致，这样才能减少教师的不平衡心理，产生职业自豪感，从而提高高校教师的工作满意感。

再次，要为高校教师创设良好的工作环境和人文环境。“尊重教师、理解教师、关心教师”这应该是所有学校管理者对教师的基本态度，本着这样的人文关怀，高校在为教师创造良好的工作环境的同时，还应该全力营造一个和谐的人文环境。高校管理者应尽力协调好教师的各种人际关系，建立平等、民主，充满信任和友善的同事关系和师生关系。在宽松、融洽的环境中，高校教师的工作压力感会大大减少，工作的使命感、愉悦感也会大大增强，这对于高校教师的心理健康维护十分重要。研究表明，教师对工作环境的控制感会降低压力水平，提高个人成就感，提高工作效率。得到尊重、理解、关心的高校教师在和谐轻松的环境中工作可以最大程度的杜绝心理问题的产生。

最后，要加强高校教师的心理健康养护。高校应设置教师专属的心理健康教育中心，定期开设心理健康教育讲座，同时为教师开展心理咨询。在教师的健康档案中记录教师的心理问题状况，帮助教师全面细致地了解其心理活动，从而引导教师正确看待自我，有意识的增强心理健康意识，合理调节负面情绪。心理健康教育中心应定期组织开展心理保健系列活动，为教师因心理压力而产生的不满、郁闷等情绪提供宣泄释放的环境，从而减少教师由于长期心情抑郁而产生心理问题的可能性。高校教师只有通过广泛了解心理学相关知识，提升心理学素养和心理健康维护技巧，淡化工作生活中的失败挫折等不利的心理影响，有意识地主动调节自己的心理活动，加强心理健康防卫，才能保持一种健康的心态，不断完善提高自己的工作和生活质量。（来源：吉林日报 12月4日）



案例集

小伙穿新鞋磨破脚险丧命 感染超级病菌致器官衰竭

达州 17 岁小伙小杰(化名)因新买的皮鞋磨破皮,未曾料到这一生活中常见的小伤,3 天后却让他感染病菌引发肺、肝、脾、肾等多器官衰竭,病菌最终在他心脏里“筑巢”,使其陷入休克命悬一线。

经过四川大学华西医院心血管外科医生的努力,上周为小杰成功实施了心脏手术,捣掉病菌“老巢”。昨日,已转入普通病房的小杰,回忆起这次经历,仍心有余悸。

突然发烧乏力 当感冒治却不见好转

昨日上午,小杰已从四川大学华西医院的重症监护室,转入心血管外科的普通病房。“刚转到华西医院时,儿子已毫无意识,深度休克了。”小杰的妈妈张女士说,平时她在成都工作,儿子在达州上学。10 月 20 日左右,小杰来成都看她,回达州时,顺便在五块石车站附近买了一双新的休闲皮鞋。

“新鞋子打脚有啥子稀奇嘛。”跟很多人一样,小杰觉得多穿一下,鞋子就合脚了。可很快,他的左脚外侧和脚跟就被磨破了皮。“穿了袜子还是磨脚,又破了皮,我就自己擦了酒精,贴了创口贴。”小杰说,3 天后,他突然发烧了,全身乏力。“以为是感冒,怎么也不可能跟磨破脚联系起来。”小杰在学校校医院看病时,也没跟医生提到脚的问题,就这么当感冒治了几天,症状越来越严重,左脚破皮的地方还起了脓包。

多器官现病菌 已在心脏内“筑巢”

“妈,我有点恼火了。”10 月 29 日,自觉有些撑不住的小杰给妈妈打了电话,张女士将儿子送往成都就医。这时的小杰已出现高烧、乏力、畏寒、腹泻

等症状，且病情仍在急速恶化。该医院的医生注意到小杰左脚的破皮红肿，并且已化脓发炎的伤处。经过各项检验，小杰体内的重要脏器已经有被病菌感染的迹象。

11月5日，出现呼吸困难并陷入昏迷的小杰，被转往四川大学华西医院急诊科EICU(急重症监护室)抢救。经过多项化验检测显示，小杰的肺、肝、脾、肾等重要脏器和血液中，都发现了被称为超级病菌的“金黄色葡萄球菌”。更严重的是，这种病菌已在小杰的心脏内“筑巢”，他最后被确诊为死亡率很高的“脓毒血症”。

四川大学华西医院心血管外科主治医师甘昌平说：“就像一个巢穴，病菌依附在患者心脏瓣膜上，随着心脏的跳动，无数的病菌顺着血管被输送到全身。一旦这个巢穴被震掉，它可以随时堵塞到血管的任何一处，可致命。”

做了5小时手术 恢复不错明日可出院

甘昌平说，小杰磨破的左脚，因为处理不当造成了伤口感染。一般人能通过自身免疫力将病菌迅速清理出体外。但因小杰免疫力比较低，细菌进入他的血液后快速繁殖至全身感染，最终使多脏器出现功能衰竭的状况。

由于小杰的心脏瓣膜已被病菌侵蚀，需要及时接受手术治疗。其主刀医生，心血管外科副教授赁可和同事们再三研究、讨论后，决定将依附在他心脏内的病菌巢铲除掉。赁可制定了“心内赘生物取出术、二尖瓣成形术”的手术方案。

11月13日手术成功实施。“手术做了5小时左右，效果很好。”医生表示，术后小杰恢复情况不错，明日就可以出院了。

小伤口隐藏大风险

“那双新鞋子，我已经扔掉了。”张女士说。

医生表示，类似的小伤引起的“脓毒血症”并不鲜见。在日常生活中，人们经常用针挑脓包、挑血肿、挑扎进皮肤的小刺或竹签等异物，殊不知这些行为隐藏着巨大的风险。如果消毒不严或是方法不对，就可能引起感染、血管神经损伤、大出血等并发症，危及生命。

医生提醒，市民在日常生活中如果遇到皮肤感染、存留异物、皮肤上有红斑、起泡等症状应及时就医。脓毒血症会引起高热，可能导致感染性休克，甚至死亡，所以，不要自行处理，应及时到正规医疗机构就诊。（来源：华西都市报 11月19日）

复旦仁



我校邯郸、枫林校区开展无偿献血活动

11月28-30日及12月7日，我校2012年无偿献血活动分别在邯郸校区校医院、枫林校区门诊部举行。本次献血活动共采血1198人份。



虽然天气寒冷，但献血现场到处洋溢着人间真情与温暖。老师们的关心，同学间的鼓励，这些都让首次参加献血的学生心情得到了舒缓。陪伴着教职工来献血的单位领导不仅送来了亲切问候，还忙前忙后地帮助拍照留念。后勤公司

饮食服务中心的刘燕多次参加献血活动。这次，她主动要求献二份（400 毫升），让在场人员都很受感动。常务副校长陈晓漫很早便赶到献血现场看望献血的师生。他对师生这种无私奉献的精神给予了高度赞扬。



在献血现场，还有校工会、光华公司提供的温馨服务。校红十字会学生志愿者忙着搀扶刚献完血的师生，帮助拎包、披外套，然后一直送到座位。不少志愿者同时也是献血者，可是刚献完血便投入到志愿服务的队伍中，百般劝阻下仍不肯离开。在献血前，各院系、部门的领导都高度重视，广泛宣传，消除了一些师生不必要的顾虑；我校食堂也为献血师生提供了免费营养汤，这些都为本次无偿献血活动的顺利举行提供了坚实的保障。

