

南通市新冠肺炎救治专家组组长倪松石：

# “留在南通一样守土有责”



倪松石(左)向出征驰援湖北的医疗队员献花。邵勇林 摄

3月20日,根据国家卫健委的安排,驰援湖北的南通援黄石医疗队首批37名队员返程,其中有7位通大附院的医护人员。

“在湖北抗疫一线战斗的固然光荣,但留在南通,做好新冠肺炎疫情防控救治工作,也是我们医务工作者义不容辞的责任!”19日,江苏省救治专家组组长南通泰州片区长、南通市救治专家组组长、通大附院呼吸与危重症医学科主任医师倪松石在接受记者采访时表示。“现在国内的情况已经好转,但防控国外输入病例的任务依然艰巨,为此我们通大附院的全体同仁没有丝毫放松警惕。”

花甲之年的倪松石,言谈儒雅、气质温和、思维敏捷。他是呼吸科知名专家、教授、博士研究生导师,30多年的从医生涯,造就他过硬的医疗本领更磨砺出他执着、坚毅的性格,在重大突发事件的一线总能看到倪松石雷厉风行的身影。

2003年“非典”期间,倪松石是江苏省医疗专家组副组长和苏中地区组长;2014年昆山8·2特大事故的救治中,倪松石带领着烧伤科同仁的出色

表现受到了中央和省市领导的表扬;此次面对新冠肺炎疫情,倪松石当仁不让再次挂帅,成为新冠肺炎救治专家组的“领头羊”之一。

“此次的新冠肺炎疫情虽然来势凶猛,但对于我们呼吸与危重症医学科医生来说应该要从容面对。”倪松石表示。他介绍,在临床工作中,每年冬季都会出现与流感等相关的肺炎病患,也会出现危重患者。由于呼吸道病毒种类多、变异大,不明原因肺炎每年都作为医院的监测重点,作为呼吸科医生更是有高度的警觉性。

今年,通大附院早在1月8日就成立了流感防控工作领导小组和医疗救治专家组,倪松石再次担任了医疗救治专家组组长。1月20日,当钟南山院士宣布武汉不明原因肺炎存在人传人和医护人员感染情况时,倪松石立刻意识到了事情的严重性,在医院首次新冠肺炎防控会议上,他提出了充分认识、勇于面对、科学防治的做法,医院根据专家意见迅速做出了相应的部署。

根据当时的疫情情况,通大附院作为江苏省新冠肺炎的首批定点医

院,迅速完成了发热门诊、疑似病人的观察病区建设,改变了感染科病房的功能增设了更多的隔离病房,为救治新冠肺炎患者腾出了空间。同时,强调其他就诊病人和医务人员的防护和安全,率先在全市成立了缓冲区病房,对疑似肺炎病患进行有效的隔离,确保了医院的正常运转,为其他病人和医务人员提供了安全保障。

就在大家完成医院内部防控救治工作部署的同时,通大附院接到了省卫健委要求派遣援湖北医护人员的指令。“接到通知后,我带头报名请战,科室里的其他医护人员也纷纷奋勇当先,主动请缨。”倪松石说。

2月2日、2月11日,通大附院先后派出了由冯健、顾俊、丁亮、黄晋博四位呼吸内科医生为首的两批医护人员驰援湖北武汉和黄石两地。“虽然我没能去湖北一线,但四位医生都是我的硕士研究生,而且也是我们科室里业务水平相当过硬的骨干力量,他们在当地救治患者过程中的表现有目共睹,这让我这个老师为他们倍感骄傲。”诚如倪松石说。3月6日,江苏省人力资源社会保障厅和江苏省卫健委给予冯健记功奖励。

学生在前方奋战,老师在后方留守。“留在南通一样守土有责!”在疫情防控关键时期,作为南通市救治专家组组长,倪松石每天上午要在通大附院对本单位疑似病例和重症病患的治疗进行讨论,下午要去市传染病医院主持对南通市新冠肺炎患者的视频远程会诊和现场会诊,以致他对全市所有的40个确诊病例的情况了如指掌,成竹于胸。除了要救治南通本地的患者,倪松石还要参与全省病患的救治工作。

“1月25日大年初一,我上午在市传染病医院会诊了1个确诊2个疑似,下午就赶赴盐城会诊了当地首例新冠肺炎确诊病例,一直忙到晚上才赶回南通。初二、初三连续在县(市、区)会诊疑似病人。2月12日还赴泰州泰兴、靖江去会诊新冠肺炎患者,提出治

疗方案。”对于那段忙碌的时间倪松石记忆深刻。“由于当过医院的医务处主任和分管医院医疗业务的领导,我养成了手机24小时处于待命状态的习惯,一时间我电话就像开启了热线模式,每天都会有很多咨询电话。”

作为呼吸病的资深专家,在新冠肺炎患者救治过程中发挥了决定性的作用,他对国家卫健委的诊疗方案认识透彻。在会诊中,他非常强调病人的鉴别诊断问题,防治初期非常强调流行病学史,及时排除了一些其他病毒感染、心功能不全等患者。他提出对核酸阴性患者要重视胸部CT表现,确保新冠肺炎病人不漏诊。在指导治疗的过程中,他要求防范病人从普通型向重型转化,适时使用糖皮质激素,掌握防治继发感染的时机。在抗病毒治疗中,要坚持早期、足量、及时停,防范副作用。对已使用呼吸机辅助治疗的患者,要加强呼吸道管理,防止分泌物堵塞气道。

在繁忙的救治工作同时,他还参与了全国标准规范《新型冠状病毒肺炎相关静脉血栓栓塞症防治建议》的讨论,提出了他的救治观点。在倪松石的指导下,很多病人得以正确诊断,及时治疗,有效救治。

2月17日,70岁的新冠肺炎患者黄女士从南通大学附属医院重症医学科出院,她也是南通市首例、江苏省为数不多的新冠肺炎重症患者,她的成功救治意味着南通抗击新冠肺炎疫情取得的阶段性胜利,倪松石全程指导并参与了这名患者的救治。

“如今已是春暖花开,让我欣慰的是在通大附院全体医务人员的共同努力下,医院取得了患者零病亡,医护零感染的成绩。”对此倪松石感到十分高兴。

他表示,新冠肺炎是一种全新的呼吸道传染病,在防控和救治过程中有很多的未知数需要我们去探索,“虽然我已是一位老战士,但是作为一名共产党员,只要国家有召唤,病员有需要,我依然会义不容辞,冲锋在前!”

本报记者 李波 本报通讯员 薛晓慧



南通市爱国卫生运动委员会  
南通市卫生健康委员会 特约刊登

南通“90后”营养师开出“春季营养指南”

## 春分来了,不负春光莫负胃

**本报讯** (通讯员徐燕 记者冯启榕)常言道“一年之计在于春”,春季是健康投资的最佳季节,经历过一场“新冠疫情”后,大家更应该抓住春天健康养生好时节,为全年健康打好基础。眼下,正逢春分时节,该如何去呵护身体健康,如何吃,如何做呢?针对大家关心的问题,记者专程采访了南通市第六人民医院健康管理中心“海归”营养师周楠。

“春季是肝病的高发季节,尤其需要注意养肝,协调肝的阴阳平衡。甘味食物能补肝益肾,如枸杞、核桃、花生、大枣、桂圆等。而酒会伤肝,春季更不宜饮酒,可以泡点菊花茶、薄荷水能起到清除肝热的作用。”周楠表示,红枣、枸杞、桂圆等食物,湿热重者、上火或者有发炎症状者、糖尿病患者等应少量食用。饮食要注意营养均衡、适量食用。每个季节都有符合其气候条件而生长的时令菜,吃有养阳功效的韭菜,可增强人体脾胃之气;豆芽、豆苗、莴苣等食材,有助于活化身体生长机能;而食用桑椹、樱桃、草莓等营养丰富的晚春水果,则能润肺生津,滋补养肝。

周楠介绍,这个时期饮食要禁忌大热、大寒,保持寒热均衡。可根据个人体质情况进行饮食搭配,如吃寒性食物鱼、虾,最好佐以温热散寒的葱、姜、酒等;食用韭菜、大蒜等助阳之物时,最好配以滋阴的蛋类等,除此之外,由于疫情的原因宅在家里,吃得多,动得少,肠道长时间处于超负荷工作的状态,肠道微生态就容易失衡。这个时候受到春季昼夜温差变化大,穿衣不当受凉等影响,肠道就会出现腹泻、便秘、腹胀等各种问题,影响工作和生活。

疫情抵挡不住新草的陆续探头,梅花、桃花的陆续绽放,这样一幅草长莺飞、鸟语花香、百花争艳的场景,正是踏青赏花的好时节。随着疫情好转,各地景点公园的有序开放,周楠提醒广大市民,户外运动一定要做好防护,戴好口罩、避免聚集,户外运动结束后要用肥皂或洗手液洗手。而春季是皮肤病的多发季节,随着气温逐渐升高,大地万物复苏,昆虫和花粉随之增多,天气多风干燥及户外活动增加,许多人在这个季节容易患上皮肤病,她强调,易过敏的朋友在春季应少晒太阳,尽量少去花粉、柳絮较多的地方,出门要将口罩、长袖、帽子等“装备”准备好。补充维生素可有效预防皮肤过敏现象的发生,因为在春季,维生素C可以帮助减缓炎症的出现和循环,而维生素E可辅助维生素C积极发挥抗过敏的作用,红枣、坚果、蔓越莓等都可以经常吃一些。

春季万物萌动,细菌、病毒和一切虫害的生长繁殖加速。周楠表示,尤其是新冠肺炎疫情未结束,无论是居家还是办公环境,更要勤开窗通风换气,做好消毒,保持居室空气清新流畅。



用画笔向抗疫勇士致敬——

## 市二院医生家属送上“走心”关爱

**本报讯** (通讯员曹毅 记者冯启榕)“画得太像了,您爱人是美术老师吗?真是太走心了!”近日,南通市第二人民医院党办工作人员收到了一份特殊的礼物:该院皮肤科学科带头人、主任医师曹素芬送来其爱人的亲笔画作,旨在以这一特别的方式致敬抗疫勇士。

原来,曹素芬的爱人戴春风是南通市职业大学交通学院的一名教师,毕业于南京大学物理系,自幼酷爱画画。因为爱人是一名医生,所以他对于医务人员也情有独钟。这次新冠疫情暴发后,南通组建了多批医疗队驰援湖北武汉、黄石、大冶等地,戴春风一直关心他们的动向,默默浏览每一

条关于勇士们抗击疫情的新闻报道和图片。

其中,南通市第四批援湖北医疗队是戴春风最关心的一支队伍,因为这是其爱人的同事、南通二院呼吸内科副主任医师倪晓辉带队的。为此,戴春风爱屋及乌之心更加澎湃,每天下班到家总要向曹素芬询问了解医院的动态、前方抗疫勇士传回来的信息。

“我被二院医务人员在抗疫一线的事迹深深感动,就想用画笔将二院上下一心奋勇抗疫的画面呈现出来,借以表达对逆行勇士及坚守在抗疫每个岗位上的兄弟姐妹们的崇高敬意!”为此,戴春风怀着满腔激情,将听到和看到的感动事例认真梳理,同时将《驰援

湖北,他将出征妻子的秀发藏入怀中》《90后男护士:ICU里的陪伴,是勇气,更是良药》等一幅幅新闻报道中的配图剪贴下来,仔细揣摩,再用自己的画笔用素描的形式进行二次创作。在完成13幅画作后,他这才一下子拿出来给了爱人曹素芬一个惊喜,并委托她转送给医院保存。

当天,市二院党办的工作人员专门将这些珍贵的素描作品扫描成图片格式,通过微信逐一发送给画中的医疗队员们。“太棒了,我要保存!”“哇,真的很逼真,谢谢!”……看到自己的素描画像后,大伙十分开心,他们纷纷表示,这是一份特别的关爱,值得一辈子好好珍藏。

市妇幼保健院将科技手段与智慧医疗结合,统筹推进疫情防控和医疗服务——

## 大数据保障广大市民就医需求



作为“江苏省新生儿危急重症救治中心”和“南通市孕产妇危急重症救治中心”,市妇幼保健院承担着南通市及周边地区新生儿的会诊、接诊和救治任务和市区将近60%的分娩任务。随着医疗服务秩序的逐步恢复,医源性感染的风险也同步加大。为切实加强医院感染控制,缩短患者在医院等待时间,切断疫情传播途径,同时充分结合该院服务对象较年轻、信息技术掌握较好的优势,自3月9日起,该院在全市率先推行“非急诊、分时段、全预约”的模式,鼓励患者采取预约挂号的方式,严格按照预约时间段有序来院就诊。对于部分检查项目,采取门诊预约的方式,旨在降低人群聚集带来交叉感染的风险。

为加快建立同疫情防控相适应的医疗卫生健康工作秩序,连日来,市妇幼保健院依托智慧医疗技术主动适应疫情防控形势,一方面大力推行“互联网+医疗健康”服务,利用大数据为全市人民打造“防疫驾驶舱”,以科技赋能疫情防控,一方面加快恢复正常医疗秩序,满足患者就医需求。

作为市直医疗单位中唯一一家运行“新冠肺炎排查预警系统”的试点医院,市妇幼保健院将流行病学舆情控制关口前移,根据流行病学特点,结合大数据关联分析技术应用优势,由传统的事后排查追溯向事先预警管控转变。如今,来院就诊的患者只需刷取身份证件就可以快速识别来院人员是否在新冠病毒暴发期去过疫区等重点区域或密切接触过传染源,系统自动提醒预检分诊人员“需要重点关注”。针对“需要重点关注”对象,均由专人护送至医院急诊小区,按照防控处置流程详细询问“四史”,并做好相关登记。自3月2日,该系统正式运行以来,累计发现“需要重点关注”对象共计212人次。此举大大减少了后期追踪溯源的时间和人力成本,有效降低了医护人员及所有来院患者及社会大众造成可能的感染风险。此外,医院在门诊分别安装红外线体温测量仪,对所有进入人员进行实时体温检测,大大提高检测效率,避免了人员聚集可能造成的安全隐患。

自国务院部署江苏省对口支援黄

石市抗击新冠肺炎疫情以来,为集中省内优质医疗资源,江苏省卫健委第一时间开通了“江苏—黄石医疗在线服务”平台,为黄石人民提供远程问诊服务。作为全省确定的13家三级医院之一,市妇幼保健院共有22名具有副主任以上职称人员作为首批提供咨询服务医生,覆盖各临床专科。如今,黄石市及湖北省居民用手机连接“江苏—黄石医疗在线服务”平台,即可通过图文问诊或视频问诊两种方式,获得常见病、慢性病、发热门诊等免费医疗服务。自2月19日该平台正式上线运行以来,市妇幼保健院参与问诊服务的医生累计提供咨询100余次,得到了黄石市及湖北省居民的广泛好评。

“疫情防控工作已经进入决胜时期,医院将充分运用科技手段与智慧医疗相结合的方式,毫不放松抓好疫情防控工作,统筹患者日常就医需求,逐步有序恢复日常医疗秩序,最大限度降低疫情对医院高质量发展的影响。”市妇幼保健院相关负责人如是说。

本报记者冯启榕 本报通讯员韩斌

南通美年大健康援湖北3名护士平安归来  
为抗击疫情贡献民营医院力量

**本报讯** (记者李波)24日,美年大健康援湖北医疗队200名白衣战士,在圆满完成33天的战“疫”任务后,搭乘东方航空“凯旋号”专机抵达上海虹桥机场,其中包括美年大健康公司的3名护士。

作为纳入国家统一救援计划的非公医疗机构专业医疗队之一,一个多月来,美年大健康200名援湖北白衣战士与美年大健康湖北省公司的75名医护人员,对口支援了武汉市江汉区、硚口区、武昌区、洪山区、东西湖区以及卓尔医院等37个隔离点,为疑似患者、发热患者、密切接触者、康复病人等人员的分类集中收治隔离,提供了专业的医疗服务和无微不至的生活照料。累计管理隔离人员6069人,出院人数4529人,累计核酸采样511人,累计CT检查6343人,并成功做到全体医护人员“零感染、零损失”。

美年大健康南通公司派出了许莉莉、施佳艳、王雅文3名护士随大部队出征湖北,她们被分配在武汉市洪山区城市职业学院隔离点工作,这里主要隔离的是新冠肺炎疑似患者和与新冠肺炎患者有过密切接触者。

武昌疫情指挥部给她们的评价这样写道:“你们虽然没有ICU里争分夺秒的紧张,但是你们身处基层一线,同样直面危险,加班加点,任劳任怨、尽心尽力。你们的英勇付出,也是这段战‘疫’历史中非常重要的一部分,令人感动、令人尊敬。”

据悉,按照规定要求,南通的3名护士将与美年大健康援湖北医疗队的全体队员一起,在上海集中休整隔离14天后,返回各自的工作岗位。

图/美年大健康提供