

**A 记者穿铅衣不到半小时就腰酸背痛**

“这是我们的手术室，要在门口先换鞋才能进去，然后到更衣室脱下衣服，再穿上铅衣、洗手。”昨日上午，记者来到江门市五邑中医院脑病科，在进入手术室之前，该科副主任医师余涛叮嘱进入手术室前要做好的准备。

记者注意到，手术室的门口贴着醒目的“小心辐射”标识。余涛介绍，目前医院有两个专门用于介入手术的手术室，这里的墙、玻璃都是特制的，含铅可防辐射。在更衣室，记者看到一个特制衣架，上边挂着一件蓝色或红色的衣服，还有铅帽、铅围脖及特制眼罩，这些便是他们战斗的盔甲。

“介入手术对于环境要求非常高，所以进手术室需要‘全副武装’。手术室里有放射线，对人体损害非常大，一定要做好防护。”余涛说。即使记者做了充足的心理准备，但是当医生把铅衣递过来时，还是差点没接住，一只手根本拿不起来，腰差点没直立起来。

“经过几代改良，这已经算是很轻的铅衣了。我们天天穿，都习惯了。”余涛告诉记者，一套防辐射服主要由铅帽、铅眼镜、铅围脖、铅背心、铅围裙组成，重达20公斤。为了保护自己，每次进行介入手术，医生们都必须“全副武装”，将铅衣一件件穿上。然而，铅衣也不能把所有的地方都覆盖，只能保护主要的腺体，比如说甲状腺、胸腺、性腺等，但头面部和四肢是裸露在外面的，都会受到射线伤害。

就在铅围裙系上腰的那一刹那，记者明显感觉往下一沉，像是举着一个重重的杠铃走在泥地里，仿佛抬起脚来就能看到两个深深脚印。接着是铅背心、铅围裙……整套穿上身之后，记者明显感觉行走不便，尤其是戴上围脖之后，转动一下脖子都要费些力气。很难想象，医生穿着这么重的衣服，还能争分夺秒地操作如飞，精准操控直径小于1毫米的救命导线。

记者穿着铅衣，在更衣室站立了15分钟，就已经累得受不了。铅衣密不透风，压得人喘不上气，行动迟缓。半个小时不到，记者就出了一身汗，肩膀和腰背很酸痛。

然而这都是医生们工作的常态。他们一年四季身穿20公斤重的铅衣“铠甲”，在手术室里站立工作七八个小时。

“星期一、三、五是我们科室的手术日，但是如果遇到急诊手术，也可能是一台接一台，刚下手术台屁股还没坐热，又要准备急诊手术了。”余涛说，曾经试过48小时都待在手术室，遇到复杂的手术，一站就是七八个小时，甚至试过从夜晚做到第二天亮。“有时候下了手术台，就只想躺着，什么都不干。”余涛说。



介入医生穿着20公斤重的铅衣为患者进行手术。

**铅针衣功夫**

介入医生负重20公斤救人  
他们，一年四季身穿20公斤重的铅衣“铠甲”，为了挽救他人生命，心甘情愿冒着被辐射的风险工作；他们，每天都与时间赛跑、与死神搏斗，一系列急、难、危、重病惠，通过介入治疗得到了新生；他们，每天在50多平方米的无菌空间里站着工作，为游离于生死边缘的患者与血管和肿瘤疾病厮杀……他们就是介入医生。

日前，江门日报、侨都生活圈视频号发布的视频《最重的穿搭指南，医生边“吃”辐射边救人》引发热议，播放量近百万人次，不少人好奇介入医生的工作状态。我们再次走近这群特殊的“铅”衣侠。

文/图 江门日报记者 何雯意  
通讯员 冯晓琳**B 手术一天的辐射量相当于拍上千次胸片**

“因为长期‘负重’和超强度工作，加上不规律的作息时间，我们的工作几乎都有慢性肌肉劳损、椎间盘突出、静脉曲张、胃病等问题。”余涛介绍，在这一超负荷的工作过程中，最让人担忧的还是他们受到的辐射量。然而，抢救危重病人时，大家顾不上辐射，只想抢救患者。

据悉，普通人做胸透一年最好不要超过3次，但介入医生手术一天的辐射量就相当于拍了上千次胸片。余涛告诉记者，国家在这方面有明确的标准，医院也有计量监测，医生会定期查体，当所受危害达到标准之后，便会强制休假。

“长期在辐射环境下工作，铅衣并不能覆盖到身体的所有部位，一旦暴露一块皮肤，辐射就会影响到全身的血液循环，免疫力也会随之下降。”余涛说，虽然身上戴着X线计量仪，每个月都要监测数据，一旦发现射线超标，就得停下手术，但即使没超标，射线也在慢慢改变着医护人员的身体状况。

“你看，像我们的头发就比较少，白得也比较早。”余涛指了指自己的白头发说。

从业20多年，其中有13年时间在余涛都和辐射“打交道”。“介入治疗的应用范围很广，可以说凡是有管道的地方，都可以采用介入治疗。”余涛说，当时医院组建团队，不到30岁的他积极报名参加，加入了介入医生行列。“当时没有想那么多，只是觉得可以救人。”余涛说。

余涛回忆，进行介入手术不到一年，他就发现自己的头发越来越白，也出现了驼背的情况。“跟病人的干一行、爱一行，被病人需要、攻克病魔的那种成就感是其他职业所不能赋予的。”这也是无数介入医生内心深处最真实的心声。

在视频评论中，有一条评论引起了大家的好奇。“介入医生生育前必须停手术半年以上？”对于这样的疑惑，余涛给予了肯定回答。“科室有一位女医生最近在备孕，把所有的手术都停了。”他说，干这行，大家都是在“拿自己的生命赌患者的明天”，尤其是女医生，在介入行业更是凤毛麟角，非常不容易，“保护医生身体健康及下一代幸福也很重要，医院也有多项规定去保障医生的健康。”

**第十一届冬季岭南膏方节义诊活动举行 名中医现场亮“膏”招**

活动现场，市民在品尝膏方。

江门日报讯（文/图 记者何雯意 通讯员 刘森）近日，2024年第十一届冬季岭南膏方节义诊活动在江门市五邑中医院举行。活动邀请多位省、市名中医以及各科专家坐诊，为有需要的市民群众辨证开方，同时还提供免费膏方品鉴，吸引了数百名市民前来参与。

本次膏方节义诊专家阵容强大，省名中医余尚贞、市名中医文洁珍、任小红、李景捷等在1号楼门诊大堂坐诊，为市民提供专业的医疗服务。活动现场人头攒动，每名专家周围都围满了群众。

“余院长你好，我的父母最近有点头晕，特意带他们来看看。”市民陈女士一早就带着父母来到现场，她表示，有这样的机会找到名中医看病，非常难得。现场，省名中医、江门市五邑中医院副院长余尚贞详细解答张女士的问题，还在现场为其进行针灸调理，引来不少群众围观。江门市名中医、江门市五邑中医院治未病科主任任小红周围也围满了前来就诊的市民。“最近换季总觉得不舒服，特意过来看看，顺便调理下身体。”市民张先生表示。

除了多位专家坐诊，活动当天，还有免费膏方健康咨询，以及现场体质辨识，将健康服务送给群众。在非遗传特色膏方展示区，不少人被膏方的香气吸引，纷纷上前品尝。“我第一次知道

自己是什么体质，还品尝了膏方。”市民李小姐说。

余尚贞表示，近年来，随着人们健康意识的提高和防病意识的加强，调理身体、未病先治的理念深入人心，膏方也随之火了起来，目前该院举办的膏方节已经是第十一届。“中医以秋收冬藏，在这个‘藏’的季节，通过辨证施治，给市民适当的膏方调理，可以使大家更好地度过寒冷的冬日，来年春日的时候有更好的精气神。”余尚贞说。

据悉，岭南膏方源于江门五邑地区丰富的中医药资源，是将中药煎煮，去渣取汁，蒸发浓缩后加蜂蜜等制成的中药膏滋，具有体积小、含药量高、浓度大、口味润滑、便于服用等特点，一年四季均可服用。2022年至2023年，岭南膏方被列为江门市非物质文化遗产。

江门市五邑中医院目前推出了29种特色膏方，由医院治未病科、肺病科、妇科、产科、脑病科、中医经典科等多位广东省名中医及江门市名中医带领的团队精心研制。

“进补膏方因人而异，医生会根据不同体质、不同病症辨证施治，一人一方来熬制。”余尚贞表示，调配服用膏方要在经验丰富的中医专家指导下，根据各自的体质特点、病症表现辩证调补，量身定制，才能更好地达到冬令进补的效果。

**C 正常情况下的医疗照射是安全的**

介入，一般人听起来很陌生，但介入治疗的疾病很常见，如脑卒中、心血管疾病。

据介绍，介入手术是利用现代高科技手段进行的一种微创性治疗——在医学影像设备的引导下，将特制的像很细的针一样的导管、导丝等精密器械，引入人体，对体内病变进行诊断和局部治疗。在手术室中，占据中央位置的就是介入治疗的主角——“数字减影血管造影机”。当仪器黄灯亮起时，造影机就开始不断地发射X射线，像“放大镜”一样把患者的病变部位清晰地显示出来。介入手术与普通开放式手术相比，最突出的特点就是对人体组织器官无形态破坏，并保留正常功能，创伤小，皮肤切口仅为2毫米左右，最大程度减少了患者的痛苦。血管十分脆弱，而介入医生需要将导管在像头发丝粗细的血管里“行走”，凭借“高、精、尖”的技术，救患者于危难之中。

上个月，家住蓬江区的马伯被家人发现左侧肢体偏瘫、小便失禁，送

入江门市五邑中医院，医生考虑其为急性脑梗死。卒中中心迅速启动绿色通道，直接将患者送至DSA手术室，脑血管造影显示右侧大脑中动脉栓塞，通过取栓支架迅速取出血栓，右侧大脑中动脉血流复通，此时患者发病还没有超过6小时。随后通过一段时间的对症治疗，患者可以自行下地行走，语言、思维能力基本未受影响。

有人疑问，在进行手术时，医生有铅衣进行防护，而患者什么都没有，这是否会对患者的健康有影响？

江门市职业病防治所监测评价科生态环境工程与咨询工程师赵雷表示，射线带来的损伤和利益集中于患者身上，只有当介入手术给受照射者或社会所带来的利益大于可能引起的辐射危害时，才会确定进行手术。患者在手术过程中受到射线照射前，医护人员会为患者正确穿戴防护用品，保护敏感器官避免受到不必要的照射，医护人员也会在确保获得必要的诊断信息或治疗效果的同时，尽量降低患者的受照射剂量。不同类型的介入手术患者所受的X射线辐射剂量不同，范围可能从几毫戈瑞至毫戈瑞，一次手术的辐射剂量远低于能够引起即时健康问题的水平。而且介入操作中，设备控制台和机房内显示器上也能显示当前患者的辐射剂量测定指示和多次曝光剂量记录。因此，介入手术的辐射防护是通过多方面来保证的，正常情况下的医疗照射是安全的。

赵雷提醒，作为介入医生要按要求进行职业健康检查，符合放射工作人员健康要求的，方可参加相应的放射工作，应定期接受放射防护和有关法律培训，在工作中要正确佩戴个人剂量计。放射工作人员的工作量要控制，使年有效剂量和四肢（手和足）或皮肤的年当量剂量低于标准要求的目标值以下，在工作中运用好时间、距离、屏蔽防护，怀孕或可能怀孕以及哺乳期的女性放射工作人员应尽量避免接触X射线。



为了保护自己，每次进行介入手术前，医生必须“全副武装”。

**健康江海在行动****江海首屆中医药健康夜市举行 中医专家“摆摊” 健康生活“出圈”**

活动现场，市民在进行中医经络检测。

“我刚来江门工作不久，正在努力适应这边的生活，白天需要长时间伏案工作，看到同事转发这个中医药健康夜市活动，马上过来体验了艾灸，感觉颈椎舒服了很多。”33岁的新市民小张一直被颈椎等问题困扰，了解到中医药健康夜市的消息后，第一时间来到现场体验。

记者注意到，在江海区首屆中医药健康夜市中，除了老年群体，青年群体也占据了体验队伍的很大一部分，而在中药茶饮药膳品鉴、中医适宜技术体验专区等区域，更受到年轻人的青睐。

据了解，此次中医药健康夜市活动不仅让广大市民就近享受到便捷、优质的医疗惠民服务，满足了群众日益增长的健康需求，更是江海区大力开发展中医药文化传播、普及中医养生保健理念的生动实践，让市民在轻松愉悦的氛围中感受中医的魅力与价值。

下一步，江海区将进一步丰富中医药健康夜市的内容与形式，挖掘展示江海区中医药文化的独特魅力，发挥中医药在预防保健、康复养生等方面的积极作用。特别是，江海区人民医院计划12月开始开展康复夜门诊服务，为群众提供夜间各种康复治疗、中医诊疗、艾灸、刮痧、耳穴压豆、正骨、推拿按摩、穴位保健推拿、中药茶饮、中药熏蒸、穴位贴敷等中医特色诊疗项目，深切感受中医文化的博大精深和独特魅力。

“我刚来江门工作不久，正在努力适应这边的生活，白天需要长时间伏案工作，看到同事转发这个中医药健康夜市活动，马上过来体验了艾灸，感觉颈椎舒服了很多。”33岁的新市民小张一直被颈椎等问题困扰，了解到中医药健康夜市的消息后，第一时间来到现场体验。

记者了解到，在江海区首屆中医药健康夜市中，除了老年群体，青年群体也占据了体验队伍的很大一部分，而在中药茶饮药膳品鉴、中医适宜技术体验专区等区域，更受到年轻人的青睐。

据了解，此次中医药健康夜市活动不仅让广大市民就近享受到便捷、优质的医疗惠民服务，满足了群众日益增长的健康需求，更是江海区大力开发展中医药文化传播、普及中医养生保健理念的生动实践，让市民在轻松愉悦的氛围中感受中医的魅力与价值。

下一步，江海区将进一步丰富中医药健康夜市的内容与形式，挖掘展示江海区中医药文化的独特魅力，发挥中医药在预防保健、康复养生等方面的积极作用。特别是，江海区人民医院计划12月开始开展康复夜门诊服务，为群众提供夜间各种康复治疗、中医诊疗、艾灸、刮痧、耳穴压豆、正骨、推拿按摩、穴位保健推拿、中药茶饮、中药熏蒸、穴位贴敷等中医特色诊疗项目，深切感受中医文化的博大精深和独特魅力。

**管住“嘴”不“螃”徨**

医生提醒：螃蟹中嘌呤含量较高，多吃容易引发痛风

当下，正是吃螃蟹的黄金季节。近日，23岁的小张在吃了多只螃蟹后，出现了关节剧烈疼痛的症状，后被诊断为急性痛风。江门市五邑中医院肾内科主任杨爱成提醒，由于螃蟹中嘌呤含量较高，多吃容易引发痛风，市民在享受美食的同时，应当注意适度，以防“踩雷”。

文/图 江门日报记者 何雯意  
通讯员 赵晓东 刘森

螃蟹中的嘌呤含量较高，所以要注意管好自己的嘴。

**一顿大餐带来的痛苦**

近日，小张在家人搀扶下来到江门市五邑中医院，他的脚趾关节明显红肿，而且发着低烧。检查结果显示，他的尿酸严重超标，医生诊断为急性痛风发作。

原来，平时他就特别喜欢吃海鲜、喝啤酒。作为“00后”的他体型微胖，早在大学时期尿酸已高达600μmol/L，因为没有症状，所以不曾就诊。去年，小张第一次出现大脚趾红肿疼痛，疼痛难忍到到医院就诊后，他才知道自己加入了“痛风”的队伍。经过治疗，他很快好转，但并未把这事放在心上，也没有听医嘱定期复诊、规律降尿酸治疗。上周末，他和朋友聚餐，点了一桌丰盛的海鲜。螃蟹肉鲜美，小张吃得亦乐乎。整个晚餐下来，他总共吃了4只螃蟹，还喝了几瓶啤酒。谁知，第二天凌晨2点，左侧大脚趾一阵钻心的痛将他惊醒，自行服用2天止痛药后还是疼痛难忍，连走路都成了难事，这才在家人的陪伴下来到江门市五邑中医院肾内科（风湿病科）就诊。

杨爱成介绍，秋冬季节蟹蟹肥美，不少人大快朵颐，但由此引起的痛风也增加了不少。痛风是嘌呤代谢紊乱引起的代谢异常综合征。“尿酸超过其在血液或组织液中的饱

和度可在关节局部形成尿酸盐结晶并沉积，诱发局部炎症反应和组织破坏而发生痛风。”杨爱成补充道，进食富含嘌呤的食物，如海鲜、红肉、内脏等，会导致尿酸浓度升高，从而增加痛风的风险。其中，螃蟹属于高嘌呤食物，尤其是在高尿酸血症和痛风发作期，若过量食用，尿酸在体内大量积聚并形成尿酸盐结晶，极易导致关节炎和剧烈疼痛。同时，酒精也会抑制尿酸的排泄，使尿酸在体内进一步堆积。因此，许多痛风患者在吃螃蟹时若再饮酒，便极易引发急性发作。

杨爱成建议，市民应适量摄取高嘌呤食物，避免暴饮暴食，尤其是对于本身尿酸较高或有痛风病史的人群，需格外注意。

**痛风“找上”年轻人**

“最近接诊的年轻患者不在少数，其中绝大部分患者都是首次发现自己患有痛风。他们大部分只有剧烈疼痛的时候才来就诊，不疼的时候根本就不放在心上。”江门市五邑中医院肾内科主治医师李麟表示，近年来，痛风患病率大幅增长，一向被当成“老年病”的痛风，已经开始“找上”年轻人，其中不乏“90后”“00后”。

李麟表示，痛风发作的诱因有很多，如饮食因素、受寒、剧烈运动、劳累、外伤、感染、药

物影响等，其中饮食因素是最常见的。“这也是为什么很多患者在进食海鲜、啤酒、火锅、老火汤等高嘌呤食物后会痛风发作。”李麟说。

值得注意的是，如果出现尿酸高的情况，即使没有痛风发作，也需要及时就诊。“无论男性还是女性非同回两次血尿酸水平超过420μmol/L，就称之为高尿酸血症。”李麟表示，无痛风发作的高尿酸血症，不但可引起痛风发作，还与2型糖尿病、高血压、冠心病、肾结石、尿酸性肾病、脑卒中等多种疾病相关，建议高尿酸血症患者，即使没有痛风发作，也要引起足够的重视，及时就诊。

李麟提醒，和糖尿病、高血压一样，痛风也是一种慢性疾病，需要长期治疗。未经治疗或不规范治疗的痛风患者，会导致严重疾病，如手、足、膝、肘关节等长出巨大痛风石，导致关节功能下降，影响正常生活，个别患者甚至不能行走，需要坐轮椅。如果尿酸结晶长期沉积在肾脏，还会导致肾功能逐步下降，严重的还会引起肾衰竭，并进一步发展为尿毒症。“关节不痛，不代表痛风治愈，治疗痛风，切忌痛时乱服止痛药物，疼痛缓解后不闻不问、置之不理。”李麟提醒，患者在急性期疼痛缓解后，一定要长期到肾内科门诊复诊，遵医嘱坚持规范降尿酸治疗，以免造成进一步的脏器功能损害。