



专家:  
杭州市第一人民医院  
城北院区老年医学科  
主任 张洪柱  
门诊时间:每周三上午



施杜诺安 本报记者 包勇

“最美不过夕阳红……”7月24日下午,杭州市第一人民医院城北院区安宁疗护病区里,传出略显沙哑但清晰有力的歌声。歌声停,掌声起,大家都为陈大伯竖起大拇指。

## 用心守护 点亮生命之光

77岁的陈大伯,2023年11月被确诊为贲门癌、结肠癌晚期。经过免疫及靶向等抗肿瘤治疗,到2024年9月,周身黄疸、恶心呕吐、不能进食、

# 以爱为线 用心织网 守护生命“最后一公里”

乏力、无法离床活动,陈大伯选择了安宁疗护治疗。2024年10月来到杭州市第一人民医院城北院区,老年医学科安宁疗护团队对他开展全方位评估,制定安宁疗护方案。

一周后,陈大伯的各项指标稳定,不再恶心呕吐,但情绪非常低落,嘴上总说:“还不是那样,活着还有什么意思。”

哪怕得不到积极回应,护士每天都会推着他去看窗外的风景,在输液时握住他的手,给他放爱听的歌曲。

有一天查房,张洪柱笑着说:“老陈,如果你的病情严重了,你不理我我能理解,但现在各项指标稳定,也能吃饭、能离床活动了,还是不和我交流,这是不是对我的工作不尊重?”面对张主任的“批评”,陈大伯笑了,说:“你说得对,你们像家人一样陪伴我,我应该尊重你们。”自此,陈大伯慢慢开始变得开朗健谈,每天都和医生分享自己的感受、想法。他最引以为傲的就是自己是老年合唱团美声唱法主力队

员。此后在病房活动区,时常会响起他的歌声。

## 以心为盾 筑牢安宁防线

陈大伯的改变,是杭州市第一人民医院城北院区安宁疗护病区的一个缩影,城北院区也是浙江省首批“标准化安宁疗护病区”。张洪柱说:“安宁疗护团队会对患者的情况进行专业评估,多学科团队共同参与,充分尊重患者和家属意愿,制定个性化诊疗方案,为患者提供症状缓解、舒适护理、社会支持、精神心理慰藉等服务。”

在安宁疗护病房里,没有“必须怎样”的规则,只有“你想怎样”的尊重。核心理念是解决患者身体、心理、社会和精神层面的痛苦,它并不是放弃治疗,而是积极寻找并解决困扰患者的各种因素。

张洪柱特别希望,通过安宁疗护工作的实施,可以帮助每个生命在黄昏里从容转身,以最佳的方式守护人生的“最后一公里”。

## 科学家培育出 新型“全脑”类器官

科学家培育出新型“全脑”类器官美国研究人员培育出一种新型“全脑”类器官,不仅包含多个脑区的神经组织,还具有初步的血管结构。该突破有望为自闭症、精神分裂症等复杂神经精神疾病的研究开辟新途径。

被称之为“多区域脑类器官”(MRBO)在细胞类型的多样性方面,与人类胚胎大脑早期发育阶段高度相似。它包含了约80%的常见神经细胞类型,其整体结构相当于人类胎儿大脑发育至40天左右水平。据环球网

## 神经太紧张? 来一场“数字SPA”

《华尔街日报》近日发表文章称,在加州水疗中心,顾客对名为“循环”的全新高科技健康疗法赞不绝口——360度视频屏幕环绕着客人,会呈现各种画面,例如游动的小鱼或盛开的樱花,伴以灯光效果,大提琴手、太鼓手和小提琴手现场演奏小夜曲。

“沉浸式数字健康体验”风头正盛。然而,一些专业人士持怀疑态度。纽约一家疗愈工作室创始人说:“这种疗法就像给破损的家具刷上一层油漆。科技或许能帮助我们放松大脑的某些部分,但是否真能取得疗效还有待观察。”专家说:“如果我们不再沉迷于社交媒体,而是以这种方式与科技互动,我们的社会将会更加健康、更加踏实。”据《环球时报》

## 眼前一黑 她感觉身体被抽空

本报讯(通讯员 叶丽 张煜铎)“眼前一黑就站不住了,还好兜里装着糖……”上周二早高峰的公交上,73岁的张阿姨突然头晕目眩,双手颤抖到抓不住扶手,及时补糖后才逐渐缓解。

其实,张阿姨每年入夏后总会莫名出现头晕、心慌、出汗等症状,尤其在闷热天气或空腹外出时更为明显,“就像身体被抽空了,走路都打飘”。

怕再次出现意外的张阿姨,来到浙江省立同德医院中医内科,接诊的王飞达副主任中医师诊断发现,她舌淡苔

白、脉细弱,结合症状,属于气血不足的范畴。

王飞达解释,夏季暑湿困脾,本就虚弱的脾胃功能更易受损,导致饮食难以转化为气血,清阳之气无法上达头目,从而引发眩晕。中医虽无低血糖的病名,但根据这些症状,可将其归属于“眩晕”“心悸”“虚劳”等范畴,本质是身体气血阴阳失衡,多与心脾两脏有关。

“脾胃虚弱是低血糖的核心病机。”王飞达表示,脾胃功能虚弱,气血生成不足,就容易出现低血糖相关的虚弱症状,

常见于饥饿时发作,还会伴有面色苍白、乏力、气短懒言、食欲不振、大便稀溏等表现。

而夏季贪凉饮冷的习惯,更是伤脾的“隐形杀手”。冰镇西瓜等寒凉食物会直接削弱脾胃阳气,导致运化功能“罢工”。

王飞达特别提醒,低血糖轻症者发作时应立即吃糖果或含糖饮料,如果是重症昏迷者无法进食,应马上拨打120急救,中药不能替代紧急补糖措施。如果低血糖频繁发作,需要就医排查糖尿病、胰岛细胞瘤等疾病,然后再结合中医来调理体质。