

药香铸仁心 专业守安康

——焦煤中央医院药师群像扫描

本报记者 朱传胜

在焦煤中央医院，有一群身着白衣的“隐形守护者”正用专业与热忱编织着一张覆盖全院的用药安全网。他们穿梭于药架之间、俯首于处方之前、奔波于病房之中，不执手术刀却为治疗方案保驾护航，不直接诊病却为用药安全倾注心血。他们就是药师，是医疗体系里不可或缺的“用药守门人”，在平凡的岗位上诠释着“药安全，药健康”的誓言。在9月25日世界药师节来临之际，让我们循着领航者的开拓足迹、坚守者的日常点滴、协同者的专业矩阵，走进这个群体，解读他们的非凡篇章。

领航者 以“最美”担当铸就药学高地

“但愿世上无疾苦，宁可架上药生尘。”这是焦煤中央医院党委书记、董事长马好斌从业三十七载的初心。2024年1月，他在国家药品监督管理局指导的评选中荣获全国第五届“身边最美药师”称号，成为全国唯一入选的医疗机构负责人。这份荣誉，既是对他个人专业精神的肯定，更是对焦煤中央医院药学事业高质量发展的生动注脚。

从西药房调剂药师到医院掌舵人，马好斌始终将“合理用药”视为使命。早年，他参与研发的“复方替硝唑软膏”等制剂，填补院内药品研发空白；走上管理岗位后，他推动成立我市首家临床药学科，建设静脉用药调配中心（PIVAS），彻底改变医院药学“重供应、轻服务”的传统模式，引领学科向“以患者为中心”的临床服务转型。

2024年5月，马好斌当选焦作市医学会临床药学专业委员会主任委员，医院同步成为主委单位，进一步巩固了区域药学历学高地地位。此前，该院已是市药事管理质控中心挂靠单位，持续监测全市二级及以上医疗机构合理用药指标，为区域药学发展锚定方向。

在他的带领下，医院药学实现多项突破：处方前置审核系统全面落地。将审核环节前移至患者交费前，通过“系统初审+人工复核”双重把关，大幅提升处方合格率，减少患者因处方问题折返的麻烦，筑牢用药安全第一道防线。

临床药学服务纵深推进。个体化用药服务常态化，开展阿司匹林、氯吡格雷等药物基因

检测，以及丙戊酸、万古霉素等血药浓度监测，药师深入科室参与治疗方案制订，从“药品保障者”变身“精准用药参谋”。

科研与学术交流并进。2024年1月完成国家药物临床试验机构备案，神经内科、内分泌科等4个专业可开展Ⅱ、Ⅲ期注册临床试验；2025年上半年成功立项并开展两项药物临床试验；牵头制定的《药学科门诊参与DIP管理专家共识》入围国家级典型案例；多次举办焦作市临床药学高峰论坛，推动区域合理用药水平整体提升。

在他的引领下，该院药学团队屡获殊荣：2022年斩获焦作市合理用药知识技能竞赛团体二等奖；在2024年“MKM杯”全国药学服务技能大赛中，药师刘燕青、赵净净闯入河南赛区七强；2025年，药师丁丽君、肖先组成的参赛队获得全省第三名，专业实力获行业认可。

坚守者 时间轴里的生命守护

焦煤中央医院的药师，没有手术台上的惊心动魄，却有着“全年无休、24小时待命”的坚守。他们的一天，藏在晨光熹微的消毒操作里，藏在窗口耐心的用药解释中，藏在深夜应急送药的奔波路上。

静配中心：与时间赛跑的“点滴守护者”

“三更灯火五更鸡”。静脉用药调配中心的药师常用这句话来描述自己的工作状态。

清晨6时，静配中心已灯火通明。紫外灯消毒、层流系统开启，药师们开启“与时间赛跑”的一天。

6时20分：药学人员处理医嘱、审方打印，护理人员换防护服进入洁净区。

7时20分：第一批成品液体出仓复核，8时20分准时送达病区。

8时30分：护理人员进仓配置第二批液体，8时50分第二批液体出仓复核。

9时30分：仓内配置工作结束，清场打扫；药学人员与工人同步拆包上药，接收药库送达的药品，并完成检查、核对、上架。

10时：接收病区新医嘱，审方药师审核、打印处方标签，调剂发药实行双人核对签字，护士同步贴签、摆药。

12时：早班结束。

14时30分：全体当班人员到岗，继续接收处理医嘱、打印标签、摆药核对，同步处理零批次打包药品。

15时30分：发放小处方，处理新医嘱、退药，分科室进仓消毒。

17时：处理退药与新到医嘱。

17时30分：结束一天工作。

“工作高强度、高风险、高压，但为了患者静脉输液安全，再苦再累也值得。”静脉用药调配中心主任常珍珍的一番话，道出了大家共同的心声。

药库：24小时不打烊的药品保障

如果静配中心是在白昼忙碌的12小时，那么，药库的药师们则是24小时运转。

清晨7时50分：药师到岗首项任务——检查温湿度记录。药库按药品特性划分为常温区（10℃至30℃）、阴凉区（≤20℃）和冷藏区（2℃至8℃），药师手持登记本逐区核对：“常温区温度22℃、湿度60%，正常；冷藏区温度5℃，稳定。”暑湿季湿度超过70%时立即开启空调除湿，寒冬阴凉区接近20℃则调节温度，确保药品储存环境达标。

8时30分：迎来“发药早高峰”。各药房领药单实时传送，药师打印申领单后，推着药车穿梭货架精准配药。核对无误后，药品在11时前送抵各调剂室。

14时30分：“验收入库”启动。配送车抵达后，药师先检查运输条件：冷藏药品配送箱是否密封、途中温度是否符合2℃至8℃标准，阴凉药品包装有无受潮破损。确认无误后，逐一核对药品生产日期、批号、有效期是否与送货单一致，不合格药品立即标记退货，合格药品分类送入对应储存区。

15时30分：开展“药品调价”。药师对照最新调价文件更新系统信息：“阿司匹林肠溶片，规格0.1g，原价15.8元，调价后15.05元。”同时，同步更新药房收费系统，常用药大幅调价时额外备注，方便科室查阅。

夜间：值夜班是“家常便饭”。接到急诊紧急用药需求，药师以最快速度送药到科室，保障抢救工作不受影响。

“值夜班时，即便遇到库存不足的特殊情况，也能立即启动应急采购流程，确保‘药品心脏’永不宕机，为抢救生命争分夺秒。”该院药库主任从昆介绍。

门诊药房：窗口前的“第一道防线”

全年无休、24小时待命，这也是门诊药房的工作常态。

清晨，门诊药房药师到岗后，首先严格完成精麻药品的“五专”核查与环境温湿度登记

调控。随后，他们便投入到日复一日地调剂工作中：审核处方、“四查十对”、穿梭取药、用药交代……他们的微信步数常常“霸榜”，这是药架与窗口间无数次往返的见证。“多盯一眼，患者就少一分风险。”该院总院药品调剂室主任王卫星一句朴实的话语，正是他们对职业精神的最好诠释。

协同者 岗位矩阵中的专业力量

在焦煤中央医院的药学体系中，每个岗位都是一道“安全防线”。临床药师精准护航，中药药师传承经典，审方药师严把关口——他们虽然分工不同，却有着同一个目标：守护患者用药安全。

临床药师：精准用药的“智慧大脑”

“患者胆红素持续升高，排除胆道梗阻，考虑存在肠外营养相关肝损伤，建议停用20%脂肪乳，逐渐加量肠内营养。”临床药学科主任孟杨在普外科一次会诊中的建议，让62岁患者的病情迎刃而解。此前，这名患者因十二指肠球部溃疡术后使用肠外营养（TPN），出现周身黄染，总胆红素最高达405.3μmol/L（参考值≤17.1μmol/L）。孟杨结合《中国药物性肝损伤诊治指南》，通过用药时间、停药反应、再次用药反应等维度分析，判定患者肝损伤与脂肪乳“很可能”相关。调整方案后，患者的肝功能逐步恢复。

这是临床药师工作的缩影。他们每天参与查房、会诊，收集上报药品不良反应；开展血药浓度监测与基因检测，为肿瘤科患者推荐适配靶向药，为儿科患者精确计算剂量……他们用专业帮助患者避开用药风险，做医生的“药学参谋”。

中药药师：传统智慧的“传承者”

中药调剂室内药香弥漫，药师们熟练地审方、称量、分装。400余种中药饮片，他们不仅要熟知位置特性，还要凭“口尝鼻嗅、手摸眼观”的真功夫鉴别优劣。左手握秤磨出的茧子，是岁月沉淀的专业印记，更是对传统医药学的坚守与传承。“左手拇指、食指握着秤杆，看准处方上的药名，转身在药柜上迅速找到位置，娴熟地拉开药斗，右手抓上一把草药放在秤盘内，拨动秤砣准确称量后，再均分到调剂台上的不锈钢盘里。一张处方一般有20味药左右，这样的动作要重复20次左右才能完成一服

中药的调配，特殊煎法的饮片需单独包装并书写要求。”该院草药调剂室主任任丽萍说，中药房的工作既烦琐强度又高，胳膊常常累得发酸，工作虽然辛苦，但药师们的工作热情不减。

审方药师：处方安全的“过滤网”

审方中心内，键盘敲击声与系统提示音交织。前置审核软件如同24小时值守的智能哨兵，基于庞大规则库实时拦截明显不合理处方。而药师们则像经验丰富的指挥官，专注处理系统无法判断的“疑难杂症”，为特殊人群（如老人、孕妇、肝肾功能不全者）评估用药风险，审慎评估超说明书用药的必要性与安全性。2025年1月启用的多院区统一审方平台，更让“哨兵”与“指挥官”的协作如臂使指，审核标准同质化，沟通效率倍增。这里，冰冷的规则与温暖的判断相融，共同筑起一道坚固的用药安全屏障。

在这些严谨的制度与流程背后，是一代代药师的坚守与传承。资深药师郑宝琴，便是这份精神的最好见证。头发已渐花白的郑宝琴，在世界药师节来临之际写下了近40年的从业感悟。她写道，自己从青春年少工作到银丝满头，最初常被误解为只是个“发药的”，但真正深入后才深知，药学远非“拿药递药”那么简单，这份工作既要有扎实的业务知识，还要有一颗仁爱之心。“病人到药房时，往往已历经挂号、检查、交费，身心俱疲。我们面对的不只是处方，更是焦虑与期待。”她说，“必须像对待亲人一样耐心解释每一种药的用法、注意事项，做到温和而细致。”

她始终坚信：“医学仪器再先进，药物治疗的作用无可替代；而药物能治病，却未必能疗心——这就需要我们用服务去抚慰患者的伤痛。”这句话，也是她常对年轻药师叮嘱的箴言。

“于无声处听惊雷，于平凡中见非凡。”焦煤中央医院的药师们，在“全国最美药师”马好斌的引领下，以时间为经，以岗位为纬，织就了一张覆盖全院的用药安全网。从静配中心的晨曦微光到药库的深夜坚守，从门诊药房窗口的耐心叮嘱到临床床旁的精准监护，他们用专业诠释责任，用仁心传递温暖。

9月25日，世界药师节，这既是对过往付出的礼赞，更是对未来使命的召唤。焦煤中央医院的药师们将继续秉持“药安全，药健康”的信念，在推动药学精准服务、增强公众安全用药意识的道路上步履不停。他们如同一束束微光，汇聚成照亮生命之路的璀璨星河——这，就是新时代药师最美的群像。

市人民医院成功救治一名“双毒”患者

本报讯（记者孙阎河）日前，一名破伤风合并肉毒中毒的“双毒”患者痊愈后，在家属的陪同下，将3面分别印有“生死时速施妙手 仁心仁术铸新生”“医术精湛 医德高尚”“无微不至献爱心 精心护理送温暖”的锦旗，送到了市人民医院急诊科，以此向医护人员表达诚挚的谢意。

7月12日，市人民医院急诊科接诊了一名患者。该患者因左足外伤引发皮肤坏死感染，经检查，被确诊为破伤风合并肉毒中毒。这两种疾病单独发作已十分凶险，叠加后致死率更高。患者入院后，还先后3次突发心脏骤停，生命体征濒临消失。面对“双毒夹击”的危急局面，急诊科副主任李论带领团队，凭借扎实的医学功底和丰富的临床经验，第一时间完成病情评估，迅速制订精准的抢救方案，一方面对患者感染的伤口反复清创，阻断毒素进一步扩散；另一方面密切监测患者的生命体征，并针对心脏骤停等突发状况及时采取救治措施。护理团队同步跟进，以细致的照料保障治疗效果。经过多个昼夜的坚守与守护，患者的病情逐步稳定，最终成功脱离生命危险。

该院专家介绍，破伤风由破伤

风梭菌产生的痉挛毒素引发，主要导致全身骨骼肌强直、痉挛（如牙关紧闭、角弓反张），严重时会引起呼吸肌痉挛、窒息；肉毒中毒由肉毒杆菌产生的肉毒毒素引起，主要抑制神经递质释放，导致全身松弛性瘫痪（如眼睑下垂、吞咽困难、呼吸肌麻痹）。当二者叠加，患者会同时出现痉挛与瘫痪的矛盾症状，且两种毒素均可能损伤呼吸功能（破伤风引发的呼吸肌痉挛+肉毒中毒导致的呼吸肌麻痹），还会加重全身感染与多器官功能损伤，进一步增加救治难度。

专家提醒，破伤风梭菌广泛存

在于自然界的土壤、灰尘、粪便中，当人体皮肤或黏膜出现破损时，破伤风梭菌可能侵入人体并繁殖，产生毒素引发疾病。破伤风的症状主要表现为肌肉痉挛、强直性收缩等，严重时可危及生命。预防破伤风，主动免疫的关键是接种破伤风疫苗；被动免疫则需补充破伤风免疫球蛋白（TIG）或破伤风抗毒素（TAT）。同时，一旦发生外伤，应立即用流动清水彻底冲洗伤口，去除污物与异物，再使用碘伏、酒精等消毒剂对伤口进行消毒处理。若伤口较深、较大或污染严重，需及时就医接受专业

处理。肉毒毒素是肉毒杆菌产生的含有高分子蛋白的神经毒素，是已知天然毒素和合成毒剂中毒性最强的生物毒素，可通过食物、肠道感染或定殖、外伤、注射等途径致病。肉毒中毒的症状往往不典型，不同类型的肉毒中毒可能有不同表现，且随着疾病进展，症状可能发生变化，常见症状包括吞咽困难、视物模糊、复视、眼睑下垂、说话困难、声音嘶哑、口干、恶心、腹痛、四肢无力、呼吸困难甚至呼吸停止等。其诊断需医生结合详细问诊查体及全面检查综合判断，治疗则以综合治疗为主。

医卫快讯

焦作市超声质量控制年会举行

本报讯（记者孙阎河）近日，由河南省数理医学学会与市人民医院联合主办的2025年焦作市超声质量控制年会暨中原肌骨第十届（第二期）肌骨超声规范化培训、焦作市医学会肌骨超声专委会第一届第二次学术会议在该院举行。此次会议聚焦超声医学领域的前沿技术与临床应用，吸引了全市各级医疗机构百余名超声医学工作者积极参与，有力地推动了优质医疗资源向基层下沉。

肌骨超声作为超声领域迅速崛起的分支，其规范化操作与精准诊断对于运动系统疾病的诊治至关重要。市人民医院作为焦作市医学会肌骨超声专业委员会主委单位，一直大力支持超声医学的学科建设与发展，积极推动新技术的临床应用与质量管控。会上，多位省内知名专家齐聚一堂，围绕超声医学的多个关键领域展开深入探讨，为参会人员带来了诸多新思路、新方法。大家纷纷表示，此次会议不仅为我市超声医学工作者提供了一个优质的学习交流平台，有效推动了各级医疗机构超声服务质量建设，还大幅提升了基层医疗机构掌握和运用先进超声诊断技术的能力。

市人民医院相关负责人表示，希望以此次会议为纽带，进一步加深与兄弟单位的交流合作，携手共进，共同探索超声医学未来发展路径，共同守护人民群众生命健康。

全国爱牙日 市人民医院开展义诊活动

本报讯（记者孙阎河）9月20日全国爱牙日前夕，市人民医院口腔科医护团队走进西城家园小区，开展“减糖控体重 护牙促健康”主题义诊活动，将专业口腔医疗服务送到居民身边。

活动中，该科医生耐心解答居民提出的疑问，并用手电筒和探针细致检查其牙齿状况，碰到龋齿、牙周炎、牙齿敏感等常见问题，逐一给出个性化建议。“之前总觉得孩子换牙期不用太在意，听医生一说才知道，乳牙护理不好会影响恒牙，今天真是学到新知识了。”刚带着6岁儿子检查完的李女士说。义诊间隙，该科护士则在一旁忙着为居民测量血压，并拿着牙刷现场演示巴氏刷牙法，生动的宣讲方式让围观居民当场跟着比画起来。

一直以来，市人民医院以群众健康需求为导向，把“健康惠民”服务延伸到更多社区与乡村，围绕口腔健康、慢性病管理、老年健康等重点领域，常态化开展义诊咨询、健康宣教等活动。

健康小贴士

说说“跟痛症”

本报记者 孙阎河

你有过早上起床后，脚后跟痛得不能着地，走一会儿反而会好一点，但一天走下来，脚后跟又开始痛起来的现象？近期，有多位读者致电本刊热线，说自己经常脚后跟痛，希望能找专家咨询一下。为此，记者走访了市人民医院骨科一区副主任姚鹏举。他介绍，在临床中经常遇到这样的患者，出现这种症状大概率是患上了“跟痛症”。

姚鹏举解释，“跟痛症”又称“足跟痛”或者“跟骨痛”，是以足跟部疼痛而命名的疾病。跟骨周围不同组织发生相应病变是形成“跟痛症”的重要原因，这种疾病临床上多表现为早期步行或久站时疼痛，常见的疼痛部位为足跟底部、后方、跟骨内侧。门诊时，患者常诉开始行走时疼痛，继续行走后疼痛减轻，剧烈运动时则疼痛加剧。“跟痛症”的临床诊断相对容易，根据易发人群，进行足部查体，再结合足跟部X线片检查，就能明确诊断结果。

说起治疗，姚鹏举解释，“跟痛

症”的治疗因人而异，医生会根据患者的不同年龄段、临床表现、工作性质及期望值，给出个体化的诊疗方案。他建议，患者可以循序渐进地进行阶梯化治疗。如果症状改善不明显，还可尝试冲击波治疗，不过这种治疗会有一定的疼痛感。另外，也可以尝试局部封闭治疗，但由于类固醇激素会对周围组织产生一定的损伤，因此患者要谨慎使用。再有，足底筋膜松懈也是一种有创的操作治疗，若患者症状反复发作且保守治疗无效，可尝试这种方法。

最后，姚鹏举提醒，预防“跟痛症”要改变久站、久行的工作或生活习惯。同时，日常生活中要更换舒适合脚的鞋子，尽量选择宽松的软底平底鞋，并养成每天温水泡脚的习惯。如果能坚持足底按摩、进行足部肌肉拉伸，就更是一种好习惯了。病例显示，通过以上方法，大多数患者可预防或缓解症状。总之，“跟痛症”是一种常见的足部疾病，有效预防、正确治疗，完全可以降低发生风险、减轻疼痛症状、提升生活质量。希望“跟痛症”患者不要过于担心，要积极进行预防和治理。

“吃”里有学问！营养科学界聚焦全民健康饮食

新华社记者 彭韵佳 田晓航

健康中国，营养先行。随着人们的健康意识不断增强，合理膳食与科学营养日益成为社会关注的焦点。

第十七届全国营养科学大会9月21日至23日在北京举行。会内会外，一场如何为全民健康打牢“营养根基”的讨论正在展开。

“人类健康长寿约75%归因于膳食营养和个人行为等环境因素。”中国疾控中心副主任施小明说。

新研究结果显示，与食用肉类、鱼类、蛋类和大豆类每周少于4次的高龄老人相比，每周食用超过5次的高龄老人死亡风险有所下降。

国家疾控局副局长高力江表示，深入推进合理膳食行动，强化改善营养在慢病防控中的基础作用，是实现以治病为中心向以人民健康为中心转变的关键举措，是成本效益最优的健康策略之一。

“发挥营养在慢病防控中的基础性、先导性作用，显得尤为迫切和重要。”中国科学院院士陈竺说，要推动营养干预和慢病防治的深度融合，逐步构建起预防为主、防治结合的全周期营养管理服务体系。

开展居民营养与健康监测，动态掌握人群营养状况；深入推进“三减三健”专项行动，倡导健康的生活方式；加强营养健康标准体系建设……近年来，一系列精准举措正不断筑牢全民健康屏障。

“人体必需营养素是维持生命活动、促进生长发育和保持健康状态的基础。”中国中医科学院西苑医院营养科主任医师曾文颖介绍，这些营养素人体自身不能合成或合成速度慢，必须通过均衡饮食获取所需营养物质。

如“身体的燃料”碳水化合物主要来自谷物、薯类和水果；构建和修复组织的“基础材料”蛋白质主要存在于肉类、蛋奶、豆制品中。所以，掌握“吃”的技巧很重要。

首都医科大学附属北京中医医院营养科副主任佟丽介绍，从中医角度来看，营养失衡会导致“气血阴阳”失调，营养摄入不足还可能导致气虚血弱。老年人宜食黑豆、核桃以补肾益精，避免食用生冷食物；青少年应均衡“五味”，少食辛辣以防湿热；上班族则应注意以谷物养胃，适当食用果蔬以清热。

拿起一颗草莓模型，放在电脑前的“电子秤”上，即刻就可获取草莓中含有的23种营养成分。这款

SAT-3D膳食诊断和饮食行为训练系统采用大数据、人工智能等技术，利用人工智能为营养教育带来新变化，也反映出我国营养健康领域的科技含量正不断提高。

中国营养学会理事长杨月欣表示：“科技必需营养素是引领营养健康行业高质量发展的动力，一些新成果要努力向产业应用去转化。”

新成果涌现的背后，是我国营养科学研究工作的扎实推进与积累：开展国民营养健康监测工作，制定膳食营养素参考摄入量，持续研究和完善中国居民膳食指南，创建国家食物营养成分数据库……

在多方力量推动下，我国营养健康产业呈现快速发展态势。据了解，近年来我国营养健康产业年投入增长率超10%，预计2030年将达到16万亿元。

未来，随着科技创新持续加码、产业生态不断完善，我国营养健康领域将迎来更多新突破，为建设健康中国提供更有力的支撑。

（新华社北京9月23日电）

吃的学问