



“2次手术,8次化疗,漫漫抗癌求医的路上,她打赢了一次次人生战役。12年间,作为一名乳腺癌患者,她带着对生活的坚持与向往,走过一段向阳而生的抗癌之路。她就是任青,今年56岁。每年10月,是乳腺癌防治宣传月,今天我们一起来听听她的故事。”

■记者 张贞林 见习记者 梁静

患癌12年,她乐观面对活出精彩 一位乳腺癌病人的自述

体检查出乳腺癌,她几近崩溃

近日,记者如约见到准备去上葫芦丝课的任青,今年56岁的她,黑发齐肩,装扮精致。交谈中,她露出幸福满足的笑容。她说,比起12年前,自己更加优雅、淡定、从容。

2009年,任青在体检时发现左

侧乳房有肿块,便来到国药东风总医院乳腺外科就诊,一次手术后被确诊为乳腺癌。这一纸诊断,打破了任青平静的生活。随即她又进行了第二次手术,左乳被切除。

毫无心理准备,就做了两次手术,

这给任青的内心造成极大的影响。对癌症本能的悲观和恐惧,让她几近崩溃。当时,任青内心很害怕:“从来没想到过自己会与‘癌’扯上关系,觉得自己快完了,担心去医院就回不来了。”

剃掉一头秀发化疗,她获得重生

尽管手术很成功,但对任青来说,这并不意味着一切向好,相反,她与疾病的抗争才刚刚开始。

随即任青进入了化疗阶段,乌黑靓丽的长发、指甲、睫毛毛都开始掉落,承受着巨大的心理压力,任青主动走进理发店剃掉了头发。

化疗期间,任青经常系着一条漂亮的丝巾,打扮时髦,不少人称赞她这样打扮很好看。任青连忙解释说,自己是乳腺癌患者,没有头发。“只要有人问,我就说,这也没什么不好意思,不管生活怎么样,每天打扮得美美的,自己看着心情也好。”

让任青意想不到的,坚持化疗两个周期后,复查结果显示病情稳定,这就意味着化疗方案有效。坚持了这么久,任青强烈感受到生的希望,也更加配合治疗,就这样,共经历8次化疗后,任青病情得到了控制。

登台演讲上兴趣课,她很充实

生命在于运动,任青坚信这句话。她爱打羽毛球,出院后不久,便经常与同事们一起参加羽毛球比赛。同事们根本看不出她像个病人,感受最多的是她身上散发出的活力。

单位领导也被任青这种积极乐观、阳光向上的生活态度所打动,常邀请任青上台演讲,鼓励更多的女同事提前做好预防。任青也常与已患病的病友交流,进行心理疏导。

“我在患病时感受了很多人的关爱和鼓励,内心感到温暖。回想那段

痛苦的时光,正因为有亲友陪伴,我才能挺过来,所以很乐意将温暖带给大家。很多乳腺癌患者对这个疾病缺乏认知,因此错失最佳治疗时机。我想让更多的人了解这个疾病,只有认识它,才能战胜恐惧,树立信心。”任青说。

如今12年过去,任青身体已趋于正常,只需定期复查。经历了病痛的折磨,任青反而变得更加开朗。“我每天跳跳舞,也会去旅游,跟同伴们在一起很轻松。”积极健康的生活让她

状态良好,一头秀发也重新生长起来。

任青介绍,“葫芦丝课程是最近才报的,我觉得人要乐观,生活要充实,学会转移注意力,才不会被不好的情绪所困扰。”

谈到以后的期许,任青直言自己非常乐观,过段时间身边朋友形体班要开业了,会邀请她前去任教,她会继续过着充实的生活。“无论未来如何,人都要活在当下,而且每一天都要过得很有意义。”任青说。

这些蔬菜水果 多吃可防癌

研究显示,新鲜的蔬菜和水果中的维生素C等营养物质可以预防癌症,以下这些蔬果防癌效果不错。

三种防癌蔬菜可以多吃

- 1、十字花科植物。常见的蔬菜种类有西兰花、花椰菜、白菜、芥菜、卷心菜等,这类蔬菜含有一种名为萝卜硫素的化合物,是一种氧化剂,有一定的防癌作用,对女性预防乳腺癌尤其有帮助,可减缓乳腺癌细胞生长。
- 2、海藻类植物。如海带、紫菜等食品。海藻内含有多种微量元素,对预防癌症相当有效。
- 3、食用菌类。如香菇、草菇、金针菇以及黑木耳、银耳等,富含多糖类及核糖核酸,可以促进细胞免疫和干扰素的生成。

这些水果抗癌效果最好

- 1、苹果。苹果中含有丰富的膳食纤维和维生素C、槲皮素和花青素等,具有很强的抗氧化能力。
 - 2、蓝莓。蓝莓含有丰富的花青素,具有抗氧化效果。此外,蓝莓中维生素K、膳食纤维也很多。
 - 3、樱桃。有研究显示,樱桃能缓解关节炎和头痛。樱桃中也含有丰富的花青素,具有抗氧化能力。
 - 4、蔓越莓。蔓越莓有抗坏血酸作用,还能预防尿路感染,也含有膳食纤维和维生素C、花青素等。
- 需要注意的是,虽然蔬果对身体大有益处,但毕竟蔬果能防癌只是因为它其中含有的部分物质对某些疾病有用,单纯地吃某种水果并不能达到药物效果。

本报综合

守卫生命防线 点亮希望之光 太和医院西苑院区 打造重症救治“尖刀连”

■文、图/记者 周仑

崭新的机器、无菌的环境、紧闭的大门、来回奔跑的医生……这些是太和医院西苑院区重症医学科(ICU)的内部环境。作为医院最为神秘的临床科室之一,这里没有大夫出门诊,患者家属探视都十分严格。作为ICU内为数不多有重症负压隔离病房、负压手术室、ECMO(人工膜肺)的医院,太和医院西苑院区ICU已逐渐成为危急重症患者救治的主战场。西苑院区ICU于去年10月29日正式投入使用,一年的时间里,全体医护、患者与时间赛跑,和病魔较量,以攻坚克难的使命担当,创造了无数奇迹。

今年2月,68岁的赵大爷(化姓)因车祸导致脾脏破裂、全身多处骨折,

生命危在旦夕。“老人还合并其他疾病,多次出现险情和病情反复。”太和医院西苑院区重症医学科(ICU)主任、感染科主任吴激波介绍。

3月中旬,赵大爷被转入西苑院区ICU。入院后,西苑院区多次组织ICU、外科、感染科、内科、老年医学科、康复科等科室专家会诊讨论,调整治疗方案。据了解,赵大爷在西苑医院ICU治疗了21天,从气管切开管、导尿管、引流管等管道护理,到鼻饲、吸氧、口腔护理、防褥疮护理等生活护理,以及24小时生命体征监测和病情观察,不能有一丝疏忽大意。经过多科室联动、对症施治,赵大爷最终康复出院。如今运动自如,生活能够自理。

赵大爷的例子仅是太和医院西苑院区重症医学科(ICU)内救治成功的一



太和医院西苑院区重症医学科(ICU)对患者进行身体检查。

个缩影,该科室于去年10月初筹备建设,去年10月29日正式开始收治病人。一年来,ICU收治病人140多例,最多同时开展4例病人的抢救工作,救治成功率超九成,绝大多数病人都能转入普通病区接受进一步治疗。

目前,该科室有医护人员13人,共设置床位19张,其中含重症负压隔离

病床12张,负压手术间1个。科室配备了中央监护系统、呼吸机、ECMO(人工膜肺)、除颤仪、连续性血液净化治疗机、床旁纤维支气管镜、床旁彩超等检查治疗设备。未来,该院科室将逐步加强科室内涵建设,打造重症患者救治的“尖刀连”。通过提升理论和实践能力,提高重症患者救治成功率。