

▲ 河北以岭医院 30 周年巡礼

砥砺精进 提升介入水平守护心血管健康

术业有专攻 跟随医生洪衡探寻心血管介入治疗的发展之路

□ 本报记者 向然

刻苦钻研 深耕心血管病介入治疗

“心血管疾病是临床较为常见的疾病,也是严重威胁健康的一种疾病,具有高致病率、高致残率和高死亡率的特点。因此,只有随着科技医疗水平的发展,不断提升对心血管疾病的检查和治疗水平,才能更好地保护健康。”河北以岭医院胸痛中心医疗总监、心血管病科二病区主任洪衡表示。自 1998 年从原部属重点大学湖南医科大学(即今中南大学湘雅医学院)毕业至今,二十多年来,洪衡主任一直致力于心血管病的临床治疗与研究,努力不懈,只为守护大众心血管健康。

在大学毕业后,洪衡分配到了北京一家医院工作,在临床接触了大量患者,深感心血管疾病对大众造成了较大的健康困扰,因此,为了进一步提升自身诊疗实力,他在工作两年后又考取了研究生,师从首都医科大学心血管研究所副所长,专攻心血管疾病的诊疗。

研究生毕业后,洪衡继续回到临床一线工作,兢兢业业,从一例例手术做起,在实践中不断提升,脚踏实地,磨练自身技能,为无数心血管病患者缓解病痛,挽救生命。他先后获得“北京市青年岗位能手”“石景山区十大优秀青年”等称号;并承担多项科研课题,其中北京科研基金课题不仅顺利结题,而且还获得了二等奖、三等奖。

2015 年,洪衡作为优秀人才,被北京一家中西医结合三甲医院引进,担任科室副主任、导管室主任。工作期间,他在该院首先开展了经尺动脉介入手术及主动脉球囊反搏术等,并多次成功抢救重症心梗患者;其中有一例属于左主干急性闭塞引起的超大面积心梗,不仅罕见且极为凶险,洪衡凭借出色的介入技术,成功为该患者开通闭塞血管并植入支架,挽救了患者生命。

攻坚克难 精准诊疗 为“心病”患者守护健康

2018 年,洪衡作为引进人才,来到了河北以岭医院,担任该院心血管病科二病区主任,并参与该院胸痛中心、

房颤中心的建设,在与医院诸多专家的共同努力下,河北以岭医院胸痛中心通过了标准版的认证,且质控考核多次名列前茅;房颤中心更是从无到有进行建设,2021 年进行认证时,呈报网审材料拿到了最高三星级的评价。

在积极参与学科建设的同时,洪衡主任不仅没有放松临床诊疗工作,而且还不断攻坚克难,为自己提出了更高的要求。在临床多年,洪衡主任治疗的病例数不胜数,他发现相当一部分心血管病患者由于病情复杂,或者高龄多病,治疗措施受限,错失救治时机。面对患者的痛苦,洪衡主任暗暗下定决心,希望尽可能用更优秀的技术为更多患者解决疾病困扰。

为此,洪衡主任努力学习研究前沿技术,提升实力,致力于疑难、重症及高龄患者的介入治疗。除了开展多例主动脉球囊反搏术,多次成功抢救大面积心梗患者;洪衡主任还在河北以岭医院第一次开展了逆向导丝技术,为一位右冠状动脉慢性完全闭塞病变患者成功开通血管。据介绍,逆向导丝技术提高了冠脉慢性完全闭塞病变开通的成功率,但操作较为复杂、难度大,极易发生冠状动脉侧支穿孔、冠脉血栓等并发症,对医生的操作要求极高。该技术的开展,不仅体现了洪衡主任的高水平介入实力,而且也标志着河北以岭医院的冠脉介入技术又上了一个新台阶。

此外,洪衡主任还开展过数例桥血管支架、搭桥术后再介入开通血管的治疗。搭桥术后患者的血管尤其是静脉桥血管,往往基础情况较差,通常不适合再放置支架介入开通。这就给搭桥术后再出现血管闭塞狭窄的患者治疗带来了难度。遇到有这些情况的患者,洪衡主任总是仔细分析病例,尽量给患者提出可行的治疗建议,对于存在介入治疗机会者,他总是不畏艰难,小心操作,争取为患者介入开通血管。“这些手术虽然较难,医生也会承担较大风险,但是我认为只要能帮助患者解决实际问题,一切都值!”洪衡主任表示。

近年来,洪衡主任领导的心二病区开展了近百岁老人起搏器植入手术、多例复杂心律失常的射频消融手术、高危先心病介入封堵术等手术。就这样,洪衡主任致力于诸多复杂、疑难病例,帮助更多的心血管病重症患者重拾治疗希望,有效保护了患者的生命健康。



■洪衡主任在义诊中。

以身作则 提高科室整体实力

在繁忙的手术、出门诊、定期下社区的临床一线工作的同时,洪衡主任仍坚持学习研究、提升自我。他参加电生理介入培训,取得了射频消融和起搏器植入的资质,并参与承担心血管药物相关研究课题等。“只有不断接触研究前沿,才能不断提高自己,为患者提供更好的健康服务。”洪衡主任表示。

目前,洪衡主任不仅担任河北以岭医院心血管病科二病区主任,而且还兼任该院胸痛中心医疗总监、房颤中心医疗委员会主任委员。在临床研究之外,他还负责科室的管理工作。洪衡主任始终认为,专家的实力可以树立医疗“品牌”,但只有科室整体实力提升,才能让树起的“品牌”更加坚固,对于需要开展手术的科室来说尤其如此。因此,除了定期查房、做病例分析、组织科室业务学习,洪衡主任还有意识地培养年轻医生独立开展手术,手把手地带教,让科室里的每个医生都能“独当一面”。

在洪衡主任的带领下,河北以岭医院心血管病科二病区多年来稳步发展,赢得了患者的交口称赞。“患者的口碑是对医生最好的奖赏,为了患者重获健康,我们做医生的愿意在守护心血管健康的道路上一直坚持下去!”洪衡主任表示。

▲ 健康贴士

夏季防晒 根据皮肤状况采取恰当措施

□ 本报记者 梁蕾

在炎热的夏季,日晒较强,若不注意防晒,不仅会被晒黑,也有可能造成皮肤损伤,加速皮肤衰老,还可导致皮肤疾病,甚至诱发皮肤癌。可见,夏季防晒不仅是为了美观,更是为了健康着想。因此,在夏季一定要重视皮肤护理,适当防晒。在防晒的时候,应注意以下几个要点,采取适合自身的防晒措施,保护皮肤的健康和美观。

适度防晒 保护皮肤及全身健康

在夏季如果不做任何防晒措施,皮肤长时间暴露在强烈的阳光照射下,就有可能引起皮肤老化、晒黑,甚至导致皮肤疾病,出现不适症状。因此在紫外线较强的夏季,外出时做好防晒是很有必要的。不过,有的朋友过度担心被晒黑或皮肤老化,在外出时把自己从头到脚捂得严严实实,甚至干脆就不愿出门。这种做法并不可取。防晒讲究适度,过度防晒甚至一点阳光都不见,无益于整体健康。必要的阳光对于身体骨骼健康、视力健康,以及情绪改善等都有一定的作用,因此在防晒的同时,也仍然要接受必要的日照。可以选择在一天中较为凉爽的时间段走出户外,根据自身体质开展一定的户外运动,适当晒晒太阳。但是在烈日

当头、高温时段,最好还是减少外出,做好防暑降温相关措施。

选择适合自身皮肤状况的防晒措施

防晒可采取多种方式。例如外出时打遮阳伞、戴上遮阳帽、太阳镜,穿着防晒衣或宽松透气的衣物等,均可起到防晒作用。

另外,也可以使用防晒产品进行防晒,例如在裸露的皮肤部位涂上防晒露或防晒霜等。石家庄市中医院东院区皮肤科副主任胡素叶表示,防晒产品一般分为化学性防晒和物理性防晒两类。其中,化学性防晒是利用其分子本身的特性来吸收紫外线,大多数的防晒产品皆属于此类;物理性防晒则是采用不透光粉体覆盖肌肤形成保护膜,使紫外线散射或反射,此类产品较为温和。一般来说,建议敏感肌肤的朋友选择使用物理性防晒品。此外,多重防晒的效果相对来说更好,例如在外出时可以使用太阳伞遮阳,并涂抹防晒霜,同时使用多种方式,能起到更全面的防晒作用。

合理选择防晒产品

市场上的防晒产品如防晒霜等,品类众多,该如何进行选择呢?一般来说,挑选防晒产品,首先要选择合格、有

质量保障的产品;在此基础上,再根据自己的皮肤状况,以及所处的环境、时间等来综合判断,选择适合自己的防晒品。胡素叶主任提醒,不同类型的肌肤对阳光的敏感程度不同,如果皮肤对紫外线不敏感,通常使用 2 倍或 10 倍防晒值的防晒霜即可;若皮肤对紫外线有很强的反应,则要选用高倍数防晒值的防晒产品。

一般来说,日常保养只要选用 SPF(日光防护系数)值在 8~15 的防晒品即可;在进行户外活动时,建议选用 SPF 值在 15 以上的防晒品。同时建议大家不要一味追求高防晒系数,否则,不适合自身状况,反而会给肌肤造成不必要的负担。

坚持良好生活方式由“内”防晒

除了采取防晒产品等外部防护措施,通过调节饮食、起居等,增强身体素质,也可以由“内”防晒。例如少吃光敏性食物或药物,避免在饮食后再加光照射引起光敏反应导致局部症状。饮食方面建议清淡饮食,多补水,也可以适当多吃些当季的新鲜水果等,补充必要的维生素等营养;起居规律,避开光照最强的时间段进行适度锻炼等。另外需要提醒的是,如果在外出时没有做好防晒,经日晒后出现了发红、疼痛等皮肤不适症状,则应及时就医,在医生指导下采取必要的措施或治疗,帮助缓解症状,避免更严重的皮肤损伤。