

一手治愈 一心抚慰

湖南省第二人民医院(省脑科医院)代谢内分泌科主任张海涛,用一段段治愈与陪伴的故事诠释“好医生”真谛

傅容容

医师节来临之际,在湖南省第二人民医院(省脑科医院)代谢内分泌科,张海涛主任和她的团队一如既往地忙碌着——查房、看诊、会诊、科普,日复一日。

102岁的黄奶奶出院那天,特意叮嘱家属送上一面锦旗。22岁的大学生从抢救室走出来时,红着眼眶说了声“谢谢”。34岁的刘女士在“血糖心情日记”上画了一个笑脸——这些瞬间,是张海涛从医路上最珍视的“勋章”。

从一间普通门诊到建成国家糖尿病标准化防控中心(DPCC)市级中心,在25年行医生涯中,张海涛对“好医生”的理解在一次次与患者的相遇中悄然改写。让我们走进她的诊室,听她讲述一段段关于治愈与陪伴的故事。

行医越久,张海涛越觉得,医生能做的有时不是治愈,而是陪伴。图为张海涛正在义诊。 医院供图

洞察细微:用系统思维寻找真相

张海涛当年选择内分泌科,纯属偶然。

1998年她从医学院毕业,那个年代信息远不如现在发达,填报志愿时她对“学医要读五年”这件事毫无概念。直到进入临床实习,遇到一位反复昏迷的女性患者,折腾许久查不出原因,最后确诊是腺垂体功能减退。几片激素补上去,患者恢复得跟正常人一样。那种“拨开迷雾见真相”的感觉,一下子击中了她。从那时起,她就认定了内分泌这条路。

有人把内分泌科叫作“内科中的内科”——不像心肌梗死、卒中那样以分钟计生死。张海涛不太同意这个说法,糖尿病酮症酸中毒、高渗性昏迷、甲亢危象、垂体危象,哪一样不是在和时间赛跑?只是内分泌的凶险藏得深,像水面下的暗流,考验的是另一种内功——系统思维和抽丝剥茧的耐心。

“就像一个侦探。”她常说,“要从全身的线索里找到那个关键点。”

在湖南省第二人民医院(湖南省脑科医院),这个“侦探”的角色又多了一层复杂性。精神疾病患者长期服用抗精神病药物,很容易合并代谢问题——肥胖、血糖异常、血脂紊乱。这类患者情绪不稳定、自控能力差,控糖难度远高于普通糖尿病人。



构筑体系:让每一名患者都不掉队

2024年9月,科室的DPCC(国家糖尿病标准化防控中心)糖尿病专病门诊通过验收。2025年11月,医院正式被授予“国家糖尿病标准化防控中心(中心单位)”。这意味着,科室的慢病管理能力得到了国家层面的认可。

从“一间门诊”到“一个体系”,张海涛最在意的是——让患者不掉队。

过去,糖尿病患者来看一次病,下次什么时候来全凭自觉。有的一年来一次,有的几年来一次,中间全靠患者自己管自己。张海涛见过太多这样的案例:有的几年不来,再来时已经出现了严重的并发症,甚至已经错过了最佳干预时机。

DPCC改变了这个逻辑。患者来了就建档,系统会主动提醒:3个月做什么检查,6个月做什么检查,一年做什么检查。更关键的是,这个系统和辖区社区卫生中心连通了——患者在大医院看完,医生点个“下转”,社区医生就能看到治疗方案;社区发现血糖控制不住的,点个“上转”,绿色通道直接上来。

“以前是患者自己决定来不来,现在我们尽量让每个患者都不掉队。”张海涛说。

可穿戴设备让这种守护变得更具体。动态血糖监测仪连上系统,数值超标自动报警

——患者自己知道,系统里也看得到,医护人员可以主动干预。尤其对独居的老人来说,这种“无声的陪伴”格外重要。“以前觉得不敢想,现在发现真能实现。”她说。

技术的背后,是张海涛对慢病管理理念的重新理解。过去是“以看病为中心”,现在是“以人为中心”——从被动等患者来,到主动帮患者管。“治病是解决当下的指标,管人是负责他未来的生活质量。”这种转变意味着医生的角色也在变——不再是单一的看病医生,而是健康管理师、营养顾问,甚至是心理支持者。

这种理念也体现在科室的亚专科建设上。糖尿病专病门诊、肥胖营养门诊、2型糖尿病逆转门诊——张海涛希望年轻医生各有主攻方向,但又能协同作战。每周一次联合病例讨论,疑难患者一起看;门诊之间建立转介机制,肥胖门诊发现血糖问题严重的,直接转糖尿病门诊。

“我们是一个足球队,有前锋有后卫,但必须统一战术。这个战术就是患者的利益最大化。”她说。正是在这样的理念下,科室全年管理糖尿病住院患者1000余人次、门诊患者5000余人次,患者满意度逐年提升。

长沙生殖医学医院·长沙宁儿妇产医院32年来,始终践行“不让患者花冤枉钱”承诺 助孕数万家庭,第10000个宝宝平安诞生

杨蔚然 凌佳懿

从求子艰辛到喜极而泣,从长沙到湘西,32年来,数万家庭的“好孕”故事,从这里开始——长沙生殖医学医院。

始建于1995年的长沙生殖医学医院,至今年8月建院32周年。她以“不让患者花冤枉钱”的朴素承诺,守护着每一个渴望新生命的家庭。今年7月,第10000名宝宝平安诞生。这是一份坚守,更是一份自豪。

数万家庭得子,第10000个宝宝平安诞生

长沙生殖医学医院是湖南省三级生殖与遗传专科医院、湖南省博士后科研流动站、生殖与转化医学湖南省工程研究中心,是全国开展试管婴儿技术医院中唯一一家拥有省级、市级院士专家工作站的医院。

建院以来,医院秉承“公益性、技术型、专而精”的办院宗旨,和“医疗规范化、服务人性化、品牌特色化、创新持续化”的办院理念,院士领衔、科技兴院,形成了中医药、康复理疗、西医手术、宫/腹腔镜微创手术、人工授精、试管婴儿技术的不孕症治疗体系,成为具有品牌优势、技术优势、人才优势、管理优势的现代化生殖医学医院。建院至今,已为数万个不孕症家庭送去了拥有孩子的欢乐。

2019年,医院创办长沙宁儿妇产医院,设立产科、妇科、新生儿科、产后康复科等核心学科。2023年,长沙生殖医学医院与长沙宁儿妇产医院合并运行,协同发力,形成了从科学孕育、安全分娩、舒适坐月子到形体康复、抗衰老的“一站式”生命健康幸福链,为患者提供贯穿生育全周期的一条龙诊疗环境。今年7月17日,医院迎来具有里程碑意义的时刻——第10000个宝宝平安诞生。

医院作为湖南师范大学教学医院、湖南女子学院实习就业基地,2025年5月与湖南省儿童医院建立定点指导及双向转诊机制,共建紧密型母婴健康服务医联体,全方位为母婴健康保驾护航。

惠民政策加码,公益足迹遍布三湘

“不让患者花冤枉钱”,是医院32年不变的承诺。自2017年以来,医院累计为患者减免治疗费用超过1000万元。2024年6月,医院加入湖南省“生育关怀·好孕相伴”公益项目,成为首批执行医疗机构之



长沙生殖医学医院·长沙宁儿妇产医院院长刘习明(左三)带领医疗团队,到病房宣讲科学孕育知识。 医院供图

一,捐赠、募集资金为经济困难的不孕症家庭,提供每人10000元的经济帮扶。2026年,医院与湘西土家族苗族自治州(以下简称湘西州)卫健委、妇联、计生协等,联合开展“爱心助孕·家教同行”活动,为当地经济困难、荣誉家庭提供助孕帮扶,失独家庭可享受免费助孕政策。今年6月,医院推出“免费生育力评估公益行动”,初次就诊的备孕家庭可免费进行生育力评估,进一步降低生育成本、减轻备孕家庭的经济负担。

今年7月1日起,全省范围内实现“住院分娩政策范围内费用个人‘零自付’”。作为省内定点分娩医疗机构,长沙生殖医学医院·长沙宁儿妇产医院全面对接该政策,凡参加湖南省职工医保或城乡居民医保的低风险及一般风险孕产妇,均可享受住院床位费、诊疗费、椎管内麻醉费、护理费以及基本药物等医保目录内费用的全额保障,让群众生育无忧。

医院积极承担社会责任,常年组织医疗队深入偏远地区免费送医送药。2022年至2023年,医院联合长沙市妇联,开展“助力三孩政策·为群众办实事”关爱孕妇产公益活动,为长沙3300多名怀孕6周以上的孕妇产免费进行产科三级胎儿超声检查,减免费用80余万元。

医院在湖南师范大学、南华大学、湖南中医药大学、吉首大学等多所高校设立奖学金,长期资助困难学生;积极参与“一家

一”助学就业·同心温暖工程,累计为湖南省内90所中小学捐助助学、爱心帮扶,捐款总额达2088余万元。医院荣获“全国文明单位”“全国巾帼文明岗”“全国百姓放心示范医院”等多项国家级荣誉。今年5月,全国劳动模范、全国道德模范、医院总院长刘习明,入选2025“感动湖南”年度十佳人物。

湘西首例试管婴儿诞生,辅助生殖技术全面落地

2020年8月,医院又创办了湘西宁儿妇产医院。今年4月24日,湘西州首例试管婴儿在湘西宁儿妇产医院平安出生。

从2018年到2026年,医院8年攻坚、四度迎检,24位国家级权威专家全票通过。

今年6月8日,湖南省卫生健康委发文批准医院试管婴儿技术正式运行,湘西宁儿妇产医院成为湘西州唯一具备人类辅助生殖技术资质的医疗机构。

截至今年8月15日,医院完成试管婴儿518例,妊娠率达63.8%,远超35%的国家标准。武陵山区群众不出大山、在家门口即可享受国家级人类辅助生殖技术服务,极大地缓解了山区群众“看病远、看病难”的问题。

站在万婴平安的新起点上,长沙生殖医学医院·长沙宁儿妇产医院将继续用仁心仁术,守护每一次“好孕”的期待,迎接每一个“新生”的到来。

“小胖墩”瘦身 萌娃成“急救达人”

长沙中小學生参加医院特别夏令营,体验不一样的暑期生活

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 徐媛 杨蔚然

“小胖墩健康成长训练营”里,孩子们跟随教练节拍跳着燃脂操,汗水顺着脸颊不断滑落,还体验饮食调理、运动指导、作息矫正、心理疏导等特色课程;在“本草有源·帛书有灵”中医药文化暑期活动中,孩子们变身“小小中医师”,探索中医药文化奥秘;在“中小學生急救知识普及夏令营公益课堂”上,孩子们跟随医护人员学习心肺复苏、创伤包扎、应急避险等实用自救互救技能……连日来,记者探访省会各大医院暑期专属儿童青少年公益训练营,见证长沙中小學生不一样的暑期生活。

“小胖墩”瘦身,爬楼燃脂操轮番上阵

近日,记者来到湖南省儿童医院第24期“少年享瘦夏令营”(原胖墩瘦身夏令营)的训练场。动感音乐一响起,少年们跟随教练节拍跳着燃脂操,汗水顺着脸颊不断滑落,不少人的衣服早已被浸透。

在训练营,每日清晨称重是营员的固定流程,体重变化被逐一记录。早餐后留出消食时间,随即开启上午的运动课程,有氧训练、无氧力量、团队拓展交替开展。

临近中餐,食堂内渐渐热闹起来。结束上午训练的孩子们有序入座,餐盘中荤素均衡,不见厚重的油脂。营地所有菜品由医院营养师结合青少年生长发育需求定制,严格执行减盐、减油、减糖标准。营地里形成了固定的就餐顺序:先喝汤,再吃青菜,最后取主食与肉类,整个场面井然有序。

即将升入初二的小晨(化名),是营里公认的“蜕变之星”。去年第一次参营时,他体重75.5公斤,因为胖,没少被同学起外号,性格变得自卑又敏感。刚入营那几天,他训练总提不起劲,经常懊恼不已。但适应之后,他慢慢跟上了节奏。训练营实行手机统一管理,作息雷打不动,清晨7时晨跑,白天爬楼、燃脂操轮番上阵。训练营结束时,他成功减掉8公斤,整个人轻快了不少,背也挺直了,性格变得更加开朗。今年,他主动要求再次参加训练营,希望进一步提升身体耐力,巩固减重成效。

在湖南省妇幼保健院“小胖墩健康



成长训练营”,营养师精心搭配低油、低盐餐食,确保孩子们营养均衡;教练根据每个孩子的体能状况安排有氧与力量训练;同时开设肥胖防治、合理膳食及“五健”知识课堂。14天时间内,19名青少年合计减重64公斤,人均减重3.4公斤,腰围平均缩小3厘米,跑步成绩平均提升30秒以上。

孩子们的改变悄然发生,第一天的训练场上,孩子们畏惧运动、挑食懒散,叫苦不迭;到了第7天,自律坚持、结伴锻炼;第14天,同样的面孔已经能标准完成整套燃脂操,汗水在阳光下闪闪发光。

萌娃变身“小小中医师”,探索中医药文化奥秘

“以前觉得中医很神秘,我自己动手做了香囊,才发现它就在我们身边!”近日,在长沙市芙蓉区科学技术协会主办、湖南省人民医院马王堆中医药科普教育基地承办的2026芙蓉区“场馆探知”之“本草有源·帛书有灵”中医药文化暑期活动中,60余名中小學生化身“小小中医师”,开展一场穿越两千多年的中医药文化探索之旅,沉浸式解锁汉代养生、识药辨药、古法导引的奥秘。

“原来我们厨房里常见的生姜、大枣,在汉代就已经被当作药材了!”在“扁鹊训练营”的药食同源课堂上,这样的惊叹声此起彼伏。趣味问答环节更是将课堂氛围推向高潮,针对问题的小学员不仅赢得掌声,还额外获得了纪念印章。

课堂理论学习告一段落,全体学员迎来了最令他们期待的实践环节——跟练马王堆导引术精选四式。在导师的带领下,孩子们缓缓舒展手臂、转动腰身,

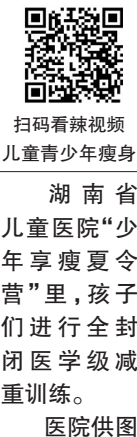
一次行吗?”“换了药会不会失控?”“改变一个用药习惯,比教会一个新技能难得多。张海涛和团队常常要花大量时间进行解释、科普,甚至做心理疏导。前3个月,团队的主要工作是做沟通。她觉得,新治疗方案的难点从来不在技术本身,而是如何让患者从心里接受它。

25年过去,她对“好医生”的理解也变了。年轻时觉得诊断准、用药精就是好医生,现在她更看重“温度”和“耐心”——能帮一位10年老糖友放下对胰岛素的恐惧,比多读几篇文献更有成就感。

给102岁的黄奶奶控糖,团队“放慢语速、耐心陪伴、动作轻柔”。超高龄患者的用药像走钢丝,最大难点不是降不下来,而是降得太低——一次低血糖昏迷,可能就回不来了。张海涛的原则是:安全第一,疗效第二。空腹血糖8到10都可以接受,用药从“半量”甚至“四分之一量”开始。伤口愈合慢,那就一个月不行等两个月;两个月不行等三个月;团队和家属一起,一步步陪着老人走过来。这不是单纯开药,是医护、患者和家属联动的系统工程。

对年轻医生,张海涛有一句“话”:“用你的知识去治愈,用你的共情去抚慰。但永远别忘了,你面对的从来都不是一个‘病例’,而是一个人,一个家庭的希望。”

这句话也是她说给自己的。行医越久,她越觉得,医生能做的有时不是治愈,而是陪伴——陪着患者走过漫长的病程,陪着家属熬过焦虑的夜晚,陪着一个个家庭守住那点希望。医师节的意义,或许正在于此:致敬每一位在诊室、病房、手术台前默默坚守的医者,致敬那些用专业与温度陪患者走过至暗时刻的医者。



扫码看辣视频 儿童青少年瘦身

湖南省儿童医院“少年享瘦夏令营”里,孩子们进行全封闭医学级减重训练。 医院供图

“救”出发,近百名中小學生成“急救达人”

暑假期间,在长沙市中心医院(南华大学附属长沙中心医院),近百名7至14岁的中小學生,参加“动一夏·救”出发”暑期中小學生急救知识学习夏令营。在专业医护团队带领下,孩子们系统学习了急救自救技能。

作为夏令营的常规内容,意外伤害急救课程聚焦暑期高发风险。在溺水急救中,孩子们在急诊医学科主治医师谭正显的指导下,演示无呼吸心跳者按“开放气道—人工呼吸—胸外按压”流程操作,按压深度不少于5厘米、频率100次/分至120次/分。在异物梗阻方面,孩子们掌握了海姆立克法最新指南,针对1岁以上儿童及成人,推荐“背部拍击5次”与“腹部冲击5次”交替循环方式。在动物咬伤方面,孩子们认真学习“清水冲洗、开放伤口、及时就医接种疫苗”三步法,为暑期健康安全筑牢防线。

在运动损伤急救自救课上,针对崴脚、关节扭伤等常见损伤,孩子们通过运动医学科副主任医师徐谔的讲解,掌握了“POLICE”处理原则:保护、适当负荷、冰敷、加压包扎、抬高患肢。结合真实病例和现场模拟,孩子们直观掌握急性创伤后的科学处置步骤。

