

HPV感染、宫颈癌前期病变几成常见病，洁身自好、调整心态、健康的生活方式、定期筛查是预防的关键——

专家呼吁：HPV感染无需过度焦虑

□ 本报实习生 王冠婷
本报记者 王凯

4月28日，国家药品监督管理局有条件地批准用于预防宫颈癌的九价HPV疫苗上市，引起广大女性的广泛关注。由HPV感染引发的过度焦虑，给各级医院妇产科医生的工作带来不少困扰。“应该怎样理性看待HPV感染？”成了亟待回答的现实问题。山东省千佛山医院妇产科主任荣风年呼吁，防止HPV病毒感染，洁身自好是关键。因HPV感染导致的宫颈癌是目前唯一一种可以通过接种疫苗加以预防的癌症，完全可防、可治，无需过度焦虑。

HPV感染及宫颈癌前期病变比例大幅增加

目前，HPV感染已经非常普遍。仅门诊机会性筛查，发现HPV感染和宫颈癌前期病变的比例大幅增加，而且人群不再仅仅局限于理论上的性生活活跃期，年龄段区分也不明显，从20岁左右到绝经后的妇女，在各年龄段都有，甚至很多已经过了更年期的女性，如50岁左右这一年龄段，反而成了第二次HPV感染的高峰人群，而且相当比例是被男性伴侣传染。

“很多患者来了，还没说病情，就泪流满面、泣不成声！”荣风年告诉记者，等患者情绪稳定下来诉说，各种情况都会出现，尤其一些年轻的母亲，不仅担心自身病情，更害怕会将HPV病毒传染给丈夫、孩子，不敢有性生活、不敢碰触孩子、不敢跟孩子一个床睡觉，更不敢让丈夫知道，而是频繁地到医院检查，每天都用药，反而导致阴道菌群生态破坏。

而且，由于关系到个人隐私，难以启齿，很多患者产生严重的自卑心理，有很重的耻辱感，甚至抑郁、无法正常生活，亟须心理、精神医生的介入和帮助。

心理、社会多重压力 引发患者焦虑

引发这种焦虑的原因是多方面的。荣风年分析认为，由于目前HPV感染无法有效

治愈，而持续型、高危型HPV感染会引发宫颈癌病变，尽管宫颈癌可以通过治疗消灭的癌症，HPV感染者还是担心会发展成癌症。

很多人通过网络、微信等了解了一些HPV的相关知识，却并不全面，反而加剧了无谓的担忧。有些患者一听HPV感染，就跟宫颈癌画等号，而且越是高级知识分子越焦虑，越是对HPV感染相关知识了解多的，焦虑程度越重；而一些知识层次较低、对HPV感染及其危害了解较少的人群，反而焦虑程度低得多。

更多的焦虑来自于社会压力。HPV感染者中，有相当一部分女性确实只有唯一性伴侣，甚至有的人只有过一次性生活就被感染。她们不知道自己为什么会感染HPV，更觉得这是一件说不清楚、没法交代和难以接受的事情。其实工作、生活压力大，经常

性的熬夜、作息不规律、抵抗力差、免疫力低下，都构成了病毒入侵的基础，也增加了治疗的负担。

宫颈癌可防可治，洁身自好是关键

宫颈癌是目前唯一可通过接种疫苗加以预防的癌症。有性生活的女性，一生中感染过一种HPV的概率高达40%-80%，超过80%的HPV感染会在8个月内自然清除，大部分人终生都不会引发宫颈癌，只有少数高危型HPV持续感染两年以上才有可能致癌，而这一周期平均长达10年。即使出现癌前期病变也不必过度担心，宫颈癌可以在癌前期及时阻断，完全可以治愈。

目前，国内已经上市的HPV疫苗包括二价、四价和九价3种价型，鼓励符合条件

的人群，根据自身的经济状况自行选择接种。约束或改变现代人的不良生活方式是有效预防HPV病毒传播的关键。荣风年呼吁，首先是洁身自好，两性关系的双方都应坚持自爱，对双方负责。性开放是导致HPV病毒传播的主要原因，男女双方任何一方有多个性伴侣，都会导致HPV感染的增加。

其次，客观面对，理性看待，以科学的态度从心理上接受HPV感染，积极、开放、包容的心态更有利于疾病的康复。坚持健康的生活方式，少熬夜、多运动，提高自身的抵抗力和免疫力显得尤其重要。

第三，每一个女性都有必要定期进行宫颈癌筛查。目前，宫颈癌早期筛查已经十分成熟，在癌前病变阶段进行规范治疗和阻断，可以极大降低发展成为宫颈癌的概率。即使已经接种HPV疫苗，仍然需要定期进行宫颈癌筛查。



□ 张勇 王凯
葛均辉 报道

近日，济宁医学院附属医院举办庆祝5·12国际护士节“舌尖上的济医附院”护理人员厨艺大赛。

护士们脱下护士服、隔离衣，戴上厨师帽，换上厨师衣，瞬间变身成为掌勺“大厨”，纷纷拿出看家本领，倾力烹任出一道道色香味俱全的拿手招牌菜。虽然角色变了，可做事严谨、认真的神情、专注的态度却没变，每一步操作都格外精心。

山东省-南澳州医学论坛在济举办

□ 许锐 王凯 报道

本报济南讯 5月9日，山东省-南澳州医学论坛在济南举行，国内院士、南澳州学者和省内医疗机构专家共同分享对医疗前沿的深邃思考和实践经验，开启了双方医学科教领域优势互补、合作共赢的崭新篇章。我省与南澳州结为友好省州30余年来，双方在经贸、文化、教育、医疗卫生、节能环保等多个领域的交流合作不断密切，成效显著。本次论坛是今年友好省州活动的重要组成部分，也是双方在医学科研、临床实践、人才交流等领域合作意向的实质性延伸。

据山东省医学科学院党委书记韩金祥介绍，山东省医学科学院2017年与南澳大利亚第一个独立的健康与医疗研究所——南澳州健康与医疗研究所达成多项合作意向，本次论坛的举办加快了双方合作意向的落地，为正在筹建的医科大学搭建引智育才国际化平台。

滨医烟台附院入选

国家首批老年医学培训基地

□ 范文文 王凯 葛均辉 报道

本报烟台讯 近日，第四届中国老年医学与科技创新大会上，滨州医学院烟台附属医院入选国家首批老年医学培训基地，为胶东半岛地区唯一、省内仅2家之一。

滨医烟台附院持续推进老年医学、老年照护、健康事业管理等专业的人才培养，同时拓宽培训方式，积极利用“互联网+”模式，围绕养老和老年健康行业的热点问题，面向全国、全省开展线上线下相结合的定期培训班、继续教育等项目，为养老、老年健康事业、医养结合产业提供强大智力支持和人才支撑，进一步扩大在胶东半岛乃至全国养老与老年健康人才培养方面的影响力。

我省完成首例PRL晶体植入 超高度近视矫正手术

□ 马昕 王凯 报道

本报济南讯 近日，山东中医药大学附属眼科医院成功完成我省首例PRL晶体植入超高度近视矫正手术。

据山东中医药大学附属眼科医院院长毕宏生介绍，患者陈晓（化名）超高度近视，度数近2000度，辗转多家医院一直没能找到摘掉眼镜的方法，后慕名来到山东中医药大学附属眼科医院。医院在经过近20项的眼部检查和多次沟通交流后，最终确定手术方案，采用最新引进的新型人工晶体——PRL（有晶体眼后房屈光晶体，也称为悬浮镜），为患者实施超高度近视矫正手术，终于使其摆脱了困扰多年的厚镜片，视力优于术前最佳矫正视力。

□ 责任编辑 李文

专科护士，用匠心铸就优质护理品牌

□ 李振 高然 高倩 李长安

究竟怎样的护理才能称得上优质护理？是发药打针时的随叫随到，是铺叠床单被褥时的一丝不苟，还是每时每刻都挂在脸上的微笑服务？

山东省立医院护理团队用14年时间做了解答。从2004年开始，他们倾力打造专科护士队伍，让护理人员不再仅是提供基础护理的“小护士”，而是能够熟练运用专业知识技能为患者解除痛苦、抚慰心灵、助力快速康复的“大专家”，他们用专业精深的服务和追求卓越的匠心铸就优质护理品牌。

从感谢到敬佩

专业让护士实现核心价值

在山东省立医院造口伤口护理专科门诊放着一座水晶奖杯。在护士心目中，奖杯上镌刻的“我最敬佩的护士团队”几个大字，分量格外重。

送奖杯的是直肠癌造口患者郭军（化名）。手术出院后，郭军造口处周围皮肤因排泄物刺激引发皮炎，伤口疼得睡不着觉，并随时随地向外渗漏排泄物。遭受着躯体疼痛和周围人异样的眼光，郭军一度丧失生活的信心。来到山东省立医院造口伤口护理专科门诊，造口专科护士手把手教他如何控制炎症，如何自我护理，郭军的病情很快得到控制。重新恢复健康和自信的郭军定制了一座奖杯，亲手送给了给他带来“新生”的专科护士。

与护士站锦旗上最常看到的“感谢”“感激”等字样不同，这次护士们收到的是一个通常只属于专家、教授的赞美之词——敬佩。显然，这一次，是护士们一手过硬的绝活，而不再只是“热情服务，细心护理”，赢得了患者的肯定和尊重。



△山东省立医院呼吸治疗专科护士正在为患者进行呼吸治疗

一字一词，细微之处见巨变。

曾几何时，护士几乎是打针、发药的代名词，“医生的嘴，护士的腿”更是一语道破了医疗体系内医护地位的悬殊。甚至在一些护士心目中，也把自己定位为医疗过程中的医嘱执行者，渐渐放弃了对职业价值的追求。

改变发物于对护理、对医疗乃至整个社会的深切探索。

“随着医学技术的进步和健康理念的转变，护理模式也在发生着变化，对护士的角色定位也不同往昔。”山东省立医院护理部主任杨丽娟介绍。尤其是在国家大力建设健康中国，倡导医疗卫生体系以治疗为主向预防为主转变的大背景下，护士不仅是基础护理服务的提供者，更是患者病情的观察者、临床决策的参与者、治疗康复的实施者以及健康生活方式的宣教者，他们应当以更专业的角色更深刻地介入全生命周期的医疗链条。

这恰恰是新时代赋予护士的核心价值。

提升护士的核心价值，让护士真正成为名副其实的专业技术人员。从2004年起，山东省立医院以危重症专业护士为先导率先开展了专科护士培养。近年来，专科护士队伍不断壮大，糖尿病、急诊急救、手术室、血液净化、消毒供应、产科、呼吸理疗、疼痛、营养支持等专科护士陆续加入。如今，越来越多经过专业训练的护理人员开始“持证上岗”，为患者提供高质量、专业化的护理服务。截至目前，山东省立医院已培养国家级及省级危重症、手术室、急诊、糖尿病、PICC、造口伤口失禁等专科护士160余名，院级危重症、糖尿病、PICC、造口伤口失禁专科护士500余名。他们组建了糖尿病、PICC等多个专科护理团队，8个专业成为省级专科护士临床教学实践基地，每年为全省培养各类专科护士100余名，成为我省优质专科护理人才的重要输出地。

匠心铸造护理专家

专科护士，即在特定护理领域具有较高水平和专长的专家型临床护士。称其“专家型”，在于他们个个都拥有一手绝活——新生儿科有很多胎龄不足30周，体重不足1.5公斤的新生儿，他们无法正常进食，需要通过静脉输注补充营养和用药治疗维持生命，几乎时刻处于生死边缘。通过PICC心电定位技术，该院静脉治疗专科护士将一根又细又柔软的管道穿刺进宝宝几乎透明的皮肤，沿着细如发丝的静脉缓缓深入，为他们打通安全生命线。

ICU专科护士将快速康复理念应用到危重



△省立医院昂扬向上的专科护理团队

症患者中，通过医护合作，实施俯卧位通气、重症患者早期活动等举措，有效降低了并发症及死亡率。

呼吸治疗专科护士开展ECMO患者管理、机械通气患者标准化转运、胸部物理治疗等技术服务，显著提高了重症监护团队的治疗效率……

专家型护士活跃在山东省立医院各个岗位，为患者提供高品质服务，更通过专业学术组的建设，在全院推动优质护理服务同质化进程。山东省立医院两个院区各开设18个专科护理学术组，每个学术组10人。学术组实行竞争上岗，动态管理，荟萃的可谓是全院护士的专业精英。他们除了承担临床日常工作，还负责对其各自领域内全院的护理工作进行检查。

“以往护理督导时提出的大都是一般性、安全性的工作要求，往往流于表面，但学术组成员都是各领域内的专家，能够纵向对各专科护理提出针对性、技术性指导，并对发现的问题汇总整理，提出解决方案，能真正起到提高临床护理水平的作用。”杨丽娟表示。

专业上慎独严谨，锐意创新，追求精湛和卓越，专家级的技术水平源自山东省立医院护理团队对匠心的执着。他们通过定期评选护理技术能手、优秀护理观察典型案例、护理个案、优质护理创新等常态活动，在护理团队树立“人人精于专业、人人关注质量、人人重视安全”的文化特色。在科室内，鼓励护士听医

生讲课，提升专业水平；对专业学术组成员外派学习，让他们迅速成长为业内“大拿”。怀揣一颗匠心，该院专科护士团队培养出许多在业内响当当的专家。4名国际造口治疗师、1名国际伤口治疗师，造口伤口专科护理门诊年门诊量达万余人次，与医生一样出诊。

优质护理更要让护士满意

“等退休时，你还能去干什么？”这是山东省立医院呼吸科护士长伊洪莉抛给每一个新入科护士的问题。这个问题往往能够触动这群年轻护士那根最敏感的神经——通常护士被认为吃的是“青春饭”，缺乏职业发展空间，长远的职业规划是他们最为关心的职业诉求之一。

传统意义上，护士的上升通道明确却单一：从护士到护士长再到护理部主任，护士职业的纵深发展似乎只有管理一条路。而专科护士的设立开辟了一条与传统行政管理晋升完全不同的专业路径，让许多精于临床技能的护士看到了“越老越吃香”的希望。

“呼吸科老年人多，如果你们充分利用呼吸科的资源提升对老年患者的护理水平，等你们退休后，你们就可能出任养老机构的CEO！”伊洪莉规划的蓝图让年轻护士们吃下了定心丸。

为每个护士制定符合个人兴趣特点的发展路径是山东省立医院对2700多名护士的庄严承诺。新护士入职后，都会有高年资护士与其沟通交流，制定职业发展规划。目前，山东省立医院为护士的上升发展开辟了4条通路，除了护理管理、专科护士，还有护理教学和护理科研。

“目前，省立医院护士80%以上都是本科，其中包括137名研究生学历的护士。她们接受过系统的科研训练，在学术上具有先天的优势。”杨丽娟介绍说。山东省立医院将护理科研培训纳入护士公共培训课程，协调多个职能部门集中优质资源，加强对护士文献检索、科研设计、论文撰写、专利申报、课题申请，以及常用质量管理工具使用、评判性思维等能力的培养，使其具备较强的临床问题发现、综合分析处理能力，为临床一线护理人员开展护理科研创新奠定坚实的基础。“鼓励护士开展科研，培养科研骨干，并不是让这些从临床中脱离出来，而是要培养一批懂科研的临床护士，让他们带动全院护士用科研手段来改进临床工作。”如今，这批高学历护士已经成为该院护理团队科研创新的顶梁柱，开展了一批源于临床实践又具备学术价值的科研项目，并将科研成果应用于临床，切实为患者康复起到积极的促进作用。

优质服务不仅要提高病人满意度，还要提高护士的满意度。而提高护士的满意度不仅是给护士多发钱，而是要在岗位设置、晋级途径、激励机制、搭建平台、氛围营造、心理关爱等方面搭建有利于护士成长的环境。

他们将每年4月份定为“护理创新月”，在护理创新成果交流分享会上对一年内上报的创新项目进行评价和分享，获奖护士还能在护士节当天受到表彰奖励。对临床实用价值较高的创新成果，他们在相关临床科室乃至全院推广使用，推动护理创新成果的临床转化，给予护士充分的职业认可。

他们给怀孕的护士发放“关爱孕妈妈”徽章，并每周设置半天“本院产检门诊”，为特殊时期的护士提供最大限度的照顾；构建“在一起·心灵驿站”，为护士提供心理咨询服务，舒缓压力；设立护士安心睡眠日活动，随时随地地为护士营造关爱温暖的氛围……

涓涓细流聚，滔滔大江涌。唯有凝聚起全体医护人员奋发向上的力量，方能迎来更灿烂的明天。拥有121年历史的山东省立医院正着力营造有利于医护人员工作、生活、成长的温暖环境，树立尊医重护的良好风气，让医护人员发自内心地热爱自己的职业，为更多患者提供真正高质量的服务。