



# 四川省公共卫生医师规范化培训

Briefing on standardized training of public health physicians in Sichuan Province

# 工作简讯

( 2022 级 )

第 3 期

四川省疾病预防控制中心

2023 年 05 月

# 目 录

<b>第一部分 培训动态</b> .....	<b>- 1 -</b>
四川省公共卫生医师规范化培训项目第四期学员阶段学习座谈会顺利举行 .....	- 1 -
<b>第二部分 综合性医院临床实践</b> .....	<b>- 2 -</b>
日夜无休的战场——记急诊科学习体会 .....	- 2 -
精湛技艺与人文关怀——综合性医院规培的临床实践学习体会 .....	- 2 -
多看多想多做多学——肾脏内科、肿瘤科学习体会 .....	- 4 -
一种挑战，一次机遇——临床规培学习心得 .....	- 5 -
砥砺前行，不负使命——妇产科学学习小结 .....	- 6 -
儿童保健小讲堂——体格生长 .....	- 7 -
肿瘤科小讲课——“肿瘤恶病质” .....	- 8 -
拓展临床思维，助力公卫规培医师成长 .....	- 9 -
敬畏生命——肿瘤科学习体会 .....	- 10 -
路漫漫其修远兮，吾将上下而求索 .....	- 11 -

## 第一部分 培训动态

### 四川省公共卫生医师规范化培训项目第四期学员 阶段学习座谈会顺利举行

眉山市疾病预防控制中心 曾意茹

2023 年 4 月 3 日，四川省疾控机构公共卫生医师规范化培训项目第四期学员座谈会在四川省疾控中心行政楼 222 会议室顺利举行。座谈会由中心科培处处长刘玲玲主持，副处长李爽、项目办老师及 10 位公卫规培学员参加。

首先，第四期规培班班长曾意茹代表所有学员对成都市公共卫生临床医疗中心四个月的学习和工作情况进行了总结汇报。规培学员 4 个月时间里轮转了结核科、感染科、肝病科和医院感染管理科共四个科室。在临床培训过程中，不仅系统地学习了结核病、艾滋病和肝病等传染性疾病的系统性诊断及治疗知识，掌握了基本的临床操作技能，还完整地学习了传染性疾病的发现、报告、审核、

治疗全过程，更好地理解“医防融合”的重要性，“防”在前，“医”在后，为今后在疾控中心的业务工作奠定了良好基础。经过 4 个月的传染病临床培训，学员们表示将来还将加强理论学习，及时温故知新，总结反思，争取在综合性医院学习过程中取得更优的成绩。

最后，刘玲玲处长对座谈会进行总结，对学员们培训的收获和成长感到十分欣慰，并就学员们下一步学习提出建议。她表示会针对学员们提出的建议对公卫规培工作进行进一步完善，也希望学员们能珍惜学习机会，多学多看多问，利用好这两年的学习时间，将自己打造成优秀的公卫人才。



## 第二部分 综合性医院临床实践

### 日夜不休的战场——记急诊科学习体会

眉山市疾病预防控制中心 曾意茹

为更好地培养复合型公共卫生人才，四川省公共卫生医师规范化培训第四期学员于 2023 年 4 月 10 日在四川省疾控中心科培处周琦老师和王滢老师的带领下，前往成都市第三人民医院开展为期 5 个月的综合性医疗机构临床学习。学员们将在急诊科、心内科、呼吸内科等 10 个科室学习。

初到成都市第三人民医院，我第一个轮转的科室便是急诊科，一听到“急诊科”三个字，就给人一种“人仰马翻”、“闹哄哄”的感觉。果然，初到急诊科报道，便立即把我分配到了抢救室。上班时间就像一个旋转的陀螺一样停不下来，来急诊科的病人多是危重症或需要紧急处理的，我每天跟着带教老师胡成成询问病史、做心电图、开检查、紧急对症处理患者、抽血做检验分析、嘱咐病人家属去排队缴费、联系相关疾病的科室医生会诊、给病人联系床位及时转入相关科

室治疗、若没有床位便积极帮病人与相关科室联系、安抚病人及家属情绪……急诊科就像是一个没有硝烟的战场，日夜不休，科室里面的老师更是需要高效、高速、高质量地对症处理每一个患者，这对医生的专业水平及体力都是一个极大的考验。除了临床工作，急诊科还给转科的学员安排了丰富多彩的教学活动，每天的教学查房、每两周的理论讲解+技能培训等，为转科的学员提供了大量的学习机会，在短时间内快速学习到丰富的临床急诊救治知识。

虽然在急诊科只有短短两周时间，但却给我留下了深刻的印象，成都市第三人民医院急诊科这个日夜不休的战场，为大量患者争取到了“生”的希望。作为公卫规培学员，我们应该抓住临床学习这短暂宝贵的机会，努力成为“懂公卫、知临床、能应急”的专业公共卫生人才。



## 精湛技艺与人文关怀——综合性医院规培的临床实践学习体会

四川省疾病预防控制中心 姜雨忻

在本次公卫医师规范化培训的综合医院——成都市第三人民医院的临床实践规培期间，已轮转内分泌科、神经内科、精神科及肾内科，学习过程很充实很有价值。既学习了病史采集、病情告知等沟通技巧的内容，同时通过症状体征、临床检验和辅助检查结果解读等实际操作，让我们对相关疾病的诊断、治疗和预后都有了全面生动的了解。通过深入的理论与实践相结合的学习方式，进一步对相关临床科室的疾病有了更深的认识，也学习到了在纷繁复杂的临床工作中如何成为合格的医师。

各科室老师在教学风格上各具特性，凭扎实的理论 and 风趣的讲授，不断给我们“充电”，用知识更新意识。在内分泌和肾内科轮转时，学习到了主管医师如何根据患者的具体情况制定个性化的治疗方案，在治疗过程中密切关注病情变化及时调整治疗方案，同时注意

药物的副作用和不良反应；在神经内科和精神科时，学习到了如何与患者建立良好的沟通和信任关系，更好地了解他们的需求和意愿；疾病对患者的身体和心理都会造成很大的影响，我们需要给予患者足够的关心和支持，帮助他们渡过难关、守护生命。医学的对象是人，医学是最具人文精神的学科，医师是最富有人情味和最与人亲近的职业，在这个过程中我们不仅学到了专业知识和技能，还培养了良好的职业素养和人文关怀。

临床规培是一段充实而有意义的经历，轮转给予我们全面认识临床医学的机会，让我们受益颇多，学到了很多知识和技能，也积累了一些经验，同时还学习和更新最新的诊疗方案，为提升公卫医师的整体实力发挥了积极作用，相信在未来的工作中，我们会为疾病防治工作做出更多贡献。



## 多看多想多做多学——肾脏内科、肿瘤科学习体会

达州市疾病预防控制中心 洪玥

2023 年 4 月 10 日，在四川省疾病预防控制中心科培处周琦和王滢老师的带领下，2022 级公卫规培学员前往成都市第三人民医院，开始为期 5 个月的临床实践。10 名学员被安排到不同的科室进行轮转，而我第一站则是肾脏内科。

在肾脏内科我所在的医疗小组是由副主任医师、主治医师、住院医师、规培医师组成的队伍。虽然我们来自不同的专业、有着不同的职称，但是我们所面对的都是同样的病患。这样团结协作的模式，使得我对科室的了解不断加深。在本组组长韩天璽老师和带教老师吴丹老师的悉心指导下，我对于本科室的常见疾病的发病机制、临床特点、诊断与鉴别诊断、治疗，从了解到熟悉，从

熟悉到掌握，并基本能够完成上级医师布置的各项工作，使我受益颇多。

第二站是肿瘤科，骆竹媚老师每日查房，仔细询问病情，耐心查体，并及时调整治疗方案，同时关心、照顾患者及家属情绪。我也深刻体会到，医学永远无法包治百病，但医学是帮助人们在有限的时间里活出品质，活出尊严的科学。正是见多了悲欢离合，更知生命及健康的可贵。

很幸运来到成都市第三人民医院的规培基地，能够走向公卫医师临床技能快速提升的道路，踏上开阔视野、精湛业务水平的列车，在接下来的轮转科室中，我将继续严格要求自己，多看、多想、多做、多学，在医学道路上更进一步。



## 一种挑战，一次机遇——临床规培学习心得

广元市疾病预防控制中心科培处 姜铭尧

2023 年 4 月，我们来到了成都市第三人民医院进行临床实践学习。在一个多月的学习中，我先后轮转了呼吸内科、消化内科、心内科以及内分泌科。在各科室主任和带教老师的耐心指导及科室同事的热心帮助下，我学习到许多临床知识，锻炼了实际操作能力，可谓受益匪浅。

在消化内科实习期间，带教老师在查房时结合实际病例为我详细讲解了疾病诊断治疗的基本知识以及病史的采集、体格检查、病历书写、常用临床检验和辅助检查结果的判读。在消化内科的病人大多以腹痛腹泻，呕血黑便，反酸暖气而入院，以肝硬化、消化性溃疡、胰腺炎、溃疡性结肠炎急慢性胃炎、消化道肿瘤为主，而消化道出血是消化内科的急症，所以经常需要取血，也让我熟悉了输血科严谨规范的取血流程，感受到了医生对病人认真负责的态度。

在心内科，因为有了跟随主任老师在门诊学习的机会，让我近距离了解了心内科常见病（高血压、心律失常、心力衰竭、心肌梗死等）的临床表现、基本处理方法及治疗，短暂的接触让我感触颇深。在住院部，带教

老师在查房期间也会给我讲解很多心血管疾病的知识，同时教授了我血压袖带测定方法、注意事项以及常规心电图导联位置和操作技能，提升了我的实际动手能力。每周一次的课堂小讲座，也让我收获颇多。



经过这段时间的学习后，我对医院老师每日的辛勤工作有了直观的认识，他们高超的医术以及时刻为病人着想的职业道德让我十分敬佩。在临床实习是一种挑战，同时也是一次机遇，我会在接下来的学习过程中努力提升自我，充实知识储备，不辜负这次宝贵的学习机会。

## 砥砺前行，不负使命——妇产科学学习小结

内江市疾病预防控制中心 赵宏辉

妇产科是我在成都市第三人民医院经历的第一个科室，在这个科室虽然不像我之后待的急诊科那样接诊的病人大多需要紧急处理，也不像呼吸科那样有较多的病人，但给我带来更多感悟。

为了提高妇产科的整体医疗水平，科室会经常举行教学讲座，由不同的老师讲解自己擅长的部分，有空的医生护士都可以来参加，我主要参加了“电子心电监护”，“成都市孕产期系统保健工作规范”，“产后出血”等内容的讲座，但给我印象最深的还是观摩手术的经历。不论是妇科还是产科，都会有许多手术，我也有幸能有观摩手术的机会。在上手术前，老师为我详细讲解并指导我为了实现手术的无菌操作，如何进行手卫生和手术服的穿脱流程以及手术台上的注意事项，随后让我在一旁观摩。手术是十分消

耗体力的，不管剖宫产还是切除子宫肌瘤等手术加上术前术后的准备往往都要 2 个小时，但术后看到等候室的家属听到手术顺利时的喜悦与感激又觉得十分感动。不由想到以前在进行流调时遇到一位爷爷，由于当时经验不足，会对一些问题进行反复的核实询问，但他总是能很有耐心地回答我的问题，言辞中充满对我们的感激与支持。

作为一个公卫人员，尽管我们的工作并不是临床医生那样直接治病救人，但我们同样是为了人们健康而工作，让人们拥有一个健康的生活环境，健康的生活方式，健康的身心而努力工作，砥砺前行，才能对得起这份职业赋予我们的使命。



## 儿童保健小讲堂——体格生长

阿坝州疾病预防控制中心 王雨

2023 年 4 月 10 日至 4 月 28 日，在儿科轮转规培期间，分别在 NICU（新生儿重症监护室）和儿童保健门诊进行学习。在 NICU 学习时，主要熟悉了解了新生儿的常见病、多发病的临床表现、诊断原则与治疗原则，同时还学习了新生儿窒息、新生儿缺血缺氧性脑病、新生儿颅内出血、新生儿败血症的抢救流程。在儿童保健学习期间，带教老师朱华老师对儿童的体格生长评价做了一次小讲课，具体讲述了儿童体格生长评价的内容，儿童生长发育的规律、临床意义及影响因素，同时还学习儿童生长发育的评估方法和各项指标（正常值范围和意义），具体演示了各项指标的测量方法。

在儿童保健门诊轮转期间，发现现在儿童保健问题逐渐受到了家长的重视，儿童主要就诊问题普遍集中在体格发育和性早熟。儿童矮小症、性早熟、肥胖、多动症等成为影响儿童健康的主流问题。随着生活质量水平的不断提高，儿童亚健康问题愈发突出，家长们对孩子的亚健康问题也更加重视，这对儿童保健医生的要求就越来越高，要求儿童保健医生的能力要不断提升。同时这也要求我们公卫医师，要加强对儿童健康知识的宣讲，提醒家长对儿童易出现的健康问题进行正确预防；对已经出现的健康问题及时进行干预，避免带来不良后果。



## 肿瘤科小讲课——“肿瘤恶病质”

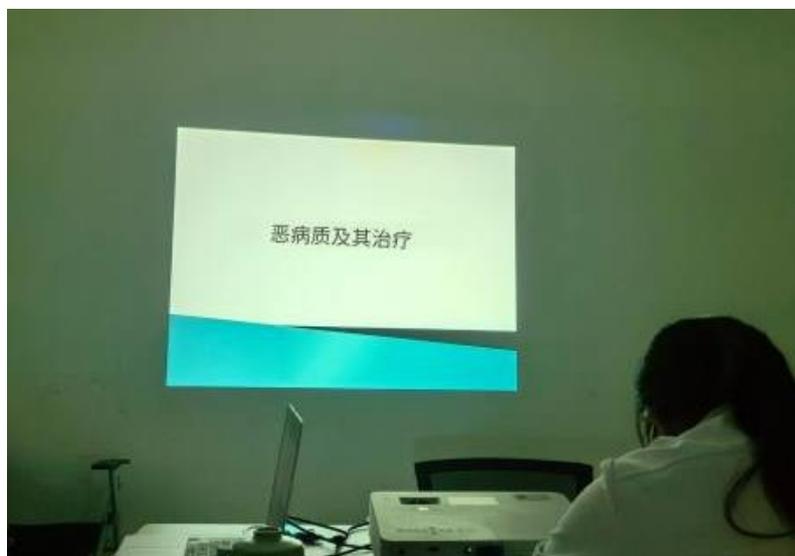
雅安市汉源县疾病预防控制中心 文斯月

2023 年 4 月 14 日，成都市第三人民医院肿瘤科组织本科室临床规培生、公卫规培生和实习医生在肿瘤科学习示教室开展小讲课。本次讲课由成都市第三人民医院肿瘤科张西主任医师进行授课，内容为肿瘤恶病质及其治疗方法。

恶病质是机体自身组织被消耗的一种复杂代谢临床综合征，以食欲减退、体重下降、全身衰竭及代谢异常为特征，可发生于多种疾病，其中以肿瘤恶病质最多见，40%~80%的晚期肿瘤患者会出现恶病质。张西主任医师强调：肿瘤恶病质一旦发生很难逆转，可

直接导致患者的生命质量下降，影响肿瘤的治疗。还详细讲解了肿瘤恶病质的病因、临床表现、病理生理学及药物治疗；其中张西主任医师重点指出，肿瘤恶病质的治疗应根据恶病质分期不同采取适当的方案，并结合多模式管理：以治疗原发病为主，同时需进行药物治疗、营养支持治疗以及康复锻炼。

通过学习我还了解了恶病质患者可能存在恐惧、焦虑等不良情绪，家属及医生应多沟通，密切观察其心理变化，帮助其调节不良情绪，增强患者治疗信心。同时，通过积极的医疗干预，改善患者的生存质量。



## 拓展临床思维，助力公卫规培医师成长

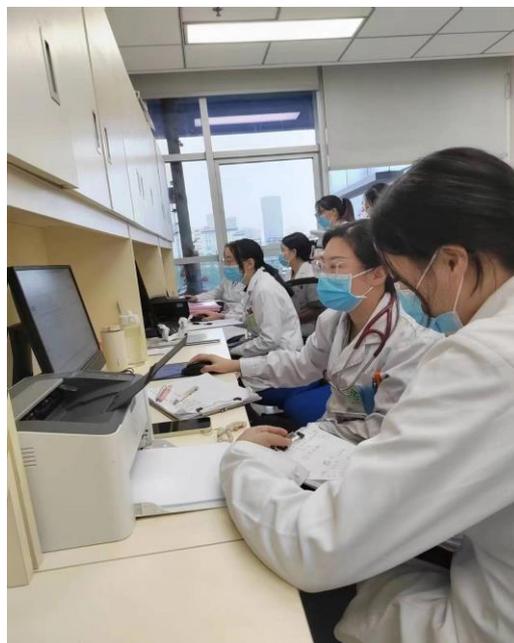
绵阳市江油市疾病预防控制中心 李巧敏

时光匆匆，在公卫中心的规培结束后，带着紧张又期待的心情，我们公卫规培 4 期学员来到了成都市第三人民医院实习，而身份也在这一刻被转换，从一名传染病医院的规培生转变成为综合医院的规培生，接触的对象也在这一刻发生了一些转变，但是不变的还是那一颗治病救人的初心。

刚开始到这个医院的时候，我们 10 人被带领着参观了医院，而后 10 人分别进入不同科室进行学习，有心脑血管科、内分泌科、神经内科、肾内科、肿瘤科、妇产科、儿科、

消化内科、呼吸科、急诊科等科室。在这些科室中我们有的同学被安排在住院部学习，有的同学被安排跟着带教老师门诊学习，在住院部主要负责换药、测心电图、写病历等事情，在门诊的时候主要学习老师的诊疗思维。

虽然才在这里规培了一个多月，但在这一段时间我们有许多心得。规培期间的所有工作其实都是对我在学校所学的理论知识做加固，并且提升我的实践能力，为我们以后在疾控工作打下了良好基础。



## 敬畏生命——肿瘤科学习体会

绵阳市游仙区疾病预防控制中心 郭波

2023 年 5 月 15 日-26 日，我在成都市第三人民医院肿瘤一科完成了为期两周的培训。时光飞逝，在郑于珠副主任医师的医疗组学习期间，让我对肿瘤科的医疗工作有了更深入的认识和体会。

肿瘤科是一个沉重的科室，这个科室的所有人都致力于减轻患者痛苦、提高患者的生存质量。查房，是我接触肿瘤科患者最主要的方式，郑于珠老师总会耐心的倾听解答每一位患者和家属的诉求和疑问，也会根据每个患者的病情与治疗方案对我们进行专业耐心细致的讲解，她对患者关怀的态度与过硬的专业知识都是我们学习的榜样。

在肿瘤科学习期间，我了解到了一些常见肿瘤的治疗手段。除了化疗、放疗、手术治疗、免疫治疗，热疗技术是我以前不曾接触过的一种治疗手段。热疗是利用加热技术，

使病灶升温到有效的治疗温度并维持一段时间，可以对肿瘤细胞起到一定的抑制及凋亡作用，但不会对正常组织造成损伤，通常会联合其他治疗方式以达到更好的效果。

同时我发现，放疗病人的副反应，比如脱发、呕吐、腹痛、食欲下降等症状非常明显，有的患者甚至自暴自弃，放弃治疗。在抗肿瘤的路上对患者来说，身心都面临着极大的考验。

在肿瘤科的时间虽短，但是我看到了医生对患者的关心和爱护，看到了患者和家属对生命的坚持，他们用自己的行动诠释着对生命的坚持与敬畏。非常荣幸到肿瘤科学习，我将继续提升自己，不忘初心。



## 路漫漫其修远兮，吾将上下而求索

乐山市犍为县疾病预防控制中心 李佰权

白驹过隙，时光荏苒，一转眼来到临床规培学习已经半年，从一开始的成都市公共卫生中心，到现在的成都市第三人民医院，在各科室主任和带教老师的指导下，不仅让我受益颇多，也让我感受到自身的不足与渺小，正如屈原那句“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。

为了巩固自己的医学基础知识，开阔视野，提高工作能力，使自己成为一个更加成熟的公卫医生，在努力增加医学技术水平的同时，不断加强理论学习，积极参加医院和各科室组织的交流会议、讲座，学习新的知识，从一点一滴开始提升自己，加强自身职

业道德和责任意识，强化医患沟通和动手操作能力，关心和爱护患者，切实贯彻“以病人为中心，以提高医疗服务质量为主题”的思想，尽己所能帮助患者。在内分泌科跟随带教老师上门诊，了解如何更好地对待病人，如何避免不必要的医患矛盾。见识了一些罕见病的诊治，也认识到自己知识的匮乏，由衷感谢各科室每一位带教老师。

见证了死亡，也懂得了生命的可贵，经过了时间的洗礼，总归给我留下了些许痕迹，从最基础的疾病健康知识，到临床的实际操作，再到对自身的认知，这些对我将来必将影响深刻。

