



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 4 期

四川省疾病预防控制中心

2023 年 08 月

目 录

综合性医院临床实践	- 1 -
做好“三早”预防，托举生命之舟——记肿瘤科学习体会	- 1 -
精湛技艺与人文关怀——综合性医院临床规培实践学习体会	- 2 -
道阻且长，行则将至；行而不辍，未来可期	- 2 -
成都市第三人民医院临床实践感悟	- 4 -
见微知著，学无止境	- 5 -
心血管内科教学查房——“二尖瓣关闭不全”	- 6 -
学有所获，学有所长——临床实践学习心得	- 7 -
精技艺，重实践，我们一路前行	- 8 -
儿童保健科学习体会	- 9 -
宁抢半分，不误一秒——急诊科学习体会	- 10 -

综合性医院临床实践

做好“三早”预防，托举生命之舟

——记肿瘤科学习体会

眉山市疾病预防控制中心 曾意茹

为了成为具有“临床思维”的公共卫生医师，我们第四期公共卫生医师规范化培训学员已经在成都市第三人民医院学习 4 月有余，在这 4 个多月时间里，我已经先后轮转了急诊科、呼吸科、消化科、心内科、内分泌科、肾内科和肿瘤科等科室，将书本联系现实，用临床经验丰富疾控工作。其中，在肿瘤科 2 周的学习生活给我留下了深刻的印象。

在医院，“肿瘤科”是一个特别的科室，这个科室绝不以“治愈”患者来衡量一个医生的医术，更像是一个“保养站”，那些被宣判了“死刑”的病人，同科室的医护们一起，顽强与病魔斗争，向生命呐喊。初到肿瘤科，我被分配到李浩主治医师医疗组，第一次查房，便明白这是一个“成就感不高”的科室，病人们大都被疾病折磨得不成成人形，或消瘦，或苍白，或痛苦面貌，或麻木不堪。大多数病人都是医生们的“老熟人”，

已出入多次，“有时治愈，常常帮助，总是安慰”，每一位医护人员都在努力减少患者的痛苦，提高患者的生存质量。在这里，我跟着老师为每一位病人制定放化疗方案，尽可能安抚病人及家属的情绪。除了日常的教学之外，肿瘤科每周五都会安排一次集中学习，让科室的规培和实习同学了解肿瘤科相关的发病与诊治。

在临床的每一个科室，我都会反复思考其与疾控工作的关联性，肿瘤科是让我最有体会的一个科室，现在大多数肿瘤疾病更像是一个“慢性病”，提倡“三早”预防，而我们疾控中心更要早于“早发现”之前，以我们历年监测的数据为基础，向公众科普健康的生活方式，让更多的群众了解肿瘤成因，消除危险致病因素。只有疾控工作和临床工作紧密联合，缺一不可，才能达到最好的治疗效果。



精湛技艺与人文关怀——综合性医院临床规培实践学习体会

四川省疾病预防控制中心 姜雨忻

如果说医院是生死较量的战场，那么急诊科就是这个战场最激烈的前沿阵地，医务人员作为冲锋陷阵的勇士，步履永远匆忙，但无论多么劳累，他们始终凭借高尚的医德、精湛的医术和对生命的敬畏，不分昼夜、争分夺秒地战斗着。

急诊的工作是非常忙碌紧急的，让我认识到生命的脆弱，也对医生们展现的“仁医”精神深感敬畏。在急诊科病人流动性很大，多数情况下，病因不明，需要医生细心观察鉴别。每天晨交班主任都会强调急诊工作的重要性，需要医护严密配合、迅速处理，同时要做到忙而不乱。跟随带教张维老师在诊断室跟诊期间，最大的收获是让我学习了如何快速评估及处理常见急症。在老师耐心专业的指导下，从病史询问到查体检查、再到诊断和鉴别诊断，对病情轻重和后续诊疗都有了基本判断；夜班时遇到外伤病人，老师不仅细致的讲解消毒范围方式、麻醉方式、

用药、缝合方式、包扎手法以及医务人员的自我职业防护，也会在征得患者同意后让我实践操作；尤其在与公卫相关食源性中毒病例中，张维老师抽丝剥茧的分析，最后明确诊断的过程，让我获益匪浅；同时老师也教会了我很多基本的抢救技能，如心肺复苏、气管插管、心电监护、心电图、电动吸痰等。

急诊科的轮转充满激情与挑战，短短两周我见识到了很多，也学到了很多，通过这段时间，使我对临床工作有了进一步的认识，更让我明白了时刻备战的状态是需要平时刻苦的学习积累，才能在紧急情况下既能发挥临时应变能力，又能专业谨慎的处理公共卫生突发事件。只有不断的提升自己，才能具备一名优秀公卫人的高水平素养。



道阻且长，行则将至；行而不辍，未来可期

达州市疾病预防控制中心 洪玥

时间总是在不经意间匆匆溜走，短暂而宝贵的临床规培学习即将结束，回想起这段临床科室轮转的日子，收获颇丰，这将成为我步入疾控事业的重要力量。

在儿童保健科，主要工作是儿童体格检查及生长发育评估，面对是一张张稚嫩的小脸，呵护的是一个脆弱生命，这使得我们不仅要学会专业的知识，还要懂得有效沟通的重要性。对待儿童温和亲切，对待家长耐心宽容，才能更好地服务病患和家属。在急诊科门诊与急救中心时，体会到的是急、危、重，来到急诊的病患病情程度不一，随机性大、可控性小，因此我们必须争分夺秒、迅速处理，争取抢救时间，不错过病情变化的每一个关键时点，只为了拯救每一个病人、守护每一个家庭、挽救每一个生命。在平时交班时，项涛主任就会要求大家分工明确，各司其职，能够做到忙中有序、乱中有稳，表现出我们三医院急诊科的精湛专业技术和

良好专业素养。在妇产科主要学习该科室常见病的特点、诊断及治疗，如早产、胎膜早破、妊娠期高血压、妊娠期糖尿病等，并参与协助胎心监测、会阴擦洗、孕妇助产、分娩手术等实践。在呼吸内科系统学习呼吸系统感染性疾病、气管支气管疾病、支气管和肺部肿瘤等的诊治，并熟悉胸腔穿刺、动脉抽血等常规操作。在消化内科主要学习胃、肝胆、胰腺、结肠、小肠等相关疾病的诊治，以及相关疾病的内镜表现。在心内科则学习高血压、冠心病等慢性病诊治的基本知识，熟练操作心电图机并正确判断正常与异常的心电图。

这些科室的学习都是对自身理论知识的巩固和提高，也是对自身实践技能的培养和锻炼，感谢每个科室提供的机会和平台，感恩每位老师给予的指导和教诲。车到站了，路行还长，让我们一起坚持不懈，奔赴美好的未来，期待彼此更好的相遇。



成都市第三人民医院临床实践感悟

广元市疾病预防控制中心科培处 姜铭尧

时光易逝，寸暑难留，立秋的到来意味着收获的喜悦，而我们在即将结束的成都市第三人民医院的临床实践学习中，也能体会到这满载而归的充实感。在十个不同科室的轮转学习过程中，我们不仅熟悉掌握了各种常见病症的临床表现、治疗手段，也从医术精湛的带教老师们身上学习到了如何耐心细致的对待病人，处理他们的各种诉求。在以人为本的医院实习当中，我们既锻炼了实践动手能力，学习到了新的临床知识，又强化了待人接物的社交处事能力，这种切实的成长相信定能灵活运用在在今后的工作生活之中。

在内科住院部工作，必不可少的便是每日的查房了，这也是能直面病人，直接观察病情的最佳方式。在每日查房里，带教老师会在询问病人之余，对我们细心讲解该病人的临床症状，鉴别诊断和处理原则，让我们直观形象的掌握熟悉各种病症的区别。有时在遇到表征典型的患者，在取得病人同意后，带教老师还会组织教学查房，更为细致的为我们讲解临床知识。而也正是通过这种直接全面的学习方式，我们也能更好的掌握

这些临床诊断知识，真正做到书本与实践相结合。

而除了在住院部学习，门诊实习也是一大重要部分。在心内科、内分泌科与儿科，我都先后经历了门诊学习。相较于住院部可以充分与病人接触，详细了解病人的家族史、生活史、现病史等等，在门诊遇到的病人种类繁多，同时人数也较多，往往要在几分钟之内就要对一个病人的病情有一定的熟识，做出判断，因此更加需要熟练的掌握并运用各种知识。在我遇到难以处理的问题时，带教老师都会细心得对我提出指导，纠正我的不足。也是在这种学习环境下，我从生疏变得熟练起来，也能更得心应手得处理各种问题。实践学习过程中，理论知识的补充也必不可少。

在临床实习中，每周都会有老师组织进行理论学习，在实际操作的指导之外，更加丰富了理论知识，真正做到了知行合一。在这次实践学习中，不仅是实务工作上的学习，人际关系的拓展、职场文化的百态、还有一些活动的加入都让我获益良多，这样充实的生活，我想会是我人生中一段难忘的时间。



见微知著，学无止境

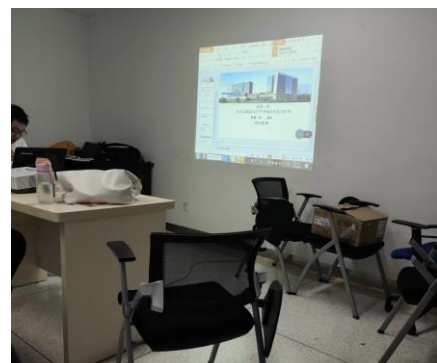
内江市疾病预防控制中心 赵宏辉

光阴似箭，日月如梭，在成都市第三人民医院的规培学习已接近尾声，在这段时间的学习中，不仅仅让我在实践中温习了临床的知识，也让我对临床对医院对我们公卫人的工作有了更加深入的了解。尽管在这儿的时间并不长，但管中窥豹，见微知著，也能从细微的点滴中也能获取收获。

譬如在内分泌科时，我大多时间是跟随老师上门诊，来门诊的除了第一次来看病的，很大部分都是来复诊拿药的，因为内分泌科最常见的糖尿病与甲状腺相关疾病都是慢性病，要长期服药，尽管有国家政策的支持，但对于普通家庭而言也是一笔难以忽视的支出，还有在肿瘤科的病人，大多都不是第一次住院，多者甚至有数十次的住院记录，这对患者来说不仅仅是经济负担，疾病治疗的过程也会带来很大的痛苦，从这里就更能看出预防为主，防治结合的策略措施对保护人群健康，减轻疾病危害的重要性，不仅仅是治疗，未患病时的预防措施也是极为关键的。

在诊断糖尿病时，最主要的两个检查诊断就是糖化血红蛋白和口服葡萄糖耐量试验，但在实际检查时，如果受检者的血糖值超过正常范围太多，在进行口服葡萄糖耐量试验时并不是让受检者直接服用葡萄糖，而是大抵以餐后 2 小时血糖来作为依据，从这些细节能够看到理论知识用于实践并不是生硬死板地照搬照套，而是会适应具体情况，根据不同情况采取相应的措施，同时也能看出医生的细心与医者的责任。

此外，从科室内常有的类似学术交流的小讲课，或是对疑难病例的讨论也能看到其学术氛围的浓厚，每个人的偏好与擅长都是不一样的，通过这种交流能一定程度上避免“信息茧房”，有利于共同进步，时代发展也需要我们不仅仅是在规培期间，也是整个职业生涯。通过不断学习提升自己的能力以适应当代医疗卫生系统对职业人群的需求。



心血管内科教学查房——“二尖瓣关闭不全”

阿坝州疾病预防控制中心 王雨

2023 年 6 月 30 日，由心血管内科组织教学查房活动，本次教学活动的内容为：二尖瓣关闭不全的临床表现、体格检查、诊断、鉴别诊断与治疗。主讲人为心血管内科副主任医师江希老师，参加人员为心血管内科所有临床规培医师、公卫规培医师及实习医师。

首先在取得患者及患者家属同意后，由江希老师带领所有同学进行床旁教学，先由一名临床规培医师汇报患者病史情况，然后由同学们补充询问患者及家属病史。病史清晰后，江希老师指导同学们对患者进行体格检查及专科查体，对心脏进行了视诊、叩诊、听诊，测量了患者心界及测量患者的血压、心率等指标。患者心尖位置偏移，心尖搏动明显向左下方移位且心尖搏动明显增强，听诊二尖瓣区域，听及吹风样杂音。床旁查房结束后，江希老师让同学们通过询问到的患

者信息总结出患者完整的病史情况并分组发言，随后引导同学们积极思考，剖析病人病史特点，并结合现有的相关辅助检查，考虑患者的诊断。接着江希老师通过同学们的发言，指出同学们的正确思路并纠正错误的判断。

结合此具体的临床病例，江希老师为我们讲解了二尖瓣关闭不全的病因、临床表现（症状、体征）、相关辅助检查结果的判读、鉴别诊断及治疗原则。通过此次教学查房，让我们对二尖瓣关闭不全有了更具体的认识，更加形象的了解该疾病的临床表现及对人体健康带来的危害，同时也锻炼了同学们对病人病史的询问分析能力，让同学们更加善于总结完善病史，积极思考疾病的诊断，能准确判断病人的病情，为患者选择个体化治疗方案等。



学有所获，学有所长——临床实践学习心得

雅安市汉源县疾病预防控制中心 文斯月

时间匆匆流逝，不知不觉中在成都市第三人民医院的临床学习就快结束了。到成都市三医院规培的这四个月时间里，在各科主任和带教老师的悉心指导和帮助下，我掌握了各科常见病多发病的诊断、治疗原则和相关理论知识，对临床工作有了更深的理解。

急诊科抢救室是医院里病人多、病情重、出入更替速度快的科室，也是最能让体会到“时间就是生命”的科室。轮转急诊科期间，正好碰上了“新冠二阳”，抢救室所有病床都住满了患者，又因为住院部的也处于床位饱和状态，很多病重患者只能在抢救室等待床位，这就需要急诊医生时刻关注其生命体征和监测病情变化。我在急诊科学会了心电图机的操作，床旁心机标志物、动脉学气分析等快速监测仪器的使用，我需要跟带教老师紧密配合，快速完成对急诊患者的诊疗。虽然只在抢救室学习了两个星期，但急诊科是我收获最多、成长最快的科室。

在内分泌科，我跟随带教老师在门诊学习糖尿病、甲状腺功能亢进、甲状腺功能减退、高脂血症、高尿酸血症等常见内分泌疾病的诊疗。以糖尿病为例，老师会根据患者生化检验、检查的结果，并详细询问患者平时的饮食、运动习惯，再结合患者平时在家中监测的血糖水平进行治疗方案的调整，并嘱患者按时、定时复查。门诊期间给我的感受，一是对于慢性病的治疗，生活方式的改善是重中之重；二是有部分患者在偶然的检查中发现血糖升高，但并未引起重视，等到出现明显症状时才来医院就诊，较严重者往往需要住院进行胰岛素治疗。所以，对群众开展健康教育和早期对糖尿病进行干预都是疾病预防的重要手段。

在今后的学习和工作中，希望能将我在临床实践中学到的东西合理的与实际相结合，进一步提高综合素质水平。



精技艺，重实践，我们一路前行

绵阳市江油市疾病预防控制中心 李巧敏

时光飞逝，转眼间我们医院规培也接近了尾声，规培生活有条不紊的进行着，这几个月又轮转了几个科室，每个科室都让我们收获颇丰，最让我印象深刻的还是急诊科，当时是带着彷徨与紧张的心情，开始了急诊科临床实习。到急诊科实习结束时我才知道光阴在悄无声息之中流逝了，静下心来发现学到了很多，我们从一开始的茫然无措到后来面对病人的镇定自若，我也体会到了要做好一名医生谈何容易。

在急诊科和其他科室是不同的，即使我们在医院已经规培快 7 个月了，但是在急诊各方面都还不是很熟悉，总是有一种茫然的感觉，对于自己在这样的新环境中能够做的事没有一种成型的概念。庆幸的是，我们每一个人的带教老师为人非常的和蔼亲切，对带教工作十分认真负责又充满热情，在入科时对我们进行了深入细致的入科培训，为

我详细讲解了急诊中常见疾病的一些生命体征与临床表现，也教我如何去做体格检查如何去询问病史以及开何种检查等。有了带教老师的丰富经验，让我较快地适应了科室的工作。因而能够尽快地适应急诊科的环境，让我很好的融入进去。急诊病人发病急，变化快，因此，我们都必须分秒必争，迅速处理，争取抢救时间。

同时在妇产科及儿科也有不同程度的收获，在儿科主要是在老师门诊协助简单问诊，开单，对儿童生长发育与卫生保健有了一定了解。在妇产科主要是在住院部学习，对妇科常看疾病有了一定了解。

在这极其短暂的几个月的时间里，最大的体会就是医院的工作特点：“急”、“忙”、“杂”。病人来诊时间、人数及危重程度难以预料，随机性大，可控性小，我们要做的就是做好自己的角色，解决病人的问题。



儿童保健科学习体会

绵阳市游仙区疾病预防控制中心 郭波

2023 年 4 月 6 日，我来到了儿童保健科学习。一进入科室，映入眼帘的是让人感觉温暖的蓝色地面，深受小朋友喜爱的儿童娱乐区，等候区墙壁上贴着各个年龄段儿童膳食指南宣传画，还有亲切耐心的医生与护士姐姐们……儿童保健科的服务人群是 0 岁-17 岁的婴儿、儿童及青少年，主要开展儿童保健与生长发育评估两项工作。

0 岁-3 岁儿童保健包括体格测量，体格检查，神经心理发育等，每次儿保都要详细了解儿童的饮食、睡眠、疾病等情况，以便进行营养评估和指导。儿保项目多样、服务人员专业、设备设施齐全等因素吸引了成都市及周边市县的家长来长期儿保健卡。儿童 4 岁以后，主要以生长发育评估为主，儿童矮小身材、性早熟、神经行为发育异常为主。随着国家儿童健康教育工作大力开展与人民

生活水平提高，家长对孩子的生长发育情况的重视程度大大提高。带教老师朱华主任医师对儿童生长发育方面的诊治有丰富的临床经验，她对工作严谨的态度和专业的技术能力赢得了家长们的高度信任，“我们坐几个小时的车，想请朱老师给孩子检查一下”经常有家长这样说到。

在候诊区，电视里播放着儿童保健科普视频，工作人员现场给排队等待的家长发放儿童保健宣传册，并对儿童各个年龄段的饮食、生长发育异常识别等知识进行现场讲解科普。

儿童健康成长是我们共同的希望和目标，是全社会共同的责任。感谢这次学习机会，我将继续严格要求自己，提高业务水平。



宁抢半分，不误一秒——急诊科学习体会

乐山市犍为县疾病预防控制中心 李佰权

记得刚到急诊科的第一天，我的带教老师就对我说了这样一句话：“哪怕只有百分之一的希望，我们也要付出百分之百的努力”，急诊科作为医院最重要的科室之一，每天不仅在于病魔斗争，也在于自己斗争，在绝望中找寻奇迹，在黑暗中找寻光芒。

在急诊科学习期间，专业知识得到了很大的提高，让我深刻的认识到“时间就是生命”。这里就像个万花筒，各色的病人，各样的疾病，刚到这里的时候，感觉自己跟不上节奏，找不到切入点，随着时间的流淌，老师的悉心教导，几项常见的操作也慢慢熟悉，。能在工作中发挥些作用，工作也慢慢地顺利。急诊科的工作是悠关病人生命的第一线，尤其是在抢救室的工作，当病人被从

120 的车上送到这里时，提高十二分精神，高度的投入对病人的抢救之中，急诊科的工作是千钧一发的事情，速度的敏捷意味着病人的生命!这里的每个人都保持着紧张的态度。所有的病人在急诊科都能得到最快，最好的救治。急诊科也是医院的窗口科室，无论多忙，都需要用端正的态度对待每一位病人，才能避免与患者或患者家属发生冲突。

在抢救室的时候，跟着带教老师学会了对病人的抢救、分诊、气血分析，也使我掌握了最基本的抢救措施。除颤仪、呼吸机的使用，胸外按压等。临危不乱、井然有序、宁抢半分、不误一秒，学习永远在路上。

