



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

(2023级)

第3期

四川省疾病预防控制中心

2024年5月

目 录

第一部分 阶段总结	- 1 -
四川省公共卫生医师规范化培训项目第五期学员公卫临床中心阶段学习座谈会顺利召开	1 -
第二部分 医学实践与临床成长	- 2 -
医学探索，公卫使命	- 2 -
临床学习成长之旅继续启航	- 3 -
查房践真知，学海无涯勤为径	- 4 -
且行且思，且悟且进	- 6 -
幽门螺旋杆菌耐药问题下的公卫临床协作策略	- 7 -
临床思维培训：提升医学人员水平，提高医疗质量	- 8 -
一叶知秋而非一叶障目	- 9 -
第三部分 健康管理与人文关怀	- 11 -
灰色的世界，健康的心理	- 11 -
慢病防治，三级预防	- 12 -

第一部分 阶段总结

四川省公共卫生医师规范化培训项目第五期学员公卫临床中心阶段学习座谈会顺利召开

四川省疾病预防控制中心 文悦

为了对四川省公共卫生医师规范化培训项目第五期规培学员公卫临床中心规培进行阶段性总结，同时为下一阶段临床规培调动工作激情，加强与第五期规培学员的密切沟通，2024 年 3 月 13 日在省疾控中心行政楼 314 会议室召开了阶段性学习座谈会。本次会议第五期十名规培学员参与，中心科培处处长刘玲玲主持会议，项目办相关老师参加此次座谈。



座谈会上，规培班班长文悦先汇总性的从学习心得、规培期间所遇到的问题以及对规培项目的建议进行分享汇报。随后交流环节，其他学员积极踊跃发言，大家根据自己在基地参加规培的体验、基地的各项培训条件以及培训期间所发现的临床问题等方面表

达了自己的看法和感受。

刘玲玲处长在座谈会中提出两点要求：一是公卫医师规培期间要发挥积极主动性、贯彻“医防融合”的观念，不仅要向临床医生虚心学习，更要将公共卫生的知识传递给临床。二是见贤思齐，努力提升专业技能和医德涵养，为日后更好进行公卫工作夯实基



础。

此次座谈会为培训基地与规培学员间搭建了良好的沟通桥梁，倾听规培医师的心声，解决规培医师的困难和问题，让规培医师感受到培训基地的关心和爱护，进一步调动了规培医师努力学习临床知识、掌握诊疗技能的积极性。

第二部分 医学实践与临床成长

医学探索，公卫使命

遂宁市疾病预防控制中心 王涛

医学是一条充满挑战与使命的道路，在心内科、内分泌科、神经内科和精神内科的学习中，我领悟到医学的广阔与深邃，内心更加坚定了在医学事业上奋斗的决心。

首先，在心内科的学习中，我深刻认识到预防胜于治疗的理念。心脏是生命的核心，心血管疾病对人类健康的威胁不容忽视。因此，我们必须通过健康教育，倡导健康生活方式，以预防为主，保障人民的心脏健康。

其次，内分泌科的学习让我更深刻地认识到内分泌系统对身体健康的关键作用。内分泌失调可能引发一系列疾病，影响个体的整体健康。因此，我们需要加强对内分泌疾病的监测和干预，为人们提供全面的健康保障。

在神经内科的学习中，我体会到医者的

使命与担当。神经系统是人体的控制中心，神经疾病给患者带来的痛苦不容忽视。因此，我们需要关注患者的身心健康，提供个性化的治疗方案，帮助他们重拾生活的信心与勇气。

最后，在精神内科的学习中，我意识到心理健康对于整体幸福生活至关重要。精神疾病不仅影响患者本人，也波及其家庭和社会。因此，我们需要加强对精神健康问题的关注和干预，为建设一个健康、和谐的社会环境贡献力量。

通过这段学习，我深感医学之路任重而道远，但也深信只要坚守初心，不忘使命，努力学习与实践，定能为公共卫生事业添砖加瓦，为人类健康福祉贡献自己的一份力量。愿我们共同努力，开创医学事业的新辉煌。



临床学习成长之旅继续启航

资阳市疾病预防控制中心 熊东

怀揣着对公共卫生以及医学事业的热爱和追求，我们又迎来了成都市第三人民医院的规培之旅。在规培期间，我们将接受丰富的临床学习培训，熟悉各科室各种疾病的诊疗和基本操作。我们参与到各个科室的日常工作中，与经验丰富的医生们共同学习、成长。为了确保培训效果，学习按照相应培训计划和考核标准进行。同时，医院各科室为我们安排了专门的带教老师，负责指导我们的学习和工作。根据安排目前我已轮转了妇产科、急诊科、呼吸内科和消化内科。



在妇产科，深入了解了女性健康的各个方面，从产前检查到分娩过程，再到产后的护理，他们都在经验丰富的医师指导下，认真观摩学习老师们的实践操作。在急诊科，学会了帮助各位老师熟练的做一些基础工作如心电图等，同时观摩了抢救和一些急救技术操作，见证了抢救室老师们如何在紧急情况下迅速判断病情，并采取有效的急救措施，

通过学习对急诊工作以及应急处理有了更深的体会。呼吸内科的医生们则专注于呼吸系统疾病如慢性阻塞性肺疾病、肺炎、肺结核、肺癌等疾病的诊断和治疗，带领我们观摩熟悉了如何根据患者的症状和体征，制定个性化的治疗方案，鼓励我们加强了对心电图、抽动脉血测血气等呼吸内科常见的操作训练，通过实践不断加深对呼吸系统疾病的理解。消化内科则更侧重于深入了解消化系统疾病如消化道出血、胃肠炎、腹痛、胃肠息肉等病因、病理和治疗方法，观摩了如胃镜、肠镜等常用操作技术。

自从踏入医院规培的大门，每一天都充满了挑战与收获。在书本上学习的知识，只有在实际操作中才能真正领会其精髓。在规培期间，观摩接触到的各种各样的病例，从简单的感冒到复杂的手术，每一次经历都让我对医学有了更深的感悟。医务人员不仅要治疗疾病，更要关心患者的心理健康，给予他们温暖和关怀。在老师的悉心指导下，不断提高自己的实践能力，学会了如何面对压力、如何调整心态、如何与同事和患者建立良好的关系。我将继续学习和实践，不断提高自己的专业素养和临床技能，在规培的基础上不断拓展自己的视野和知识面，为医学事业的发展贡献自己的力量。

查房践真知，学海无涯勤为径

五通桥区疾病预防控制中心 谢东阳

在经历了四个月的传染病医院深入学习后，我踏上了成都市第三人民医院这片医学的沃土，开始了为期五个月的规范化培训之旅。在这段充实而紧张的时光里，我有幸进入心内科进行实践学习。特别值得一提的是，在心内科的轮转期间，我有幸参与了一场精心组织的教学查房活动。这次活动不仅让我深入了解了临床实践的各个环节，更加深了我对医学知识的理解和热爱。我深刻体会到，医学之路永无止境，只有不断学习和探索，才能成为一名优秀的医务工作者。

在成都市三医院心内科期间，我参加了一场关于病态窦房结综合征（SSS）的教学查房活动。此次教学查房旨在加深学生对 SSS



病因、病症、临床表现、检查方法以及治疗策略的理解，提升临床实践能力。在查房前，带教老师已经对 SSS 的相关知识进行了充分

准备，包括查阅最新文献资料、整理临床案例以及准备相关的教学工具，如幻灯片、患者病历、心电图等。同时，老师还通知了学生此次查房的目的和要求，确保学生有充分的准备。首先，带教老师向学生介绍了一位典型 SSS 患者的病历。通过讲述患者的病史、主要症状和体征，引导学生思考 SSS 的可能病因和发病机制。老师强调，SSS 的常见病因包括心肌病、冠心病、心肌炎等，同时也不乏特发性硬化-退行性变、结缔组织病、代谢性疾病等不常见病因。接着，老师详细讲解了 SSS 的临床表现。SSS 的临床表现轻重不一，可呈间歇发作性。主要症状包括发作性晕厥、心搏量减少等。由于心率过缓或停搏导致心输出量下降，患者可能会出现乏力、头昏、眼花、失眠等症状。此外，SSS 患者还可能合并短阵室上性快速心律失常发作，即所谓的“慢-快综合征”。老师通过生动的案例和详细的讲解，让学生深刻理解了 SSS 的临床表现及其对患者生活质量的影响。在介绍了临床表现后，老师进一步介绍了 SSS 的检查方法。首先，心电图是诊断 SSS 的重要工具之一。通过心电图可以观察到严重的窦性心动过缓、窦性停搏和窦房阻滞等特征性表现。其次，动态心电图（Holter 监测）可以记录

患者 24 小时内心电活动的变化，有助于发现隐匿性心律失常。此外，阿托品试验和异丙肾上腺素试验也是评估窦房结功能的重要方法。老师还介绍了超声心动图、食管心电图以及针极心内膜心肌活检等辅助检查手段，并强调了它们在 SSS 诊断中的重要作用。在介绍了检查方法后，老师与学生一起探讨了 SSS 的治疗策略。首先，对于病因明确的患者，如急性心肌梗死累及窦房结动脉等，应积极纠正病因以恢复窦房结功能。其次，药物治疗是 SSS 的重要治疗手段之一。常用药物包括抗凝药物（如华法林）、正性肌力药物（如地高辛）以及蛋白酶激活剂（如丁二酰环磷腺苷钙）等。对于症状严重或药物治疗无效的患者，应考虑安装永久性心脏起搏器以维

持正常心率。老师还强调了手术治疗的适应症和手术过程中的注意事项。最后，老师对本次教学查房进行了总结，并与学生进行了深入的讨论。通过讨论，学生们不仅加深了对 SSS 的认识和理解，还提高了临床实践能力。同时，老师也对学生的表现给予了肯定和鼓励，并指出了存在的不足和改进的方向。

教学查房是医学教育中不可或缺的一部分，教学查房相比普通讲课具有更强的实践性、互动性、直观性、综合性和团队协作性。经过此次教学查房，我深刻认识到作为医学生，必须保持持续学习的心态，不断汲取知识，积极投身临床实践，以不断提升自己的专业素养，为医学事业的进步和发展贡献自己的力量。

且行且思，且悟且进

攀枝花市疾病预防控制中心 屈芳

阳春三月，风和日暖，我们“规培一家亲”10人队来到了成都市第三人民医院，继续我们的临床学习之旅。其中，肾内科的学习之旅最让我印象深刻。

肾脏不仅是一个排泄器官，还承担着调节体内电解质平衡、酸碱平衡、血压以及产生多种生物活性物质等重要功能。因此，肾脏疾病往往伴随着多种并发症和临床表现，需要综合考虑患者的整体情况来制定治疗方案。这种复杂性要求医生具备扎实的医学基础和丰富的临床经验，这也让我更加珍惜每一次学习的机会。通过查阅文献、参加学术讲座，查房以及与带教老师的交流，我对肾脏疾病的预防、诊断和治疗有了更加全面和

深入的认识。

肾脏疾病是一类常见的慢性疾病，对患者的身体健康和生活质量造成严重影响。作为公卫医师，我意识到在预防和控制肾脏疾病方面，我们需要更加注重健康教育、早期筛查和干预措施的实施。同时，我也了解到肾内科在临床工作中的挑战和难点，需要不断学习新的知识和技术，以提高临床诊断和治疗水平。

学习是最美的姿态，规培是最大的遇见，成长是最美的风景。肾内科的学习经历让我收获颇丰，提高了我的专业素养和临床技能。我将继续努力，为成为一名优秀的公卫医师而不懈奋斗。



幽门螺旋杆菌耐药问题下的公卫临床协作策略

巴州区疾病预防控制中心 邹瑶

我最近参加了由消化内科举办的幽门螺旋杆菌耐药进修生小讲课，对这一话题有了更深入的了解。在此，我愿分享我对幽门螺旋杆菌耐药问题的见解，并探讨公卫与临床的紧密结合对于应对这一挑战的重要性。

幽门螺旋杆菌感染已被确认与胃溃疡、胃癌等消化系统疾病密切相关。然而，近年来，耐药性的幽门螺旋杆菌株的出现使得治疗变得更加复杂，给公共卫生和临床实践带来了重大挑战。



在公共卫生层面，我们需要加强对幽门螺旋杆菌感染的监测与管理。这包括建立有效的监测体系，追踪耐药性菌株的传播和变化趋势。通过教育和宣传，提高人们对幽门螺旋杆菌感染的认识，推动公众加强个人卫生习惯，减少感染的风险。同时，加强与临床机构的合作，建立信息共享和应对机制，实现公卫与临床的无缝对接。

在临床实践中，应采取综合治疗策略，

充分考虑耐药性的情况。个体化的治疗方案应基于患者的临床情况和幽门螺旋杆菌的耐药情况而定，包括合理使用抗生素、选择适当的药物组合和疗程，以及密切监测治疗效果和不良反应。同时，临床医生也应积极参与公共卫生工作，与公卫专家共同制定和执行幽门螺旋杆菌感染的防控策略。

在公卫与临床相结合的框架下，我们可以更加有效地应对幽门螺旋杆菌耐药问题。通过全面、协调的措施，我们可以更好地保护公众健康，减少幽门螺旋杆菌相关疾病的发病率和死亡率。

再回到疾控中心工作后，我将会把这次讲课的内容应用于实际工作中。首先，我将与团队共享我在幽门螺旋杆菌耐药问题方面所学到的知识，以促进团队对该领域的了解和意识。其次，我将积极参与监测和管理幽门螺旋杆菌感染及耐药性的工作，包括建立或完善监测体系，指导数据分析和评估，制定针对性的防控措施。此外，我还将通过开展培训和教育活动，向社区医疗机构和公众传播幽门螺旋杆菌感染及耐药性的知识，提高诊断和治疗的水平，减少感染的发生和传播。综合利用所学知识，我将与临床医生、公卫专家和其他相关部门密切合作，共同应对幽门螺旋杆菌耐药问题，保障人民健康。

临床思维培训：提升医学人员水平，提高医疗质量

石棉县疾病预防控制中心 王静

2024 年 5 月 10 日，成都市第三人民医院呼吸内科开展了主题为“临床思维培训”的教学活动，这次活动由科室住院医师、规培医师、实习医生的支持响应下在呼吸内科示教室顺利开展。本次活动旨在提升青年医师、医学生的临床思维水平，以进一步提高医疗工作的质量。

何萍主任担任此次教学的主讲人，活动开始时，何主任简要介绍了临床思维三部曲：

1. 分析、综合，寻找模板，由模糊到清楚；
2. 判断、推理、鉴别诊断，从假设到诊断；
3. 随访、观察、检验、诊断，进一步检查。

随后简单举例说明，通过引导教学人员思考临床问题的多样性和复杂性，他们被激发出以更全面、系统的方式进行医学教育的能力。

接下来，主讲人进行了呼吸科影像学案例

同的间质性肺疾病，并详细解读了不同病例的影像学表现和诊断要点。这些案例的分享使学员对间质性肺疾病的诊断和治疗有了更深入的了解。

在讲解过程中，主讲人不断穿插提问，激发教学人员的思考和讨论。这种互动式的学习方式加强了教学人员之间的交流和合作，使培训更加生动有趣。

通过本次培训活动，学员深刻认识到临床思维在医疗工作的重要性，相信自己会将这些思维方式应用于日常的医疗工作中。他们将以更高的专业素养和扎实的知识储备，提供更精准、高效、规范的医疗服务。



一叶知秋而非一叶障目

广安市疾病预防控制中心 王银杰

2024 年 3 月，在成都市第三人民医院开启了规培里程的第二站，为期五个月。4 月在消化内科进行了为期两周的规培学习，收获颇多。

消化内科疾病包括胃相关疾病、肝胆相关疾病、胰腺相关疾病、结肠及小肠相关疾病。胃相关疾病包括慢性胃炎、急性胃炎、胃溃疡、十二指肠炎症或溃疡；肝胆相关疾病包括各种类型的肝炎、肝硬化、肝腹水、胆囊炎、胆息肉；胰腺相关疾病主要指的是急、慢性胰腺炎……

列举这些便是为了引出其中一天进行的一个小讲座，老师为培养规培生的临床思维，就“腹痛症状就诊”这一课题为题进行讲座。如上所述，消化系统疾病包括的内容纷繁复杂，几乎大部分的消化系统疾病会出现腹痛的症状，如果不能正确识别出现问题的部位，将严重耽误疾病的救治。



老师首先强调了病史询问的重要性，一

个质量优良的病史采集就能为疾病诊断提供初步的证据支持，不合格的病史采集将导致诸多不必要的救治措施，甚至延误病情。

第一，腹痛部位与规律，腹痛的部位多数与内脏解剖部位一致，持续性痛表示炎症、出血或出血性病变，持续性剧痛多为腹内脏器包膜膨胀；第二，腹痛的性质与程度，隐痛、绞痛、刀割样痛、有无放射转移，腹痛的程度则与痛阈的高低及耐受性有关；第三，腹痛的伴随症状，伴发热、寒战提示炎症，伴黄疸，可能有肝胆病或胰腺疾病，急性溶血时亦可有腹痛与黄疸，伴呕吐提示食管、胃、胆道疾病，伴腹泻提示肠道炎症或慢性肝胰疾病；第四，月经史，育龄期妇女应考虑宫外孕；第五，严重程度，诊断思路按照自重到轻的思路，警惕排除危重疾病：重症胰腺炎、梗阻性胆管炎、腹腔大出血、腹主动脉瘤破裂、肠梗阻等。

进行完病史询问后，体格检查也尤为重要：其一，腹部的情况：有无疱疹、静脉曲张、肠型及蠕动波；压痛、反跳痛及包块；肝脾有无叩击痛；肠鸣音；其二，腹部以外的情况，体温、脉搏、血压、心肺听诊以及直肠指检。

一份良好的病史询问和体格检查将为下一步的实验室检查提供思路，而不是一股脑

将所有的实验室检查都进行一遍，不仅加重病人就诊看病的负担，也浪费了医疗资源。

小讲座的学习，我意识到医生下诊断从来都不是摸着石头过河，而是一步一脚印，通过不断印证排除过后而下定的结论，要想

做到一叶知秋，不仅要对疾病的临床表现了然于心，也要有通过病史采集将其甄别的能力，如果目光仅仅局限于腹痛本身，头痛医头、脚痛医脚，那便很可能一叶障目。

第三部分 健康管理与人文关怀

灰色的世界，健康的心理

成都市锦江区疾病预防控制中心 李其欢

“心如明镜台，时时勤拂拭”，每年的 10 月 10 日是世界精神卫生日，心理健康是现今人人都关注的一大卫生问题。在成都市第三人民医院进行临床实践已经为期两个月，轮转了神经内科、肾内科和肿瘤科这几个科室，然而记忆犹新是在神经内科的精神心理门诊规培的三周。三周内，我跟着带教老师，站在医生的视角，去观察来来往往的患者，一波接着一波，第一次那么直观近距离的接触到如此多存在精神心理问题的人。负重一万斤长大的患者仍在砥砺前行，但是想在他们灰色的世界里努力找一抹彩色尤为困难；医生，就仿佛是他们的救命稻草，他们在紧紧地抓住，想要冲破禁锢。



跟着病人的视角，这是一段段令人心疼的心灵之旅。至今，我仍记得那个考试次次第一、却跳了河伤了自己的高三姑娘，仍记得那个从童年开始就被伤害、却流着泪说想要活下去的女孩，仍记得那个对世上所有人与事漠不关心、却想好自己死法的男孩，仍记得那个被工作与同事折磨得失眠、却依然选择独自继续加班的孕妇。失眠、食欲减退、情绪低落、莫名想哭，是他们眼里的常态，是外人眼里的特殊，他们会觉得自己是一个被动的旁观者、没有兴趣，却仍需要继续撑着。可他们灰色的世界，多久才能迎来明媚的阳光？

走进医院，看到医生，便是他们的第一缕阳光吧。几乎每个进来就诊的患者，在他们看到医生那一刻，你都能从他们的脸上看到“希望”溢了出来。他们来求救了，他们想好好活下去、好好的生活。虽然成都市第三人民医院的精神心理卫生门诊并不是心理辅导治疗室，但是医生仍会耐心的倾听患者诉求、解决患者问题，让患者感到温暖。很多时候，看着十几岁的孩子重度抑郁、焦虑的时候，我都想问为什么？是什么在改变这个世界，是信息快速传递的时代，还是人人内卷的劲头，不得所知，只是我在想，他们本该是无忧无虑的年纪啊。

慢病防治，三级预防

德阳市疾病预防控制中心 杨秋悦

当我来到成都市第三人民医院内分泌科的那一刻，我深知这将是一次全新的挑战与机遇。

内分泌科与我们公卫的工作息息相关，尤其是在糖尿病等慢性病的管理方面。在这个科室学习的过程中，我首先被内分泌科的专业性和复杂性所吸引。人体的内分泌是一个精妙的激素调节系统，有时会出现不同程度的紊乱导致内分泌常见的疾病如糖尿病、甲状腺疾病等。其中糖尿病患者的管理不仅仅涉及口服药和胰岛素用药方案，还包括了饮食、运动、生活方式等多方面的综合考虑。每一个患者的病情都是独一无二的，需要我们根据他们的具体情况制定个性化的治疗方案。

在实习期间，我参与了多位患者的日常诊疗工作。我记得有一位糖尿病患者，他患有多年糖尿病，血糖控制一直不太理想。前后辗转各个医院寻求了多位医生的帮助，经历过多次调整治疗方案。从严格控制饮食结合口服降糖药再到注射胰岛素，后期胰岛素的注射剂量已经显著高于常规用量，血糖控制效果依然不理想。最后发现竟是因为患者不会正确注射胰岛素，导致胰岛素一直未能起效，延误了病情。在医护人员耐心教授了

注射胰岛素的方法后，他的血糖水平终于有了明显的改善。这次实习经历让我深刻体会到了慢性病管理的复杂性和挑战性。糖尿病等慢性病的管理需要耐心、细心和责任心。我们不仅要关注患者的病情，还要关心他们的心理和生活状态。因为很多时候，患者的



心理状态和生活方式也会影响到他们的病情。

同时，我也意识到了自己在专业知识方面的不足。内分泌科涉及到的知识非常广泛，包括生理学、生物化学、病理学等多个学科。我需要不断地学习和积累，才能更好地为患者服务。在未来的学习和工作中，我将继续努力提高自己的专业水平和实践能力，希望能够成为一名掌握相关临床知识的公卫医师，能为提高患者的生命质量延长生命周期提供专业的帮助。同时，我也意识到应当加强对慢性病的宣传教育，提高公众对慢性病的认识和重视，共同为构建健康中国贡献力量。