

■幕后医生系列报道

睡眠监测技师邱正法：

抽丝剥茧为患者寻找
睡不好背后的原因

“阿姨，平时晚上一般起夜几次啊？”“昨晚做噩梦了啊，梦到什么呢？”……晚上20时，宁波大学附属康宁医院睡眠诊疗中心的睡眠监测室里，主治医师兼睡眠监测技师邱正法一边和徐阿姨聊着，一边熟练地将20多根导联线逐一贴在徐阿姨身上，再和另一端的睡眠监测仪连接。

邱正法是中心的幕后工作人员，从2013年开始，他主要从事睡眠监测分析工作，抽丝剥茧、火眼金睛般地寻找患者睡不好背后的原因，为临床医生诊断提供金标准。



邱正法在工作中。

1 起早摸黑做监测 为睡眠障碍诊断提供金标准

患者徐阿姨多年来深受睡眠问题困扰，虽然晚上睡很久，但白天总是精神不济，却苦于找不到原因。正如病理检测是肿瘤诊断的金标准，多导睡眠监测也是睡眠障碍诊断的金标准。当晚，徐阿姨和其他3个患者一起，被安排在中心睡一晚，接受整晚的多导睡眠监测。

邱正法一边和徐阿姨聊天，一边麻利地定位、消毒、连接、操作，一套流程下来要30分钟左右。刚躺下时，徐阿姨对接下来的检查有些好奇，但更多的是紧张，不过聊着聊着，她也就放松下来了。

“聊天算是我工作中额外的事吧，不过挺有必要的。”邱正法说，对绝大多数人来说，多导睡眠监测和抽血、B超检查等不同，不但没做过，甚至没听说过。因此，难免紧

张，也有很多疑问。这时候，技师多和他们聊聊，有助于放松身心，也有助于技师多了解其日常的睡眠情况，有助于后期出具更准确的分析报告。

邱正法笑着说，十多年来，他听了无数和睡觉相关的事。比如，有个患者跟他描述了长期的梦境，在梦中他和一个女孩恋爱，每天的梦会续接上，像拍连续剧一样。最后，这个患者被诊断为发作性睡眠。

第二天早上7点前，邱正法早早来到医院，拆除徐阿姨和其他3个患者身上的导联线，消毒、维护、收纳相关设备。由于工作性质关系，他一般每天7点前都要到医院，比正常上班时间提前一个小时，晚上也常常要到八九点才下班。他打趣：“经常早起也算是落实

睡眠限制疗法吧，促使我减少赖床，对提高睡眠质量也有帮助。”

邱正法既是睡眠监测仪器的操作者，也是数据的分析师。每次检查完患者，他都要导出患者前一晚的睡眠监测数据进行分析。监测系统虽然有自动分析功能，但是准确率不太高，主要依靠人工分析。仔细查看患者深睡眠时间的长短，有没有呼吸暂停的情况，了解睡眠时患者周期性下肢肌肉的状态……睡眠分析是一项专业性强的工作，邱正法完成一份数据分析要20-30分钟，遇到疑难复杂病例的话，用时则更久。

通过分析徐阿姨的睡眠监测数据，邱正法发现她患有中度睡眠呼吸暂停，会在自己不知情的情况下频繁夜醒，这也是导致她白天精神不济的主要原因。

2 工作从台前到幕后 有遗憾也很有成就感

多导睡眠监测只是监测睡眠的手段之一，平时邱正法还要为患者做小睡实验，一般每个患者要做4-5次，隔两小时进行一次，还要为患者做24小时动态脑电图监测等。因为包括预约登记等工作都是一个人完成，邱正法每天都在忙碌中度过。

在从事睡眠监测工作之前，毕业于临床医学专业的邱正法曾在医院10多个不同的科室轮转、学习、工作。

为什么选择从台前的临床工作转向幕后的睡眠监测工作呢？邱正法回忆，一是当时岗位需要；二是自己在轮转了诸多科室后，发现自己还是对睡眠这一领域最感兴趣。于是抱着试着做做看的心态，

一做就是10多年。

从台前到幕后，会有不适应吗？“坦白地说，有一些遗憾，本科时的同学、规培时的同事大多还在做临床，做幕后的不多。而且睡眠监测工作非常忙碌，相对枯燥。”随后，他话锋一转，“不过，我也觉得很充实，打内心热爱这份工作。特别是一些患者多年来被睡眠障碍困扰，长期找不到具体原因。在这种情况下，我帮他们找到了原因，心里会很很有成就感，觉得这份幕后工作很有意义。”

比如，宁波的董先生入睡很快，可3年来怎么都睡不够，哪怕晚上睡足了10个小时，第二天坐在椅子上就能睡着。邱正法分析其第一次睡眠监测数据，发现各项指

标都正常。沟通后，了解到他平时有喝酒助眠的习惯，做监测那一晚没有喝酒，推测其睡眠障碍和饮酒相关。第二次睡眠监测证实了邱正法的猜测——每天晚餐的半瓶红酒是导致董先生重度睡眠呼吸暂停并导致白天嗜睡的主因。半个月后，董先生再来医院，表示戒掉晚餐喝酒的习惯后，睡眠质量好了，白天精力旺盛。

邱正法说，他希望能帮更多睡眠障碍患者找到病因，解决实际问题。为此，他还做了项“额外工作”——建立睡眠监测数据库。根据数据库的信息，他和同事们都能开展更多有关睡眠监测的相关科研，能帮助到更多的睡眠障碍患者。记者 王颖 通讯员 孙梦璐 文/摄

遭遇车祸

2岁女童命悬一线

多次手术

成功救治创造奇迹

经过3个多月的治疗和康复，2岁女童欣欣(化名)终于出院回家了。经历了这场生死抢救，欣欣父母对医护人员充满感激。几天前，他们来到宁波大学附属妇女儿童医院，特地制作了一面锦旗，感谢该院神经外科的医护人员用精湛的医术，把女儿从死神手中抢了回来。

欣欣是个活泼可爱的女孩，数月前的一场车祸让她一脚踏进了鬼门关。当时，欣欣与家人一起乘坐轿车时发生了交通事故。撞击过程中，安全气囊弹出，瞬间冲击到欣欣的脑部，使她当场陷入了昏迷。

现场情况十分危急，欣欣双眼上翻，肢体强直，呈现出典型的脑部损伤症状。救护人员赶到现场后，迅速将她送到了宁波大学附属妇女儿童医院。

据介绍，欣欣送到医院时，情况已经非常严重：处于昏迷状态的她右侧瞳孔散大，对光反射消失，左侧瞳孔迟钝，临床症状显示出明显的脑疝及硬膜下出血。时间就是生命，一场与死神赛跑的生命保卫战就此打响。该院神经外科团队迅速应对，立即对欣欣进行抢救，稳定她的生命体征。

欣欣很快被转送至手术室接受紧急手术。该院神经外科沈罡主任根据患儿情况，迅速进行颅内血肿清除和去骨瓣减压，并在手术中置入了颅内压监测探头。手术过程中，他们发现患儿大脑静脉分支明显受损，立即采取有效措施进行止血，并成功保护了她的神经结构。

经过数小时与死神的较量，欣欣的颅内压终于降了下来，生命体征也逐渐平稳，散大的瞳孔也恢复了正常。

正当大家松口气的时候，欣欣出现了外伤性脑梗死的情况，神经外科团队又通过药物治疗等措施积极应对，并密切监护，再次把欣欣从鬼门关拉了回来。

经过一段时间的治疗，欣欣被转移到康复医院，进行早期康复治疗，其中包括高压氧疗法等，以促进神经功能的恢复。

令人欣慰的是，欣欣的康复十分顺利，其间，神经外科团队采用目前最先进的PEEK材料，对其进行了早期颅骨修补手术，不仅修复了颅骨的结构，还为欣欣脑部提供了更好的保护，为其康复打下了良好的基础。

经过长时间的治疗和精心护理，欣欣的病情逐渐好转。3个多月后，她的活动逐渐恢复正常，未留下明显的后遗症，终于平安出院。欣欣的成功救治，让该院的神外科团队再次见证了奇迹的发生。记者 程鑫 通讯员 马蝶翼 文/摄



顺利康复中的欣欣。