

宁一老朋友

# 血透室里的温情故事

“我经常看你们的报道，很多都是关于老百姓的故事。今天也想讲一个真实的故事。”3月25日，本报收到了一封读者来信。第二天，记者就在宁波大学附属第一医院外滩院区血透室的门口，见到了写信人——81岁的张赛云老人。

她安静地坐在候诊椅上，声音温和。一墙之隔的血透室内，她的老伴徐先生正安静地接受每周三次的透析治疗，这样的日子已持续一年多。



▲张赛云老人。  
▶医患交流墙。



## 医患之间有温度的守护

在张赛云的信里，提到了宁波大学附属第一医院肾内科医生王瑞娟。王瑞娟和同事们每天查房必看患者眼睑是否浮肿、脚背有无水肿；血压一有异常，立即干预；每月抽血化验后，不是等病人来问，而是医生主动走进病房解释结果。

“王瑞娟医生就像我们的女儿。”张赛云说，“她会耐心地一个个告诉我们：该吃什么药，怎么食补，要补充什么营养，讲得清清楚楚。”

这里的温暖不止于医疗。每

逢端午、中秋、春节，血透室都会举办暖心活动：包粽子、分月饼、有奖问答……“微笑天使奖”“阳光心态奖”颁给最乐观的病友。走廊墙上贴满“肾友明星”的照片与健康贴士，让治疗变得更有温度。

2025年年终的肾友会上，一位年轻患者获颁“破浪先锋奖”。外滩院区血透室护士长翁亚萍说：“我们要让他们知道，活着不只是维持生命，更要活出质量与尊严。”

## 从抗拒透析到携手前行

张赛云与徐先生结婚已60年。徐先生20多年前下肢装了支架，10多年前心脏又放了多个支架，如今全身已有6个支架。2024年，徐先生肾功能衰竭已到终末期并伴有心衰，医生明确告知：“要保命，就必须终身血透。”

起初，徐先生非常抗拒，甚至悲观地说“算了，不折腾了”。张赛云没有放弃，耐心劝说老伴尝试了一次。之后，她轻声对老伴说：“你看，现在能睡了，能吃了，是不是比之前喘不上气时好多了？”老伴的眼神渐渐有了光。

从此，每周一、三、五的上午，无论天气如何，张赛云都准时陪老伴来医院。去年台风天，积水没过小腿，打不到车，她就搀扶着老伴，一步步蹚水走到医院。女儿心疼她想替班，她却摆摆手：“我吃得消。”

在一次网络游戏中，老伴选了“健康”，她选了“知足”——这两个词，恰是这对携手一甲子的老人当下心境的最好注解。“我们吵过架，但总能互相谅解。”徐先生望着妻子，眼里满是温柔，“这辈子遇到她，我心满意足。”

## 在守望中看见生命的意义

“家属的信任，是我们全力以赴的最大动力。”王瑞娟医生坦言，对这些病人而言，专业的医疗与家人的陪伴同等重要。

而张赛云和其他家属也常说：“看到医生护士这么用心，我们更不能放弃。”在这间血透室里，疾病或许无法根除，但爱、责任与希望，

却在日复一日的相互守望中生生不息。

正如张赛云在信末所写：“信件都是感人肺腑。真心希望你们来采访，代我们向全体医护人员说一声：谢谢！”

我们如她所愿，用她看到的故事作为了这个新栏目的开篇。

## 春季如何防治过敏性皮肤病？

李女士(化姓)今年45岁，自幼患有过敏性鼻炎和面部皮肤过敏。每到花开时节，症状便会发作。近几年来，她的情况逐渐加重，其间因过敏性休克先后6次被紧急送医。随着春天再次来临，她面部“干、红、痒、痛(烫)”的症状愈发严重，甚至出现严重焦虑、失眠。经多方打听，李女士找到宁波大学附属第一医院皮肤科许素玲教授。

经过系统检查才发现，引发李女士春季过敏的“元凶”并非单一因素，花粉、尘螨、柳絮、春日田间美食、紫外线等多种诱因叠加，形成复合型过敏刺激，共同诱发了她的过敏反应。

许教授介绍，入春以来，因过敏症状来院皮肤科门诊就诊的患者明显增多。她分析，这背后有几大原因：春季过敏原激增，花粉、尘螨等浓度大幅上升；环境紫外线强度可达冬季的2至3倍；加上多风干燥，皮肤水分流失加快，皮肤屏障变得脆弱，防御力下降。此外，熬夜、工作生活压力等因素也容易导致免疫力不稳定。

她特别提醒，还有两种特殊类型的过敏性皮炎也常在春季发生。一种是植物日光性皮炎，由食用苋菜、马兰头等光敏野菜后暴晒所致，另一种是泥螺皮炎，由食用带壳海鲜后暴晒所致。

江欣雨是许素玲教授过敏性疾病研究团队的核心成员。她指出，皮肤屏障受损的处理关键在于精简护肤、停止损伤、辅助修复。具体方法如下：

第一、温和护肤：避免过度清洁，坚持使用温和的保湿产品，不滥用激素类药膏；

第二、暂停使用肥皂、沐浴露、洗面奶，尤其不要使用磨砂膏、去角质产品等深度清洁项目，用低于37℃的清水洗脸，直至皮肤恢复光滑、无刺痛感；

第三、面部保湿是屏障修复的重点，可选择含神经酰胺、角鲨烷的轻薄乳液或成分简单的修护霜，帮助角质层锁住水分。如果涂霜后有刺痛感，可先用矿泉水冷湿敷，半干时再涂抹霜剂；

第四、严格防范。上午9时至下午4时花粉浓度较高，应减少外出、减少开窗；食用光敏性食物(如野菜、荠菜、泥螺等)后避免暴晒；选择帽子、口罩、太阳伞等物理防晒方式，过敏期间不建议使用防晒霜，同时避免浓妆和使用卸妆水；

第五、避免熬夜，建议23时前入睡。保持规律作息，饮食清淡。

许素玲教授提醒，如皮肤出现渗液(流黄水)、大面积红肿发热、剧烈瘙痒等症状，可能是急性皮炎或合并细菌、真菌感染，单纯护肤无法解决，需及时就医。尤其要警惕的是，如果皮肤过敏同时伴有头晕、胸闷等症状，或症状迅速加重时，务必及时就医并接受规范治疗，切勿自行处理，以免延误病情。有过敏性休克史者，应随身携带急救药物及标注过敏史的急救卡片。

记者 庞锦燕

### ●相关链接

## “宁一老朋友”故事征集启事

在宁波大学附属第一医院，每一天都在发生着关于生命、关于爱、关于希望的故事。

即日起，本报联合宁波大学附属第一医院，正式启动“宁一老朋友”温情故事征集活动。我们诚挚地邀请您——宁波大学附属第一医院的老病友、家属朋友们，成为我们的“老朋友”，讲述您在这里亲历或见证的温情故事。

### 一、征集主题

发生在宁波大学附属第一医院内的温情、感人、正能量故事。主题包括但不限于：

1. 医患情深：医护人员给予的特别关怀、帮助与鼓励。
2. 亲情守护：家人、亲友在治疗过程中的陪伴、支持与坚守。
3. 病友互助：病友之间、家属之间的相互扶持、安慰与鼓励。

### 二、参与方式

请选择以下任一方式提供您的故事线索：

1. 电话报料：拨打 87777777 (接听时间：周一至周五 上午9:00-下午5:30)

2. 信件投稿：来信请寄至浙江省宁波市宁东路901号宁波日报报业集团5楼宁波晚报健康事业部，信封上请注明“宁一老朋友”征集活动。

3. 邮箱投稿：发送邮件至 8768646@qq.com，邮件主题请注明“宁一老朋友”征集活动。

请在投稿中尽量清晰说明故事的时间、地点、人物和核心情节，并留下您的有效联系方式，方便我们进一步采访与核实。

记者 林伟 通讯员 庞赞