

## 奖章背后的故事

在洁净、温暖的北京中医医院心身医学科诊室，科主任、主任医师张捷，总是面带笑容地接待每一位患者。张捷说话温和，声调不高、语速很慢，让人感觉很亲切。张捷说，医生要“以人为本”，要发挥中医治疗特色优势，用温暖语言和亲切态度平复患者焦虑抑郁情绪，提高患者对医生的信任度和依从性，从而提高临床疗效。

张捷被患者誉为心中的“太阳”，她多次被评为先进工作者、优秀共产党员，被北京市评为“第二届首都群众喜爱的优秀中青年医师”，入选北京第五届“十大健康卫士”候选人，今年被评为北京市劳动模范。

### 将社交恐惧症女孩治愈成志愿服务者

在医院心身医学科7诊室，有十几位患者正在接受张捷主任的治疗。只见张捷手中的银针飞快地在患者身上走着，头上、背上、腿上、脚上……少则20多根，多则四五十根，并不断地问患者：“这里胀吗？有什么感觉就告诉我。”张主任的治疗小推车，在7诊室里外套间不停地穿梭，一直干到12点多。患者多时，张捷就会干到下午一两点。

在7诊室，记者见到了张老先生，他是位严重的焦虑症患者，日常生活中思虑太多，什么事情都干不下去，对死亡很恐惧。张先生经多方打听，知道张捷主任对他的这种病治得好，于是每周3次从昌平北七家坐两个多小时的车，来北京中医医院找张主任扎针。张先生告诉记者：“张主任不光医术高明，对我们患者特和气，非常体谅我们，所以我们特别喜欢找她看病。”

患者中，有位姓卢的女孩，有社交恐惧症，不敢和陌生人交往，来治疗时是捂着脸来的，外出办事基本都要妈妈陪着。在中医医院做心理督导时，医生觉得

# 她用微笑温暖患者

——记北京市劳动模范、北京中医医院心身医学科主任张捷

□ 本报记者 黄葵 文/摄



此病很难好，后来女孩的妈妈找到张捷主任，直言道出担忧之情。张主任耐心地劝慰这位母亲：“您别太担心了，女儿交给我治疗，您放心！我理解您的担忧，只要我们大家一起努力，就会战胜病魔。”经过与精神专科医院医生联合会诊，张捷为小卢制定了针药结合，加之心理治疗的方案，女孩的恐惧感逐渐减退，开

始在诊室里面与患者交流，并尝试做志愿者为病友服务。半年后，女孩的疾病有了根本性好转，现在已走入社会，在顺义一家医院当B超录人员。

遇到岁数大的患者，张捷就和别的患者打招呼，提前给老人治疗；当遇到怕冷的患者在离空调近的床位针灸治疗时，张捷就会和别的患者商量：“你和那位

老先生换一下可以吗？他的病怕着凉。”有时张捷会提醒患者：“李大姐，下次你带个单子来，盖在后背上以免着凉。”这些都是细节，看似不太重要，但是体现了医生对病人的关爱，这种爱让人心暖，给病人带来正能量和战胜病魔的信心。正如张捷所言，医生有时也是药，在和患者互动时，让绝望的病人找到生命的支撑点，重新树立起对生命的希望，挽救了病人，也就是挽救了一个家庭。

### 针药并用心身共治 飞信微信答疑解惑

张捷经过10余年的临床探索与实践，在治疗情志疾病方面，创立出“针灸为主、针药结合、心身共治”的诊疗模式。张捷介绍说，“针灸为主”就是传承北京中医医院著名针灸大家王乐亭、国家级名老中医周德安治疗情志疾病的经验，如采用王氏针刺五脏俞加膈俞方治疗抑郁症；采用周氏调神法治疗失眠等方法，都具有较好的临床疗效。该疗法已纳入心身医学科诊疗规范。

“针药并用”主要体现在两个方面，一是对于中重度的患者，根据病情的轻重程度采用针药结合的方式，用针灸的方法减轻药物的不良反应和提高临床疗效；二是对一些康复患者停用西药时出现的症状反复或依赖的问题，可以在针灸治疗下逐步减少和停止西药的使用。

“心身共治”就是在临床中特别注重医患的沟通，注重家庭社会资源在治疗中的积极作用，形成良好的医患联盟，达成治疗共识，提高患者治疗的依从性。在针药治疗的同时，对每一位患者都给予支持性的心理治疗。另外，心身医学科还开设了心理治疗诊室，通过心理咨询、团体治疗、健康宣教等多种形式，帮助患者认识心身之间的相互影响，提高他们的医学知识和自我防范

能力。

张捷还寻求其它方法舒缓患者情绪。2007年创建“温馨家园”互动平台，利用飞信和微信答疑解惑。7年来，张捷累计发送信息21000多条，1.5万余字。

患者在温馨家园得到温暖，也在传递温暖。他们自发组成义工团队，帮助医生预约、叫号，维持秩序，至今已有11年。这个团队提出“帮助别人，快乐自己”的口号，尽心尽力帮助那些正在被抑郁焦虑折磨的患者走出困境。张捷和科室人员凭借爱的热情与举动，在医患之间搭建了一个和谐之家。

### “患者好转痊愈，是给大夫的最好礼物”

一位上海的双相情感障碍患者，在电话预约挂号中就显示出病态：情绪亢奋，说话滔滔不绝，认为有钱就能摆平一切。接电话的张捷耐心倾听患者叙述，和蔼地告知自己出诊的时间，欢迎她到北京就医。

双相情感障碍是以抑郁发作与躁狂发作交替出现的一类精神障碍。情绪低落时，易悲观、失望、厌世，甚至有自杀行为；情绪高涨时，易激动、多语、自负、任性。

看病过程中，张捷不厌其烦地与这位患者聊天，进行心理疏导，让其倾诉和发泄心中的郁闷和不满。从交谈中张捷了解到，患者遭受离婚刺激，父母又远在异地，她一人在上海无人关心与照料，病情较为复杂、严重。虽然多年来她已经辗转到过很多医院就诊，但没有取得良好疗效。

根据患者病情，张捷为其制订了中西医结合治疗方案。在采取针灸和中药治疗的同时，合理使用西药。经过一段时间的治疗，患者的病情有所缓解，情绪也稳定了。张捷说，患者病情好转、痊愈，就是送给大夫最好的礼物！

## 首都工会人



# 携手企业为职工送福利

——记丰台长辛店镇总工会主席杨金花

□ 本报记者 余翠平文/摄

“你抽的是几等奖？”“我抽到的是五等奖，运气好差，只有一瓶饮料”，说完职工们就开心笑了起来。前不久，丰台长辛店镇总工会联手苏宁，在辖区内举行了面向全镇职工的大型送福利活动。在活动现场，看到职工们脸上洋溢的笑容，丰台长辛店镇总工会主席杨金花一脸的满足。

今年51岁的杨金花干了7年多时间的工会了，有着温暖笑容的她直言：这些年工会越来越忙，但服务职工面越来越宽，虽然很辛苦，但是越干越有劲。

为了更好地为职工服务，借助丰台区总工会给搭建的平台，

不久前，丰台长辛店镇总工会携手苏宁，开展了一场为职工送福利的活动。

“为了让更多职工和居民能参加活动，我们将活动的地点设在了长辛店镇张郭庄小区东成人学校院内的活动场，这是一处文化活动中心，周围居民集中，当天大约有500多名职工参加了活动。”

活动当天，长辛店镇总工会与苏宁工作人员早早来到了位于镇张郭庄小区东成人学校院内的活动场，布置好展台。此次活动共分为三个大的服务项目，有现场扫码下载苏宁易购App送小礼品，免费手机贴膜以及一元免费

抽奖。

杨金花说，活动当天下午2点左右，随着第一批职工的到来，活动现场一下子热闹起来，每个展台前都被前来参加活动的职工围满，领到小礼品的职工兴奋地拿起手机拍照留念，并向别人介绍参加领取小礼品的步骤，活动现场笑声不断，职工们兴致勃勃地参加着各项活动。

“特别是一元抽奖的展台前，一直都是大家关注的焦点。在三个小时的活动时间内，总共有三位职工幸运地抽到了一等奖，获得了价值99元的充电宝呢！看着职工们那么开心，我别提有多高兴了。”

让杨金花感慨颇深的是，当天在免费贴膜的展台前，苏宁的工作人员忙得一直停不下来，职工们参与活动的热情也感染了苏宁的工作人员，他们说长辛店镇总工会是活动开展最好最负责的单位，长辛店镇地区的职工也是参与活动最热情、最可爱的群体。

“下午5点，随着最后一批职工的离去，这次活动也圆满地结束了，每个离去的职工都收到了参加活动的小礼品，礼品虽小，但却让广大职工度过了一个开心、愉快的下午，工作、生活压力得到了缓解。作为一名工会人，我很有成就感。”杨金花激动地说。