

# 分层递进教学模式：助力住培的创新路径

▲ 潍坊医学院附属医院 程文昌

住院医师规范化培训在医学专业培养中具有重要的地位，而分层递进教学模式作为一种创新的培训方式，为住院医师的成长提供了有效支持与指导。本文将探讨分层递进教学模式在住院医师规范化培训中的应用，以及其对于医学人才培养的意义。

分层递进教学模式是一种基于学习者能力和学科专业程度的培训方式。它以递进的方式将培训内容分为不同层次，通过逐步增加难度和专业要求，帮助学员在相对安全的环境下提高专业能力和实践技能。

住院医师规范化培训是培养合格医学人才的重要环节。它旨在培养医学专业知识、临床技能和执业能力，为医生的日后独立执业打下坚实基础。然而，住院医师规范化培

训也面临着时间紧迫、任务繁重、临床实践机会有限等挑战。

分层递进教学模式在住院医师规范化培训中发挥着重要作用。首先，该模式通过合理的阶段划分和培训计划，有序推进学员的学习进程。从基础理论知识到实践技能的提升，学员可以循序渐进地掌握并应用所学知识。其次，分层递进教学模式注重实践操作，使学员在真实的医疗环境中进行实践训练。学员通过参与真实病例的诊治，逐渐培养临床思维和解决问题的能力。同时，导师的指导和反馈可以帮助学员不断提高自己的实践技能，并及时纠正错误和不足之处。此外，分层递进教学模式注重师生互动与合作。导师担任着引导学员学习和成长的重要角色，为学员提供个性化的指

导和支持。学员可以借助导师的经验和教诲，强化自己的专业素养和临床技能。同时，学员之间也可以通过团队合作和互相学习，促进知识的共享与碰撞。

分层递进教学模式为住院医师规范化培训提供了一种创新的培训路径。它能够帮助学员在相对安全和温和的环境中逐步提升自己的专业能力和实践技能，培养出临床实践素养和判断能力。这种教学模式不仅有助于学员逐步适应不同层次和复杂程度的医疗任务，还能够提高学员解决实际问题的能力。而且，分层递进教学模式强调导师的指导与监督，为培养合格医学人才提供了重要支持。导师在住院医师规范化培训中发挥关键作用，他们根据学员的学习阶段和个性特点，

提供个性化的指导和支持。导师通过观察、分析真实病例，指导基本诊疗操作，并及时提供反馈和建议，帮助学员纠正错误、加深理解。导师的指导不仅有助于学员的专业发展，也能够传承医学经验与优秀医德医风，促进医学人才培养的全面发展。

因此，分层递进的规范化培训模式对于住院医师的培养具有重要意义。通过整合理论教学、实践操作、阶段性培训以及导师的指导与监督等方式，这种教学模式能够培养出具备临床实践技能和专业素养的医学人才，提高医疗服务的质量和安全性。进一步完善和推广这一教学模式，将为培养更多合格、专业的住院医师提供坚实的基础，助推整个医学领域的发展和进步。

## 肺炎支原体到底是什么

▲ 防城港市第一人民医院 黄恩普

支原体是介于细菌和病毒之间的已知能独立生活的病原微生物中的最小者。支原体广泛分布自然界，有 80 余种。肺炎支原体属于支原体的一个类别，因其一端有一种特殊的末端结构，能使支原体粘附于呼吸道黏膜上皮细胞表面，引起肺部感染，所以被称为肺炎支原体。

### 肺炎支原体的特征

**形态特征** 肺炎支原体在形态上表现为一种无细胞壁的细菌样微生物。相比于其他细菌，它的细胞结构相对简单。它通常呈现为圆形或卵圆形的细胞，直径约为 0.2 微米左右。这种特殊的细胞结构使得肺炎支原体在细胞学上独具一格。

**遗传物质** 肺炎支原体的遗传物质主要以 DNA 为主。其基因组相对较小，包含了少量的基因，用以编码必要的蛋白质。与其他细菌相比，肺炎支原体的基因组较为精简，这可能与其在宿主细胞内寄生生活方式有关。

**变异性** 肺炎支原体具有一定的遗传变异性。由于其基因组较小，变异率相对较高。这使得不同株的肺炎支原体在一些基因区域上存在差异，可能会影响其致病性、免疫逃避能力等特征。这种变异性可能与肺炎支原体适应不同宿主环境的能力有关。

### 肺炎支原体的感染途径

**空气飞沫传播** 肺炎支原体最常见的传播途径之一是通过空气飞沫传播。感染者咳嗽、打喷嚏或说话时，会释放含有肺炎支原体的飞沫颗粒到空气中。当他人吸入这些含病原体的飞沫颗粒时，便有可能受到感染。

**密切接触传播** 人际的密切接触也是肺炎支原体传播的一种重要途径。当一个感染者与健康人之间有近距离的亲密接触，如握手、拥抱、接吻等，肺炎支原体可能通过直接接触而传播。

**环境传播** 肺炎支原体可以在环境中存活一段时间，尤其在湿润的环境中。当感染者在环境中咳嗽、打喷嚏或接触物体时，可能会将病原体残留在物体表面。他人接触被污染的物体，然后用手触摸口、鼻或眼，也有可能导致感染。

### 肺炎支原体的临床表现

**呼吸道症状** 肺炎支原体感染常引起一系

列呼吸道症状，类似于普通感冒。患者可能出现喉咙痛、鼻塞、流感样症状等。咳嗽也是常见的症状，但咳嗽可能不如细菌性肺炎那么剧烈。咳嗽的特点是干咳或少量黏液痰。

**肺炎症状** 在一些情况下，肺炎支原体感染可能导致肺炎症状的出现。患者可能会出现发热、胸痛、咳嗽等症状。肺炎支原体引发的肺炎一般较轻，但在某些高危人群，如老年人、免疫功能较弱者等，可能会出现严重的肺炎症状。

**其他系统症状** 除了呼吸道和肺部症状外，肺炎支原体感染还可能导致其他系统的症状。例如，一些患者可能会出现头痛、肌肉酸痛、全身乏力等非特异性症状。这些症状可能使人感觉不适，但通常不会持续太久。

### 如何预防肺炎支原体感染

**个人卫生** 保持良好的个人卫生是预防肺炎支原体感染的首要措施。定期洗手，特别是在接触公共场所、外出回家后，以及咳嗽、打喷嚏后，都要养成洗手的习惯。使用洗手液或肥皂，用流水彻底冲洗双手，有助于清除病原体。

**避免密切接触感染者** 尽量避免与已经感染肺炎支原体的人密切接触。如果家庭或工作环境中有人患有类似感冒的症状，尽量保持距离，避免共用物品。避免在空气污染较重的环境中停留，以降低感染风险。

**注意手部卫生** 手部是病原体易于传播的媒介之一。避免用手触摸口、鼻、眼，因为这些部位容易成为病原体进入体内的途径。同时，避免用未洗净的手接触食物，以防止病原体通过食物进入体内。

**保持室内通风** 良好的室内通风有助于降低病原体在室内的浓度。定期开窗通风，保持室内空气流通，可以减少室内细菌和病毒的滋生和传播。尤其是在寒冷季节，虽然开窗可能让室温降低，但对于预防呼吸道疾病的发生很有益处。

肺炎支原体作为引发肺炎的病原体之一，通过深入了解其基本特征、传播途径、临床表现以及预防治疗方法，我们可以更好地预防和控制该疾病。未来，随着科技的不断进步，相信我们对肺炎支原体的认识将会更加全面深入，为健康提供更有力的保障。

## 鼻咽癌患者放疗后注意事项

▲ 广西贵港市人民医院 容翠梅

中国是鼻咽癌高发国之一，南方发病率高于北方，尤其是广西、广东、福建、湖南等省份发病率最高，可达到 15/10 万~30/10 万。调查发现，鼻咽癌很难由患者自己发现，即使发现一些症状到医院检查时，有 80% 已到晚期。

### 放射治疗为首选治疗方法

鼻咽癌治疗方法包括放射治疗、中医药、外科手术治疗和免疫治疗。放射治疗被认为鼻咽癌首选治疗方法。鼻咽癌对放射线有一定的敏感性。鼻咽癌应用放射治疗使肿瘤细胞得到杀灭，但正常组织或器官细胞也不可避免受放射反应。全身放射反应包括乏力、头晕、胃纳减退、恶心、呕吐、口中无味或变味、失眠或嗜睡等。黏膜反应：口咽、鼻咽、鼻腔、副鼻窦内黏膜经放射 40Gy 后可出现黏膜水肿或充血，渗出增加，严重时可引起点状或片状白膜。照射过程中并常有咽喉疼痛、进食困难、鼻塞等。严重的病例应暂停照射。唾液腺放射反应：唾液分泌明显减少，患者口干，进于食困难。放射性脑及脊髓损伤。

鼻咽癌放疗过程中及放疗后出现的毒副反应主要是因为射线直接损伤皮肤和黏膜，使细胞分裂和增殖减弱，从而使局部微血管管壁发生肿胀、痉挛和管腔狭窄或阻塞，局部组织血液循环不畅而产生一系列临床症状。比如放疗后鼻腔、鼻窦黏膜损伤导致的鼻窦炎，使患者长期鼻塞、多脓涕、口鼻发臭、嗅觉减退、头昏头痛等。口咽黏膜损伤导致患者持续不缓解的口干、口渴难耐、咽痛、吞咽困难等，严重影响着患者的正常生活，且后期药物治疗疗效甚微。

从中医学的观点，可以认为放射是一种“火热毒邪”作用于机体导致热毒过盛，伤津耗气。中医所谓热邪入侵，内外热毒，交困结合，化火灼津，损伤正气，从而造成人体气阴两虚，局部津液不足，临床上常表现为口干、咽喉干燥疼痛、吞咽困难等一派阴虚内热之象。“邪之所凑，其气必虚”，患者放疗后的基本中医病机为热毒痰瘀凝聚，气阴受损，正虚邪实贯穿疾病之始终。因此治疗放疗后患者口咽黏膜损伤引起的口干、口渴难耐、咽痛、吞咽困难等症状时，注意口腔卫生，用生理盐水或朵贝液漱口，以改善症状。

饮食方面适当增加一些滋阴润燥生津

的食物，如甘蔗汁、梨汁、荸荠汁、西瓜汁等，保证全面营养同时改善放射治疗后的不良反应。对于因放疗引起咽部黏膜充血水肿、吞咽困难者，应根据患者吞咽情况，配以清淡、少油的流质饮食，如牛奶、藕粉、蛋白粉、面糊、碎烂面条等冲鸡蛋，或用匀浆饮食，使食物细软、易吞咽、易消化吸收。

放疗前后半小时不可进食，防止形成条件反射性厌食。此外，鼻咽癌放疗后患者注意事项有以下几点：①每次放疗后静卧半小时，注意多饮水。②注意保护放射野皮肤，内衣宜柔软、宽大、吸湿性强；忌用肥皂和粗毛巾擦拭照射野皮肤；避免冷热刺激，局部不可使用热水袋或热敷；夏天外出时戴帽子遮挡，防止日光直射。③保持口腔清洁。④根据放疗患者的具体情况，选择合适的中药剂型每日冲鼻，以改善鼻塞、鼻咽部黏膜损伤等。⑤每日坚持做张口运动 300 次以上。⑥根据情况行鼻咽部冲洗，保持局部清洁，提高放疗敏感性。⑦辨病与辨证相结合，配合养阴扶正清热解毒之中药调理，减毒增效。

### 鼻咽癌放疗后患者饮食注意事项

①多选用清热、解毒、养阴生津的食物，并能归入肺、肝经的中药食疗。不论何期、何证，均应注意食品的多样及烹调的考究，以利于患者摄入足够的营养素。②配餐辅食应少用生湿化痰、黏腻重浊、肥甘醇醪，可选用有化痰散结功效的食品，如海带、紫菜、龙须菜、海蛰等。出现头晕目眩，耳聩口苦、急躁易怒等肝火上炎症状时，宜选清肝泻热、滋阴潜阳之品以减轻症状，如菊花代茶，炒决明子代咖啡，食用苦丁茶、黄花菜、苦瓜、枸杞苗、李子、鲍鱼、芥菜等。③放疗期间要鼓励病人多饮水，喝淡饮料、果汁、牛奶等。主食应以半流食或软烂食物为好，副食方面要多吃新鲜蔬菜、水果。饮食口味要清淡甘润，又不宜过饮生冷，以免生寒伤胃。④晚期病人多属气血不足，毒火上炎，食欲极差，所以开胃化食，刺激食欲，增加摄入是保证治疗的根本措施。故宜选易消化、营养充足，色香味俱佳的食品，如粥、羹、汤、汁等。⑤忌食辛、热之品，如不食辣椒、胡椒、茴香、韭菜、榨菜、羊肉、狗脊、鹿肉、雀肉、虾蟹等性温热之物。