

身为女人却对乳腺疾病缺乏了解,怎样才能帮她们,这位曾经的患者这样做 患乳腺疾病痊愈后,她和医生合出了本书

你想拥有这本通俗易懂的科普图书吗,快关注“青年时报”微信公众号领福利

家住杭州的姚彤华今年51岁,是杭州市陈经纶体育学校的一名英语老师。曾患有乳腺疾病的她不仅在患病期间和康复后积极学习乳腺疾病相关知识,更通过努力,和浙江大学医学院附属第二医院乳腺疾病专家陈益定联合编写了科普图书《陈益定支招乳腺健康人生》。

每年10月是乳腺癌防治月,也被称作“粉红丝带”月。近日,姚彤华又来到浙医二院乳腺肿瘤外科。作为有着丰富经验的“过来人”,她经常在病友会上给其他患者加油打气,做科普宣传。这一回,她还带来了新书。

□时报记者 纪含羽 通讯员 方序 鲁青

乳腺出现肿块 康复后自学成为“乳腺专家”

2008年,在一次体检中,41岁的姚彤华胸部发现肿块,所幸复诊中,浙医二院乳腺专科陈益定主任医师给她吃了定心丸:“你的肿块99.9%是良性的,不是乳腺癌。”很快,陈益定为姚彤华在门诊手术室做了乳腺肿块切除手术。

都说久病成医,姚彤华可以说是“自学成医”。她笑着对记者说,除了不能上台手术,她对乳腺疾病的了解可以说是半个医生

了。康复后,姚彤华学习了大量乳腺疾病知识,除了阅读顶尖学术期刊,关注国际上乳腺疾病最新研究成果,她还经常来到陈益定的病友会和公开课上,学习新的临床诊治知识。

为什么会萌生出书的想法?姚彤华相告,在一次又一次陪伴好友去陈益定的专家门诊中,她发现很多女性对乳腺疾病缺乏足够的了解,陈益定医生要一遍又一遍跟患

者解释,从乳腺的结构、常见病多发病,到乳腺癌的诊断和治疗,有时遇上文化水平较低的患者,沟通起来难度很大,很费时间。于是,她向陈益定建议:“您有这么丰富的临床经验,应该写一本科普专著,让更多的女性朋友了解自己的乳房,教会她们如何进行自我检查,尽早发现乳腺癌的蛛丝马迹,以及得了乳腺疾病之后应该如何配合医生积极地治疗。”



陈益定(左)和姚彤华(右)。

让女性学会自我检查 通俗易懂的科普图书面市了

姚彤华的提议获得了陈益定的支持。在之后的多年里,姚彤华成了“编外研究生”,常常利用陈益定门诊时间旁听,总结写作素材。

除了每周一次的门诊时间,陈主任还经常在科里组织“让爱延续”患者教育活动。我每次都积极参加,并从他精心制作的演示文稿中获得大量的写作素材。”姚

彤华说。

就这样,医生和患者成了这本书的共同编著人,姚彤华主要负责编撰,陈益定则负责提供素材并做专业方面的把关审核。2017年,成稿被送到浙江大学出版社,经过三次改稿后,今年5月,《陈益定支招乳腺健康人生》在各大书店面市发售。

姚彤华说,10年来,乳腺癌的个体化精准治疗以及乳腺整形方面的技术日臻完美。为了让更多女性朋友不再恐惧乳腺癌这个“杀手”,也为了不幸罹患乳腺癌的女性朋友能够有尊严有品质地活着,在完成这本乳腺癌预防篇后,她会进一步推出乳腺癌“治疗篇”及乳房整形篇。

快来领福利

时报特别争取到了5本《陈益定支招乳腺健康人生》送给读者,关注时报官方微信公众号“青年时报”,在10月29日推送的第三条微信《别人家的患者……患乳腺疾病手术后痊愈,还和医生合出了一本书》下留言,我们将根据评论内容,选出5名读者赠送这本干货满满又通俗易懂的书。



人物名片

郭伟刚,杭州职业技术学院友嘉机电学院副院长,主持和参加了国家、省市课题十余项,授权发明及实用新型专利15项,入选杭州市131中青年人才第二层次资助、杭州市青年科技人才培育工程、浙江省高职高专带头人培养计划。

科技创造了价值才能显出力量 郭伟刚的认识很实在,一有时间就与同事跑企业

□主任记者 张晶

科技的力量不在于某项科研技术有多高大上,让人可望而不可及,作为一名科技工作者,郭伟刚的认识很实在:科技只有为企业、为社会创造价值才有力量。他一边教书育人,将自己掌握的技术传授给下一代,一边利用业余时间钻研技术,同时一有时间还喜欢跑企业,帮助企业解决生产中的技术难题。

临安一家乡镇企业有福了 多名博士教授到访进行技术帮扶

位于临安板桥镇的一家企业怎么都没有想到,今年暑假,经过杭州职业技术学院专业教师提供的全面技术改造,他们关键零部件的加工效率提升超过20%,废品报废率也直线下降,生产流程得到了全面梳理提升。

郭伟刚就是最初发现这家企业

的人之一。“一家生产千斤顶的乡镇企业,产品主要销往欧美、日本,年产值在全世界行业中排名前三。可是,整个生产技术却是落后的。”原来,企业近年来一直受到人力成本高、产能低、技术革新能力弱、人才队伍青黄不接等问题困扰。

与企业沟通以后,郭伟刚带着学校里的博士教授,深入企业进行技术帮扶。从生产工具的修复技术到加工技术的改进、生产流程的优化等全方位优化了企业的生产线,突破了困扰企业多年的难题,提高了生产效率、降低了生产成本,校企双方也缔结了合作协议,结成了长期合作伙伴。

心里一直装着机械 科研成果到企业落地才有价值

站在讲台上授课的郭伟刚,心里一直系着先进制造技术的发展。“我对机械有着特殊的感情。别人读大学的时候报考机械设计与制造专业不

一定了解这个专业读出来是干吗的,可我知道,因为小时候家旁边就有机械厂,我经常去玩。大学毕业后,我还进了工厂在车间当过一线工人,并且做得很开心。”

让他产生换工作想法的,是一次晶片加工技术改进。“晶片加工精度要改进,但怎么磨都磨不好。后来,不得已从大学请来了一位专家进行技术指导。”晶片加工技术改进成功了,郭伟刚的心里也清楚了:对于机械的喜欢不能仅仅停留在摸着就开心的基础上,而是要去真正地了解它,掌握更多的先进制造技术。但仅凭当时的理论知识肯定不行,因此,他下决心继续深造。

考取了研究生,师从当时来指导我们改造的老师门下,毕业后就进了学校教书。不过,我的心里一直装着机械,教着书却没有停止过与机械零件打交道。”郭伟刚说,高校是科研阵地,科研成果只有到企业落地开花才有了价值。

