

抱团抗癌30年 绽放璀璨生命之光

□记者 傅明燕 文/摄

10月26日晚上，舟山市癌症康复协会成立30周年晚会在舟山医院学术报告厅热闹上演，300余位抗癌勇士齐聚一堂，在歌舞声中绽放“生命之光”。

抗癌勇士们用嘹亮的歌声、自信的舞蹈传递自己积极的生活态度，有的还分享了自己的抗癌经验，鼓励大家积极抗击病魔。



集体抗癌 助康复之路

据了解，舟山市癌症康复协会成立于1994年6月，30年来，协会以医患结合、科学抗癌、群体抗癌为宗旨，带领会员在和癌症做艰苦抗争的同时，还以服务癌症患者为己任，积极投身公益，组建了慈爱义工服务队，现有志愿者53人。他们都是癌症康复人员，在舟山医院、舟山市妇女儿童医院开展志愿服务，累计超过10万小时。

晚会还颁发了抗癌明星、医者仁心特别奉献奖、乐于公益热心奉献奖等奖项。另有爱心企业和单位捐款8万元，为会员开展公益活动助一臂之力。

问及这些“勇士”的抗癌秘籍，他们不约而同地回答：得了癌症不要怕，积极调整心态，加强营养和锻炼，乐观的心态和积极的态度会带来截然不同的结果。另外，用业余时间去帮助别人，不仅自己的身体好了，还会收获满满的成就感。

服务社会 实现自我价值

舟山市抗癌康复协会理事、文艺队队长施国芬，2007年被确诊为直肠癌时，一下子陷入绝望，当时儿子刚上大学，能不能看到儿子大学毕业？下半年能不能度过……抱着对家人的牵挂和对生命的热爱，她迅速振作起来，踏上了艰难的抗癌征程。化疗带来的副作用让她痛苦不堪，“喝口水都要吐，想想要不就算了，但家里一直鼓励我不要放弃，最终掰着手指头熬过了12次化疗。”

施国芬提起曾经的抗癌史，就好像在回忆一场久远的梦，那些曾经的痛苦与挣扎，到现在，已然成为人生中的一段特殊经历。“现在身体蛮好，主要是我自己心放开了，不自认为是癌症患者。我就是个平常人，别人能干什么我也能干什么。现在有这么好的医生团队，医学又越来越发达，我们会越来越好的。”她

说，“眼下，我只想尽情享受当下的每一刻。”

2015年5月，慈爱义工服务队成立之初，施国芬就报名成为志愿者，“我们除了在医院门诊大厅服务患者，去病房帮助癌症患者从悲观颓废到重建信心，还要排练节目参加公益演出，展现我们癌症患者康复以后的风采。”

“大家抱团抗癌，相互支撑，彼此取暖。我和施国芬不是姐妹胜似姐妹。”童亚女笑着说，30周年晚会，自己一下子参加了4个节目。童亚女有28年癌龄，1997年，在一次检查中发现得了乳腺癌，当时内心的害怕、震惊曾让她几近崩溃，“那会儿两个女儿都还小，我要坚强起来。”

虽然抗癌这条路漫长且艰难，但好在有家人和朋友的陪伴和支持，童亚女挺了过来。经医生介绍，她加入了癌症康复协会，后又当了志愿者，在帮助他人的同时，找到了自己的价值。她时常以“盟友”的身份走近癌症患者。“我知道他们想听什么，需要什么，我们之间交流不会有太多顾忌。”童亚女说，“有位阿婆说，她要向我们学习，康复以后也要当志愿者。”

今年4月，童亚女又接受了肺癌手术，但和之前刚发现乳腺癌时不同，她更加勇敢坚强，“第一个就要把心态放好，既来之则安之；第二个我还要去帮助别人，他们还需要我，我是不能倒下的。”

舟山市癌症康复协会党支部书记杨序春介绍，这30年来，很多患者已经从原来的医患结合，到如今逐步回到社会，并回报社会，他们不但可以坦然告诉别人自己得过癌症，癌症不可怕，还走进了病房，给更多正在与癌症抗争的患者带来勇气 and 希望。

“希望更多的人了解、支持我们的抗癌事业。癌症并不可怕，有些是可以治愈的，有些原本非常凶险的肿瘤变成可控的慢性病，和它共存就可以了。随着科技的发展和人文素养的提高，我们对癌症认识能力不断地深入，最终一定会攻克它。”杨序春说。

上课总是走神 做作业超磨叽 这到底是多动还是多动症？

开学不久，二年级的小孙同学就被妈妈带着来到宁波大学附属妇女儿童医院的多动症专科门诊。“医生，我们家孩子上课注意力不集中，屁股坐不住，做作业超磨叽，老师最近已经打了好几个电话，都是来告状的。”

小孙的妈妈一进诊室，就不停地着倒苦水。小孙则坐在旁边一边听着妈妈说，一边屁股扭来扭去，时不时插嘴反驳，还不断有手部的小动作：咬咬指甲，摸摸桌上的纸板……



孩子被确诊为“注意缺陷多动障碍”

儿保科副主任吕莹波医师一边听着妈妈提供的病史，一边观察孩子在诊室内的行为，随后和小孙做了互动交流，发现小孙还是非常聪明的，只是因为经常受到大家的负面评价，心里很不开心。

随后，吕医师又详细询问了小孙平常在生活中、学校里和公共场所中的一些行为表现，完善相关检查后，确诊小孙为“注意缺陷多动障碍”，也就是我们常说的“多动症”。

拿到医生的诊断结果，小孙妈妈后悔得太晚了。她说，其实早在幼儿园的时候，老师就反映孩子坐不住。上了一年级后老师也反映过，但她总觉得好动是小孩子的天性。那时候孩子学习还可以，拼音算术都跟得上，作业也能

做完，就没当回事。可到现在，孩子的这种情况越来越严重了，做作业越来越拖拉。前段时间，她听说班级其他同学也有这种情况，来看了多动门诊，经过治疗后，目前好了很多。她自己又查了很多相关资料，没想到孩子真是这种毛病，如果早点来的话，也许情况就不会像现在这样糟糕。

吕医师向小孙妈妈解释了相关情况，根据孩子目前的情况，提供了针对性的治疗方式：教给小孙妈妈一些实用的行为管理方法，让小孙参加提升注意力的脑电训练，由治疗师指导后让小孙在家中做感觉统合训练等，并让小孙2个月后随访复查。如果情况没有改善，可能需要加用药物治疗。

儿童ADHD患病率为6.26% 就诊率仅10%左右

这期间，吕医师察觉到小孙妈妈的焦虑情绪，又对其进行了多动症的相关知识普及及疏导，建议她参加相关家长课程，以更加了解“注意缺陷多动障碍”这种疾病。

据介绍，注意缺陷与多动障碍（ADHD）是一种常见的慢性神经发育障碍，其主要特征是与发育水平不相称的注意缺陷和（或）多动冲动。据统计，我国儿童ADHD患病率为6.26%（总数约2300万人），但就诊率仅10%左右。多动症儿童如果早期识别、诊断和规范治疗，可显著改善他们的预后。治疗包括药物治疗和非药物治疗，如心理教育、心理行为治疗、特殊教育、功能培训、家长培训等。

那么，什么样的情况需要到

医院就诊呢？吕医师说，如果您的孩子有以下注意缺陷的部分表现，如走神、分神、跑神、发呆、开小差、做“白日梦”、做事磨蹭、听而不闻、视而不见、心不在焉、粗心大意、丢三落四、虎头蛇尾、容易忘事；或者有多动冲动的部分表现，如好动、坐不住、坐不定、上课小动作比较多、摇桌椅、东倒西歪、东张西望、交头接耳、话多、屡教不改、冲动、任性、脾气急、易激惹、易怒、耐挫能力差，并且这些情况的存在是不分场合，比如出现在两个以上的场合，影响到了孩子的生活、学业和社交，就需要到多动症专科门诊找医生看看了。

据宁波晚报