



早期胃癌手术率提高9个百分点

提高早期胃肠肿瘤诊断及治疗率大有可为

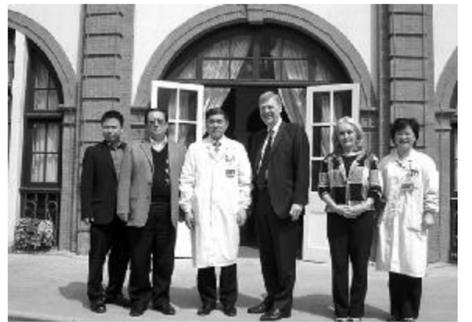
第五届中日早期胃癌大会在我院召开

本报讯 由我院胃肠肿瘤学科科群和... 日本早期胃癌学术大会近日在我院召开...

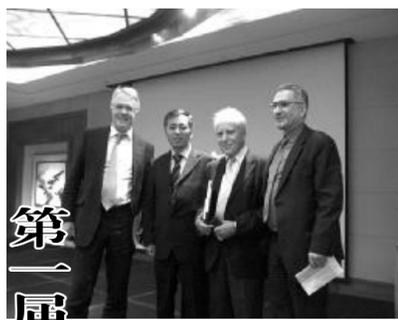
年组建了胃肠肿瘤学科科群,形成了有效的胃癌研究... 我院消化内科的组织下,上海市十多家医疗中心...

重要依据等。我院消化内科在开展内镜电子染色、色素染色、固有荧光诊断的同时,还开展了激光共聚焦内镜检查的新技术...

甘肃省武威市肿瘤医院张志镒副院长说,武威市胃癌很多,手术结果几乎全是进展期胃癌...



应中国医学科学院邀请,英国卫生部首席卫生官利安姆·唐纳森爵士(Sir Liam DONALDSON)和香港中文大学公共卫生学院院长一行于近日访问我院...



第一届中法腹腔镜外科学术论坛于近日在沪举行... 我院展示在腹腔镜领域的卓越成绩...

本报讯(通讯员沈晓舟 记者朱凡)近日,由法国腹腔镜外科协会主办,中华医学会外科学分会腹腔镜及内镜外科学组合作...

本报讯(记者陈怡 通讯员姚冬峰)4月22日晚,由我院临床医学院团总支主办的“博动医弦”世博急救技能大赛在科教楼2楼报告厅顺利落下帷幕...

临床医学院积极备战世博

青春奉献 笑迎世博 服务世博



已选派专业人员组成医疗急救队参与到世博会医疗应急工作中,为现场的平稳有序做好保障...

本次大赛以世博会开幕为契机,整合医院的急救培训资源,在临床医学院开展了多次世博急救知识技能培训...

我院第14届世界帕金森病日科普宣教活动顺利完成

科普宣教深化“治未病”理念

本报讯(通讯员楼跃 王刚)近日,为迎接第14届世界帕金森病日,由我院神经内科主办的帕金森病科普宣传教育讲座如期在门诊底楼大厅举行...

典型病例回答了患者的提问。由于慕名参加的病友超过了预先的计划,在大厅上围绕会场形成了一个密集的外圈...

办纪念世界帕金森病日科普宣教活动,在帕金森病友中产生了深远而积极的反响,获得了病友及家属的高度赞扬和支持...

本报讯(通讯员王维)日前,我院护理部开展了以“夯实基础护理,提供满意服务”为主题的中文演讲比赛...

庆祝5.12国际护士节 演讲比赛强化

夯实基础护理,提供满意服务

此次演讲比赛的12组选手大都为工作在临床第一线的护士,虽然平时工作繁忙,但是她们都做了精心准备...

们还穿梭在各个病房之间;当人们举家团圆的欢庆时刻,护士们还默默地忙碌在工作岗位上...

作为主评审之一,袁克俭院长充分肯定了我院护理工作取得的成绩,例如在工作中做到以人为本和“以病人为中心”的服务理念...

我院积极筹备第二届长三角社区医生高血压防治学术交流暨健康教育演讲大赛

本报讯(记者朱凡)我院上海市高血压研究所协同中国健康教育协会高血压健康教育(上海)中心、上海市疾病预防控制中心和江苏省疾病预防控制中心及浙江省心脑血管病防治研究中心等5家单位日前共同发起和组织长三角社区医生高血压防治学术交流暨健康教育演讲大赛...

达演讲大赛通知,拟通过各省市初赛和复赛,各选出3名代表参加11月份大会,并进行演讲比赛决赛...

据悉,我国高血压患病人口已达2亿,基层是防治高血压的一个主要阵地,改善基层医生知识结构,提升技能是控制高血压的一个重要环节...

据悉,我国高血压患病人口已达2亿,基层是防治高血压的一个主要阵地,改善基层医生知识结构,提升技能是控制高血压的一个重要环节...

新技术 新设备

宝石能谱CT低辐射 高清晰

本报讯(通讯员林晓珠)我院最新引进的宝石能谱CT(Discovery CT750 HD)是一台拥有64排探测器的超清CT扫描仪...

宝石能谱CT的低剂量扫描主要应用于冠状动脉、肺部检查、胃肠道CT成像及多部位大范围检查...

宝石能谱CT的高分辨率成像主要应用于冠状动脉支架植入术后及冠状动脉钙化斑块的患者,骨骼细微病变的检查以及微小结构如中耳、内耳的检查...

连线都江堰

我院医疗队在当地成功救治高空坠落伤患者

争分夺秒 救死扶伤

本报讯 4月18日下午,我院都江堰医疗队队长突然接到前线指挥部的电话——上海宝山沪剧团的光彩师在布置演出场地时,从4米多高的工作架上坠落,正送往都江堰人民医院救治...

有蛛网膜下腔出血的可能,建议快速送成都治疗。“等等!”——队长根据其多年的临床经验,综合分析了病情后认为该患者颅内只是普通的钙化,并非急性外伤性出血...



深夜10点多,队长又亲自赶往人民医院,组织了CT复查和第二次会诊,确诊了患者病情...

云南医疗队在当地积极开展医学继续教育

本报讯(通讯员杨秋蒙)日前,怒江州人民医院召开中层以上干部会议,热烈欢迎我院云南医疗队。院长杨福堂发表讲话指出我院医疗队的对口帮扶,体现了真正的民族情谊...



经过短暂的熟悉阶段,我院医疗队迅速进入工作状态,向当地医院领导提出把开展医学继续教育作为提升医疗水平的主要突破口...

# 向玉树献出瑞金人的爱心

## 全院职工踊跃向玉树灾区捐款

本报讯(记者章米力)从4月21日起,连续三天,红色捐款箱在各科室悄悄传递,全院职工争相捐款,向刚刚经受地震的青海玉树灾区献出爱心。三天的捐款共募得款项239,170.50元。

一方有难,八方支援,在青海玉树地震发生后,社会各界

纷纷向玉树伸出援手。在我院党委书记严肃及院党委的提倡下,我院工会号召全院向灾区人民捐款,各部门工会组织了本次募捐活动,各科室医务人员自觉自愿地争献爱心。有职工表示,虽然无法身临一线参加救援工作,但我们仍十分关注灾区救灾状况,并尽己

所能,通过捐款表示对同胞的关心。

包括退休职工党支部、离休支部在内的25个部门工会,共3808人参与了捐款。其中,我院妇产科终身教授金毓翠捐了1000元,内科支部捐款44635.50元,离休支部捐款22800元。



本次团代会倡导“绿色家园,环保医院”理念,首次尝试“无纸化”会务,以会场大屏幕投影的形式取代全部纸质的会务材料。会议纪念品也选择了环保筷子和环保筷,在后勤保障处的配合下,所有与会的团代表均携带环保用具至食堂用餐,以自己的实际行动回应“减少白色污染,共建绿色家园”的活动倡议。

·曹慧琼 汪敏娟 摄影报道·

## 退休党员观看“世博专题片”

本报讯(通讯员袁建华)4月22日上午9点,退休职工党总支在科教楼1楼召开了全体党员大会,并组织党员观看了“世博专题片”,进行党员专题培训,有140余名党员出席。会后各小组进行了专题讨论,大家一致表示,一定要以主人翁的姿态参与世博、服务世博、奉献世博,起好党员的先锋模范作用。

# 当好东道主 办好世博会

## 院工会举办世博知识讲座

本报讯(通讯员侯婷婷)在举世瞩目的上海世博会即将召开之际,4月22日下午,院工会特别邀请到上海工会干部学院朱虹老师为全院职工关于世博知识的讲座,共有来自24个部门的工会干部以及职工代表参加,工会主席单友根出席并讲话。

朱虹主要就世博会的筹备情况、首场试运行情况以及市总工会按照市委、市政府统一部署,制定和实施了“上海职工迎世博600天行动计划”,广泛开展世博立功竞赛活动向职工作了详细介绍,同时也指导大家如何去参观世博会,

具体线路的安排和场馆中哪些是亮点、哪些是值得看的,让工会干部及职工代表们受益匪浅。朱虹老师还强调:当前,上海世博会已由筹办阶段转向运营阶段,各级工会组织将以“当好主力军,建功世博会,展示新风采”为主题,进一步广泛深入地开展世博运行保障各项工作,动员组织全市职工为办好世博会建立新的功勋。

最后,单友根主席对工会干部们以及职工代表提出要求:我们一定要当好东道主,办好世博会,为世博医疗保驾护航,为世博贡献出瑞金人的力量。

### 感谢信

## 有这样的医生是病友的福气

尊敬的瑞金医院领导:

你们好!我是一位痛风病患者。今年经网上查询,3月起至今在贵院骨科一病区主任医生冯建民处就医。几个月来,在冯医生的精心治疗下,右膝盖手术非常成功,病情有了明显好转,等于重新给了我一双灵活的腿脚。

治疗期间,冯建民医生的良好医德让我和家人极其感动。记得就诊的头一天,冯主任了解了我的病情并仔细查看了病历后,安慰我说:“老先生,你的病可以治愈,只是需要耐心和时间。在我手中,也有像你这样的病人,他(她)们都在康复之中。”冯主任的一番话,给了我继续战胜病魔的信心和勇气。在手术前,我们担心到时候做手术的不是他本人,所以妻子特地准备了红包找冯医生。然而冯医生说,是他接的病人就一定是他做,态度很坚决地不收红包,还一再让我们放心他会尽全力做好手术。在进医院的那段日子,无论多忙,他的从容、耐心和亲切让我们印象深刻。病房的病人都说他手术做得好。

冯医生的良好医德处处体现在为病人着想上,“医者父母心”在他的身上得到充分体现。要是多一些像冯医生一样的医生,真是病友的福气,尤其对待老年患者,他更是耐心倾听,细心诊断,谨慎用药,有问必答,百问不厌。他以人为本,尊重服务对象,从而也赢得了病者的尊敬和爱戴。

贵院领导,我写这封信一来是要表扬和感谢冯建民医生,二来是要感谢你们。你们在行风建设中做了大量卓有成效的工作,冯建民医生就是其中一个典范。希望能有更多冯建民式的医生,是我和广大求医者的真诚期盼!祝贵院越办越好!

患者:吴元纲  
2010年4月6日



## 退管会举办迎世博摄影知识讲座

本报讯(通讯员袁建华)4月13日下午,退管会举办迎世博摄影知识讲座,由原我院摄影师王庆宏主讲,退休职工中的摄影爱好者、街坊长约50余人踊跃参加了此次活动。

这是退休职工党总支,退管会办公室积极举办“世博让城市更美好”摄影展之前,为老职工搭建

一个学习的平台,使大家更好地掌握摄影知识、技能,在融入世博、享受世博中用自己的照相机留下难忘的光影,记录身边美好的故事,抒发自己对祖国、对上海的深深情意。

所有应征的摄影作品都将在庆祝敬老节时展示。热忱欢迎广大老年朋友踊跃参加。

我院退管会于四月八日举办“旗袍文化”讲座,拉开了“城市让生活更美好”系列看上海新面貌”为主题的“旗袍文化”系列活动的序幕。二十余名退休女职工饶有兴趣地听取了由本院退休女职工自己精心准备的讲座,对旗袍的起源和海派旗袍文化有了进一步的了解。在世博开幕期间,这支队伍还要进行旗袍展示活动,向社会展示上海人和瑞金人形象。

傅伟庆 刘晓红 摄影报道·

# 擦亮细节 闪亮世博

## 后勤举办安全世博宣传展

本报讯(通讯员任荣宝)后勤服务中心继2009年底展开的“迎世博安全生产专项活动”后,于4月28日起举办了一期以“聚焦世博安全有序进行,确保世博精彩难忘”为主题的宣传专栏。

宣传专栏展示了在迎世博的日子里,后勤服务中心全体党员和职工秣马厉兵,积极准备,夯实服务基础,备战世博所需的团结向上的举措和氛围。

保障党支部根据党委要求,开展了“我是党员我带头,我是党员我奉献”专题培训。全体党员还在世博承诺版上郑重签名进行承诺。

宣传专栏以真实的图片资料展示了近期后勤服务中心为迎世博所做的各项工作。为了进一步强化班组建设,后勤服务中心认真组织对班组进行考核工作,促进各分中心、各班组进一步提高后勤保障服务水平。特别是迎世博期间,认真做好安全防范工作。后勤服务中心定期对全院的后厨设施设备进行安全隐患检查,对检查中发现的问题,各分中心及时予以整治。为确保病员安全用氧,综合厂对原敞开的氧气开关箱门进行加盖加锁处理,保障分中心认真做好二次供水的严密监控工作,热网、司炉班、配电班等关键部门进一步加大设备的维护。在天气寒冷,环境艰苦的条件下,后勤职工克服困难,想方设法对全院十余个水箱进行全面清洗消毒,接受水样检测,并对水箱加盖上锁,还对水箱清洗消毒管理流程及其安全制度进行全面梳理。餐饮分中心从源头上抓起,狠抓食品卫生安全工作,加强了对食品原料的质量验收,杜绝不符合食品卫生安全的原料流入灶头。各分中心积极落实迎世博应急预案,做好了粮食、病床、床垫、棉被等各项物资的储备,保证世博期间的医疗需求,做到随时需要,及时供应。后勤员工认真学习“岗位服务标准和文明礼仪规范”,积极参加安全生产培训,进行实战演练,对配餐员等进行文明礼仪的培训,促进了广大后勤员工水平的提高。专栏还展示了后勤职工立足本职,建功立业,为医疗一线和广大职工做好保障服务的精神风貌。

## 世博知识小讲堂(十九)

(接上期)

41.爱护公物做主人  
爱护小区的健身器材,保持健身器材的卫生。不在墙壁上乱涂乱画。爱护小区公共设施。

42.停放车辆不随意  
车辆进入小区,要小心慢行,礼让行人尤其是老人和儿童。停车要遵从物业管理人员的安排,不影响进出通道,不破坏小区的绿化和设施。如遇小区内通道狭窄,应相互礼让。

43.控制噪声爱环境  
保持小区宁静,电视和音乐声音不能太响。家里装修应遵守规定时间,不要影响邻居。在小区活动时,不高声谈笑,控制扩音器音量以免影响其他居民。机动车进入小区,不乱鸣号。

44.清洁垃圾讲卫生  
垃圾要及时清理,不得随意堆放。垃圾要放到垃圾箱内并按照规定进行分类。杜绝高空抛物。学会垃圾随人走。

# 以育人为核心 以服务促建设 以创新求发展

## 共青团上海交通大学医学院附属瑞金医院第二十一届委员会工作报告(摘要)

本次会议的主要任务是:认真学习党的十七届四中全会精神,全面贯彻落实科学发展观,总结第二十一届团委会工作,分析当前我院青年的发展形势,明确新的工作任务,坚定不移地抓住工作重点和主线,坚持不懈地建设一个有强大凝聚力的共青团,为我院共青团事业实现新跨越,为推动医疗事业的发展,为即将到来的上海世博会,贡献青春、智慧和力量。

过去两年,院团委在院党委的正确领导下,以建设一个有凝聚力的共青团为核心目标,振奋精神,开拓进取,扎实工作,切实发挥共青团组织青年、引导青年、服务青年、维护青年合法权益的作用。两年来,院团委获全国共青团“号、手”创建工作先进组织奖、上海市优秀青年志愿者服务集体、卢湾区志愿服务先进集体、被评为上海交通大学五四红旗团委和瑞金医院先进集体,实现了我院共青团工作新的发展。

### 工作回顾

一、紧跟步伐,坚持以科学发展观武装青年,着力加强思想凝聚

以党建88周年和国庆60周年为契机,开展各类教育活动,不断加强团员青年理想信念教育。召开座谈会,邀请援建都江堰医疗队队员、防控甲流志愿者与团员青年共同分享经历与感受;在国庆60周年之际,代表全国卫生系统参加全国“迎国庆讲文明树新风”礼仪知识竞赛,获得上海市礼仪知识电视选拔赛季军;开展“青春热点”之“听老同志讲过去的故事,迎接建国60周年”专题座谈会;组织排演《辉煌时刻》——庆祝建国六十周年诗歌朗诵,为国庆60周年献礼。

以身边优秀青年的先进事迹鼓舞青年、感召青年,坚定勤劳刻苦、爱岗敬业的奋斗精神。特邀援非抗疟组成员、感染科青年医师郭斯敏及造血干细胞捐献者妇产科周颀与青年座谈,号召团员青年立足本职,无私奉献。

二、心怀国是,精心组织青年志愿者工作,着力推进事业凝聚

积极组织志愿者参与抗震救灾工作。5·12汶川地震次日,团委向团员青年发出倡议,组成560人的志愿者预备队,600人的献血预备队。团委委员陈敏成为首批支援地震灾区的青年志愿者。肿瘤放疗科潘燕英作为心理康复援助专家帮助受灾群众重拾生活信心。开展“亲情陪护”爱心志愿者服务活动。在“上海青年志愿者亲情陪护行动委员会”上,杨伟国副秘书长代表党政领导,要求全院医务人员高度重视、认真对待收治伤员工作。院团委共组织81名爱心志愿者提供“一对一”亲情陪护志愿服务。

积极面对甲流严峻的防控形势,选派青年志愿者加入交大医学院组织的检验检疫志愿者第一梯队,在上海市出入境检验检疫局浦东国际机场出入境口岸完成一系列的防控工作。

援滇志愿者为贫困地区医疗卫生事业作贡献。团委副书记、心脏科医师陈康作为第十一批上海青年志愿者赴滇扶贫接力队队长前往迪庆州香格里拉县开展为期半年的医疗志愿服务。

选派团干部参与北京奥运会上海足球赛区的志愿服务工作和西班牙萨拉戈萨世博会的志愿服务。团委副书记汪敏娟至团市委进行半年的挂职锻炼,参与上海青年至地震灾区抗震救灾组织工作和北京奥运会上海足球赛区的组织工作。呼吸科医师陈巍作为萨拉戈萨世博会上海志愿者团成员赴萨开展为期14天的志愿服务。

组织并参与的其他志愿活动有:为市第十三次团代会、奥运会上海赛区志愿者誓师仪式提供医疗保健和咨询服务;参加上海市“医苑新星”大型义诊活动;组织医学院博士团暑期“三下乡”赴四川都江堰开展医疗援助工作为当地送医、送药、送技术;参加卫生系统共青团健康快车社区行活动。

三、围绕中心,以迎接2010年上海世博会为契机,着力推进服务凝聚

举行以“健康世博,瑞金同行”为主题的瑞金医院第三届科技文化节。在开幕式暨我院青年志愿者“彩虹家园”平台启动仪式后,50余名医务人员和医学生至三林世博家园开展义诊活动,开设“心肺复苏知识普及”和“合理用药”的健康课堂;特邀“百家讲坛”名师葛剑雄作“从天下到世界——中国与世界”主题报告;音乐学院周平作“音乐治疗与心理健康”的讲座;开展“铭记终身”——瑞金青年与终身教授面对面之王振义院士访谈会;开展第四届与第五届青年医务人员论坛;组织职工参观“雪龙号”极地考察船和中国极地博物馆;组织青年职工开展世博文明礼仪知识大赛、欣赏世界经典名剧、开展创意手工制作。

我院第三届青联换届工作。召开院第三次青联大会完成青联换届工作。开展青联Seminar系列活动,以“我的SCI,我的课题,我做主”为主题,结合自身发表的SCI文章,申请的课题分享经验;开展青联Bridge系列活动,青联副会蔡伟在学生园区中开展“成长的桥梁——医学生职业生涯规划”讲座。青联会员孙福康参与南极科考工作,为“雪龙号”队员健康护航。

深入开展“共青团号”的创建工作。院团委上报全国“号、手”创建活动先进组织奖;灼伤三病区全国青年文明号获上海市青年文明号(共青团号)优质服务示

范集体;计算机中心申报“上海市共青团号”(目前公示中);血液18楼病区 and 急诊抢救室获“上海交通大学共青团号”。

四、立足团建,坚持以改革的精神,着力强化组织凝聚  
坚持党建带团建,在党政领导的支持下开展“推优”工作。全院“推优”人数达49人,35周岁以下的青年有45人加入了党组织,占全院新入党总人数的52.9%。着重在组织建设、班子建设、制度建设、队伍建设上努力。2008年,灼伤、急诊团支部联合组织的“心肺复苏、烧伤急救知识普及”,机关团支部组织的“爱护牙齿从小做起——幼儿园护牙齿宣教活动”获上海交通大学医学院“和谐发展、成才奉献”优秀主题团日活动称号。做好167名超龄团员的离团工作。

定期组织团干部培训班,以“理论与实践相结合”为主导思想,以“团课教育”与“团队训练”相结合为主要形式,提高创造力,增强战斗力,体现凝聚力。

五、把握发展,大力促进青年人才资源的发掘和培养,发挥共青团“育人”的功能

积极探索青年人才队伍建设的有效途径。推荐赵维莅获上海市第十二届卫生系统银蛇奖二等奖、第二届“上海市科教党委系统青年科技创新人才奖”、卢湾区第三届杰出青年;推荐杨伟国获上海青年志愿者行动杰出贡献奖;推荐袁青获“扬子江杯”第四届上海市医务青年管理十杰;推荐陈敏、周颀获“上海市新长征突击手”;推荐陈康获上海市优秀志愿者;推荐周颀参评“感动交大”2008校园新闻人物;推荐2人获交大青年岗位能手,1人获交大十大青年才俊,8人获交大优秀团员、团干部、门急诊和机关团支部部分获交大五四红旗团支部。

六、加强沟通,深入开展调研工作,把握青年思想动态,为医院各项建设献计献策

“爱心交流树”和“世博宣传栏”在全院30多个科室的推广和启用,提高了医疗质量和服务水平。以“医院新门诊大楼电梯运行流程优化”为课题展开的调研,为提升满意度贡献智慧和力量;以“落实科学发展观,医院青年志愿者工作的规范化和长效化”为主题进行调研,通过对300名医务青年的问卷调查,对志愿者工作进行理性思考和分析,该调研课题已获2009年度交大医学院党建研究课题成果三等奖、卢湾区党建研究课题成果三等奖;“青年医务人员思想动态”调研进一步研究青年思想发展的动态,为医院人才建设提供有力信息。

七、组织活动,积极开展精神文明建设,努力为社会和谐医院建设做贡献

组织“奥运与你我同行”院职工亲子趣味比赛、职工业游泳比赛、“奔向2010——上海市慈善慢跑”和第28届

上海市庆“八一”军民长跑活动;与工会、妇委共同组织“亲子杯”家庭对抗赛及“体验世界,未来更精彩”专题讲座,邀请沪上资深教育培训中心教师就子女出国深造等家长关注的问题作了咨询和分析。

### 工作中的思考

- 1.必须坚持党的领导、服务医院中心工作的全局。
- 2.以服务促建设,提升团组织服务大局和服务青年的能力。
- 3.脚踏实地,从基层中培育、凝聚医务青年人才。
- 4.进一步推进团工作的制度化、规范化和长效化建设。

### 今后两年工作的展望

今后两年,我院共青团工作的指导思想是:认真学习贯彻党的十七大和十七届四中全会精神,深入贯彻落实科学发展观,紧紧围绕医院党政中心工作和青年发展需求,全面加强共青团的组织建设和能力建设,以2010年上海世博会的举办为契机,以坚持服务医院与服务青年为宗旨,以挖掘和培养青年人才为基点,加强思想引领,强化服务功能,参与医院建设,强化自身建设,团结带领团员青年为我院的持续发展贡献青春和智慧。

### 今后两年的主要任务

- 1.着力加强服务党政中心,以医院即将出台的“十二五”规划发展为目标,努力体现共青团组织在医疗事业发展中的特色作为  
带领全院团员青年,进一步强化服务党政的中心意识,以“数字化医院,人性化服务,科教创新,生态医院”的医院愿景为宗旨,以“创建亚洲一流医疗中心城市的示范性医院”的目标为方向,积极投身医院的各项建设,为医疗事业的发展贡献青春、智慧和力量。
- 2.以育人为核心,加大推优荐优的工作力度,培养青年为医疗事业可持续发展提供人力  
充分发挥青联和团组织的联络、协调优势,以团干部、青年知识分子作为重点,以推优工作、基层理论学习和品牌活动为抓手,为党凝聚一批重点领域、重点行业的青年医务人才和管理人才。
- 3.加强和改进团的自身建设,深化拓展对青年的有效联系和凝聚  
坚持“眼睛向下,重心下移”的重要要求,力争使团的基层组织覆盖青年,使团的各项工作和活动影响青年,着力提升团组织对各类青年群体的吸引力。

“世界哮喘日”——哮喘是可控制的

2010年5月4日将迎来第十二个“世界哮喘日”，今年的活动主题是“You Can Control Your Asthma”（哮喘是可控制的）。支气管哮喘是呼吸系统的常见病、多发病。随着诊断治疗的不断进展，哮喘患者疾病控制和改善已经较前有明显的改观。但是仍然存在一些误区和不尽人意之处，为了提高使每位哮喘患者的疾病得到控制，我们就相关问题进行一些宣传和讨论，希望得到全社会的关注。

呼吸科主任 万欢英

治疗哮喘需制定长期规范的个体治疗方案

□ 倪 磊 万欢英

治疗哮喘病最重要的原则是：长期。哮喘是一种长期慢性病，目前治疗目标是控制病情发展，减少和减轻急性发作。哮喘是能控制的，但不能达到“根治”。所以哮喘的治疗具有长期性、艰巨性，这就需要病友和家庭树立打“持久战”的思想准备。有些哮喘患者不了解哮喘治疗的艰巨性，总希望用一种药物、一种疗法短期内将哮喘治愈，这是不现实的。哮喘急性发作时，由于憋气、呼吸困难，痛苦万状，希望医生迅速缓解他的痛苦，所以对治疗积极配合；一旦病情缓解，就不能坚持治疗，甚至完全不治疗。殊不知，只有

平时的积极治疗，才能大大减少急性发作的次数，从根本上减轻痛苦，减少潜在的危险性；同时也因门诊、急诊次数的减少，减少了医疗费用和负担。

对哮喘的治疗一定要规范化。这种规范化不是某某医师制定的，而是基于许多临床实践并被临床治疗证实为有效的规范，是全世界治疗哮喘的指南针。目前全球已制定了统一的哮喘治疗的指南（简称“GINA”），并不断的更新和完善。我国呼吸病专家也根据我国的实情制定了哮喘防治指南。只要患者按照哮喘防治指南和专科医师的指导进行

规范化的治疗，就能获得良好的控制，您完全可以象正常人那样生活。所以建议哮喘患者到正规的医院，特别是呼吸科门诊、哮喘专门门诊治疗，而不要迷信什么“偏方”、“秘方”，这样保证哮喘患者得到的是正确、适当的治疗。

哮喘的治疗还要注意个体化。这是哮喘治疗的很重要的一部分，也是有别于其他慢性性疾病的一部分。仔细回顾哮喘治疗的历史，哮喘的治疗药物也无外乎长效和短效支气管舒张剂、吸入激素、茶碱类、白三烯受体调节剂、抗过敏药这几类。但是每个患者

要达到哮喘的控制，医生必须根据每位患者的具体情况选择合适的用药组合、用药剂量，并在患者的不同阶段调整这些治疗内容。所以，A患者的用药效果可能很好，但如果不分青红皂白地用在B患者上，结果可能并不理想。

所以，长期、规范、个体化是哮喘治疗的原则，贯穿于哮喘治疗的整个疗程，患者只有认识到这些原则的意义，才能很好地与医师配合，达到哮喘的控制，使哮喘患者不再受咳嗽、胸闷、憋气的困扰，象正常人一样工作、学习和享受生活。

了解呼吸道感染预防哮喘

□ 汤 薇

引起上呼吸道感染的病原体包括病毒、细菌、支原体等致病原。多数研究表明，呼吸道感染中以病毒为主，病毒感染是引起气道过敏性炎症从而成为诱导哮喘发作的主要因素，尤其是小儿。其机制可能是通过刺激机体产生一些免疫性物质，导致支气管哮喘患者过敏状态加重所致。引起哮喘发作的病原体在不同的年龄组有不同的种类，婴幼儿以呼吸道合胞病毒、腺病毒和副流感病毒为主，学龄儿童则以鼻病毒、流感病毒、副流感病毒和支原体更为多见。病毒感染不仅可以引起气道非特异性炎症，还可促发气道过敏性炎症的发生。而细菌感染虽然在哮喘发作中不占主要地位，但哮喘患者一旦合并细菌感染，细菌也可诱导气道炎症，诱发气道平滑肌痉挛，使哮喘发作加重，尤其在成人更为多见。而且，全身糖皮质激素的使用可能会部分程度上降低机体的抵抗力，使合并细菌性感染的频率增加。而哮喘患者往往很多都合并对一些抗生素的过敏，因此给细菌感和哮喘发作的治疗带来一定的复杂性。细菌性鼻窦炎也可以诱发哮喘发作，尤其是伴有鼻息肉者更易发生喘息。但是，结核病、麻疹、甲型肝炎发病率较高的地区，哮喘发病率反而降低，提示某些特殊致病菌感染对哮喘等过敏性疾病的保护作用。

了解到这些上呼吸道感染在哮喘中的作用，可以指导我们在生活中采取一些措施，更好的预防哮喘的发作。哮喘患者常常有类似的经历，随着疾病的进展，感染在哮喘急性发作中起着越来越大的作用，特别是在中老年哮喘病人中。造成某些患者的思维定势，认为出现流涕、鼻塞等感冒症状以及咳嗽等一些支气管炎症时，就马上应用抗生素治疗，例如阿莫西林、头孢等，传统观念上认为只要一用“消炎药”，感冒伤风就痊愈了。其实这些“消炎药”正确的定义是“抗菌素”，顾名思义，只对细菌感染引起的呼吸道感染有用，而对于大部分的上呼吸道感染而言，病毒才是主要的致病因素，而大众所推崇的“消炎药”对此完全没有效果，反而可能因为滥用抗生素导致体内菌群紊乱，更导致以后治疗的困难。更有甚者，一出现上呼吸道感染的症状就要求静脉应用抗生素，俗称“吊盐水”，殊不知，这种想法恰恰是进入了一个误区。实际上据科学的统计，由细菌感染引起的急性发作只占一相当小部分，所以应客观分析，正确用药。

但是，哮喘患者，包括哮喘患儿及其家长，可以采取一些措施，预防上呼吸道感染的发生，特别是春秋季节交替时。患儿家长首先要根据气候的变化，及时给小儿增减衣服，夜间盖好被子，防止受凉感冒；平时要帮助孩子做一些适量的体育锻炼，增强抗病能力；在气候骤变时尽早使用一些预防性的药物，如肾上腺皮质激素气雾剂、白三烯受体拮抗剂等。

值得注意的是，很大一部分哮喘患者都合并过敏性鼻炎，鼻炎发作时常常出现类似“感冒”样的鼻塞、流涕等症状。部分患者往往会误以为感冒，而是用一些消炎药、感冒药，结果症状反而加重。因此对于哮喘患者，就医时需要进一步明确有无过敏性鼻炎等合并症。若是鼻炎发作，则需要使用相应的鼻部局部药物治疗，或者抗过敏药物等，大部分的哮喘患者在哮喘发作前有过敏性鼻炎症状，早期控制鼻炎也能有效控制哮喘的发作。



运动与哮喘

□ 呼吸科 周 敏

哮喘患者能运动吗？答案是，能。只要注意一些哮喘防治的常识，哮喘患者开展一些有益身体健康的运动是有益处的。不过，值得一提的是哮喘发作中有一类特殊的哮喘——运动性哮喘。运动性哮喘的发病机制尚不清楚，有诸多解释。①气道温度和湿度的丢失；②气道水分丢失造成支气管纤毛周围呈暂时性高渗状态，当渗透压增加时亦会刺激支气管平滑肌收缩；③散热和散热过程还能反射性的兴奋迷走神经，并可导致组胺和其它介质的释放；④缺氧性支气管收缩；⑤代谢性酸中毒；⑥炎症介质释放；⑦α-肾上腺素能受体兴奋亢进等。

运动性哮喘的发生与年龄、性别无关，但常见于儿童和青年，男童比女童多见，这与他们比较喜欢运动有关。多数患者在运动1-10分钟即可出现咳嗽、胸闷、气急、和气喘，胸部听诊可闻及哮鸣音。哮喘发作后及时运动终止，哮喘仍将持续，2-5分钟达到高峰，持续15-45分钟后渐趋平复。缓解。决定运动性哮喘严重程度的重要因素是运动强度，但也与运动种类和方式有关。爬山跑步比游泳更容易发生运动性哮喘。

运动可诱发哮喘发作，但不等于哮喘患者不能运动。恰当的运动对增强患者的体质，增强呼吸道抗感染能力，增强肺呼吸能力是有好处的，但在运动项目的选择方面应有

考虑。一般认为可能使患者大量丢失热量和水分的剧烈运动项目不适于哮喘患者，如登山、长跑、马拉松、短跑等，而游泳则影响较小。

一些药物对哮喘患者运动的进行也能起到保障作用，常用的药物有：①β<sub>2</sub>激动剂：有预防和缓解哮喘作用，运动前15-30分钟吸入沙丁胺醇2-3瓶，可维持4-6小时，一般可获得理想效果，保证运动顺利进行，一旦发生运动性哮喘吸入上述剂量可快速缓解哮喘症状。②色苷酸钠：能稳定肥大细胞，但无支气管扩张作用，主要用于预防哮喘发作，必须较长期正规治疗吸入粉剂20毫克或气雾剂10毫克可预防发作，维持4小时。③抗白三烯药物：对运动性哮喘有预防作用，但对哮喘急性发作时的支气管痉挛无缓解作用。④抗胆碱能药：常用异丙托溴胺雾化吸入，其作用较弱，但对大气道阻塞的舒张作用较好。⑤糖皮质激素：无论口服、静脉注射或气雾剂吸入对哮喘的发作均没有明显的及时预防作用，但长期规则应用可抑制气道炎症反应，降低气道反应性，从而防止运动性哮喘的发作。茶碱对运动诱发哮喘无明显疗效。

因此，哮喘患者只要在医生指导下判断自己的疾病严重程度，选择合适的运动项目，必要时使用有效地预防性药物，一样可以运动，增强体质。

罪魁祸首：吸烟

□ 李庆云

香烟烟雾中存在着4000多种化学成分，尼古丁刺激中枢神经系统，增加心率、升高血压，并有极度的成瘾性；焦油在过滤嘴中粘附呈褐色，它随烟雾被吸入到肺泡，并逐渐被吸收，焦油中含有大量的有毒物质，如甲醛、砷、氰化物、苯、甲苯、一氧化碳等，所有这些有毒物质均可干扰红细胞携氧的功能，造成机体的缺氧。随着科普知识的大力宣传，吸烟和肺癌的关系已经深入人心。哮喘在呼吸科也是一个常见病，那么吸烟和哮喘的关系又怎么样呢？

吸烟增加哮喘患病的危险性，芬兰肺病专家公布的一项研究表明吸烟容易导致哮喘，特别是女性吸烟患哮喘病的危险明显大于男性。经过为期两年的跟踪研究，结果表明吸烟者患哮喘病的危险比不吸烟者高33%。另外，吸烟者戒烟1年后，其患哮喘病的危险仍要比不吸烟者高49%，这表明吸烟者在戒烟后数年里仍有患哮喘病的危险。特别是女性，吸烟的女性以及戒烟1年后的女性患哮喘病的危险要比不吸烟者高出140%。

吸烟会诱发哮喘，近期在澳大利亚塔斯马尼亚州进行的一项时间跨度长达40年的研究项目，据说已经证实了这个人们很久以来一直持有的看法。吸烟诱发哮喘，就是刚才提到的焦油、尼古丁和氰氨酸这些有害成分在作怪。尼古丁等可刺激迷走神经而引起支气管痉挛。焦油可引起支气管粘膜上皮的增生和变异。氰氨酸损害支气管粘膜上皮细胞及其纤毛，使支气管粘膜分泌粘液增多，气道阻力增加，使肺的净化功能和纤毛活动减弱，反射性地引起支气管痉挛。所以吸烟可直接间接地引起支气管痉挛，从而诱发哮喘发作。10个哮喘病人中有8个人叙述香烟烟雾使他们的哮喘加重和恶化。尽管如此，但仍有15%-20%哮喘患者纵容自己保持吸烟这个坏习惯。

被动吸烟同样会诱发哮喘，不要以为自己不吸烟，就等于远离那些有害成分。即使你很讨厌吸烟或不吸烟，你也可以吸到这种烟雾，例如，你家庭中其他成员吸烟；你工作中同事、上司吸烟；在宴会、酒吧、娱乐场所、公共场所中其他人吸烟，你身处这样的环境中，不得不受到烟雾的侵害。有人曾说：“他人的吸烟习惯，也是你生命的灾难”。所以，哮喘病人不可以吸烟，已抽烟者应该戒烟，不吸烟的也不宜在烟雾弥漫的环境中工作和学习。

被动吸烟使儿童哮喘的发病率增高，研究发现大约7.5%的儿童哮喘或有喘息症状的下呼吸道疾病是由患儿母亲吸烟引起。英国在1996年对1万个儿童进行了调查，其结果是，7/10的儿童在吸烟的地方使得哮喘加重或发作；1/3的儿童和吸烟者生活在一起，如果这个儿童的母亲每天吸烟在10支以上，她的孩子就比不吸烟母亲的孩子，患哮喘病的几率增加2倍。如果孩子的父母都吸烟，那么他（她）患有慢性咳嗽、咯痰的症状更常见，这样的孩子每年吸入尼古丁的量相当于60-150支香烟。此外，被动吸烟也可引起哮喘的急性发作。可见，防止被动吸烟对哮喘患儿的健康也非常重要。

总之，吸烟可以诱发哮喘，加重哮喘。因此哮喘患者对吸烟不要置之不理，对于患哮喘的孩子更要注意，如果在孩子跟前吸烟或在门窗关闭的室内吸烟，孩子的肺部一定会受到损害，甚至比主动吸烟所致肺部损害更严重。

为了孩子、为了哮喘患者和自己的健康，一定要下决心立即戒烟。



老年哮喘特指60岁或60岁以后新发生的哮喘(简称晚发老年哮喘)，所以不包括60岁以前发生的哮喘病例。从广义上定义，凡有哮喘症状，年龄超过60岁的病人也可称为老年哮喘，但其中也包括了另一种老年人常见的疾病：慢性阻塞性肺病。

老年哮喘的发作原因与一般哮喘相似，但不同之处是：老年人中长期吸烟者多，吸烟可引起气道高反应性，而气道高反应性正是哮喘的主要病理生理特点之一；老年人更易患高血压、缺血性心脏病等，使用各种β受体阻断剂，易诱发支气管痉挛而导致哮喘发作；老年人易出现胃食管反流，可以通过微量误吸和迷走神经反射引起支气管收缩和痉挛，导致哮喘发作。此外，非甾体类消炎镇痛药物的应用、反复上呼吸道感染、肺功能退化等各种因素对老年哮喘的发病都起到促进作用。

总的来说，老年性哮喘患者的病史较长，除喘鸣外，咳嗽比较明显，痰量较多且比较粘稠，而喘息发作的突然性和可逆性等特征不典型，与其他年龄组的哮喘相比，老年性哮喘患者主要有以下临床特点。

(1)临床上主要表现为咳嗽痰多、气短及阵发性夜间喘息发作；对老年性哮喘的研究发现70%的老年哮喘患者有气短伴有喘息，而非哮喘的老年人只有11%的人存在气短伴有喘息。有63%的老年哮喘患者在发病前就有数年甚至数十年的咳嗽病史，但由于老年人对其不敏感而未能在及时准确诊断和治疗。由于老年患者全身及呼吸系统器官的功能减退和气道对刺激的反应性增加，加上基础肺功能储备不足，一旦发病则容易导致危重型哮喘甚至呼吸衰竭的发生。

老年哮喘

□ 程齐俭

有吸烟者或自行戒烟，而老年哮喘患者往往是在长期吸烟的基础上发生的，从心理和生理上已经适应了香烟烟雾，甚至还有部分患者痰液较多且粘稠而采用吸烟来刺激排痰。

老年哮喘中虽然可能包含了一部分慢性阻塞性肺病的患者，但这两种疾病的治疗方法还是雷同的，都是以吸入药物为主的治疗方法。所以应重视治疗方法和方式的教育。由于老年哮喘是一种慢性疾病，除口服药物外，需要长期吸入支气管扩张剂治疗，但老年人由于认知水平和精细动作的退化，常常不能正确地吸入全部药量，这就需要医务工作者对老年哮喘患者甚至包括其家属进行反复训练，确保规范用药。

与更年期有关吗？

□ 沈敏敏 时国朝

(2)老年哮喘患者的并发症较多；如高血压性心脏病、冠心病、左心衰竭、糖尿病、动脉硬化等都使哮喘的诊断更加困难，同时老年哮喘患者也容易合并慢性支气管炎、阻塞性肺气肿等易与哮喘混淆的呼吸系统疾病而导致误诊。此外由于老年哮喘患者的机体抵抗力较低，合并呼吸道感染也是他们的特点之一。

(3)老年哮喘患者常常倾向于常年发病且发作期较长，但由于老年哮喘患者对寒冷的耐受性较差，冬季发病的比率明显高于其他年龄组的哮喘。老年哮喘的缓解期相对短，特别是自行缓解率更低。同时哮喘发作期的每日变异性小。

(4)与吸烟关系密切。老年哮喘哮喘患者的吸烟者比例很高，与青少年乃至中年组哮喘患者中极少有吸烟者形成明显的对比。青少年及中年人发生的哮喘，由于气道高反应性的存在，对烟雾刺激比较敏感，不愿接触烟雾，故极少

更年期与哮喘似乎是风马牛不相及，但近期欧洲一项多国研究向人们发出警告，女性进入更年期之后，患上哮喘等呼吸疾病的风险增大，同时在我们的临床工作中也确实发现，更年期妇女新患哮喘的情况的确存在。有些更年期妇女，本身可能或多或少的也存在一定的过敏体质。一次呼吸道感染后，咳嗽迁延不愈，久而久之就出现了喘鸣。因此，在更年期因感染诱发的内源性哮喘几率很高。那么，更年期与哮喘发病之间到底存在怎样的关系呢？

更年期出现哮喘的发病机制较为复杂，其中很主要的一个因素为与体内雌激素含量的改变相关。国外有研究证实，在绝经后老年女性中，激素替代治疗患者的FEV1(也就是哮喘中最主要的肺功能指标)较未进行激素替代治疗者显著提高，且临床上发生气道阻塞现象明显减少。另外也有研究证实，经过激素替代治疗，哮喘患者的绝经期身心症状以及哮喘症状均有明显改善。

另外，更年期妇女本身机体较为敏感，抵抗力也开始下降，容易发生包括呼吸道感染等情况，发生哮喘后情绪又较为紧张，对哮喘以吸入激素为主的慢性持续期治疗方案顾虑较多(包括担心激素的副作用)等，所以，多方面的因素造成更年期的哮喘患者病情较重且不易控制。笔者也曾遇到过一位哮喘患者，因为过分害怕使用吸入激素而未规范治疗导致哮喘急性加重，急性加重后又顾虑全身药物的副作用，自行减量 and 拒用，使哮喘急性发作严重程度加剧，病程延长，最终合并出现非常严重的肺部感染和呼吸衰竭导致死亡，非常可惜。所以，作为更年期这样一个特殊人生时期的女性朋友，不但要调整情绪，保养身体，更要在出现病情时调整心态，积极配合医生的治疗，这样才能安全地度过这一生理期，开始快乐的老年生活。