



广博慈爱 追求卓越

第 459 期

2013 年 10 月 30 日

瑞金醫院報

上海交通大学医学院附属瑞金医院主办

RUIJIN HOSPITAL NEWS

http://www.rjh.com.cn

血液科新型“万级清洁病区”启用

纯依靠等离子动态消毒 预计抗生素使用率可降 30%

□ 记者 丁燕敏 摄影 顾明国

本报讯 10月23日,我院新型“万级清洁病区”正式启用,坐落于门诊20楼的血液科清洁病区是国际上首个全部依靠等离子空气消毒技术来实现太空标准灭菌环境的病区。14台先进的、可移动式等离子空气消毒设备同时为整个病区20张床位提供“无死角”的理想无菌环境,这既有益于显著降低患者的感染发生率及由此带来的死亡率,提高危重病患者的整体治疗质量,预计也能让患者抗生素的使用率降低30%以上,同时使患者抗菌药物的耐药性得以降低。



“万级清洁病区”启动仪式上,血液科主任李军民介绍,“这套等离子空气消毒技术专利来自法国,常被用作层流病房的辅助消毒手段,纯粹依靠这种方法进行整个病区的建设和配置,目前瑞金医院还是国际上第一家。而在独立洁净罩的配合使用下,可使洁净度进一步提高到每立方米百级水平,

第三方机构检验实测悬浮颗粒更是达到了“0”的绝对洁净程度,让患者获得外源性感染的可能降至最低。”新型“万级清洁病区”的建立,标志着在白血病的基础研究及临床治疗方面具有传统优势及特色的我院血液科,能对血液病患者进行更符合国际前沿标准的治疗方式,进一步提升学科的整体品质及

规范治疗。正在中国访问的法国国会议员 Valérie PECRESSE 女士、法国驻沪领事馆科技参赞 Frédéric BRETAR 先生也受邀参加了该病房的启动仪式,并和院长朱正纲共同启动“万级清洁病区”的等离子空气消毒设备。

本版责任编辑 丁燕敏

从根源上改善医患关系

□ 胡庆澧

最近接连发生的多起伤医事件使医患关系又成为了社会热点。“白衣天使”成为了“高危职业”,这是古今中外都没有的。

我出身于医学世家,父母都是医生,我和妹妹受家庭影响也学医,我的子孙辈亦是如此。我很热爱我的职业,当年刚分到广慈医院工作时,在高镜朗主任的带领下儿科非常辉煌,在做住院医生的时候我们每周工作6天半,虽然非常辛苦但是内心充实愉悦,因为那时候我们感到工作很有成就感,我们全心全意为病人考虑,病人也非常尊敬我们。当时中国的经济实力虽然还比较低,但有公费、劳保,农村的三级医疗保健网络,看病由政府、机构和集体买单,医生和病人是共同对付

疾病的盟友。70年代WHO就曾向全世界推广中国的经验,指出中国实行的合作医疗、公费医疗和赤脚医生等制度为人均寿命的大幅提高作出了重大贡献,是全球特别是发展中国家的榜样。

现在的医患关系恶化有各种原因,有人说医生贪心,有人说病人素质不够,有人说社会矛盾集中在医院。但我觉得主要原因还是在于我们某些制度将医患关系从共同的战友关系变成了对立的消费关系。所以从根源上来看,我认为,首先要恢复公立医院的公益性。公立的医院就应该由政府来承担医院的开支,使医生安心看病,全心全意为患者治病,从根本上重建失去的医患信任。其次,努力重建分层就诊体系,各级医

院各司其职,将大医院从看感冒等常见病中解放出来,避免医疗资源的极大浪费。再次,高度重视初级卫生保健的体系,呼吁整个社会对健康负责。欧洲卫生部长在总结了10年的医疗体制改革经验后曾在其Ljubljana宣言中提出,医疗体制改革走市场化的道路是不合适的;联合国教科文组织的报告中也指出,健康是整个社会的责任,既是政府和卫生工作者的责任,也是全社会每一个人的责任,病人也必须对自己的健康负责,必须改变不良生活方式以减少各种疾病的发生。

医患本是战友,共同的敌人是疾病,希望我们每个人都能意识到这一点,更希望医改能顺利推进,从根本上解决医患关系,推动中国卫生事业的健康发展。



□ 记者 周邦彦

本报讯 第十三届上海市科技精英评选活动结果于近日揭晓,我院副院长宁光教授荣获“第十三届上海市科技精英”称号。

上海市科技精英评选已列入市委、市政府《上海市中长期人才发展规划纲要(2010—2020年)》,是上海实施高层次创新型科技人才开发计划之一。此次评选共收到本市各有关高等院校、科研机构、各类企事业单位、学术团体等推荐的候选人申报材料共101份。评选从学科发展、技术创新、能力水平、团队精神、发展潜力等多个方面进行综合考量,着眼于优化科技人才评价制度,以科研能力和创新成果为导向。

上海市科技精英奖设立于1989年,每两年评选一次,以“尊重知识、尊重人才,表彰奖励在推动科技进步和社会经济发展中作出突出贡献的本市中青年科技工作者”为宗旨,20多年来已形成和完善科技领军人才、中青年高端科技人才的发现、扶持和举荐机制。

宁光教授获上海市科技精英称号

市卫生系统开展文明服务主题活动 我院获“细节服务举措创新奖”



□ 通讯员 奚菁

本报讯 上海市卫生系统开展“关爱患者,从细节做起”文明服务主题活动已进入第二年,为总结凝练活动的阶段性成果,交流推广精神文明创建举措,10月24日下午,市卫生系统“关爱患者,从细节做起”文明服务主题活动交流推进会召开。

大会表彰了我院等30家单位为关爱患者,从细节做起文明服务主题活动“先进单位”,我院“门诊一站式就医及报告自助查询打印”等60条举措为“细节服务举措创新奖”,院党委副书记俞郁

萍上台领奖。瑞金医院北院党委常务副书记袁青以“从细节入手,关爱患者”为主题作交流发言,报告充分展示了瑞金医院北院作为市政府郊区三级医院“5+3+1”项目的组成性成果,交流推广精神文明创建举措,10月24日下午,市卫生系统“关爱患者,从细节做起”文明服务主题活动交流推进会召开。

会上,市卫生计生委党委副书记邵惊雷高度肯定本次文明服务主题活动所取得的成绩,希望获奖单位进一步发挥引领示范作用,推动这项活动更深入开展,让百姓更切实感受医改的成效。

讣告

我国著名腹部外科专家、上海交通大学医学院附属瑞金医院终身教授、《外科理论与实践》杂志主编、原上海第二医科大学腹部外科研究室主任、瑞金医院外科主任、中华医学会上海分会普外科学会主任委员、上海消化外科研究所名誉所长、法国国家外科学院外籍院士林言箴教授于2013年10月19日13时05分不幸病逝于瑞金医院,享年89岁。

林言箴教授治丧委员会
2013年10月21日

讣告

上海交通大学医学院附属瑞金医院终身教授、中国共产党党员、原瑞金医院神经内科主任、神经外科主任、中华医学会神经外科分会第一、二届常委、上海医学会神经外科分会副主任委员、《中国临床神经科学杂志》副主编张天锡教授于2013年10月21日14时42分不幸病逝于瑞金医院,享年88岁。

张天锡教授治丧委员会
2013年10月22日

讣告

中国著名肾脏病学专家、上海交通大学医学院肾脏内科学教授、附属瑞金医院终身教授、瑞金医院肾脏病学专业创始人,原瑞金医院大内科副主任、肾脏科主任、第二届上海医学会肾脏病学学会主任委员、中华医学会第三届肾脏病学学会主任委员、第二、三、四、五届亚洲太平洋地区肾脏病学学会理事董德长教授于2013年10月23日(北京时间)18时56分不幸病逝于美国,享年91岁。

董德长教授治丧委员会
2013年10月24日

心系井冈山 服务老区人民

民盟瑞金医院总支开展为老区人民义诊活动



□ 通讯员 陈宇红

本报讯 9月27日,民盟瑞金医院总支成员在总支主委、神经内科主任赵卫国的带领下来到革

命老区井冈山开展“心系井冈山,服务革命老区人民”义诊活动。

专家们不顾劳累,一下火车就直接驱车赶往井冈山市中医院。许多当地居民听说来自上海

瑞金医院的专家来义诊,早早来到现场排队等候。专家们仔细询问病情,耐心解答疑问,为百余位患者提供了优质的医疗咨询。义诊范围涉及呼吸科、内分泌科、消化科、神经内科、普外科等,上海医生的到来受到了广大井冈山市民的欢迎和称赞。

在持续3小时的义诊活动结束后,民盟内科支部主委、消化科副主任王立夫还为当地的医务人员作了“消化道出血的诊治要点及进展”的讲座,当地医务人员都表示非常实用,对提高诊疗水平有很大帮助。

井冈山市市长陈敏和卫生局局长江美华亲切看望了全体义诊专家,并对此次义诊活动表达了感谢。

我院临床内分泌实验室顺利通过CAP复审

□ 通讯员 伍贻新

本报讯 我院临床内分泌实验室自2011年获得美国病理学家学会(College of American Pathologists, CAP)的实验室认可后,经过两年的不懈建设和持续改进,于今年9月16日,迎来该

机构美国专家的复评审,并以优异的成绩通过,再次获得延续两年的认可证书。

CAP认可近两年在中国有较大发展,其认可成员增长了25%,反映了国内实验室对国际高标准质量体系认可的认同。我院临床内分泌实验室一直以来将提

高临检质量为己任,通过引入先进流水线和加强员工培训等手段,强化质量管理和环节控制。作为全国内分泌基准实验室和国家卫生计生委重点临床实验室,我院内分泌实验室一直走在全国同行的最前列,率先达到了国际最高认证标准。

加强医疗技术管理 保障医疗安全

□ 通讯员 胡秋敏

本报讯 为加强我院医疗技术管理,保证医疗技术的安全开展,10月16日,医务一处组织召开医疗技术临床应用管理研讨会,并邀请了市卫生监督所医疗质量与专项技术监督科杨兰馥主任、黄浦区卫生监督所俞淑华所长到会为我院医务人员进行相关培训与讲座。全院临床各科室医疗技术负责人、医疗干事及相关医务人员参加了会议。

医务一处副处长陆勇首先对近几年来我院开展医疗新技术、新业务准入及管理的实践做了简要回顾总结,并提出下一步工作思路。杨兰馥主任对《医疗技术临床应用管理办法》进行了深入浅出的解读,对《办法》产生的背景、医疗技术的概念及监管、违法违规的处理作了详细解释。俞淑华所长从卫生监督执法的角度对医疗卫生法律、法规深入剖析,通过列举典型案例,就如何依法执业、保证医疗质量等方面对我院医务人员进行了系统培训与指导。讲座结束后,与会者还就各临床科室感兴趣的问题开展讨论。

此次研讨会的召开进一步增强了我院医务工作者的法律意识及职业责任感,为夯实医疗基础、保证患者安全奠定了基础。医务一处将继续加强对我院医疗技术的准入管理,确保新开展医疗技术的规范性和合理性,加强监管,发现问题及时整改,保障医疗安全。

上海微创脊柱外科国际论坛在我院举行

□ 通讯员 刘畅 记者 丁燕敏

本报讯 10月18日至19日,2013上海微创脊柱外科国际论坛在我院召开。本次论坛主席、我院骨科副主任梁裕在报告中指出,推动微创脊柱外科健康、快速发展,对脊柱外科临床医师来说,是机遇,也是挑战,更是使命。

梁裕介绍,微创脊柱外科(Minimally Invasive Spine Surgery, MISS)是一个新兴的专门技术,借助特殊手术器械和方法,在保证手术疗效的同时,极大地减少手术对相关组织的损伤,缩短病人的康复时间。作为脊柱外科发展的方向之一,微创脊柱外科技术近年来在国内得到了快速发展,临床应用日益广泛,相关的临床与基础研究受到国内外骨科临床工作者的重视,也受到广大

脊柱疾病患者的欢迎和关注。

同时,他也指出,临床新技术的开展,既需要热情,也需要理性;期待热议,也呼唤冷思考。应该看到,微创技术与传统的开放性手术有各自的适应证与禁忌,二者应该是相辅相成而非简单的取代关系。微创外科不能解决外科中的所有问题,还有许多临床实际问题亟待思考和解决。不论如何,随着更多循证医学证据的积累以及先进导航系统、辅助材料等的应用,人们有理由相信,微创脊柱外科将拥有更加美好的未来。

本届论坛由中华医学会骨科分会微创学组、中国医师学会骨科分会脊柱外科工作委员会、上海医学会骨科分会微创学组主办,我院骨科承办。广邀国内

外脊柱外科知名专家,以微创脊柱外科技术为重点,同时对脊柱外科的热点临床问题和最新技术进行专题讨论。

中华医学会骨科分会候任主委、北京积水潭医院院长田伟教授,上海骨科学会主任委员、上海长征骨科医院院长袁文,中华医学会骨科分会微创学组组长、重庆新桥医院骨科主任周跃等在开幕式上致辞。现任国际微创脊柱外科学会主席 Greg Anderson 教授及来自日本、韩国的国外嘉宾与国内同行就微创脊柱外科领域中共同关心的问题进行了广泛而深入的交流。来自全国骨科和脊柱外科医生共200余人全程参加了本次会议。我院院长朱正纲教授到会祝贺。

情系粉红丝带 关注女性健康

□ 通讯员 陈婷婷

本报讯 本月是“乳腺健康关怀月”,为更好关爱女性健康,10月26日上午,由我院乳腺疾病诊治中心与上海市慈善基金会粉红天使基金共同主办的“粉红丝带”女性健康关爱活动在我院门诊三楼举行。粉红丝带关爱活动由女性佩戴“粉红丝带”为标志的乳腺癌防治运动发展而来。据上海市疾控中心最新监测数据显示,2012年本市女性乳腺癌新发病例达4000多例,且发病率以3%至4%速度急剧上升。

活动当日,我院乳腺疾病诊治中心的多位专家放弃休息,来到医院为市民提供了义诊咨询服务,并进行了乳腺疾病防治的科普讲座,呼吁女性要加强自我防范意识,关注乳腺健康。此外,活动现场还设置了义卖等多个环节,所得款项将全部捐赠给上海市慈善癌症研究中心作乳腺癌研究基金使用,受到广大乳腺癌病友欢迎及响应。

上海市总工会女工部副部长张红,上海慈善癌症研究中心管委会主任、我院终身教授李宏为,我院党委书记杨伟国、副院长胡翊群、乳腺疾病诊治中心主任沈坤炜等出席了本次活动。



为响应国家卫生计生委《关于开展“服务百姓健康行动”全国大型义诊活动周通知》要求,10月13日至19日活动周期间,我院门诊部组织了一批年资高、业务精、临床经验丰富的专家团队开展了一系列大型讲座、义诊咨询、科普知识宣传等活动,深受广大群众好评。(图为10月17日,我院心脏内科、神经内科、内分泌科、呼吸科、消化内科、普外科、乳腺外科、泌尿外科、核医学科等科室的专家为市民义诊) ·杜凌燕 摄影报道·

第二届上海移植免疫论坛召开

特异性免疫耐受是移植研究关键点

本报讯 10月18日,由上海市移植免疫专业委员会主办,我院承办的第二届上海移植免疫论坛暨上海市科协第11届学术年会在我院举行。来自海内外致力于器官移植及移植免疫工作的资深专家、临床医生、科研工作者、研究生以及热心于移植事业的工作者总计130余人出席。

论坛上,美国 Northwestern University 著名移植免疫耐受专家 Prof Xunrong Luo 以及部分国内各类器官移植及组织移植专家、移植免疫基础研究人员,就器官移植免疫耐受、免疫调节,移植受者免疫表观遗传调控,天然免疫系统对器官移植

的作用及影响,移植受者感染及免疫监测、评价,器官移植临床及国际移植领域新视点、新进展等内容作专题演讲及讨论。

本次论坛主席、上海市移植免疫专业委员会主任委员、我院移植中心主任王祥慧介绍,目前,尿毒症患者不断增加,但供体器官严重短缺,移植排斥、感染及肿瘤等风险以及免疫抑制剂不良反应等问题尚未完全解决,成为移植器官及器官移植受者长期存活的重要障碍。是否可以应用一种特殊技术在移植后或移植前就给与“预处理”,使

器官移植受者在移植术后可以不用抗排斥药物,而能长期维持移植器官功能正常?王祥慧表示,诱导宿主产生对移植器官的特异性免疫耐受是这一技术的精髓,如能在移植临床实施,不仅可避免免疫抑制药物的不良反应,又可免除了免疫抑制药物导致的感染及肿瘤的威胁,且在经济上更是极大节约了医疗费用。会上,王祥慧主任介绍了肾脏移植的现状与移植热点与进展,并结合我院肾移植情况与论坛与会者做了深入交流。

·肾脏移植中心供稿·

瑞金医院党的群众路线教育实践活动 专题学习交流

“学习教育、听取意见”是群众路线教育实践活动的第一环节，“查摆问题、开展批评”是群众路线教育实践活动的第二环节，也是教育实践活动承上启下的关键环节。目前医院党员领导干部正根据教育实践活动的总体要求，开展谈心活动以及诚恳的相互批评和自我批评，职能部门的副处级党员干部也将参加所在党支部的专题组织生活会，带头查摆问题，分析原因，主动接受组织监督。现节选部分职能部门负责人的心得体会进行刊登，供大家分享、借鉴和交流。

俞郁萍

我认真学习了群众路线的相关材料，结合工作实际，体会如下：

认真重视职工群众的意见和诉求。医院发展靠领导班子的引领和决策、中层干部的执行和反馈，更依靠广大职工干部的辛勤付出和努力。医院的职工群众对医院发展有清醒的认识、透彻的分析和合理的建议，我们应该认真倾听群众的心声。

正确处理工作推进和职工群众反映的关系。医院发展离不开职工群众的无

私奉献，同时也离不开他们的支持和配合。我们历来有很好的群众基础，只要坚持中心工作和发展大局，敢碰硬、动真格，一心一意谋发展、一抓到底不放松，才能真正让群众满意。

忠于职守、敢于担当。在目前医疗制度改革不断推进，对医院精细化管理要求的不断提高，反腐倡廉工作的持续深入、医院内部发展和改革任务艰巨的现状下，需要我们各级干部有坚定的意志，团结一心攻坚克难，以更崭新的姿态投入我们的工作中。

汪新

随着信息技术的发展，门诊管理者已可以坐在办公室实时总览整个门诊的运行状态，如各科挂号量、医生出诊数、病人候诊数等，因此使得我们管理者常常重视从数字来到数字去分析门诊的现状和解决问题的措施，却忽视了一线医务人员在这些数据背后的辛酸

苦辣，他们的所思所想；同样如果我们不去聆听及查看门诊病人就诊过程，也很难会把握就诊中的瓶颈问题。坚持深入基层，深入一线，坚持以人为本的管理理念，使我们能探究每个影响数据的真实原因，在尊重医务人员劳动价值，维护医务人员权利的基础上，通过整合、功能重组为患者提供更好的就医流程。

邵洁

在教育管理中，有些问题的发生看似偶然，实际上和我经常深入临床教学第一线，对具体工作缺乏了解有关。比如，我们布置考场，在搬运模具时发现很多模具已经严重破损，或者没有很好保养，肮脏不堪。发现这样的情况自己感觉很惭愧，因为问题存在不是一天了，由于平时参与这些工作不多，同事的反映也没有注

意，到考试时才发现，整改已经来不及了。应该经常深入第一线，了解情况，对同事反映的大小问题，一定要深入调查，及时解决，这是作为一个部门的负责人的基本任务。如果我做到了，也不至于今天才发现。通过学习、自我反思，曾经认为四风问题离我比较远，其实不然，表现形式不同而已。需要不断学习，开展批评与自我批评，虚心接受意见，踏实整改，一定能提高目前的工作业绩。

夏振炜

作为职能部门的行政人员，由于在学术认知角度、信息掌握程度等方面存在一定的局限性，难以做出正确的判断。而各学科内专家或科学家均有很强的独立思考能力，对事物往往有独到思考和见解。优秀科学家对自己所从事的学术研究方向有深入了解和把握。因此，在科

研管理工作中，与专家或科学家们面对面沟通，拉近与他们间距离，请专家或科学家参与学科发展的研究和讨论，使他们与自身学科发展紧密联系在一起，增强他们的认同感和归属感，激活他们的积极性和创造性，达到实现工作目标之目的。这不仅是坚持群众路线的根本要求，同时也是博采众长、科学判断，避免认知局限性的前提和保障。

顾国青

开展群众路线教育实践活动，对于党员干部即是一种自我反省，又是一种自我促进。

在财务支部群众路线教育实践活动专题组织生活上，每位党员同志认真学习，深刻认识了此次教育实践活动的重

要性和必要性。大家一致认为，从小事做起，从身边事做起，发扬艰苦奋斗、勤俭节约的精神，带头反对铺张浪费和大手大脚，带头抵制拜金主义、享乐主义和奢靡之风，在日常的各项工作中时刻贯彻勤俭节约，精打细算，在财务工作中严格把关，真正把有限的资金和资源用在刀刃上。

朱海燕

对照十八大要求，对自己一年多来进入新岗位的工作情况进行审视：由于对于新岗位工作的不了解，因此，这一年多来对于所有的工作都是深入第一线，对于原先毫不熟悉的后勤岗位进行全面的了解，和各临床科室、医技科室、以及各职能处室多沟通，做到有问题及时现场了解，有效沟通，尽量高效落实。在工

作的同时加强和部分后勤一线工人交流，了解各项工作具体要求，多听听一线工人对于目前工作的评价以及好的意见和建议，了解工人的工作、生活、学习、乃至家庭。但是我对于工人的关心可能还是不够的，希望能够通过更好的学习和交流，建立一支技术过关、团结一致、和谐发展的后勤保障队伍，能使广大后勤员工努力工作、开心生活、全力保障医院建设。

张欣欣

结合临床病毒研究室的日常工作和管理，主要有以下两点体会：始终遵守“从群众中来，到群众中去”的原则，每周三定期召开全室人员会议，除了传达布置院周会的各项任务外，对如何进一步提高质量、降低成本、不断开展新的项

目，更好地为临床一线服务，广泛听取大家的意见，对临床监测中出现的一些问题及时进行讨论，提出相应的整改措施，追求可持续发展。监测每个环节，杜绝一切可能的浪费。近几年来，实验室建立了每月一次的小组入库试剂与发送检测报告数量的核对，杜绝一切可能的浪费，在每一位员工中树立起勤俭节约的观念。

丁晓毅

勤俭节约是中华名族的优良传统，为人上：静以修身、俭以养德；谋事上：成由俭、败由奢；执政上：秉公保民、清廉节俭；因此奢靡浪费不符合中华民族文化传统。

针对我们医务二处的工作要求，我个人先带头，不搞铺张浪费，不搞形式主义和花架子，密切依靠老年科的医务人

员和医院的专家，制定科学合理的规章制度。针对瑞金医院这一大型三甲医院，我们还有许多需要改进的地方，从小处讲，我们应该表扬做得好的个人和部门，批评浪费者，在医院内形成一个良好的节约之风。从大处讲做到人力成本尽量降低，在工作实践中做到勤俭节约、反对浪费，我们的医疗活动才符合现代的低碳环保理念，我们的事业才有生命力。

吴蓓雯

通过学习，我认识到要时刻把职工群众放在心中最重要的位置，切实将职工群众的利益放在第一位。目前我受院党委、政班子的信任和重托，担任着全院临床护理工作和对近1600余名护士的管理工作，我深刻认识到了日常工作中除需努力

履行好岗位所赋予职责的同时，还应牢记“一切为了群众，一切依靠群众，从群众中来，到群众中去”的群众路线。应挤出更多的时间与不同层面的护士沟通，想方设法为护士解决实际困难，努力维护好广大群众的利益，并努力为护士们搭建和提供好发展的平台和机会，切实做好医院管理层与广大临床一线护士间的桥梁。

吴平

我作为支部书记，一定要自己先学习好，对自己有深刻的认识和剖析，然后带领好教工党员和学生党员，以高度的政治责任感和历史使命感，以良好的精神状态和扎实工作作风，将学习实践活动做好。改进工作方法，创新工作思路，要有克服困难的勇气和决心。我作为党

员干部，不能只满足于已经取得成绩。在新形势下，我需要有与时俱进的意识，积极主动地去改进和创新。虽然会有困难，有时甚至会触碰和影响到个人利益，但是只要是对全局有利的，对广大群众有利的，我就要坚持做下去。工作中，我还要主动团结群众、依靠群众。因为人民群众是我们力量的源泉。只有群众认同的改革、依靠群众的改革，才能取得胜利。

金玮

到群众中去，就是要“接地气”，要认真研究社会环境的新变化和职工工作的新特点。没有调查就没有发言权，人力资源处的工作不能“关门办事”，要时刻走到群众之中，开展调研，聆听和发现职工最为强烈和最为突出的诉求。

目前，人力资源处正在制定新一轮医院的定编定岗工作，在岗位设置的过程中，不仅要做到照章办事，更要通过走

访科室，与科室（部门）核心领导小组和职工代表面对面交谈，才能在既定的框架下，平衡科室用人需求，科学制定定编定岗方案。

职工的发展代表着医院的发展，密切联系每一位职工，是人力资源处在开展工作中必须坚持和发扬的工作方式。正确运用群众赋予我们的权利，认真履行职责和义务，为群众办实事、办好事，树立以群众为先、为群众服务、让群众满意、让群众放心的工作理念。

李莉

结合自身实际工作，我觉得主要从以下几个方面抓起：不论在什么工作岗位，“敬业、协作、高效”的要求是共通的。面对百年老院的资产管理面广量大管理薄弱的现状，我要做到从小事做起，从基础做起，建章立制，逐步规范。

要把学习当做修炼内功，当做一种境界、追求和一种责任。做到下工夫、挤

时间、常读书、多实践、勤思考，使自己成为业务上精通的人、工作上精干的人、岗位上胜任的人，不断适应日益严谨规范的国有资产管理的新的要求。

公立医院的改革进入关键环节，在今后的的工作中我院难免会遇到诸多困难和矛盾，作为处室负责人和党员干部，不仅要有智慧和勇气创造业绩，更要乐于承担艰难险重的任务，勇于克服各种困难，敢于迎接各种挑战。

朱铭

从瑞金医院北院这个社会细胞而言，群众路线教育实践活动，一方面，需要广大医务人员对医院班子集体及班子每一位成员的工作、生活作风进行监督和批评；另一方面，更需要对北院的定位、发展方向和近期发展目标建言献策。北院启用尚不足一年，作为班子成员，需要时刻提醒自己，带头厉行节约。

就北院的工作实际，个人以为：需要通过这次学习，统一思想，加强和完善制度建设。从班子工作和作风着手，层层推进至每一个职能部门和有权力运用的工作岗位，从根本上改变北院的整体工作作风，优化工作流程，服务临床一线和广大病员；要营造倾听一线群众意见的氛围，建立健全意见反馈制度并加以落实，接受群众监督，从而切实解决群众日趋关心的各类问题。

陈海涛

北院的发展和建设正处于起步阶段，面临的困难很多，我想作为一名管理者，更应把群众路线教育实践活动贯彻在医院工作的始终，把群众路线作为医院最根本的工作路线。

在工作中要深入群众，广泛听取科

主任、医护人员对于学科的建设布局和发展的意见和建议，根据人员和学科的需求及时调整策略。在创新工作上用心，严于律己，识大体、顾大局，以德为先，淡泊名利，带领北院全体员工在促进发展中使劲，力争打造医疗流程优化、业务有特色、管理有规范、服务有特点，各项工作有规章的特色医院。

秋季需防护呼吸系统疾病

□呼吸内科 周剑平 周敏

每逢秋季，都有许多患者因罹患肺炎等呼吸系统疾病而入院治疗，其中以老年患者居多，因呼吸系统疾病导致严重的并发症时有发生，因此做好防范工作十分重要。此外，秋季是支气管炎极易复发的季节，应做好预防工作，降低或减少支气管炎的复发。老人感冒不可轻视，有时老年人感冒可表现为周身乏力疲劳感，或仅有轻微头晕、思睡，若此时未能给予治疗，进一步发展就会出现咳嗽、咯痰，如果老年人既往就患有“老慢支”，就有可能被误认为是慢性支气管炎急性发作。老年人由于呼吸系统功能的减退及全身免疫力下降，不但易于患感冒还会因感冒而并发支气管炎、肺炎，甚至继发肺脓肿；若原有肺部疾病的患者，会使原病情加重；有心脏病的患者会使原有的心脏病恶化，进而诱发心绞痛、心功能不全等。另外，老年人得了感冒后，明显较年轻人恢复慢，多在2-3周

才能得到基本恢复，有的则需几个月的时间，周身乏力、头晕等症状才能完全消失。可见预防感冒比治疗感冒显得更为重要。

具体措施如下：

一、加强耐寒锻炼。坚持用冷水洗脸，早晨到空气清新的地方做深呼吸，并进行适当的体育活动，可使支气管黏膜逐步适应寒冷空气的刺激，同时可提高身体素质，增强抗病能力。

二、预防感冒。伴有基础肺部疾病的患者耐寒能力差，所以注意保暖对预防感冒十分重要。

三、防止污染。居室内要定时通风换气，温度、湿度应适宜，居室的门窗应定时打开，使空气流通，室内细菌减少，但每次通风时间不宜过长，以30分钟为宜。居室内严禁吸烟，尽量避免油烟、煤烟和粉尘的污染。

四、注意饮食调养。要注意摄入高蛋白、高维生素饮食。平时多吃牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼、豆制品等

营养价值高的食物。

此外，秋季时要注意天气的变化，适时增减衣服，避免着凉。另外，应尽量少去或不去人口较多的场所，如商场、车站、集市，以防被传染上感冒及其他病菌。天气较冷时，吸入寒冷和干燥的空气对于患有呼吸道疾病的患者是不利的，所以在疾病急性期应尽量避免外出。如必须外出，之前应喝一些温水，多穿几件衣服。最好穿能够防风 and 防雨的衣服，这样可以帮助保暖。必要时可戴围巾或口罩护住嘴和鼻子，避免使呼吸道直接暴露在寒冷的空气中。对流感疫苗不过敏者，可注射流感疫苗。如出现鼻塞、流鼻涕、咽痛、咳嗽、咳痰、胸痛、呼吸困难等不适症状时，症状较轻者，可在家自行处理，吃一些感冒药，多喝开水，多注意休息；但如果症状较重，发烧超过39摄氏度，或出现呼吸困难、咳血、胸痛剧烈时，应及时到医院就医。患有慢性呼吸道疾病的人群要严格按照医嘱用药，以维持呼吸功能稳定，既不可随意停药，也应避免盲目滥用药品。

健康与美丽是每个人都向往的，人们为了达到这目的，几乎想尽了所有的办法。但也许你还没有留意到，维生素就是一种能让生命变得健康与美丽的神奇物质。它不仅是身体健康所必需的元素，而且能让渴求美丽的女性变得明艳动人。所以在时尚女性中，补充维生素已渐渐成了一种流行。



维生素——让生命健康美丽

□核医学科 陈刚

维生素C可防皱防斑

皱纹可以说是爱美女性的大敌，而多食维生素C对防止皱纹十分有效。因为皱纹的产生是由于胶原蛋白不足。缺乏维生素C时，胶原蛋白的合成大大减少，而如果补充足够的维生素C则可帮助合成大量的胶原蛋白，从而达到防止皱纹产生的目的。另一方面，维生素C对防治黑斑、雀斑十分有效。如摄取充分的维生素C便能抑制皮肤表皮下方的色素母细胞分泌过量的色素，并且能将多余的色素迅速排出体外，维持正常的新陈代谢，减少黑斑的生成。此外，藉维生素C的还原作用也能促使色素还原成无色。

山楂、西红柿、橘子、柚子、草莓、辣椒、油菜、卷心菜、菜花、芹菜、香菜、青皮萝卜等都富含大量的维生素C。

维生素A令你明眸皓齿

维生素A主要作用是保持皮肤、骨骼、牙齿、毛发健康生长，还能促进视力和生殖机能良好的发展。因此摄取充足的维生素A，能让你拥有明亮的眼睛和健康的牙齿。

动物肝脏、鱼肝油、菠菜、辣椒、胡萝卜、南瓜、白薯、油菜、洋葱和全乳制品等，都含有丰富的维生素A。

维生素B1给你的精神加油

维生素B1能将糖分中的热量分解出来，然后再一次分解成为水及二氧化碳。因此如果缺乏维生素B1，糖分便无法彻底分解，而在体内留下乳酸及噁啶酸等物质。体内乳酸的含量一旦增多，便会使人感到疲倦，出现手足麻木、皮肤浮肿，甚至影响大脑神经。因此补充维生素B1便能起到提神的作用。

未经精制的谷类内含有大量的维生素B1，因此多吃全麦面包、糙米、胚芽米、胚芽面包等便能摄取足够的维生素B1。改吃添加维生素B1的白米，或与别的含丰富维生素B1的食物一同进食，例如猪肉等都能起到良好的作用。

维生素B2防止口腔糜烂

根据有关的统计资料，维生素B2缺乏是最常见的。它的缺乏会导致口腔炎、口角炎、眼睛充血、精神恍惚、皮肤干、头发大量脱落等。

多吃豆类、糙米、绿叶蔬菜、麦片、瘦肉和蛋类等都可以补充维生素B2。

维生素E抑制癌症

谈到抑制癌症产生，就属维生素E效果最佳。要保持体内有足够的维生素E，首先就要戒除吃零食的习惯。薯片、炸米果等用油炸过的零食虽然好吃，但却是维生素E的大敌。因这些食物中含有的过氧化脂肪会消耗掉体内的维生素E。要摄取足量维生素E，建议食用小麦胚芽，可掺在汤或炒饭里。此外绿色蔬菜、鲜小米、胡萝卜、菠菜、南瓜和杏子等也是富含维生素E的好东西。

维生素是维持健康身体所必不可少的，而现代人往往容易产生维生素缺乏症，比如作为流行时尚之一的减肥就极易导致维生素的缺乏。另一方面，增加热量消耗的同时，其他营养素的消耗亦会增加。如平均每增加1000千卡的热量消耗，需要增加0.5毫克的维生素B2，且随运动量的增加，人体对抗氧化的营养素，如β-胡萝卜素、维生素C、维生素E等的需要也随之增加。因此，在增加体育活动的减肥过程中，注意维生素的额外补充是十分重要的。否则运动后会出现疲劳、头晕等现象。

要保持体内有足够的维生素其实并不难，一方面是要注意饮食的均衡搭配，另一方面也可服用一些维生素制剂。相信你了解了维生素的作用后，就再也不会忽视它的存在了。

从今秋开始，让慢性气道疾病患者安度每个四季

□北院呼吸科 陈聆 程齐俊

呼吸内科病房住院患者孙老伯69岁了，十余年来他反复咳嗽、咳痰且活动后气短，时重时轻。老伯说：“这是年纪大，老毛病，越来越重，看不好了。天冷严重时去医院吊针会好些。”同病房的三十多岁的小李附和道：“我们都是哮喘，不过我是闻到某些味道或感冒了要喘，到医院吊吊盐水就和正常人一样了。”

其实，老百姓认识中的“哮喘”只是一种症状，它可以是不同疾病的临床表现。孙老伯和小李的病看似一样，都是反复发生的咳嗽、咳痰及胸闷气促，但他们患有不同的疾病。孙老伯的疾病早在5年前就已经明确诊断为慢性阻塞性肺病（简称慢阻肺，或COPD），小李则有反复“哮喘”病史近10年。其他使患者反复秋冬季咳嗽、咳痰或胸闷、气促加重的慢性呼吸道疾病，包括支气管扩张症、慢性支气管炎等。

查房医生告诉孙老伯和小李，如果你们平常规范治疗，这次就不会发病住院，并可以预防以后反复发病，防止疾病造成的肺功能下降。孙老伯坦言，医生曾经给他开了吸入药物，告诉他每天用。但孙老伯治疗几周后，感觉好多了，就自行停药了。小李喘了去急诊吊针，不喘了就不治疗了。结果2位患者的病情都逐渐加重，表现为频繁发病，且症状越来越重，门诊治疗数天不能缓

解，严重影响生活和工作，必须住院治疗了。

慢性呼吸道疾病的共同特点是“不动声色”的杀手。1)疾病长期存在；2)缓解期患者可以像健康人一样无不适，或症状轻微，极易被忽视；3)病情急性加重，特定环境下，如接触过敏原、感冒或气候变化，尤其秋冬季，症状加重，主要表现为咳嗽、咳痰加重，或胸闷气促、喘息发作；4)疾病早期，急性发作时经短期治疗可以缓解，患者恢复“正常”；5)如不规范治疗，病情缓慢的不断进展恶化，直至在“不知不觉”中严重影响生活工作，且治疗效果越来越差。因此，哮喘、慢阻肺、支气管扩张症、慢性支气管炎等慢性呼吸道疾病是长期存在的慢性疾病，其后果严重。

哮喘和慢阻肺等慢性呼吸道疾病尚不能根治，但是可以预防和治疗。在对疾病进行明确诊断后，参照各种疾病的诊疗指南，对患者进行个体化的治疗，不仅可以减轻症状，减少反复的急性发作，并且可以阻止病情发展，缓解肺功能下降，提高生活质量，降低病死率。但请记住，慢性疾病的治疗是长期的。哮喘、慢阻肺和支气管扩张等疾病的治疗必需坚持长达数月乃至数年的规范治疗。

尽管慢阻肺和哮喘等是不同的气道疾病，但在治疗的某些方面有异曲同工之处，长期规范的



药物吸入治疗对疾病控制有重要意义，与传统的口服药比较，具有疗效好，副作用小的优势。但是，不少患者不能按照医嘱坚持规则用药，症状好转后自行停药；有的患者错误地使用吸入装置，有的因考虑经济因素而停药或减少用药次数，从而影响了药物疗效，不能达到预期的治疗效果。

上文提到的两位患者在我们的反复宣教和指导吸入技巧后，坚持规范吸入药物，一年来没有再次急性加重。门诊随访时孙老伯高兴地提到他又能下地种葡萄了，小李再也不用提心吊胆害怕不期而至的呼吸困难了。

秋冬季是慢性呼吸道疾病急性加重的好发季节，希望患者因咳嗽、咳痰或胸闷、气促、喘息就诊后，即使症状很快得到缓解，也应该主动到呼吸专科门诊，请医生诊断是否存在慢性呼吸道疾病，并在医生指导下进行长期、适当、个体化的治疗，防范于未然，最大程度地减少疾病造成的痛苦。从今年的秋季开始，让慢性气道疾病患者安度以后的每个四季。



瑞金宣传科微信号：rjxck 或扫二维码添加

@ 广州日报：【钟南山：暴力伤医频发 会打击行业信心】中国工程院院士钟南山就广医二院患者暴力伤医事件接受采访表示：事情性质很清楚，“就是犯罪。首先是人身伤害罪，其次是扰乱公共秩序”，家属到医院道歉，但无法改变事情的性质。全国频发的暴力伤医事件会打击整个医疗行业的信心。

@ 吴俊杰：前天听课，又见到万欢英和时国朝老师。他们是瑞金医院的老师，待人相当随和，谈起自己的学生好像是自己家的亲人。典型的老教会医院的风格，和部队里的风格不一样。我也在默默学习，调整自己的带教风格。

@ 受气包儿：有什么比出差生病更悲催的吗？不过瑞金

医院好高级。

@ Tinyyangyang：在我吃过的肉包中，有两家单位的作品堪称人间美味。一家单位小食堂，一家瑞金医院。前者皮松软、汁甜香、肉团紧实且价格实惠。所以方便常年采购。后者以馅大闻名，一咬爆汁。每年体检，照了胸，抽完血，方能换到两个。不舍得先

开动，揣在怀里带回家给爹妈，一人一个珍惜地吃完，再等来年。

@ 幸运心怡宝贝：今天去了瑞金医院嘉定北院的甲状腺义诊，人还挺多的，这位乔专家讲得很仔细也很认真，感谢@嘉定新城网提供的信息，这次义诊我个人感觉真心不错。



网言网语