



广博慈爱 追求卓越

第 497 期

2015 年 5 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

上海市科学技术奖励大会上“瑞金”捷报频传

自然科学首个特等奖落户我院

□记者 朱凡

本报讯 5月18日,上海市科学技术奖励大会在上海展览中心友谊会堂举行。会上,我院获颁上海市首个自然科学特等奖,此外还获得上海市科技进步一等奖1项、上海市科技进步二等奖2项。

由陈赛娟院士牵头完成的“髓系白血病发病机制和新型靶向治疗研究”项目荣获自然科学特等奖,这是2012年上海市科技奖励大会设立特等奖以来,自然科学奖中的第一个特等奖。该研究团队在国际上率先发现一批新的白血病诊断和预后监测的分子标志和药物靶标,成功实现了急性早幼粒细胞白血病(AML)协同靶向治疗的新突破并拓展至其他类型白血病,具有重大的社会意义和独特的国际学术地位。

宁光教授领衔的“肥胖与2型糖尿病的危险因素、发病机制及防治”项目获上海市科技进步一等奖。该研究从转化医学理念出发,紧密结合临床流行病学、分子流行病学、临床诊治及分子机制研究,全面深入研究了肥胖、2型糖尿病及相关代谢异常,取得了一



系列原创性成果。泌尿外科沈周俊主任团队和高血压科王继光主任团队分别获得2014年度上海市科技进步二等奖。沈周俊团队的“膀胱癌发生发展机制研究及诊断治疗新方法的创建和临床推广”研究,对膀胱癌发生发展及浸润转移机理、尿液肿瘤标志物发现及诊断试剂研制推广、提高卡

介苗抗膀胱癌疗效新方法建立等进行深入研究,取得一系列创新性成果;王继光主任团队的“动态血压监测的临床应用”项目对动态血压检测的各个参数进行了研究,首次提出了一种用于诊断动脉硬化的新动态血压参数,并进行了系统全面地研究和阐明,对临床实践具有重要指导意义。

汤耀卿教授获全国重症医学“终身成就奖”

□通讯员 顾秋莹

本报讯 5月22日,由中华医学会、中华医学会重症医学分会主办,上海市医学会承办的中华医学会第9次全国重症医学大会在上海世博中心隆重开幕。大会授予我院重症医学科汤耀卿教授“终身成就奖”,以此感谢汤教授为中国重症医学学科发展做出的巨大贡献。汤耀卿教授是我院重症医学

科主任、主任医师、教授、博士生导师、终身教授。从事重症医学临床工作20余年,在严重创伤、重症急性胰腺炎、严重感染、多脏器功能障碍综合征等危重症的救治和器官功能监测和支持治疗方面有着较深的造诣。此外,作为中华医学会重症医学分会创始人之一,汤教授成功地组织并开展了首次全国ICU建设普查,为推动本专业科研和学科发展做出了贡献。

瑞金医院重症医学科初创于20世纪90年代,由汤耀卿教授带领团队在重症胰腺炎的综合治疗、脓毒症及MODS等危重病治疗方面均取得令人瞩目的成绩。2010年科室成功申报为首批国家临床重点专科,也是上海三级综合性医院中首个入选的重症医学专科。

本版责任编辑 丁燕敏

□通讯员 汪敏娟

本报讯 5月18日下午2点,瑞金医院第五届科技文化节隆重开幕。开幕式由“铭记终身,青春传承”瑞金青年关爱终身教授项目启动仪式及前上海第二医科大学校长王一飞教授的医学人文讲座组成,该讲座同时入选上海市地方志东方讲坛。

开幕式上,瑞金医院青年联合会会长赵维莅代表瑞金青年表示,希望通过“铭记终身,青春传承”这一活动让更多年轻人走近大师、学习大师,同时通过关爱大师,营造尊重前辈、学习前辈的氛围。前世界卫生组织副总干事、瑞金医院终身教授胡庆澧作为终身教授代表指出,他们始终关心医学科学的进步、始终关注瑞金医院的发展、始终关心学科的进步发展、始终关心青年一代的成长。党委书记杨伟国为青年代表授旗并宣布科技文化节开幕。

王一飞教授通过“一个反思、两个共识、三个热点”引出医学发展“需高举人的医学旗帜”的主题。他生动地分析了目前我国医疗所面临的种种问题:人口数量、结构与分布,传染病与慢性病双重负担,医疗服务体制的缺陷及当前中国医学教育中的弊病,提出反思:医学科学究竟走向何方?他指出,医学面对的不单纯是疾病,而是一个活生生的人,一个患病但渴望健康的人,一个个有着不同心理状态、精神特质、宗教信仰、生活方式及行为习惯的人。他希望每个医生在为病人服务时学会开两张处方,一张是疾病治疗的处方,一张是疾病预防与健康教育处方。他说:人文知识不等于人文素养,人文素养是让人文知识进入人的认知本体并扎根和渗透入人的生活与行为,并在医学科学与医学艺术之间取得平衡。王一飞教授勉励医务人员,对待患者要耐心倾听、细心观察、诚心交流、精心医治、真心关爱,要具备整体的眼光与宁静的心灵,才能真正把患者的感受和利益放在中心位置。



『传承与创新 我们在行动』 第五届科技文化节隆重开幕

我院两项研究获华夏医学科技奖

□记者 周邦彦

本报讯 5月23日上午,由中国医疗保健国际交流促进会主办的2014年度华夏医学科技奖颁奖大会在北京召开。由我院外科研究所于颖彦研究员领衔的“胃癌的重要功能基因及分子干预研究”荣获华夏医学科技奖二等奖。由我院消化科钟捷主任领衔“小肠疾病规范化诊治流程的临床研究和推广应用”荣获华夏医学科技奖三等奖。国家科技部和国家科学技术奖励工作办公室以及国家卫生计生委、总后卫生部等单位领导莅临大会并为获奖代表颁奖。

与新百年瑞金共同成长

□俞郁萍

在春光明媚的5月,在团委和科技发展处等部门的积极筹备下,瑞金医院迎来了第五届科技文化节。本届科技文化节,我们将科技创新与医学人文、铭记传承与青年责任、团结协作与公益服务相融合,我们关注青年成才、聚焦青年成长,拓展眼界、收获成长,为医院科创进步和文化建设贡献一份力量。

本届科技文化节将通过学习、学术、竞赛、文化和公益五个篇章,较全面展示“传承”与“创新”的主题。既有“医学科学发展前沿”的主题报告,又有“临床为本、科研为器”的临床研究思维和方法;既有转化医学和科研诚信的高端论坛,又有展示青年风采和见识的“专业发展之我见”专场;既有“铭记终身、青春传承”的关爱终身教授项目,又有“瑞金发展,我的责任”的青年共识;既有第四季的医学体验营活动,又有“爱瑞金的理由”摄影比赛等等。总之希望营造追求科技创新和进步的氛围,同时又能展现瑞金文化底蕴和瑞金人的文化追求。

临床转化医学中心也即将落户我院;医院制定的十三五规划描绘了未来五年发展的蓝图,既为每位瑞金人提供了施展才华的广阔舞台,又赋予了我们只争朝夕、努力拼搏的历史责任;机遇难得、责任深重、挑战巨大,我们需主动对标医学科学发展前沿和趋势、国家医学发展战略、上海医改目标使命,紧紧围绕医院发展主要方向和重点目标,坚定信心、攻坚克难、勇往直前。

医学能够改变世界,光荣与梦想,属于每一个奋斗的瑞金人。仰望星空、脚踏实地、倾情付出、终有收获,愿我们和新百年瑞金共成长。



胰腺外科成功切除一巨大腹膜后肿瘤

□通讯员 霍震 吴志卿

本报讯 5月20日上午9点,沈柏用教授与邓侠兴主任及手术团队共同合作,完整切除了一重20余斤,大小为50cm×28cm的巨大腹膜后肿瘤。

67岁患者吴女士来我院就诊,半年前她查出腹腔内肿瘤并在当地医院进行了手术。因肿瘤巨大,且侵犯到腹腔内重要血管和脏器,当地医院无法根治性切除,仅做了姑息性手术,活检病理提示为去分化脂肪肉瘤,恶性程度很高。此后患者一度因绝望而

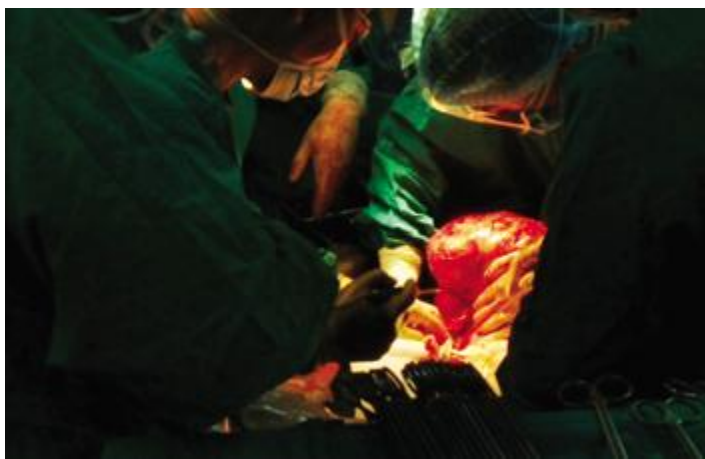
几乎放弃治疗。由于腹部肿瘤太大,压迫到胃肠道,就在半个多月前,吴女士开始出现腹胀、无法进食和排便困难。

经我院胰腺团队专家讨论,患者肿瘤性质基本明确,肿瘤与周围组织器官、血管等关系密切,手术复杂。由于患者年龄偏大,加上胃口不好等原因导致营养不良,而且因为延误错过了最佳诊疗时机,种种不利因素的累加,使得手术风险极高。

入院后,医生为吴女士完善相关检查,制订了详细周密的手术方案。手术当日,虽然做好了细

致的准备,但是当沈柏用教授打开腹膜时,整个团队还是倒吸了一口凉气,原来因为之前做过一次手术,吴女士整个腹腔内部的解剖全都改变了,与正常的生理结构完全不同,而且因为术后粘连导致手术极易出血,更由于肿瘤太大,所有内脏都被推向右下方,手术空间很难暴露,重要的大血管也都受到了压迫。术中,沈柏用教授凝神静气,仔细探查,耐心分离,终于找到最合适解剖间隙和入路,他仔细地游离并保护各个大血管,经过5个小时的手术,成功将肿瘤侵犯到的胰体尾部、脾脏、结肠脾曲几乎整个左上腹的脏器都切除下来,并且小心地保留了左侧肾脏,顺利完成了巨大腹膜后肿瘤切除。

沈柏用教授介绍,原发性腹膜后肿瘤在临床中比较少见,仅占全部肿瘤的0.1%~0.6%,病理分类复杂,80%以上属恶性。因这类肿瘤在腹腔内较深部的部位,而且邻近大血管及周围重要脏器,手术难度较大,所以临床上常因切除困难而放弃手术,或因手术不当而致发生严重并发症。我院胰腺外科手术团队能够完成多例超高难度的胰腺手术,也正是基于扎实的解剖基础,娴熟的手术技巧和丰富的手术经验。



□记者 丁芸

本报讯 5月29日下午,我院普外科甲状腺专科团队利用达芬奇机器人技术成功为一名甲状腺腺瘤患者实施切除术。据悉,这是上海地区首例达芬奇机器人甲状腺手术。

23岁的患者小艾不久前发现自己脖子上突起一个明显的肿块,且进行性增大,到医院检查后诊断为直径5cm甲状腺腺瘤,医生建议手术切除,因害怕手术会在颈部留下疤痕,爱美的她迟迟下不了决心。为了能够有最完美的治疗方案,小艾四处打听后来我院就诊,经检查确诊为单侧滤泡状腺瘤。甲状腺专科副主任医师严信祺在对病情进行了综合评估后,他建议,若要在颈部找不到手术痕迹,可选择机器人微创手术的方式,即将原本在颈部的手术切口缩成小孔,下移到胸部、腋窝等部位,将“疤痕”隐藏。小艾听后立即决定手术。手术当日,彭承宏教授亲临指导,严信祺医生根据患者具体情况制定方案,术中,医生在小艾乳晕及腋窝部位开了4个大小不等约1cm的切口,通过“皮下隧道”在颈前区建立操作空间,随后置入机器人臂,通过远端手柄操控,将整个左侧甲状腺连同肿块“精准”切除,仅1个多小时手术便顺利完成。

严信祺医生介绍说,相较传统的微创手术,达芬奇机器人可帮助手术医生更加清晰地识别肿块与周围神经及血管的位置关系,更有助于保护喉返神经及甲状旁腺等重要部位。目前小艾恢复良好,已康复出院。

据悉,我院普外科自今年4月1日试引启动专科化建设,原普外科二病区专科化后定位为甲状腺血管外科病区,严信祺医生以甲状腺专业作为其专业发展方向,在机器人甲状腺外科这一全新领域做了大量准备,此前在医院支持下前往韩国专题进修。

普外科甲状腺专科团队 开展本市首例机器人甲状腺瘤切除术

二手烟成青少年高血压严重病因

亚洲动脉会议召开,专家强调中小学生血压检测需重视

□记者 朱凡

本报讯 5月22日,在由上海市高血压研究所主办的第七届亚洲动脉会议上,来自全球各大医院的多位专家对动脉血管的结构和功能研究进行了探讨,而高血压就是造成动脉血管硬化的重要原因。

我院高血压科主任、上海市高血压研究所所长王继光在采访中谈到,近年来在门诊发现儿童和青少年高血压越来越多,自己曾经收治两位孩子收缩期血压高达180,而且使用降压药物效果很差,所有的临床检查都显示正常,直至进行了研究所的血

管内皮科研检查,才发现孩子的血管搏动消失,王继光百思不得其解,为什么孩子的血管会像八十岁老人的动脉硬化一样血管内皮严重损伤,乃至于搏动消失呢?当满身烟味的孩子父亲前来咨询时,他明白了,原来孩子父亲每天3~5包烟,而澳大利亚曾经做过一个流行病学调查显示,吸二手烟比自己吸烟对血管内皮的损伤还要严重!

王继光主任指出,油盐糖的摄入量增加、缺乏运动、学习压力高涨以及大量吸入二手烟,这些都是导致青少年高血压的原因,目前儿童高血压的发病率在2%左右,而从上海市近年对校内7

至17岁学生的体检数据来看,男生与女生高血压患病率分别达到6.9%与6.0%,各年龄组相似,外地数据也很一致。王继光强调,“我们必须重视儿童和青少年的血压监测,如今幼儿园及中小学每年都有视力、身高和体重的体检,但现在亟需增加无创的儿童和青少年血压检测,尤其对于吸烟家庭的孩子,必须每年检查血压。量血压的成本并不高,但效果可能会很大,因为尽早发现,就能早期开始干预和治疗,尤其是青少年高血压,在发育期以前去除危险因素和病因,并配合积极治疗,由于血管的快速发育,往往可以完全恢复健康。”

第六批挂职干部畅谈收获

□记者 朱凡

本报讯 5月26日上午,第六批挂职干部交流总结会顺利举行,10位挂职干部用Ppt的形式展示了各自在挂职岗位上的工作经历和成果,并畅谈了各自的工作感想。与以往挂职不同的是,此次挂职干部除临床科室到职能部门挂职以外,还创新选派了职能部门干部到临床科室挂职行政主管工作。挂职干部都谈到,在挂职中他们深刻体会到临床与职能部门应该更加加深沟通与交流,职能部门需要不断增加服务意识,而临床则应主动配合行政工作。

党委书记杨伟国表示,此

次交流总结会内容丰富,显示出挂职干部们确实收获颇丰。他指出,干部挂职内涵丰富,既是锻炼能力,也能拓宽视野,帮助建立管理战略思维,同时处理好决策与行动的关系,并促使挂职干部把党性锻炼融入到具体工作。挂职工作虽然已经结束,但沟通与合作无止境,杨书记希望各位挂职干部在今后的日子里继续帮助与推进,临床到行政挂职的干部可以通过参与项目管理的形式帮助行政职能部门发现问题、解决问题并给出相应建议,管理到临床挂职的干部则应该用心思考如何把工作下沉到临床,帮助临床科室解决问题,配合医院管理工作达到目标。

生殖中心举办「好孕之旅」交流会

□记者 李晨

瑞金宝宝健康可爱 好孕妈妈含泪感恩

本报讯 5月22日,“好孕之旅”交流会在我院生殖医学中心举办。十几位“好孕妈妈”带着“瑞金宝宝”来到了中心,与正在积极走上好孕之旅的准妈妈们交流探讨自己的成功经验。

生殖医学中心2004年获得国家卫生部批准开展人类辅助生育技术资质,拥有一大批我国早期从事生殖医学研究的临床专家,现已帮助4000余对夫妇实现了求子梦。交流会的现场温馨感人,好孕妈妈们很多都是特地放下工作请假而来。交流会上第一个做出分享的并不是好孕妈妈,而是一位好爸爸。周先生说他和太太辗转了大大小小的医院,浪费了三、四年时间,最后来到了我院生殖医学中心,通过试管婴儿技术实现了求子梦。说起这段好孕之旅,周先生眼里饱含泪水,他说这段好孕之旅有别人难以体会的艰辛,如果没有瑞金医护人员的鼓励他们早就放弃了。现在宝宝已经五岁了,一家人非常幸福,正在考虑要第二个瑞金宝宝。

当天主持活动的张爱军主任也耐心地一一解答了大家提出的问题,并感谢所有求医患者对他们的信任。张主任说,每次有瑞金宝宝诞生,医护人员都难以掩饰心中的喜悦,为自己所从事的工作感到自豪。今后,生殖医学中心将继续秉承理念,帮助更多的不孕不育家庭完成求子梦。

成人亦可得麻疹,发疹发热不容忽视

□通讯员 赵肖庆

本报讯 最近几周,我院接诊的麻疹成人患者例数有所增加。统计显示,4至5月份,我院共报告麻疹病例19例,80%为成人,其中大部分患者在出现早期症状如发热、咳嗽等表现时没有引起足够重视,当出现典型皮疹后,才

到医院就诊。医生提醒,常规接种麻疹疫苗能有效减少发病率,但是麻疹抗体会随着年龄的增长慢慢减少!即使小时候接种过麻疹疫苗,也并不意味成人不会得麻疹。因此,对于成人出现发热伴有皮疹患者,一定不能忽视。

麻疹是一个具有高度传染性的病毒感染性疾病,一般通

过空气飞沫和直接接触传播,确诊后应隔离。其早期症状与普通感冒相近,容易漏诊,从而会延误治疗,更增加了传染概率。医生提醒,麻疹高发季应尽量避开人群拥挤,空气流通较差的场所,要勤洗手。同时,医疗机构的传染源和易感人群集中,医务人员也应注意自身防护。

急诊抢救室启动局部改建

□通讯员 盛慧球

本报讯 5月26日,急诊科急诊抢救室局部改建项目启动。今年市委市政府将院前急救和院内急救体系的重构列为了本市卫生计生工作的第一课题,

为适应未来发展需求,把我院急诊建设成为上海市具有示范影响力的空中救援和地面急救相结合的救治中心,我院急诊科经反复调研、讨论和多方征求意见,结合我院正在积极申报的上海市卫生计生

委的公共卫生三年行动计划,决定对急诊抢救室局部予以装修改建。提高设施建设的同时,进一步优化急诊流程,引入急诊病人的分级诊治,提高急救效能。

此次改建得到了医院和相关职能部门,以及兄弟科室的大力支持,目前工程已在按计划进展,预计于6月底完工。



声动北院 青春万岁

记2015『声动北院』青年歌唱比赛

本报讯 倾听青春旋律,放飞梦想翅膀,为纪念“五四运动”96周年,丰富青年医务人员的文化生活,彰显年轻医务人员多才多艺的精神风貌,瑞金医院北院团委主办、北院工会协办的2015“声动北院”青年歌唱比赛。

决赛前一晚,工作人员们就在决赛场地开始了舞美搭建、设备调试,并安排选手进行彩排,用诚挚的心为北院第一次歌唱比赛创造高质的条件,用汗水和热情期待决赛一刻的到来。

5月27日下午,决赛于行政楼一楼报告厅精彩上演,北院党委副书记朱铭,副院长陈海涛,工会主席陈钰莅临现场,与百余名青年医务工作者一同观看了比赛。评委由瑞金团委书记汪敏娟,工会刘兆森,以及交大附中嘉定分校音乐老师隋玮组成,对每一个参赛队,他们用热情和真诚逐一给出最中肯、专业的点评。

经过初赛的选拔和角逐,脱颖而出的11组选手以饱满的热情为观众们带来了精彩绝伦的视听盛宴。最终,压轴出场来自急诊室的男护士周锐捷,携自己的乐队为全场带来一首《再见》,得到了评委及观众的一致认可,夺得了本次大赛的冠军宝座。二等奖为来自财务科的钱立骅、胸外科殷正昕,三等奖为泌尿外科医生潘隽玮、泌尿外科陆国樑,普外科柴春宇、靳晓丽组合获得。至此,这场青春的狂欢,最后在全体选手合唱一曲《不见不散》声中落下帷幕。



普通病房综合大楼项目立功竞赛推进会举行

□通讯员 刘平平

本报讯 5月20日下午,我院普通病房综合楼改扩建工程项目立功竞赛推进会在科教楼二楼会议室举行。我院党委书记杨伟国、上海建一建集团有限公司董事长薛永申,上海建一建集团有限公司副总裁陈康、上海建一建集团有限公司工会主席黄琪等出席会议。

普通病房综合大楼建筑工程已进入收尾阶段,胜利竣工在即,为确保大楼按照医院的节点要求竣工交付,落实工程最后冲刺阶段的各项生产任务,参建各单位正

在全面开展立功竞赛活动。推进会上,各建设单位代表围绕总节点目标明确职责、提出措施、表态发言,确保工程建设万无一失,决心为圆满完成重大工程建设任务工程贡献力量。建一集团董事长薛永申对项目提出明确目标:普通病房综合大楼项目作为市重大民生工程,全体参建人员使命光荣,是企业造福社会,普惠民生的重要体现。项目部以及参建各方作为一个战斗集体,要本着高度的责任心,在立功竞赛里合理规划、认真实施、加强协同,胜利完成任务。

杨伟国书记认真听取取

言,并作总结讲话。杨书记首先代表瑞金医院全体医护人员向奋战在施工一线的参建各方表达了感谢,向建设大楼的施工人员进行致敬。杨书记指出:医院工程建设好比一个“大手术”,就像医生手术就是一个“小工程”一样,都是系统性、综合性、科学性的集合,难度系数大,技术要求高。在此次立功竞赛活动中,希望参赛单位不仅要完成节点目标,更要坚持安全第一、质量优先,确保大楼建成后的使用功能,不留隐患,实现全院职工期盼瑞金医院新的标志性建筑早日竣工启用的夙愿。

做一名传播健康的“演说家”

本报讯 上海教育电视台推出了全国首档医学电视演讲节目《健康演说家》,我院普外科乐飞、神经内科陈晟从全市青年医务工作者中脱颖而出,分别以“人之‘肠’情”和“莫让脑中击倒你”为题。通过“演讲+互动”的形式,在短短八分钟内向大众讲述健康

理念,教导健康生活方式,传播疾病防治知识,并与知名医学专家贾伟平、知名主持人曹可凡、知名媒体人胡展奋三位专家精彩互动。

我院普外科主治医师乐飞,将当下高发发病率的肠癌预防知识清晰地讲述,并用恰当的比喻让观众乐于接受,获得

了现场专家高度一致的好评,是19位选手中唯一获得3位嘉宾评审全票支持的演说家。在颁奖礼上,《健康演说家》节目组特邀我院普外科副主任、上海市微创外科临床医学中心主任郑民华教授为乐飞医师颁发“最具人气奖”奖杯。

·团委供稿·



5月25日下午,“健康你我,人之‘肠’情”消化内科携手放射影像科、临床营养科的大型义诊在我院门诊一楼大厅如期举行。消化内科钟捷主任带队,多名消化内科专家到场,耐心地为患者们做了详细的咨询和讲解,并指导患者做好家庭保健工作。此次义诊共诊治患者120余名,其中25名为炎症性肠病。·王蕾 徐晖 摄影报道·

爱的旅程再延续

□通讯员 来来

本报讯 5月24日,在护理部副主任兼上海市护理学会南丁格尔志愿服务队瑞金分队队长朱唯一带领下队员们探访了位于奉贤的广慈儿童福利院。此次活动除13名队员参加外还特邀我院儿内科医生苏雯作为随访医生一同探访。

作为南丁格尔服务队的长期服务对象,队员们对于福利院的环境和孩子们都有一定的了解。在与院长简单沟通后,队员们兵分两路,一组是由儿科医生苏雯

和杨媛艳组成的医疗组为福利院的保育员们进行健康宣教,并为小朋友进行体格检查。他们讲解得认真,保育员们听得仔细,还时不时的提问和做笔记,苏医生也耐心的一一解答。同时,队员们协助保育员整理了卫生室的药品柜,将药物分门别类放置,贴置标签。见到大变样后的药柜后保育员们大呼“太专业了!”

体检过程中,苏医生还发现了一位疑似甲状腺疾病的小患者,志愿队也将继续为小朋友的后续治疗进行服务。另一组队员

们在福利院院长的带领下清洁了花园和草坪,为孩子们营造一个更舒适的生活环境。经过一上午的探访和交流,从福利院长处获悉,院方还特别需要脑瘫患儿康复训练及青春期儿童的健康护理知识,这为志愿队下一期的服务活动设立了主题。

福利院之行让队员们感触万分:“命运把这么多不幸都加在他们身上,我们能做的就是尽自己的责任与爱心,让他们活得更尊严。”

让我们携起手来共同关注这些残障儿童。



为庆祝“六一”国际儿童节,让职工子女们度过一个快乐而有意义的节日,院工会携手体检中心、社工部共同举办“非常6.1健康童伴”瑞金职工子女大型体检咨询活动,近300名瑞二代宝贝们前来参加体检活动。

·沈刚 摄影报道·



六一儿童节前夕,瑞金萌娃社和潮童社的小朋友来到了上海养乐多工厂参观。大家观看了有关益生菌的影音资料片后,纷纷踊跃参加有奖问答环节。随后,小朋友们透过透明的车间窗户,近距离地观摩了工厂的整个生产流程,从培养菌群、罐装、封装直至装箱,流水线全部采取自动化操作,大家对养乐多的生产方式也有了更直观的认识。

·陈晨 摄影报道·

以档案之名,揭开尘封的历史

□通讯员 金蕾

本报讯 随着修志工作的全面推进,作为以文字记录的形式得以完好保存的“史料”档案凭借其真实性、完整性和原始性极大程度地还原了历史的真实,俨然成了各编纂员眼中的“香饽饽”。医院综合档案室,成为这些原始资料最重要

的采集地。

因馆藏档案年代久远、数量庞大,又不易检索等原因,各编纂员在查找档案资料的过程中煞费苦心。这项工作,不仅需要编纂员们一丝不苟、通前彻后,更需要档案管理者对馆藏档案全局性的把握。无论是院志编纂员们,还是档案管理者,都持

着同一个信念,把档案的价值充分挖掘,让字里行间的过去,真实地呈现在公众面前。这便是编纂院志的意义,是我们共同的期待。

文化需要被传承,历史需要被铭记。愿修志工作中的所有战友们携手一心,把漫漫时光留住,为瑞金序上最真挚肺腑的篇章。

肩关节镜手术后的功能锻炼方法

□ 骨科病房 欧阳芸



肩关节是人体活动度最大的一个关节,作为上肢运动的枢纽,它对整个上肢正常功能的发挥起着决定性的作用。因此肩关节的疾病会严重影响你的生活质量。

临床上目前常见的肩关节疾病有肩关节习惯性前脱位,肩袖撕裂以及冻结肩。冻结肩最常见于50岁左右的人群,因而也被称为五十肩。常见的症状有肩关节局部的疼痛以及活动障碍,有以上情况的出

现,您就需要到正规的医院,找专科医生进行诊断了。

肩关节镜手术能解决绝大多数的肩关节疾病,而且术后能够获得有效的治疗和满意的功能康复。手术后的患者进行功能锻炼是非常重要的,不进行正确的功能锻炼很可能导致肩关节粘连,那对于患者来说手术也就白做了。

手术后功能锻炼一般分为早、中、晚3个阶段:

早期:手术后第1天

至1个月之内,建议患者使用前臂吊带(也就是我们俗称的三角巾)将患肢悬吊于您的颈部,保持上臂体侧下垂,肘关节屈曲90度于胸前,锻炼时给予有效的镇痛以保证功能锻炼的顺利进行。术后第1天就可在医护人员的指导下进行手指的握拳、伸指以及腕关节屈曲和背伸练习;肩关节可做一些被动活动,一般可以用健侧上肢帮助患肢做钟摆样运动。一般住院一周后出院,2周后门诊随访,开始在医护人员的指导下进行肌力训练,如仰卧位三角肌训练、耸肩、“扩胸”运动以及内外旋等长训练等。

中期:手术后5~8周,患者可以撤除前臂吊带,做一些超过头部的轻度运动,首先做肩关节助力活动,如棒操、滑轮(现在基本上每个社区都会有类似的公用锻炼器材);其次,还要做一些肩关节各个方向的主动活动,轻轻的将您

的肩关节做前后左右旋转动作都是可以的,前提是感觉自己手术部位不疼痛。

晚期:手术后9~12周,开始恢复肩关节的正常活动。进行抗阻肌力训练,例如站立位时举哑铃等活动,体育运动最好在术后3个月后逐渐开始。

医生特别提醒:做好此类手术出院后的病人,一定要按照医护人员的嘱咐,定期来门诊随访,以便医护人员能正确指导并督促患者在日常生活中如何进行功能锻炼,俗话说的好,“三分手术,七分护理”,患者一定要重视术后功能锻炼的重要性。

疾病最好防患于未然,肩关节的日常保护很重要。平时要注意肩关节保暖,不要搬太重的物品,做家务时要注意劳逸结合,体育锻炼时不要让他过度劳累,尽量避免一些不必要的碰撞。这样能够大大减少肩关节疾病的发生。

5月31日是“世界无烟日”,众所周知,吸烟有害健康,可全球烟民的数量依然持续在扩大。戒烟的确需要很强的意志,许多戒烟者终究无法彻底摆脱烟瘾,屡屡戒烟失败!那么退一步来研究下,怎样做才能将吸烟的危害降到最低呢?在这里给烟民们一些建议。

多喝水

可以将吸烟过程中产生的大部分有害物质通过尿道排出体外,建议老烟民每天至少喝1.5升水,最好是低矿物质的水。这有助于刺激肾脏工作,迅速排出毒素。

一次吸完一支烟

若将一支烟掐灭了再吸,那么再次点燃后的烟是掐灭后形成的炭化烟,炭化部分集聚着更多的焦油和有害物质,对健康危害更大。

要间歇性吸烟

一根接一根吸烟是一种不良的吸烟习惯,和暴饮暴食一样,给人体健康带来严重危害。短时间内大量抽烟,不仅可能发生尼古丁中毒,严重时甚至直接导致心肌梗塞。

多吃蔬菜和水果

香烟中的尼古丁等化合物能使体内维生素的活性下降,而许多蔬菜和水果能有效地抵抗尼古丁并补充维生素,如胡萝卜、大蒜、橙子、柠檬等。经常抽烟的人,尤其应常吃富含维生素C的食物,以增强人体免疫功能。

多喝茶

香烟中的尼古丁等化合物能使动脉内膜增厚,胃酸排泄量显着削减,而茶叶中特有的儿茶素等可有效避免胆固醇在血管壁上堆积,增强胃肠活力。同时,茶叶中的茶多酚还有抑制致癌物质的作用。此外,喝茶还能利尿、解毒,有助于将烟中的一些有毒物随尿液排出。因此,对于烟民来说,喝茶可谓一举多得。

戒烟屡战屡败你该怎么办?

□ 临床营养科 罗茜



帕金森病患者不容忽视的“头晕”

□ 神经内科 孙倩 周海燕

头晕,相信每个人都经历过,饥饿时会头晕,经期前后会头晕,蹲久了站起来也会头晕。头晕常常表现为眼花,头胀,头重脚轻等感觉。头晕可由多种原因引起。一般长期慢性、持续性的头晕主要与精神障碍,如抑郁、焦虑、惊恐、强迫或躯体化障碍等有关,而短暂或发作性的头晕则与全身系统性疾病,如心血管疾病、脑血管疾病、贫血、感染、低血容量、体位性低血压、糖尿病、药物不良反应等有关。

头晕是帕金森病患者常见的伴随症状,严重时会影响生活。通常头晕发作导致的继发性损害要大于头晕本身产生的不适感。首先大多数的老年人由于存在不同程度的骨质疏松,无预兆性的头晕发作可能导致跌倒甚至引起骨折。而骨折后老年人长期的卧床休息,又可能引起褥疮、肺炎、静脉血栓等并发症,从而可能产生致命性的损害。另外,一些相关疾病引发的头晕常常伴有剧烈的恶心、呕吐,由此产生的电解质紊乱同样可能危及身体健康。那么对于帕金森病患者来说,出现头晕的常见原因有哪些呢?我们该如何预防和治疗呢?

一、自主神经功能紊乱

自主神经功能紊乱是帕金森病患者,特别是年龄较大、病程较长的帕金森病患者常见的

非运动症状之一,主要表现为皮脂溢、便秘、流涎、尿失禁、吞咽困难、多汗、直立性低血压、性功能障碍等。自主神经功能紊乱的发生与帕金森病病变所累及的范围较广泛有关。目前的研究认为帕金森病除累及黑质、蓝斑外,其他部位如下丘脑背部、迷走神经背核、交感神经节、肾上腺髓质等也多受到影响。上述这些部位的损害可以造成自主神经系统功能异常,引起压力反射功能紊乱,产生低血压,引起头晕。

1. 直立性低血压

直立性低血压被认为是帕金森病自主神经功能障碍中较严重的症状,约15%的帕金森病患者可出现直立性低血压。直立性低血压不仅与帕金森病的中枢神经系统病变有关,而且与外周神经系统的交感神经节病变有关,但具体发病机制尚不清楚。目前认为直立性低血压的发生和严重程度与帕金森病患者的年龄呈正相关,而与帕金森病疾病本身的严重程度无明显关系。

对于轻度的直立性低血压患者,可以使用非药物疗法。如缓慢改变体位,避免长时间站立;减少服用可能导致直立性低血压的药物,如利尿药、扩血管药、抗高血压药、三环类抗抑郁药等;适当增加水盐的摄入,并尽量少食多餐,戒烟戒酒。另外,

睡眠时保持高枕卧位以及使用弹力袜也可以有效缓解症状。

若直立性低血压症状较严重,出现了明显的临床症状和体征,或站立后测量血压低于90/60mmHg时,则需要进行药物治疗。可使用短效升压药“替代治疗”,如麦角胺咖啡因以及 α_1 受体激动剂米多君等,严重情况下甚至可以使用奥曲肽。另外,屈昔多巴作为一种去甲肾上腺素的前体药物,可以让患者从坐姿或卧位转换为站立位时保持血压。近期美国FDA已经批准屈昔多巴用于治疗神经源性直立性低血压。

2. 饮食性低血压

饮食性低血压是指进食后血压出现缓慢下降,30分钟左右降至最低,以后逐渐恢复的现象。产生原因可能是进食过程引起了消化道肽、胰岛素等扩血管物质的分泌入血而导致血压降低,确切的发病机制目前尚不清楚。餐前服用50-100mg阿卡波糖可延缓葡萄糖吸收,预防饮食性低血压。

二、服用相关抗帕金森病药物

多巴胺受体激动剂是临床常用的治疗帕金森病的药物之一。这些药物可以通过抑制交感神经系统,引起动静脉扩张,使血压降低,导致头晕。并且这种低血压引起的头晕可以出现在服药后的任意时间内。目前临床上常用的多巴胺受体激动剂,

包括溴隐停、普拉克索、盐酸罗匹尼罗等。

另外,左旋多巴类药物,如美多巴、息宁等也可以引起低血压,导致头晕。这可能与多巴胺介导的去甲肾上腺素持续性释放,引起的周围去甲肾上腺素蓄池耗竭有关。同时,小剂量多巴胺可通过刺激血管平滑肌上的多巴胺受体,使交感神经释放去甲肾上腺素减少,产生血管扩张作用,引起低血压。

因此,血压偏低患者在服用抗帕金森病药物时应充分考虑药物对血压的可能影响。

三、同时患有其他致头晕疾病

帕金森病患者如出现头晕,除考虑帕金森病本身引起

的头晕之外,还应特别注意是否同时伴随其他的致头晕疾病,如颈椎病、梅尼埃病、前庭神经炎、偏头痛性眩晕、良性位置性眩晕、椎基底动脉供血不足等。若确实同时伴随上述疾病,建议到医院检查确诊,并在医生指导下采取及时有效的针对性治疗。

综上,由于帕金森病本身,长期抗帕金森病药物的使用以及可能伴随的其他致头晕疾病,帕金森病患者往往头晕的发生率较高。因此,帕金森病患者在出现头晕症状后,应充分认识到头晕的潜在危害,并采取及早有效的治疗,尽可能减轻头晕对身体的不良影响。

