



广博慈爱 追求卓越

第 503 期

2015 年 8 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



瞿介明院长中国医院大会上展示瑞金精细化管理

□记者 朱凡

本报讯 8月20日下午,我院院长瞿介明在2015中国医院大会医院精细化管理专场作主题发言,他从医疗流程再造、通过DRG引导病种结构改变、预约服务机制持续创新、MDT小秘书四个方面讲述了瑞金医院在精细化管理方面所做的努力,展示了我院依托精细化管理提升医疗服务内涵的成果,二千余名全国资深医院管理者参与听讲。

中国医院大会是业内最高规模、影响力最大的盛会,2015中国医院大会于8月19-21日在厦门举办,本次大会的主题是精细管理与质量安全。从今年起,原一年一度的由中国医院协会主办的“中国医院论坛”更名为“中国医院大会”,这一我国最具权威性的医院行业盛会为促进我国医院改革发展和管理水平的提高发挥了积极的作用。



第四届医学体验营邀请“医二代” 体验医学的快乐

□记者 李晨 朱凡

本报讯 8月27日,瑞金医院第四季医学体验营正式开营。此次为期一天的医学体验活动以“让我们体验医学的快乐”为主题,参与活动的23位体验者均是来自全市各大医院的“医二代”们。他们分组观摩了医院的病房、手术室等科室的运行流程,学习了心肺复苏和烧烫伤处理的实践操作,又与6位来自不同学科的专家:瞿洪平、吴立群、张俊、臧璐、詹维伟、袁菲座

谈交流。“医二代”们通过体验,加深了对父母职业的了解,也更理解治病救人的成就感和内心快乐感受。

23位体验者分组分别观摩了普外科微创手术、心导管手术、超声科B超室、ICU查房、肿瘤科查房以及病理科操作。这些“医二代”都是高中生和刚刚升入医学院的学生,虽然从小对医学耳濡目染,但是看到这些最先进的医学仪器和手术操作,仍然惊叹医学的神奇。

观摩完手术、查房等项目后,

“医二代”们还学习了心肺复苏和灼伤急救处理两项实用操作。动手实践对他们来说还是第一次,开始并不是人人都做的完美,但经过带教医生的指导,他们最终都出色地完成了任务。为了加深印象,医院还组织了操作竞赛,检验他们的学习能力和操作能力。

下午的重头戏是与6位瑞金医院的中青年骨干医师进行交流座谈。这六位医生个个“身怀绝技”:生命关口的守护者——重症医学专家瞿洪平医生;每一次重大灾害、每一次重危抢救都有他的身影,各个科室最危重的病人都集中在他的病区,他无数次将危重的病人从死神手中抢出。他认为“医学是个和人打交道的行业,(下转第3版)

□通讯员 高卫益

本报讯 8月27日,我院党委书记杨伟国带领院青联赴青海省人民医院开展了“西部行”大型义诊及学术交流活动。

活动中,我院医疗、管理专家展开了形式多样的讲座,青联会长、血研所副所长赵维莅,科教处副处长陈康,乳腺外科护士长、上海市十大杰出青年方琼通过主题讲座,从不同角度展示了我院青年在医教研方面的经验和风采。随后,专家们结合青海省人民医院的建设发展实际情况,就学科建设、人才培养等具体事宜进行了深入交流,同时对进一步的合作形式交换了意见。来自我院血液科、普外科、心脏内科、呼吸科、神经内科、传染科、麻醉科、皮肤科、消化科、肾脏科、超声诊断科、妇产科、乳腺外科13个科室的资深专家为当地居民开展专家义诊活动,并进行了教学查房、多学科疑难病例讨论。本次活动共计为500多名来自青海省各个地区患者提供了诊疗及咨询服务,青海省人民医院相关负责人和学术骨干150余人参与了此次学术交流活动。

杨伟国书记表示,希望通过本次活动与青海省人民医院交流新知识、新技术和新应用,达到自身知识的更新和进步,同时丰富青年医务人员的人生阅历。

本版责任编辑 丁燕敏

杨伟国书记带队院青联赴青海省开展义诊及学术交流



8月19日,我院血液科高晓东副主任医师作为本市首批“组团式”援藏医疗队员,出征赴西藏日喀则市人民医院开展为期一年的援藏医疗任务。在欢送会上,杨伟国书记指出,本次援藏任务是我院近40年来第一次派出高级专业技术人员进藏开展援助工作,短时间内就完成了组织、动员工作。期间高晓东医生克服困难、服从安排、接受组织挑选,充分表现出“舍小家、为大家”的共产党员优秀品质。他叮嘱高晓东医生,赴藏工作是难得的人生阅历和锻炼,在援藏期间要牢记使命也要保重身体,发挥个人专业特长为藏区同胞服务,为推动西藏医疗卫生建设作出积极的贡献。
·朱文秀 顾明国 摄影报道·

国之屈辱 不容忘却

□杨伟国

时光飞逝,抗战胜利距今已经70年了。今天的我们绝大多数未曾经历那段让人痛心疾首的屈辱年代,但是没有经历并不代表我们可以不知道、可以去忘却那段在中华民族身上的痛苦伤痕。或许研究历史是史学家的职责,但是了解历史、铭记历史中那些让我们自豪或者屈辱的时期应该是每一代、每一个中国人的责任。透过历史我们才可以知道中华的气节,知道民族的强大,知道历史留下的教训,知道和平的珍贵,也会更加懂得中华民族的复兴必须要有十四亿人的荣辱与共才能生生不息。

十四年屈辱岁月不堪回首,当看到那一幅幅整个中国都无力抗争的悲惨画面,看到日本侵略者的野蛮行径和嚣张气焰时,我们无法抑制那种真

在抗战时期的同行,因为他们的人道主义精神一直是我们的榜样。虽然我们生活的时代距离抗战时期已经70多年了,可能我们对历史的记忆和认知会被时间的车轮所淡化,被形形色色的影响所替代,但是我们需要明白作为国民如果不熟悉自己国家的历史,就会数典忘祖,就可能在被歪曲的历史面前无所适从,就可能丧失我们的民族气节从而失去自强不息、民族复兴的力量之源。所以历史不容忘却,忘记历史就意味着背叛。从今往后,我们只有了解自己民族曾经的苦难,才能激发出源源不断的民族自尊,才能树立起中国人的民族自信,才能焕发起自强不息的精神气概,才能踏上奋发图强的未来进程。胜利纪念日,该是欢庆的时刻,更该是警醒的时刻。



内分泌团队出席全国内分泌学术年会

宁光主持 2016 国际内分泌学术委员会会议,王卫庆致年会闭幕词



□通讯员 毕宇芳

本报讯 8月27日,中华医学会内分泌学分会第十四次全国内分泌学学术年会在南京召开,6000余位国内内分泌代谢学学术领域的同道济济一堂,共同享受内分泌代谢病临床诊治与基础研究的学术大餐。本次会议邀请了国际内分泌学会(ISE)、美国内分泌学会(TES)等著名内分泌领域专家作专题报告,就糖尿病、甲状腺、肾上腺、垂体及肥胖等领域的年度最新研究进展进行了展

示。此外大会还邀请内分泌相关学科如眼科、外科、心内科和肾内科等多学科专家探讨热点话题,增进了学科间的交流。

本次年会期间,作为中国唯一的国际内分泌学会执委会委员、我院内分泌科宁光教授主持召开了第17届国际内分泌大会的学术委员会会议。据了解,2011年,宁光教授时任中华医学会内分泌学分会主任委员,他带领同行正式向国际内分泌学会递交主办2016年第17届国际内分泌大会的申请,经过层层竞选,中华医

学会内分泌学分会成功获得大会举办权,宁光教授将担任大会主席。他表示,这是国内专家首次深度参加并主导的国际会议,是一次充分展示中国在国际内分泌学术领域最新临床工作与研究成果的平台。本次学术委员会会议作为大会组织筹备过程中最重要的一次学术会议,来自五大洲10个国家的25位国际著名内分泌领域专家一同就大会各项筹备进行了讨论。

交流会上,十余位优秀青年代表进行了汇报展示,上海市内分泌代谢病研究所张志国副研究员与姜秀丽助理研究员代表我院分别展示了“小檗碱激活脂肪组织产热功能机制研究”与“MEN1缺失的胰腺神经内分泌肿瘤中靶向β-catenin信号通路干预研究”的最新成果。

闭幕式上,中华医学会内分泌学分会副主任委员、我院内分泌科王卫庆主任致词,她激励在座同行,要始终保持着一颗热情进取、执着追求的心,为中国内分泌学学科的腾飞不懈努力。

□通讯员 金佳斌 姜毓

本报讯 近日,我院胰腺肿瘤团队成功完成一例胰体尾巨大肿瘤切除联合脾脏切除、门静脉癌栓取出及重建手术。

患者是一名23岁年轻女性,半年前自觉腹部肿物,于外院就诊,经查考虑为胰体尾部的实性假乳头瘤伴门静脉癌栓形成。胰腺实性假乳头瘤是一种低度恶性肿瘤,术后生存率高,因此国内外文献都建议尽可能手术。然而不幸的是,该患者的肿瘤局部浸润非常严重,完全侵犯肠系膜上静脉和门静脉,与腹腔干关系又密切,术前影像已经提示门静脉内有长达9cm的癌栓。连医学生都知道,恶性肿瘤合并门静脉癌栓,就是外科手术的“反指征”,这样的病情几乎就是“判了死刑”。

辗转于多家医院后,患者来到了我院胰腺外科。在多学科(MDT)讨论时,胰腺外科团队仔细研究了患者的影像,认为虽然门静脉内栓子长约9cm,但上段栓子可能只是血栓,癌栓也可经门静脉切开取出。因此只要切除侵犯的门静脉,仍然可以将肿瘤完整拿下。尽管风险很高,而且将突破一般外科常规,但出于挑战生命禁区的勇气,团队在和患者及其家人充分沟通的基础上,决定手术并完成了充分的术前准备。

手术的难度如预期般大,大小约8.7×6.5cm的肿瘤与门静脉粘连的部分长达3cm,主刀医师彭承宏教授带领胰腺手术团队仔细探查肿瘤边缘,屏气凝神,耐心地游离周围组织,顺利取出门静脉内的癌栓,完成门静脉重建。手术中还切除了肿瘤侵犯的胃左动脉、脾血管等数根大血管,脾脏也成功切除。最终完整地将肿瘤拿了下来。惊心动魄的4个小时很快就过去了。如此大的非常规手术,仅有500ml的出血。这让时刻处于紧张状态的医师和患者家属都长舒了一口气。目前患者恢复良好,不日将出院。

突破手术「反指征」勇闯生命「大禁区」

胰腺外科为患者成功切除胰巨大肿瘤和门静脉癌栓



巨大的胰腺肿瘤几乎占据了腹腔的正中央。门静脉癌栓从肿瘤边缘一直延续到肝门区域,范围广大。(如图)

我院获评上海首家电子病历六级医院

□通讯员 朱立峰

本报讯 8月22日上午,受国家卫生计生委医院管理研究所委托,由上海组织实施的电子病历系统功能应用水平分级评价首批获评医院授牌仪式举行。我院获评电子病历应用水平六级,是上海首家获评六级的医院。姜昌斌

副院长代表医院接受授牌,并作发言交流。

电子病历系统功能应用水平分级评价工作起步于2011年,由国家卫生计生委医院管理研究所具体组织开展。2013年,在国家卫生计生委的授权和支持下,上海市卫生计生委制定了电子病历系统功能应用水平分级评价实施方案,建

立了网站自测、第三方测评与行业专家现场验收相结合的评价机制。据悉,国内目前获得电子病历应用水平分级评价5级以上医院共18家,其中7级1家,6级5家。

国家卫生计生委医院管理研究所梁铭会所长、市卫生计生委赵勇副主任、医政医管处晏波处长为获评医院授牌。

滨海新区爆炸伤员救治

□记者 朱凡

本报讯 8月22日中午,我院收到上海市卫计委通知,需要派遣烧伤科医师赴天津参与天津港“8·12”瑞海公司危险品仓库特别重大火灾爆炸事故的救治工作。接到通知后,我院领导高度重视,经讨论决定,推荐烧伤科主任刘琰前往。次日早晨6时,刘琰医师从医院出发赶赴天津市第一中心医院。与她同往的还有华山医院感染病科主任朱利平和第三人民医院烧伤科副主任医师俞为荣。

据悉,天津市第一中心医院收治的9名烧伤患者中,多数为中、小面积烧伤伴复合伤,其中危重伤1例,除大面积烧伤外同时合并严重颅脑损伤、双耳鼓膜穿孔、肺损伤。刘琰医师等抵达当地医院后迅速投入工作,根据患者情况展开创面处理指导,并每日参与为患者创面换药。截至刘琰医师返沪,该院烧伤患者均病情平稳。危重伤患者因颅脑轴索损伤,意识尚未恢复,但创面愈合良好,肺不张、肺部感染明显好转。



70%病肝精准切除,4岁患儿康复出院

我院成功为一低龄患儿实施“极量肝切除术”

□通讯员 金佳斌 孙长杰

本报讯 日前,我院普外科和儿外科联合为一名4岁肝母细胞瘤患者成功实施肝极量切除术,为其切除了70%的肝脏组织,经精心治疗护理,小患者各项生命体征平稳,于术后第7天顺利出院。标志着我院肝脏肿瘤多学科合作能力和外科干预水平提升到新的高度。

今年8月初,患儿父母无意中发现4岁女儿腹部异常隆起,医院检查显示其肝脏左叶处有一个直径达10cm的巨大肿块,诊断为恶性程度极高的肝母细胞瘤。入院后,普外科主任彭承宏、徐宁两位主任对患儿的血管超声及CT结果作了仔细研究。由于肿瘤巨大,左肝肿瘤已侵犯肝左

及肝中静脉,手术是唯一救治方式。因肿瘤累及的部位范围广,手术要沿肝右静脉行扩大左半肝切除,过程中稍有不慎就会造成术中不可挽救的大出血以及术后大量腹水、黄疸、昏迷、急性肝功能衰竭等小肝综合征表现,将严重危及生命。

为确保手术顺利,彭承宏主任牵头,组织我院儿科、放射科、超声科、感染科、介入科等相关科室进行了仔细的检查评估和术前讨论。8月14日,手术如期进行,在麻醉科和手术室协作下,彭承宏、徐宁以及儿外科沈丽萍主任依次精细解剖第一肝门、第二肝门及第三肝门血管,利用最新的超声吸引刀(CUSA)

技术,在不阻断肝门血管的情况下,沿肿瘤包膜外与肝右静脉间的微小间隙,将肿瘤完整切除,并保护了肝右静脉的毫发无损。手术共切除约70%的肝脏体积,最大限度地保留了正常肝脏组织,术中出血不到100毫升。

徐宁医师介绍,肝母细胞瘤是一种具有多种分化方式的恶性胚胎性肿瘤,多发于儿童,手术切除是首选治疗方案,而切除是否完整与术后康复以及生活质量的提高密切相关。无肝硬化的肝脏切除70~80%属于极量肝切除,对手术技术要求很高,需要术前正确评估肝功能储备,多学科介入以及围手术期的良好护理。

临床教学查房大赛落幕

□通讯员 吴平 陈怡

本报讯 今年8月,瑞金临床医学院开展了教学技能大赛之教学查房专题,邀请了数十位专家进行了41场次的现场评审。比赛得到了全院教师的积极响应,六大教研室的共13位教师报名参赛,其中包括多

位在医疗一线忙碌的科主任。参赛教师为教学查房比赛做足准备,除了精心挑选合适的病例,还认真撰写查房教案。来自消化科的钟捷主任将精湛的医术、丰富的临床经验融汇在教学查房中,获得了评审专家的一致认可,学生们更是感叹这

样的教学体验着实“过瘾”;儿科陆文丽老师的教学查房规范、严谨,展示了儿科教学长久以来的传统特色。同时,她在教学过程中对小病人和蔼可亲的态度,用实际行动教会了医学生们人文关怀在医患关系中的重要性。此外,呼吸内科李庆云、普外科陈拥军、肾脏科李晓等专家也积极参与了本次比赛,为年轻医生做出了示范和表率。

2015 上海胃肠肿瘤国际高峰论坛圆满落幕

□通讯员 叶枫

本报讯 为进一步增强国内胃肠肿瘤外科学术水平交流,由中国医师协会外科医师分会上海分会、上海交通大学医学院附属瑞金医院、瑞金医院北院、上海消化外科研究所承办,2015 上海胃肠肿瘤高峰论坛于8月22日在沪成功举办。

上海胃肠肿瘤高峰论坛诞生于2014年,本次论坛是北院承办的第二届,同时也是北院首次举办的高规格国际性学术会议,吸引了来自美国、日本、韩国、及北

上广等地胃肠外科、肿瘤科、影像科等多学科的400余位专家和学者,大会由中国医师协会副会长朱正纲教授担任主席。

在为期一天的会议里,国内外著名专家和学者就胃癌腹膜转移的综合治疗、结直肠癌规范化治疗与临床进展、结直肠癌手术新技术等方面进行交流和探讨。来自美国 MD 安德森癌症研究中心的肿瘤预防主席吴息凤教授就精准医学时代的结直肠癌预防模型作了介绍;美国国家综合癌症网络(National Comprehensive Cancer Network, NCCN) 食道癌与胃癌委员会主席阿耶尼教授

(Jaffer Ajani, MD)介绍了当前全球胃癌治疗的最新进展;来自日本的 Yonemura Y, Kitayama J 及韩国的 Choeng JH 等国际知名专家就胃肠道肿瘤腹膜转移研究及治疗问题进行了深入的探讨;国内著名结直肠外科专家蔡三军、傅传刚、兰平、赵任等教授以“结直肠癌外科新技术”为主题向与会人员作精彩专题讲座,并就腹腔镜结直肠手术技巧及进步空间作了探讨。会议为推动我国胃肠肿瘤诊断和治疗水平的发展做出了积极的贡献。



□记者 丁燕敏 摄影 袁宸栋

本报讯 8月21日,25名小瑞金人——潮童社宝贝们带着好奇与向往,走进了SMG电视新闻中心和上海报业集团,体验做小记者的感受,这也是瑞金医院第五届科技文化节系列精彩活动之一。

在电视新闻中心,著名主持人臧熹带着孩子们首先进入超高清视听室观看中国首部4K电视概念片,高清的画面、创意的情节,引发他们阵阵爽朗的笑声。最吸引人的莫过于开放式的新闻演播厅内,那些平日里通过屏幕才能看到的熟悉场景,令瑞金娃娃们跃跃欲试。坐在偌大的主播台前,在聚光灯下感受着主播范儿,孩子们一个个好不神气!

随后,大家又来到上海报业集团,文汇报新媒体中心主编戴焱森和新民晚报记者易蓉为孩子们精心设计了符合少年儿童年龄特点的小记者课程,激发他们做一个善于思考、勇于提问、敢于挑战的小记者,小瑞金人踊跃的课堂表现也给培训老师们留下深刻印象。

SMG电视新闻中心党委副书记李培红、文汇报社副总编郑逸文、新民晚报社副总编裘正义亲临活动现场,并与我院党委副书记俞郁萍、副院长陈尔真共同座谈交流。

瑞金娃娃学当小记者

民进瑞金支部换届选举顺利完成

□通讯员 倪惠丽

本报讯 8月20日,民进上海交通大学医学院附属瑞金支部召开会员大会,顺利完成支部换届工作。通过无记名投票选举产生8位支委,于颖彦连任新一届民进瑞金支部主委。

会上,民进上海交通大学医学院委员会主委张伟滨首先传达了民进

市委精神,提出了换届选举的新要求。民进今明两年的工作重点是完成从民进各基层支部、区委到市委的换届选举工作。随后民进瑞金支部现任主委于颖彦传达了医院党委对本届支部工作的肯定及对此次换届选举工作的关心与重视。

此次改选除留任5位原支委外,还新增了3位年轻的委员,新的支委会年龄结构趋于年轻化,

焕发出年轻的活力。8位当选委员一致表示,愿齐心协力,为民进瑞金支部的工作贡献自己的光和热;新一届支委将带领民进瑞金支部大步向前,蓬勃发展,永葆先进。

今年我院各民主党派将陆续启动(总)支部(社)的换届选举工作,各民主党派正紧锣密鼓地进行。我院八个民主党派的换届工作将在年底前全部完成。

体验医学的快乐



(上接第1版)与社会贴近最为密切,具有独特的魅力。”

把握心跳的节奏大师——心内科吴立群医生,他利用冷冻球囊、射频消融术治疗心律失常,目前完成了上海地区最大样本量。他坦承“医学是一条漫长而艰辛的道路,但得到患者的认可就是最好的回报,这种精神上的满足,是无法用其他任何事物能够替代的”。

让肿瘤君滚蛋的男神——肿瘤科张俊医生:他的病区都是晚期肿瘤病人,提高生活质量、延长生命长度,这里始终被人性的光芒照耀。他秉持“以医学的方法来治疗疾病,以哲学的思考来探究疾病的奥秘,以慈善的光芒来弥补智慧的不足”。

开拓“胃”来的微创尖兵——微创外科臧璐医生:他不但通过微创手术救治了众多病人,减轻了病人痛苦,还因为出色的教学影响了许多医学生。他相信“当医生是一种担当也是一种福报,大多数患者都怀有一颗感恩的心,这让医生心中感到温暖,也更加热爱自己的职业。”

医生中的蝙蝠侠——詹维伟医生,他利用超声发现疾病,被称为甲状腺癌“肉眼冰冻病理”,无数病人从全国各地过来为了确诊自己是否甲状腺癌。他说自己也是一名医二代,“医二代一旦选择了医学道路,往往比一般人更加坚定,经历过辛苦,更珍惜从医那份满满的幸福。”

疾病诊断终结者——病理科袁菲医生,病理诊断就像是疾病诊治途中,十字路口的一个指向牌,承载着病人和整个家庭的希望。“病理医生必须审慎地去面对,从这份责任和担当中感受无与伦比的成就感。”

他们都认为,医生是一份辛苦的工作,但却仍然带给他们莫大的成就感和快乐。每当救活一位病人,治愈一例疾病,那样的喜悦是旁人无法体会的。这也是支撑医生一路坚定走来的原因。虽然一天的时间相比于医学之路实在太短,但24位“医二代”都表示这一天的医学体验营活动收获巨大,无论他们将来是否选择成为一名医务工作者,他们在这一天的经历中都体会到了从事医学工作的快乐,理解了父母为何选择做一名辛苦的老师,并且为自己的父母感到骄傲!

肾脏科创始人董德长教授学术思想研讨会

□通讯员 钱莹

本报讯 由肾脏科主办的董德长教授学术思想研讨会,于7月2日在科技楼会议厅召开。来自上海、四川、温州、浙江等地和美国、法国等肾脏科领导和专家参加了此次研讨会。会议由肾脏科陈楠教授主持,我院副院长陈尔真出席。与会人员中有曾经和董教授一起共事多年的同道医者;有董教授曾经工作和生活的外省市兄弟科室的代表;还有众多董教授的身前挚友、学生共100余人。研讨会就关于董

德长教授的学术理论和人文思想等方面进行了充分的交流和深切的追忆。

作为瑞金肾脏科的奠基人,董教授自上海震旦大学医学院毕业后远赴海外进修,学成后董教授毅然回国投身祖国的医学事业。因为他在肾脏病学领域的卓越成就,1980年董德长教授被任命为我院肾脏病专业病房主任。董教授作为学科奠基人,在他的培养教育下,在陈楠教授的传承下,经过科室几代人的共同努力,使瑞金医院肾脏科目前在肾脏内分泌

和肾小管间质领域处于世界同行的领先水平。

大家从工作、生活、处事,为人等各个方面,结合各自的经历和体会讲述了董老生前的点点滴滴,话语中充满了对老人的怀念和敬佩。正如上海市肾脏病主任委员丁小强教授所说:董教授是一座丰碑,激励着我们不断地攀登医学领域的新高峰;董教授是一面镜子,让我们晚辈不断检查自己,鞭策自己,充实自己,在医学道路上越走越有信念,越走越坚定。

“音为你,爱传递”2015 瑞金门诊夏季音乐会

□通讯员 倪俊超 摄影 沈刚

本报讯 8月26日,瑞金门诊夏季音乐会如期在门诊大厅内举行。这是医院职工挥洒才艺、展现风采的舞台,更是我们奉献爱心、心系患者,促进医患和谐交流的纽带。今年的“音为你,爱传递”夏季音乐会邀请我院职工管乐队、瑞金十羽萨克斯重奏组和瑞金声乐之友社团登台表演,同时

加入潮童社、萌娃社共同演绎。党委副书记俞郁萍、副院长陈尔真、工会副主席龚震晖出席了此次音乐会。

演出开始,夏天的盎然生机与浩然热情一下子充满了整个现场。演出曲目丰富多样,不仅有萨克斯重奏《蓝色探戈》、美国电影《蒂凡尼早餐》插曲《Moon River》、《青藏高原》等诸多耳熟能详、世界交响音乐

宝库中的经典曲目,也有《爱尔兰组曲》、《风之谷》、日本动画片《龙猫》序曲等充满现代感的特色曲目。

瑞金医院职工管乐队、瑞金十羽萨克斯重奏组尤其擅长以轻松的、具有舞台表现感的演奏来诠释深奥的古典音乐,使之能更好地与现场观众进行心灵间的交流。他们是由热爱音乐、热爱萨克斯演奏的瑞金医院职工、上海医务系统的医务工作者以及上海音乐学院研究生自发组成。

我院声乐之友社团携手萌娃社、潮童社成员也分别为大家带去了脍炙人口的美国乡村福音歌曲《奇异恩典》和音乐剧《哆来咪》、《雪绒花》,小朋友们还上台为瑞金十羽的叔叔阿姨们献花。演出结束后,党委副书记俞郁萍为瑞金十羽萨克斯重奏组及参与表演的小朋友分别颁发了荣誉证书。



警惕 红颜杀手宫颈癌

□ 妇产科 许啸声

不知大家是否还记得香港女星梅艳芳?相信大家这位在最好年龄却香消玉殒的明星还记忆犹新。2003年,年仅40岁的梅艳芳因为宫颈癌永远地离开了喜爱她的歌迷。给人留下些许唏嘘的同时,也让大家对宫颈癌这个红颜杀手望而生畏。但是,宫颈癌和其他的癌症有着些许不同,如果梅艳芳能坚持每年进行妇科检查,也许这样一个可以通过早发现、早干预、早治疗的疾病就不会夺走她年轻的生命。现在让我们来重新认识一下这个红颜杀手——宫颈癌。

首先来认识一下什么是宫颈。子宫分为子宫颈和子宫颈两个部分,子宫颈外观呈圆柱形或圆锥形,突出于阴道深部,所以,妇科检查可以通过扩阴器看到子宫颈的阴道部分,这部分很重要,因为绝大多数早期的病变是可以透过妇科检查肉眼发现的。

全球每两分钟就有一人因宫颈癌去世,全球每年约有50多万妇女被诊断为宫颈癌,约有28.8万患者死亡;中国每年新增宫颈癌病例约13.5万,占全球发病数量的1/3,约有8万人死亡;中国宫颈癌发生率占到了女性恶性肿瘤的第二位,仅次于乳腺癌,且每年新增发病数占女性生殖系统恶性肿瘤发病率的73-93%,为发达国家的6倍,并趋于年轻化;宫颈癌区别于乳腺癌最突出的特点是存活率低,预后差。

2008年的诺贝尔生理和医学奖由三位科学家分享,其中包括来自德国的Hausen教授,他的研究证实了HPV(人乳头状病毒)是导致宫颈癌的罪魁祸首,这项研究结果具有划时代的意义。HPV有很多亚型,根据其致病类型将它主要分为高危型和低危型,低危型的HPV感染主要会导致尖锐湿疣,高危型的HPV主要导致的就是宫颈癌。

大家不禁要问,既然知道宫颈癌是由病毒感染引起的,就像感冒是由病毒

引起的一样,是否可以像治疗感冒那样治疗宫颈癌?

确实如此,可以用三个唯一来概括这一点:宫颈癌是唯一一个病因明确的癌症,同时也是唯一可以通过HPV+DNA细胞学检测来早期发现和预防的癌症,最后一个也是最鼓舞人心的,它还是唯一有望通过免疫接种的方法来全面预防和根除的第一个恶性肿瘤。

女性在不同阶段也会感染不同的HPV病毒,当身体抵抗力强的时候,病毒会被自动清除,但是当免疫系统发生问题,免疫力低下的时候,病毒可以持续感染并发生发展,问题就会随之而来。

长期高危型的HPV感染会导致宫颈上皮内瘤变,它也是公认的宫颈癌的癌前病变。当宫颈发生异形的病变,首先是从宫颈肉眼可见的表面开始,逐渐往深部生长的,我们把宫颈由浅入深划分成三等分,当病变累及宫颈上皮的上1/3,称为轻度不典型增生,用英文表示就是大家熟悉的CIN I级,当病变没有被医疗行为或者自身免疫力遏制,就会逐渐发生发展成重度不典型增生,甚至是宫颈癌。

那么宫颈癌的高危因素有哪些呢?首先是早婚早育和初次性生活提,性接触越早,接触并感染HPV的时间就越早,因此风险也就越高。其次与经济状况、地理环境和种族有关,接受教育的程度越高,相对宫颈癌发病率越低,因为宫颈癌的早发现,早干预,早治疗非常重要。

那么HPV感染后得了宫颈上皮内瘤变,就一定会进展为宫颈癌吗?答案是否定的。大多数女性朋友感染了HPV



是没有症状的,而且绝大多数感染者会通过自身的免疫系统将病毒清除,也就是说,当你身体持续地,长期地和高危型的HPV“谈恋爱”时,才会有患宫颈癌的风险。

这里需要提醒大家,HPV不等于宫颈癌,大可不必闻HPV色变,但是必须提高警惕。那么如何提高警惕呢?让我们一起来看看宫颈癌的症状。早期宫颈癌往往表现为接触性的出血,通俗地说就是性生活以后的出血。因此,年轻的、性活跃期的女性一定要注意这个信号;老年人,表现为绝经以后的不规则的阴道出血。当疾病进一步发展,会出现阴道不规则的腥臭流液,最后到了晚期,会根据病灶侵犯的范围出现不同的临床症状,最常见的就是侵犯泌尿系统导致的肾积水及消化系统的排便困难。

虽然宫颈疾病是女性独有的疾病,但是HPV感染却是男女都会碰到的问题,一半以上的男性会在一生中某些时刻感染HPV。但是HPV在男性的感染主要以亚临床感染为主,高感染但致病率低,会通过性行为传染给女性。而且性伙伴越多,HPV感染率越高。男性的包

皮环切手术、性活动中使用避孕套、固定性伴侣、注意性生活卫生、注射HPV疫苗等措施能在一定程度上降低HPV的感染率。

最后来谈谈宫颈癌的预防和治疗。目前中国实行的女性两癌筛查就包括宫颈癌,育龄期女性每年都应该接受妇科检查,其中非常重要的一项就是宫颈刮片,也就是我们俗称的巴氏涂片,但是目前巴氏涂片受制片技术的限制,可能会有一些病变无法被发现。因此目前临床上常常会用一个叫TCT/LCT的技术来替代传统的巴氏涂片,和细胞涂片不一样,TCT检查灵敏度和特异度更高,更容易发现早期的细胞变化。2001年欧洲将HPV联合TCT检查纳入宫颈癌的筛查,2003年美国FDA也将HPV应用于30岁以上宫颈癌的初筛。因此,我们建议每个育龄期女性每年都要进行一次宫颈TCT加上HPV检查。

当我们宫颈细胞学发现有问题的,接下来需要进行阴道镜的进一步活检检查,最后根据患者的年龄,是否有生育要求,以及随访的可行性,综合分析为患者提供一个个性化的治疗方案。

回到之前谈到的三个唯一,宫颈癌是目前唯一一个有望通过免疫接种的方法来全面预防和根除的第一个恶性肿瘤。因此,预防宫颈癌的疫苗是目前比较热门的话题,很多西方国家已经将HPV疫苗全面用于宫颈癌的防治,推荐应用于年轻的,还未有过性生活的女性。据报道,目前最新型的疫苗可以预防大约90%的子宫颈、外阴、阴道以及肛门癌症的潜力。但是任何一个新鲜事物都需要接受时间的考验,疫苗的保护时效,保护效果和保护的始终范围始终是医疗前沿争论的话题。

再次提醒女性朋友,应定期进行妇科检查。早发现、早干预、早治疗是对宫颈癌的预防与治疗有着至关重要的作用和影响。

迈开“腿”,有助戒掉“烟”

□ 呼吸内科 周剑平



据世界卫生组织、英国帝国癌症研究基金会和美国癌症协会共同完成的一份关于吸烟的调查报告说,目前全世界每10秒钟就有1人死于吸烟所引起的疾病,每年全世界至少有315万人因吸烟而丧生,而且这个数字还在增加。我国作为世界最大烟草生产国、消费国和受害国,吸烟率一直居高不下,吸烟者仅3.6%能够戒烟成功,复吸人数几乎与戒烟人数相等,总体吸烟人数已高达3亿多,每年消耗香烟1万5千多亿支,占全世界烟草消耗总量的30%以上。

“戒烟”,本该是一件刻不容缓的事情,却因为种种原因变得步履艰难。据分析,仅仅通过传输“吸烟有害健康”的健康理念劝诫吸烟者,其戒烟效果相当不理想。因此,“戒烟”光靠喊口号可不行,必须拿出行之有效的方法才行。戒烟的治疗介入复杂,需要多方面的考虑。就目前而言,尼古丁替代治疗、个体电话咨询、戒烟门诊规范化管理、青少年戒烟的联合治疗等等,均有助于提高戒烟成功率。而一些研究者则根据长期吸烟者尼古丁依赖原理提出,应该将运动与戒烟联动起来。

英国研究人员对19家诊所的试验数据进行分析后发现,运动有助于戒烟者降低对尼古丁的

渴望,在这项试验中,英国埃克斯特大学的研究人员把吸烟者随机分为“运动组”及“被动组”,并要求运动组从事快步走或骑脚踏车运动,被动组则看视频或只静静地坐着。研究结果显示,参加试验者都说,活动之后想吸烟的欲望比之前减少了。发表在《上瘾》期刊上的这项研究称,尼古丁替代品会降低烟瘾,会使运动的效果不明显。但受试者没有一位参与戒烟活动,或使用像口香糖之类的尼古丁戒烟贴片。研究人员指出,尽管运动是否有助于吸烟者完全戒烟还不清楚,但运动可以分散注意力,而主动的运动更能改善人的情绪,使他们感觉不到需要吸烟才能使自己舒服一些。就其内在的作用机制而言,可能与帮助戒除尼古丁依赖相关。烟草中的尼古丁成分通过吸烟进入人体后能够刺激人体内多巴胺的释放增加,使人体产生愉悦感,而运动过程中会刺激人体产生更多的多巴胺,也会使人产生愉悦感。每当想抽烟的时候,参与运动可以转移注意力,同时产生愉悦感,减少吸烟量。

此外,戒烟过程中的“戒断症状”则是不可忽视的心理和生理反应。例如烦躁不安、失眠忧虑、心率下降、体重增加等情况,均可以通过参加运动释放多巴胺等相关激素来减轻这一症状,使吸烟变得更容易。运动治疗有助于改善戒断症状,降低吸烟欲望,减轻体重和调适负面情绪,并且有利于降低复吸率。常规戒烟方法联合运动不失为一项“完美戒烟计划”。

运动戒烟处方选择:

有氧运动最为适合,如散步、慢跑、骑自行车、游泳等,运动时间可设为一小时,运动强度设定为中等强度,其强度阈值为40%-60%心储备存率,50%-60%最大摄氧量,60%-70%最大心率。建议经专业戒烟人士指导,充分衡量个体不同的整体状况、活动能力及心肺功能。

不知从何时起,城市中“晚育族”群体越来越壮大,很多人一晃就过了30岁的生育年龄“警戒线”。尤其是女性,因为压力大、工作忙,很多女性易错过生育“黄金期”。

随着年龄的增长,人体各部分机能都在衰老和退化,卵巢功能也在逐渐退化,很容易导致卵子的染色体发生异常。年龄越大卵子受到的环境和污染的影响就越多,这些都是导致不孕不育的因素。不良的生活习惯也会加速卵子老化,很多的女性为了事业,为了应酬也会抽烟喝酒,这些有害的物质都会加速女性生殖功能的衰退,对生育产生影响。女性最佳生育年龄是多少?我国有关部门就产科生理、优生和人口控制这三方面的研究提出:妇女最适宜的生育年龄为25—29岁。从生理角度考虑,25岁左右是女性最佳生育年龄,这时子宫颈管弹性好,容易扩张,子宫肌肉收缩有足够力量,容易平安分娩。30—34岁女性出现早产风险会提高20%。高龄孕育会增加胎儿畸形和夭折风险。研究表明,25—29岁生育者,唐氏综合征婴儿发生率仅为1/1500;30—34岁为1/900;35—39岁则上升到1/300;45岁以上竟达1/40。

对男性来说,生育年龄与婴儿的健康也有关。一般男性在25—35岁精力充沛,身体健壮,精子质量最高。

现在,很多人会考虑生二胎。正常顺产的情况下,如果正在给宝宝哺乳,最好是宝宝断奶后再进行怀孕,这样身体恢复的更好,有利于怀孕后的胎儿生长发育。如果顺产后没有给宝宝哺乳,一般半年左右就可以进行第二次怀孕。产后切忌过早怀孕,不然身体不利于胎儿生长发育。当然,前文所说最佳生育年龄是24—29岁,那么生二胎的最佳年龄最好也不要超过35岁。一般生完第一胎后间隔两三年时间是最好的,因为这个时候身体已经恢复正常。



请珍惜您的最佳生育年龄

□ 生殖医学中心 陈寒