



广博慈爱 追求卓越

第 570 期

2018 年 6 月 15 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

我院蝉联“全国文明单位”实现“五连冠”

□ 记者 唐文佳 通讯员 吴瑞春

本报讯 6月14日上午,在上海举办的全国文明单位创建工作会议上,国家卫生健康委通报表彰了卫生计生系统第五届全国文明单位和继续保留全国文明单位称号单位。我院第五次荣获全国文明单位称号,实现全国文明单位五连冠。

全国文明单位是精神文明创建工作的最高荣誉。中央文明委每三年组织评选并表彰一届全国文明单位,同时对已获全国文明单位称号的单位进行复查。我院自2005年被授予第一批“全国文明单位”以来,连续4次复查合格,持续保留此项殊荣。

多年来,医院上下齐心协力,在实现全国文明单位“五连冠”的路上,奋发努力、砥砺前行——医教研工作取得长足的进展,全面深化公立医院改革,医疗内涵质量持续提升,大教育培养体系不断完善,医学科科研成果累累,持续领跑;同时医院也始终不忘初心、牢记使命,将文明创建、人文

服务放在重要位置,常抓不懈。

医院以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入贯彻落实习近平总书记系列重要讲话精神,以社会主义核心价值观为引领,开展“三严三实”、“两学一做”专题教育,“佩党徽、亮身份、做合格共产党员”、“党员示范岗”等系列活动,坚定理想信念,夯实基层党建和廉政建设成果,为精神文明建设奠定了坚实的基础。

着力提升医疗质量,持续深化服务内涵。开展MDT多学科诊疗模式,在缓解患者就医难、提高临床医疗水平、青年医师培养、临床科学研究等方面进行了广泛深入的探索和实践。积极推广“全程服务”、“同伴教育”、“临终关怀”等特色服务,目前已形成“乳腺芳香护理组”、“肾友会”等一站式、组团式特色医疗服务模式;积极探索住院病人健康教育评价系统建设及人工智能医疗服务模式。深化优质护理内涵,拓展床旁护理和人性化服务,对患者实施心理评估和干预等。以问题为导向,聚焦薄弱环节,实施“楼宇管理”、“厕所改建”等专

项治理;开设工友公益学校;援建、社工和志愿服务蓬勃发展。第三方患者满意度测评名列前茅。

同时,注重医院文化建设,编撰出版《瑞金医院志》、《回眸广慈》、《插上医学的翅膀》等系列瑞金文化书籍,改版院史陈列馆、创建医院文化墙等,形成一批医院文化作品和文化景观;参与电视纪录片《人间世》拍摄,连续多年举办瑞金讲坛和“医学体验营”活动;营造中青年人才培养的氛围,引导优秀人才脱颖而出;搭建平台、凝聚员工,开设18个职工社团,形成创新、育人、感恩、清正的医院文化氛围。

文明创建只有起点,没有终点,新的历史征程已经展开。2018年医院将围绕国家卫健委“进一步改善医疗服务行动计划(2018-2020年)”,以打造上海医疗服务品牌为目标,深化精神文明创建和传承。积极倡导“至诚至善,患者优先”的服务理念,形成共同价值观和服务共识,进一步推进精神文明建设新成果,为创建国家医学中心和一流人文医院而继续努力奋斗。

□ 通讯员 黄千浪

本报讯 6月12日下午,捷克卫生部副部长Roman Prymula(罗曼·普里穆拉)率团到访我院,随行人员包括捷克驻沪副总领事及医疗、卫生方面的专家。我院副院长陈尔真及各职能处室、临床科室负责人热情接待了远道而来的嘉宾。双方相互致辞后,陈尔真介绍了医院的整体运营情况,并详细讲述了上海航空医疗救援中心基地医院建设成果以及与捷克方面密切合作的进展。随后,双方就航空医疗救援费用、体系完善等问题进行了热烈的讨论。会后,罗曼·普里穆拉部长一行参观了直升飞机停机坪及急救复苏单元。

自2012年捷克卫生部代表团第一次访问我院后,我院与捷克方面就保持了良好的沟通交流,2013年瑞金医院与捷克最大的综合性医院——MOTOL(莫托乐)医院签署友好医院合作备忘录,双方在肿瘤、心血管、外科等领域展开深入交流合作。2014年瑞金医院赵强副院长率团访问布拉格,期间参观了莫托乐医院和查理大学第一医院,并与捷克卫生部官员、医学专家进行探讨交流。2016年莫托乐医院先后派出15位医护人员、7位行政管理人员来我院进行为期一周的交流访问,获得良好反馈。2017年3月,陈尔真副院长率团访问捷克,在航空医疗救援、应急医疗救援体系管理等方面进行深入了解与合作意向洽谈。同年5月,瞿介明院长代表瑞金医院,在捷克总统泽曼与上海市市长应勇的共同见证下,与捷方签订《关于航空救援服务合作的谅解备忘录》。

在中捷战略伙伴关系和“一带一路”建设框架下,双方将在原有基础上继续深化交流,加强医疗合作,惠及两国人民。

捷克卫生部副部长一行访问我院

而今迈步从头越

俞郁萍

近日,我院第五次荣获全国文明单位称号,实现全国文明单位五连冠,这是一份来之不易的至高荣誉,它属于全体辛勤付出的所有瑞金人的荣光与骄傲。

悠久的历史铸就了医院博爱仁厚的底蕴,早在初创时期,医院就已确立了“广为慈善、贫富俱收”的服务理念和人文准则,立足于为最广大社会民众服务。百十年来,一代代瑞金人秉承着“广博慈爱,追求卓越”的医院精神,既脚踏实地、坚韧奋斗,又不圆前人于白,在敢为人先中创新图强,卓越奉献,使医院的医院服务社会的能力水平以及精神文明建设成果得到社会的普遍认可和称赞。

“五连冠”荣誉是对全体瑞金人的褒扬,更是一种无形的鞭策,我们已然站上了历史新起点。

未来,我们将积极落实医院十三五规划,对标国家医学中心目标,努力将我院打造成为最好的人文医院之一。医院将在提升员工文明服务素养、改善服务重点薄弱环节、创建医疗服务特色品牌方面进一步加强管理力度,切实提升医疗服务的温度。

凡是过往,皆为序章。站上新起点、揭开新篇章,面对新挑战,相信每一位瑞金人定将不畏艰难,不忘初心,牢记使命,为开拓美好未来而努力奋斗。



寻常指甲病登上国际大牌杂志《柳叶刀》

皮肤科团队关于疥疮甲损害的临床研究论文发表

THE LANCET



□ 记者 李东 通讯员 袁勇勇

本报讯 近日,一例看似寻常的甲病竟然登上了国际顶尖医学杂志《柳叶刀》。而作者正是我院皮肤科主任潘萌教授率领的研究团队。这也是我院史上首次全部由本院科研人员独立完成的临床研究论文。

2017年2月,一位55岁的淋巴瘤患者出现手指甲、脚趾甲变黄,甲面不断增厚的症状,致使手指和脚趾变形。患者怀疑自己患有灰指甲,随后到我院皮肤科就诊。接诊的潘萌教授对患者进行了初步检查,发现其左手第一、二、四、五指甲,右手第三、四、五指甲以及左脚第三趾甲增厚、灰

黄、变形,指甲周围皮肤红肿。

该患者临床表现极似“灰指甲”,但凭着多年的经验和直觉,潘萌教授觉得情况可能没有那么简单,她决定对患者的指甲碎屑进行镜检。结果着实让人大吃一惊:显微镜下并没有看到任何真菌的菌丝或孢子,而发现了几个疥虫的幼虫。

结合患者曾有疥疮皮肤感染病史,确诊该患者的“灰指甲”症状是由感染疥虫引起。

于是,潘萌教授为患者制定了克罗米通软膏病甲封包的治疗方案。谨慎起见,又指导该论文的第一作者邹雅茹博士对患者进行了长达6个月的随

访,未发现复发迹象。

“既往有疥疮甲损害的报道,几乎都是发生于挪威疥(又称结痂性疥疮或角化性疥疮)感染,而这例患者是目前文献可查的第一例仅表现为甲损害的寻常疥疮,临床极其罕见,极易误诊。”2018年6月2日,《疥疮甲损害:寻常疥疮的不寻常表现》(Nail infestation: an atypical presentation of typical scabies)登上了《柳叶刀》杂志。潘萌教授表示,在免疫抑制人群中,疥疮的临床表现常常不典型,疥疮的甲损害容易被误诊为甲真菌病,因此进行直接镜检是非常有必要的。

相比大样本研究,寻常疥疮的不寻常表现,看似微不足道,但作为单一病例的研究成果,在《柳叶刀》发表,意义深远。潘萌教授表示,早在数年前,在郑捷教授的倡导下,我院皮肤科一直致力于打造全国复杂、难治、危重性皮肤病诊疗中心,在科室全体人员长期不懈的努力下,近年来已受到国内及国际同行的广泛认可。“此次我们的病例报道能被国际医学顶级期刊《柳叶刀》杂志接收,说明国际同行对我科、我院,乃至我国皮肤病医疗诊断水平的肯定,令人欣喜鼓舞。

沉痛悼念我国著名中医学家夏翔教授

我国著名中医学家和医学教育家,中国民主同盟盟员,中国共产党党员,享受国务院政府特殊津贴,全国老中医药专家学术经验继承班导师,上海市名中医,上海中医文献馆馆员,上海交通大学医学院教授,中华中医药学会原理事,中华中医药学会内科分会原副主任委员,上海中医药学会原副会长,瑞金医院中医科原主任,中医教研室原主任夏翔教授,因病医治无效,于2018年6月14日7时整在瑞金医院逝世,享年80岁。

本版责任编辑 李晨

我院三位专家急赴贵州参与救治燃爆伤员



□ 记者 李东

本报讯 6月10日23时许,中石油天然气输气管道贵州晴隆沙子段发生泄漏燃爆,受伤人员被第一时间送往医院救治。

6月11日21:30分,我院接国家卫健委卫生应急办公室通知,要求紧急派遣灼伤整形科和重症医学科专家驰援。灼伤整形科主任医师张勤、副主任医师王志勇和重症医学科副主任医师闵东,在20分钟内到位待命,搭乘次日第一班飞机赶赴贵阳参与救治。按国家卫健委指示,我院专家组在贵阳帮助和指导由现场转入贵阳各医院患者的救治工作。



□ 通讯员 李若坤

本报讯 5月31日至6月2日,中国医师协会第十二次放射医师年会召开,中国医师协会放射医师分会副会长、我院放射科严福华主任以及杨文洁医师、李若坤医师出席会议,并分享了我院放射科在住院医师规范化培训方面的经验,广受好评。

在规培基地主任培训专场,严福华聚焦于我国放射影像规培的顶层设计与规范细则,结合瑞金实践,为来自全国各地的近100位基地主任或教学主任做了“放射科住院医师规范化培训管理:上海瑞金经验分享”的主题报告,重点探讨了制度落实、过程管理和师资培训等问题。在住院医师规范化培训放射专业骨干医师培训专场,严福华、杨文洁分别作了“基于影像-病理对照的肝脏肿瘤诊断与鉴别诊断的带教思路”、“肺马赛克征及其带教思路”主题报告,为与会者进行了相关领域疾病及教学技巧的培训。

李若坤负责“首届全国放射住培医师影像技能大赛”的组织策划及筹备工作,并担任半决赛及决赛主持人,该技能大赛吸引了400余位现场观众及1.6万人次网络关注。

在本次全国年会上,李若坤当选为青委会副主任委员,宋琦、柴维敏、张欢、杨文洁、陆勇、李若坤分别当选泌尿生殖学组、乳腺学组、消化组、心血管学组、骨肌学组及对对比剂学组委员,分别在专题会场做学术讲座,充分凸显了我院放射科在全国领先的综合学科实力。

瑞金放射规培模式在全国放射医师年会上广受关注

市财政局领导等莅临我院调研

□ 通讯员 陈仪蓉

本报讯 6月7日上午,上海市财政局社保处处长卢华、上海市卫计委规财处处长王惟、申康中心财务部主任黄玲萍等一行来我院对财政性科研资金的使用和管理进行调研指导。我院总会计师汪绪良,财务处、医务一处、科技发展处、人力资源处、学科规划发展与大设施管理处等相关科室负责人一同参与了此次调研。

调研会上,我院财务处副处

长(主持工作)李雪辉就医院财政性科研类资金的使用和结转结余管理情况进行了专题汇报。随后,相关部门负责人分别就医院目前财政性科研类专项资金管理的现状和存在的问题及拟改善的措施进行了交流。

听取汇报后,卢华等对我院专项资金的使用和管理情况进行了指导。黄玲萍表示,对财政性结转结余资金的管理,必须加强对项目资金使用的事前、事中控制和管理,同时运用信息化手段,定期通报项目资金的执行进度,起

到正向推动项目管理的作用。王惟表示,关于财政性科研类结转结余资金的问题,各部门要定期向医院党政领导班子汇报相关财政性专项资金的执行情况,充分反映目前管理工作中存在的主要问题和项目的数量金额,促进业务部门和财务部门的工作相融合。卢华也表示,医院专项资金的管理要科学化和精细化,可考虑采用适度信息公开、项目全生命周期预算管理等方式为抓手,进一步推动项目资金的合理有效使用。



6月1日-6月5日,2018年上海市继续教育项目《儿科胃肠病新技术新进展》暨第二届儿科中部医联体学术会议在我院成功举办,共吸引全国16个地区260名学员参加。

·余熠 杨媛艳 摄影报道·

神经外科团队成功实施内镜下肿瘤全切除术

□ 记者 李晨 通讯员 孙昱皓 倪泓阳

本报讯 43岁的郑女士前段时间总是感到头晕,在当地医院检查发现,大脑的松果体区竟然生了一颗直径约2.3cm的肿瘤。

十分棘手的是,肿瘤生在大脑中央位置,无论哪个角度,手术路径都存在高风险,患者术中极有可能因大出血失去生命。

近日,我院神经外科团队成功实施内镜下肿瘤全切除术,为郑女士摘除了大脑中央的这枚肿瘤。

松果体区肿瘤位置深,周围解剖结构复杂,毗邻重要血管神经结构,手术困难、风险高。据统计,该区域手术死亡率曾高达

50%-70%,所以常规放疗曾是这一区域肿瘤的标准治疗方法。

尽管,目前显微神经外科技术的发展,已使大多松果体区病可被有效地治疗。但开颅手术对脑组织、脑血管的牵拉损伤仍难以避免,手术全切除肿瘤仍是神经外科医生面临的巨大挑战。

神经外科卞留贯、孙青芳两位专家带领团队接受了这个挑战,在手术室、麻醉科的配合下,神外团队对该例松果体区巨大占位的患者实施内镜下肿瘤全切除术。

手术中患者采用侧卧位,增加了术者手术的舒适性,同时避免了半坐位或坐位可能造成的气颅、气体栓塞、硬膜外血肿等严

重的术中并发症。手术团队凭借丰富的临床经验,充分利用颅内天然存在的解剖间隙,采用全程内镜下,经幕下小脑上入路全切肿瘤。

进行这样的内镜手术,需要医生有适应二维图像下操作的能力,同时要避免内镜镜头端存在盲区造成的邻近组织损伤。在手术操作中,如果医生对解剖结构关系不清或手术操作经验不足,很容易迷失方向或者导致严重后果。

由于术前做了充分的准备并制定了严密的手术方案,神经外科手术团队结合经验一气呵成,成功地完成了手术治疗。患者术后恢复良好,顺利出院。

女子腰痛夜不能寐

□ 记者 李东 通讯员 阎爱军

本报讯 6月6日早晨,小杨在家人的陪同下,来到剑川县人民医院中医康复科,送上了一幅写有“神针除顽疾,解我多年痛”的锦旗,以表达一家人对我院援滇医生谢贤斐及中医康复科医护人员的由衷感谢。

8年前,小杨查出患有腰椎间盘突出症,多年来腰腿疼痛折磨着她,而持续加重的下肢疼痛最终让小杨夜不能寐。期间,一家人带着她跑了七八家医院,效果欠佳。

“听说县里面来了位大上海

的伤科医生!”丈夫二话不说,推着小杨找到了来自瑞金医院伤科的谢贤斐医师。仔细查看了小杨近八年的病史后,谢医生为她量身定制了治疗方案,考虑其腰椎间盘突出较大、黄韧带肥厚而合并有椎管继发性狭窄情况,选择对患者实行骶管封闭治疗。

2018年5月24日,剑川县人民医院中医康复科在谢贤斐医师的指导下,完成了该院首例骶管封闭术。半个月后,严重影响小杨生活的“老腰痛”好多了,终于可以睡个好觉了。

援滇纪实

医生妙手解除沉疴



喜讯

近日,中国介入心脏病学大会(CIT2018)和东方心脏病学会议(OCC2018)接连在苏州和上海举办。我院心脏内科闫小响医生凭借其在免疫炎症参与冠心病事件链发病机制的系列研究工作中的重大发现,荣获CIT2018青年医师研究奖(YIA)一等奖(First Prize Winner)和OCC2018东方新星奖提名奖(提名奖第一位)。

上海交通大学医学院第三届青联“名院巡礼”活动在我院举行

□通讯员 陈玮

本报讯 6月13日,上海交通大学医学院第三届青年联谊会第三期“名院巡礼”活动在我院12号楼学术报告厅举行。

上海交通大学医学院副院长、青联会长吴正一,我院党委副书记俞郁萍,普外科主任郑民华,血液科常务副主任、青联会长赵维莅,医学院团委书记、青联秘书长游佳琳出席活动,我院学科规划处处长、医学院青联副会长陈康主持活动,医学院第三届青联委员、青年学子及医护人员100余人参加了此次活动。

吴正一指出,医学院青联“名院巡礼”活动作为引领青年发展、凝聚青年力量的重要抓手,是医学院青联结合当前青年工作形势打造的品牌活动,希望为医学院广大青年搭建交流的平台,拓宽视野和格局,服务医学青年职业生涯发展和成长成才。

俞郁萍表示,此次邀请的郑

民华、赵维莅两位专家,分别是瑞金医院外科、内科的代表性领军人才,他们将同青年们谈医学、话人生,分享从医经历和感悟。希望青年朋友以“名院巡礼”等各种交流活动为契机,加强了解和学习,促进不同学科间的交流。

在“大师讲坛”环节,普外科主任郑民华作了《在登峰的路上我们将看到什么?医路漫漫伴我行》的报告,回顾了自从医过程,感悟普外科腹腔镜发展历程,重温“激情微创三十年”,并与在座各位分享对微创外科发展的见解和未来趋势。他强调,腹腔镜手术的发展是技术层面的提升,但尚未实现革命性变革,传统诊疗、教学模式等面临冲击和巨变,微创已面临中年危机,外科医学面临二次革命,需要新老医生共同思考微创外科未来的发展。

我院青联会长赵维莅作了题为《擅用科学的临床语言,做一个会做研究的医生》的报告,她从内科发展的角度,分享从医历程,并

对血液科科学研究、临床转化等问题进行探讨,站在学科前沿,揭示血液学发展方向,并以淋巴瘤案例为典型,分享自己对大内科发展的展望,使青年对血液学发展有了更清晰的认识,促进了不同学科思维的碰撞。

主题论坛结束后,青联委员和青年学子还到我院模拟实训中心和院史陈列馆进行了参观交流,感受临床实训领域的新发展、新面貌和新思路,领略医院一百多年的文化传承和大医辈出的光辉历史,“三维立体”的“解剖”让各位青年纷纷竖起大拇指,厚重的历史底蕴和文化积淀令大家感触颇深。

医学院第三届青联“名院巡礼”活动采用附属医院接力承办的模式,旨在积极推进医学院青年联谊会组织建设,搭建附属医院学科间、学科青年间交流的平台,促进学科建设和发展,是青年工作新模式、新路径的有益探索。



在端午佳节来临之际,我院举办了多个端午节主题活动,职工们通过包粽子、做香囊等活动,寄托美好愿望,传承端午的民俗文化。

6月12日上午,退管会组织爱心联谊会举办“端午粽香”活动,老职工们欢聚一堂,切磋裹粽子的技艺,他们其乐融融,还熟练地操作手机自拍。副院长邱力萍也来到现场,送来亲切问候。爱心联谊会会员都曾是罹患重病的本院退休职工,在院领导的关心下,退管会定期组织联谊活动,搭建交流的平台,帮助他们更多地走出小家、融入大家,感受到医院的温暖和人文关怀。

此外,院工会联合肿瘤放化疗中医部门工会、药剂科部门工会联合举办了为期3天的“粽情瑞金,端午飘香”主题活动。

6月12日、13日中午,我院博海果汁吧人头攒动,职工们纷纷脱下白大褂,穿上大围裙,戴上厨师帽,在食堂师傅的指导下,用现场提供的赤豆糯米粽及大肉粽原料,包成上海本地三角粽、枕头粽等各种式样,粽叶舞动,麻绳穿梭,涌现出不少包粽能手。

6月14日中午,中医科陈敬贤医生做了“迎接端午,香囊养生”的小讲座,会后的香囊DIY活动也十分热闹,职工们一边交流讨论,一边精心地制作着富含深刻寓意的香囊。

·丁燕敏 窦君豪 袁宸桢 摄影报道·

退休党总支召开纪念建党97周年先进表彰会

□通讯员 丁燕敏

本报讯 6月7日,我院退休职工党总支举办了纪念建党97周年暨先进表彰会,百余名党员共聚科教楼报告厅,纪念党的生日。

来自三个党支部的党员作交流发言,他们结合自己退休后的工作、学习和生活,向与会人员分享了自己学习十九大精神、参与组织生活和支部生活的感悟与体会。

原放射科医师何国祥利用丰富的经验和专业知识,持续十多年为退休职工们开展义诊咨询服务;原后勤保障部门职工刘永龙把困难的党员群众当

作兄弟姐妹,经常上门探望;原临床医学院职工唐洪志坚定信念,在79岁的高龄加入党组织,并积极参与支部工作,为大家办实事。他们没有豪言壮语,以实际行动展现出一名党员的风采。

为了鼓励先进、持续发挥党员的先锋模范作用,经各支部推荐、退休职工党总支讨论同意,评选出13名先进党员和3个先进集体,并进行了表彰。

党总支书记单友根表示,共产党员的榜样作用和模范带动作用也是保持先进性的最好方法。他向广大退休党总支党员传达了交大医学院第十一次党代会的精神,并号召退休职工

党总支的全体党员同志学习先进精神,坚定理想信念,不忘初心,牢记使命,以昂扬的精神面貌和优异的成绩迎接党的97岁生日。

支部风采

药剂科团支部在一大旧址开展主题团日活动



本报讯 6月8日,药剂科团支部组织青年团员到中共一大旧址纪念馆参观学习,并开展“践行新思想 拥抱新时代”团日活动,深入学习十九大精神以及习近平新时代中国特色社会主义思想。此次红色之旅内容丰富,通过珍贵的史料,团员青年们加深了对党的光辉奋斗历程的了解,对中国革命伟大进程以及对于实现中华民族伟大复兴中国梦的历史贡献和现实意义有了更真切的感悟。

大家纷纷表示,作为年轻的医务工作者,需不忘初心、牢记使命,将始终贯彻“以患者为中心”的服务理念,在岗位上勇于创新,开拓进取,为患者提供全面、安全、优质的药学服务,为健康中国贡献一份力量。

·管滢芸·

心脏内科举办“中国房颤日”专家健康讲座和咨询活动

□通讯员 陈康

本报讯 为提高大众对房颤的认识,有针对性地进行预防工作,在2018年中国房颤日到来之际,我院心脏内科举办了专家健康讲座和健康咨询服务活动。

心房颤动(简称房颤)被称为“21世纪的心血管流行病”,是临床最常见的心律失

常之一。房颤危害巨大,可使卒中风险增加5倍以上,心力衰竭风险增加3倍,痴呆和死亡风险增加2倍,严重降低患者生活质量,给社会和个人造成极大的经济负担。

根据2018年中国房颤日主题“关注心房颤,预防脑卒中”,心脏内科主任吴立群教授带领团队精心设计了讲座内容。专家们从房颤的发生机制,治疗策略,射频

消融、冷冻球囊手术讲到房颤危险因素控制,左心耳封堵、抗凝治疗的选择等问题,并介绍了我院房颤治疗的两大特色——冷冻球囊及磁导航技术,现场的患者和家属们都仔细聆听,认真记录。

讲座结束后,心脏内科团队开展了健康咨询服务。患者和家属都表示,从此次活动中获益颇丰,尤其是对该不该手术,怎么手术,如何抗凝有了更加清晰的了解。

聚焦集团

近日,由工会、后勤党支部、团委共同举办了“瑞金卢湾小小医护”成长教育活动,卢湾分院的“医二代”们走进医院,体验父母的工作日常。小医护们完成派发制服、医生宣誓、实习操作等三大任务后,分成两支队伍:“眼科、放射科”以及“耳鼻喉科、超声诊断科”,跟随活动志愿者们进入诊室进行体验,最终完成任务取得了一只专属于自己的药箱。小医护们通过一天的观察、学习和体验,不仅增长了知识,也明白了父母工作的辛苦,并为他们感到自豪。

·卢湾分院 供稿·

儿科医生暖心相助 为患者垫付医药费

□记者 李东

本报讯 近日,市民倪阿姨的孙女高烧不退,带孩子来我院儿科急诊挂号,在缴纳检查费时,才发现身上的钱没带够,情急之下向刚刚接诊的韩晓伟医生求助,韩医生了解情况后,垫付了两百多元医药费,让孩子第一时间得到了治疗。倪阿姨非常感动,连说,“感谢医生,等把孙女安顿好,我一定会把钱还回来的。”

当日上午10点,检查结果出来了,确认孩子无碍后,倪阿姨松了一口气,才得知原本值完夜班要下班的韩医生,放弃了休息时间陪伴左右,倪阿姨紧紧握住韩医生的手说,“来医院次数不少,但没有碰到过这样的事情,十分感动!”韩晓伟笑道,“孩子没事,我再走。”

倪奶奶一心记挂着这笔被垫付医药费,当天下午便赶到医院送钱。在急诊转了几圈也没找到韩医生,便把钱交给护士长杨屹嵘,拜托她转交韩医生并转达她们一家的深厚谢意。

“我们觉得不帮他们一下,过意不去。谁还没个难处?”杨屹嵘表示,在急诊帮患者垫付医药费的情况并不少,见大家潜意识里都有这样的想法,便于2016年组织急诊护士们做了一个“爱心账户”,大家将200块钱作为公用基金放在抽屉里,每当患者遇到钱没带够可能影响治疗时,他们都会主动伸出援手。

护士们告诉记者,“垫过多少钱,说实在话,真记不清了,从来也没打算去记。”印象中几乎每一笔垫的钱都如数还上了,偶尔有几十块钱没还上的,可能患者忘记了,他们说,要把“爱心账户”传递下去。

关于洗头那些事

□ 皮肤科 徐涵

爱美之心,人皆有之,乌黑亮丽的头发令人精神焕发,充满朝气。想要拥有一头飘逸的秀发自然离不开精心的日常护理,那么我们平时该如何正确护理自己的头发呢?下面的这些问题,是否也曾困扰过你?

问题一:头发该多久洗一次?

洗发是为了保持头皮清洁,清除头皮表面的代谢产物和微生物,有助于头皮和头发的健康。至于多久洗一次头合适,其实应根据各人的发质情况,并没有严格的规定。一般来说,油性发质可以洗得勤一些,隔天甚至每天洗,干性发质可以3天左右洗一次。夏季出汗多,可以洗得勤,冬季则相反。

所以结论是,只要自己觉得合适,想几天洗就几天洗,但最多不要超过4天。

问题二:每天洗头会引起脱发吗?

不会。要知道头发脱落并不是洗发造成的,很多是由于生理或病理性的原因。比如头发进入休止期,或处在斑秃的进展期,或存在雄激素性脱发(俗称脂溢性脱发)等等。如果头发或头皮真的出现问题,就算你不洗头,它也照样掉给你看。当然,如果洗发时动作过于粗暴,或头发过长,打结缠绕,那么洗头时也确实会扯下不少头发。

建议长发的女士们在洗发前先把头发梳通理顺,洗的时候记得手势要温柔,再温柔。

问题三:油性发质头发会越洗越油?

头发的油腻程度和自身的皮脂腺分泌有关,而皮脂腺分泌的多少又跟各人的雄激素水平、遗传基因、生活饮食习惯及环境因素等有很大联系。所以油性头发并不是洗发次数太多造成的。

当然,皮脂腺会接受头皮反馈的信息,及时补充和分泌失去的油脂。当我们过度频繁地将油脂洗去后,皮脂腺会收到“头皮缺油”的反馈信息,从而促进它再次分泌,所以头发又变得油油的。一般来说,一天洗一次是不会把头发越洗越油的。

另外,平时油性头发的人还应该少吃油腻、辛辣食物,避免熬夜和精神紧张,因为这些都会刺激皮脂腺的分泌。

问题四:早上洗头好,还是晚上洗好?

都可以,关键是洗完之后不要马上顶着湿漉漉的头发出门或睡觉。湿头发吹风后水分会迅

速蒸发,带走头部热量,容易引起感冒。头发未干就上床睡觉,张开的毛鳞片也容易摩擦受损,伤及发质。

所以,如果喜欢早上洗头,就早点起床,给洗头和干头发预留足够的时间。如果喜欢晚上洗头,那就别拖到临睡前再匆匆忙忙地洗。

问题五:洗完头要不要用吹风机吹干?

洗头之后,毛鳞片上的油脂被洗去,毛鳞片变得张开、翘起,毛发间的摩擦力就会增大,头发就容易受到损伤。但是,如果用温度过高的电吹风快速将头发吹干,会使头发中的水分快速蒸发,久而久之导致头发变得缺水、枯燥。所以,比较合理的做法是,先用干毛巾把湿头发大致吸干,然后再用电风吹,以加速毛鳞片的闭合。

要注意的是,在吹头发时,电吹风不要离头发过近,应该至少保持10厘米以上,并且尽可能用低档风吹,边吹边移动,避免长时间对着同一个部位吹。

问题六:洗头一定要选无硅

油的洗发水吗?

现在人们都迷信无硅油洗发水,认为有硅油的洗发水会伤及头皮,引起脱发。事实真的如此吗?

硅油也叫“聚二甲基硅氧烷”,是一种难溶于水的液态化学柔滑剂。它属于大分子物质,不会被毛囊吸收,用在头发上可填充毛鳞片之间的缝隙,使头发变得柔顺亮丽。只要在国家标准规定限量范围内使用,

无需担心安全问题。含硅油的洗发水会引起头皮损伤或掉发实属无稽之谈。

脱发其实可以由多种原因造成,比如压力大、失眠可引起斑秃,雄激素水平高会导致脂溢性脱发,肿瘤、感染、产后、刻意节食或内分泌异常等也会造成各种类型的脱发。因洗发水中的硅油导致毛孔堵塞而引起脱发,倒还缺乏循证医学的依据,可能只是商家为推广自己产品而找的一个说词吧。

好了,说了这么多,是否已解答了你心中关于护发方面的困惑?希望我们都以科学的方法和态度来护理自己的头发,让自己的秀发更飘逸。



足球运动员受伤时喷的是什么?

□ 药剂科 张立群

四年一度的世界杯又开幕了。晚餐后,打开电视机,比赛开始,激烈地拼抢中进攻球员与防守他的对方队长狠狠地撞在了一起,队长痛苦地倒在草坪中央,迟迟不能站起。

裁判小碎步跑到近前,查看后示意队医等进场将其抬出场外。

工作人员将受伤的队长抬至场边,他仍眉头紧皱,张大嘴急促地呼吸。

这时场内的比赛仍在继续,在伤者治疗时,他们的队伍不得不面对暂时缺少一人的窘境,如队长不能立刻返回场内,这场比赛将非常困难。

队医做了查看和询问,初步确认应该只是大腿肌肉的钝挫伤,也没有开放性的创面伤口,然后不慌不忙地从医疗箱中掏出了一瓶“杀虫剂”,对着伤痛处就是一阵猛喷——唻唻唻……

数秒之后队长神态舒缓了,呼吸不急促了,满血复活了。

队医再次和队长确认了身体的状况没有不适,在裁判示意下,队长再次返回场上,奔向自己的防守区域,顶住对手一次次的猛攻……

运动喷雾为什么效果这么好?可以在短时间内帮助缓解疼痛?以下是有关运动喷雾的Q&A快速问答。

Q:“效果这么好?那为什么不在上场前就让运动员使用?”

A:“那可不合适,这是短效制剂,提前使用并不能发挥最好的药效。常用的成分包括氯乙烷、水杨酸类等,如接触到创面会造成刺激等副作用,反而

不好。”

Q:“那提前吃止痛片呢?”

A:“那也是不行的,各项运动都有明确的药品禁用目录,随意使用药品不仅会受到严厉惩处同时还危害身体。”

Q:“既然有这么好的药物,为什么不还是经常有运动员有伤病而缺赛?”

A:“因为这类药品只是暂时缓解症状,对损伤本身没有治疗作用,药效退去后仍然需要各种医疗保障措施来帮助恢复。”

随着我们生活水平的提高,足球、篮球、自行车、慢跑等等各类运动项目的竞技色彩没有这么强烈了,逐步变成了全民健身的重要组成部分。但是随之而来的,是意料之外的运动损伤。

在健身活动中出现损伤,就算是较轻微的,也应在第一时间做紧急处置。因为这可以极大减轻损伤的进展和痛苦,缩短恢复时间。比如常见的软组织损伤,冷敷是最简便可行

的,即使是专业运动员也常常采取这一手段。

止痛喷雾等外用的各类制剂可以减轻痛苦,在创伤较轻微的时候缩短恢复时间,减少对日常工作的影响,提高生活质量。

当然,在做适当的处理后,即时就医很关键。运动损伤严重程度往往容易受伤者主观疼痛感强弱的影响,而造成临床误判。必须结合必要的检查、检测,确定受伤程度及正规的治疗方案。不当的处理甚至会造成二次伤害。饮酒等不良饮食习惯也有可能加重伤情或影响药物疗效。

所以,假如您是一名运动爱好者,可以在家庭药箱中配备一些使用安全、方便的,治疗运动损伤的药品。在享受运动乐趣的同时,也需要向医生或药师等专业人士咨询,学习必要的运动医学知识,不仅可以减少伤病,更有助于提高运动成绩,延长运动寿命,获得更多生活乐趣。



遇到宝宝睡觉时鼾声大作,流口水,很多家长觉得这很可爱,说明睡的香。其实这正代表宝宝有可能身患疾病。研究发现,约30%~35%的孩子患有小儿鼾症,其中重型小儿鼾症甚至有5%~10%左右。实际上小儿打鼾是一种病态,医学上又称儿童睡眠呼吸暂停低通气综合征(OSAHS),“鼾”个没完没了危害不容小觑。

小儿鼾症多见于3岁至5岁的儿童,临床上表现为入睡时张着小嘴巴,呼噜噜、呼噜噜地打鼾,很多情况下还伴随呼吸暂停现象。病因多以“阻塞”为主:最常见的为扁桃体和/或腺样体肥大,引起咽喉部狭窄;鼻炎、鼻窦炎致鼻道狭窄;体胖的宝宝睡觉时口咽部呼吸更易阻塞。既然腺样体扁桃体会随着儿童年龄增长可能会逐渐退化,那么是不是就可以不治疗打鼾,等孩子长大后自愈呢?不行,小儿鼾症一定要及时治疗。

近年来,长期打鼾对儿童颜面部发育的危害,已越来越受到国内外耳鼻喉科和口腔科医生的重视。婴幼儿的面颅骨还没有发育完善,恒牙还没有萌出,3到5岁正是儿童颌面骨发育的关键时期。正常经鼻呼吸时,上下唇闭合,舌体紧贴于腭,有利于颌面骨正常发育。相反,老打呼噜的孩子,睡觉时为了保证呼吸便会不由自主地张口,上腭骨与舌体分离、无法正常接触,上下牙齿更无法正常咬合。久而久之,脸部在气流的冲击下畸形发育,出现硬腭高拱、牙齿排列不整齐、上牙外凸、上唇上翘、嘴唇变厚、脸部拉长、肌肉不易活动、缺乏表情,甚至眼神呆滞,最后长成一张难看的“痴呆脸”,医学上俗称腺样体面容。

根据患儿入睡打鼾、反复呼吸暂停等病史、体格检查及鼻咽侧位X线摄片、电子或纤维鼻咽镜、多道睡眠监测(PSG)等辅助检查,小儿鼾症并不难诊断。治疗小儿鼾症,保守治疗起效慢,而缺氧和张口呼吸本身对孩子的发育影响大,长期持续这种状况可能带来无法挽回的后果。相比较之下,及早手术治疗便成为明智的选择。通过手术切除患儿肥大的扁桃体、腺样体,解除上呼吸道堵塞导致的狭窄,将有利于颌面正常发育。随着医疗技术的发展,手术中运用等离子微创技术对肥大的腺样体扁桃体进行消融,术后患儿会很快感觉到呼吸通畅,而且术中无痛苦,对周围的正常组织没有影响。

各位细心的家长们,如果您发现自己的孩子有张口呼吸类似打鼾的情况,或者有腺样体扁桃体肥大、慢性鼻炎等,应尽快带孩子到正规的医院检查和治疗。及早祛除孩子打鼾的致病因素,以免错过最佳治疗时机,致使日后需漫长而痛苦的正畸治疗,有的甚至还会给孩子带来遗憾终生的影响。

孩子打呼影响颜面发育

□ 耳鼻喉科 单雅敏