



广博慈爱 追求卓越

第 580 期

2018 年 11 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

抓住进博契机 参与国际交流



□ 记者 李晨
通讯员 黄千浪 顾飞飞
摄影 陈钧

本报讯 11月5日-10日,首届中国国际进口博览会在上海召开。我院不仅圆满完成各项医疗安全保障工作,也抓住契机,与国外同道展开了分享交流,增进了解,为进一步的医疗合作打下基础。

11月6日下午,欧盟委员会卫生及食品安全部部长 Vytenis Andriukaitis 先生率欧盟委员会部分代表及欧盟驻华使团一行10人,在参加进博会期间莅临我院交流访问,我院院长瞿介明、副院长陈尔真进行接待。在了解瑞金医院百十年发展历程及医学成就后,Andriukaitis 部长对中国和欧盟 27 个成员国在感染防控、抗生素耐药等领域的合作表达了意向和期盼。随后,代表团

一行前往医学模拟中心及临床微生物科参观,瑞金医院深厚的历史底蕴和卓越的医学成就给代表团留下了深刻印象。

11月7日下午,中国·西班牙感染交流会在我院展开。来自西班牙巴塞罗那前来参加进口博览会的西班牙加泰罗尼亚感

染控制护理协会 (ACICI) 成员 PÉREZ 女士和西班牙最佳感控企业 Vesismín Health 的创始人 VALLÉS 先生到场交流。

随后,西班牙外宾先后参观了院史陈列馆、医用地巾/抹布清洗消毒中心、重症医学二病区等处,就医用物品消毒处理和 ICU 隔离房间的终末消毒处理等问题与相关人员进行了现场交流,并介绍了欧盟的先进经验。

11月7日,在上海举办的首届中国国际进口博览会“世界健康创新论坛”上,我院副院长、胰腺中心主任医师沈柏用教授发表主题为《科技创新能增进人类健康,机器人外科的飞速发展能使外科手术变得更精准、更微创》的演讲,介绍了瑞金医院达芬奇机器人胰腺手术经验,同时祝贺中国达芬奇机器人手术总量突破十多万例。



第十二次全国代表大会 于颖彦教授出席中国妇女

本报讯 10月30日,中国妇女第十二次全国代表大会在北京隆重召开,瑞金医院消化外科研究所副所长于颖彦教授作为上海医疗卫生系统代表之一出席本次大会。

大会开幕式在人民大会堂举行。习近平、李克强、栗战书、汪洋、王沪宁、韩正等党和国家领导人到会祝贺,赵乐际代表党中央致词。全国妇联党组书记、副主席黄晓薇同志代表第十一届执行委员会作工作报告。

开幕式后,于颖彦代表在分组讨论与审议中表示,中国妇女第十二次全国代表大会在改革开放迎来 40 周年之际召开,具有特别的意义,也为今后妇联工作提出了新要求。我们一定要做好准备,积极贡献。妇女工作今后有很大的拓展空间,妇联组织可以创造性地开展新工作。我们要以此次妇代会为契机,把妇女承载的“半边天”工作进一步做好,在建设祖国的同时让每位妇女的能量得到最大程度地释放。

·妇委会供稿·



□ 通讯员 潘睿俊

本报讯 11月10日上午,在首届中国国际进口博览会收官之日,瑞金医院在院长瞿介明、书记杨伟国的带领下,参加“同筑健康、共创未来——上海市级医院大型医用设备集中采购签约仪式”,瞿介明代表我院同上海申康医院发展中心、17家市级医院以及来自美国、德国、荷兰和日本的五家国际跨国医疗器械厂家代表及外贸代理机构共同签署了大型医用设备集中采购协议书,上海市副市长翁铁慧出席签约仪式并讲话。据悉,包括最先进的 CT、磁共振、数字血管减影造影系统在内的 33 台进口大型医用设备将落户上海市级医院,助力打造亚洲医学中心城市。

近年来,市级财政用于大型医疗设备采购的投入力度持续加大,采购规模不断增大,助力提升市级医疗机构的服务水平与能力。我院在此次上海市级医院大型医用设备集中采购签约的同时,与其他多家市级医院一样,在此次中国国际进口博览会期间与来自全球的医疗设备展商进行了医疗设备分散采购意向签约,与来自美国、德国、日本等国家的电子计算机 X 线断层成像扫描装置、医用磁共振成像设备、X 线-正电子发射型电子计算机断层扫描仪、直线加速器的高端医疗设备以及医用耗材签署采购意向。我院后续也将严格按照市级财政预算相关规定,遵守执行公开、公正、公平、规范的采购流程,按照招标评标流程进行相关医疗设备采购,以更好的医疗服务质量与医疗服务能力,着力争创国家医学中心。

本版责任编辑 李晨

我院参加上海市级医院大型医用设备集中采购签约仪式

进博盛会 瑞金在行动

□ 瞿介明

作为世界上第一个以进口为主题的国家级展会,首届中国国际进口博览会在短短六天时间里,凝聚共识,万众云集,务实合作,硕果累累。刚迈过 111 年的瑞金医院和瑞金人也在在这六天里,以饱满的精神状态、有序的医疗服务,参与保障、迎接外宾、参会签约。

为进口博览会做最充足的保障。瑞金医院作为首届进博会定点医疗保障单位之一,自 9 月份开始,积极部署多线并进。开展批量伤员救治、航空应急救援、生物、辐射、消防安全等各项应急演练,各支应急医疗队及医院应急保障工作经历受住了首届进博会的实战实践与检验,应急医疗保

障真正做到召之即来,来之能战,战之能胜。

以开放之心与世界沟通。欧盟委员会卫生及食品安全部部长访问、西班牙加泰罗尼亚感染控制护理协会与感控企业等先后莅临我院访问交流,了解医院百十年发展历程及医学成就,交流经验,洽谈合作。同时,我院也将机器人手术经验在进博会“世界健康创新论坛”上向世界分享,主题演讲聚焦机器人助力外科手术精准微创发展、科技创新增进人类健康。在交流合作中迸发更多先进医学理念与技术。

抓住机遇借进博会东风。我院不仅积极参与申康医院

发展中心牵头的大型医用设备集中采购签约,与来自美国、德国、日本等国家的众多进口商,就世界高端医疗设备签订意向采购协议,将添置世界最顶尖设备,努力以提供更优质医疗服务保障人民健康。

首届进博会展示了上海开放、创新、包容的城市品格,赢得了海内外的普遍赞誉。我院也将在“十三·五”和腾飞计划的重要一年里,努力成为长三角更高质量一体化发展以及上海争创国家医学中心的参与者与建设者,更好满足人民群众日益增长的美好生活需要。



陆树良教授获中华医学会烧伤外科学分会终身成就奖

□通讯员 乔亮

本报讯 近日,中华医学会烧伤外科学分会2018年学术年会在福州开幕。在本次大会上,我院烧伤研究所所长、创面修复科主任陆树良教授以在创面修复领域的突出贡献,获中华医学会烧伤外科学分会终身成就奖的殊荣,成为我院继杨之骏、许伟石和廖镇江三位教授之后第四位该奖项的获得者。

今年是成功抢救邱财康60周年纪念,亦是我国烧伤医学开创一甲子,此次大会围绕着一个“中国一个标准”的主题展开了一场融学术交流、临床实践和合作发展为主题的学术盛宴。我院灼伤整形科派出精干团队参加了本届盛会,并作大会交流。

据了解,本次年会在形式和内容上均进行了大胆尝试,增加了主会场的学术辩论和讨论环节以及手术现场直播和病例讨论环节。大会开幕式和院士讲座后,我院灼伤整形科刘琰主任与国内外

烧伤界及重症医学界大咖进行了一场精彩纷呈的关于液体复苏容量管理的辩论。而乔亮和李学川两位医生代表在大会现场直播演示水动力清创、刃厚皮片移植术,展示了瑞金烧伤手术的精准化和规范化风采。

中华医学会烧伤外科学分会副主任委员邹京宁在大会上做了“再议烧伤瘢痕治疗”的报告。随即,乔亮主持了青年论坛辩论会和优秀青年论文评选的活动,同

时也在小儿烧伤分会场做了“儿童烧伤瘢痕防治的新探索和新思路”报告。王西樵担任青年论坛的优秀论文评选,同时也在瘢痕学组分会场做了“增生性瘢痕治疗选择的循证依据”。窦懿医生和滕培敏护士长分别在临床与危重症分会场和康复护理分会场做了“烧伤感染治疗新挑战”和“基于PICC在烧伤患者静脉通路管理中证据的应用和CRBSI的防控”的报告。



为提高CKD-ESRD患者的临床诊治和管理水平,提高患者的生存率和生活质量,10月14日至18日瑞金医院第二期《CKD-血液净化医护一体化管理》国家级继续教育学习班暨第四届血液净化高峰论坛在我院顺利举办。

本次论坛由我院主办、中关村血液净化诊疗技术创新联盟协办,学习班和高峰论坛吸引了来自美国、德国等海内外肾脏病领域的40余位专家,他们就CKD一体化防治和肾脏替代治疗新进展、新技术等临床热点和前沿做了相关专题介绍,并进行了疑难病例讨论和PBL教学,共有来自全国各地300余名肾脏专科医护人员参加了本次学习班和论坛。

·陈晓农 摄影报道·

母子接连接受心脏手术,摆脱「束缚」

□记者 李晨

本报讯 近日,41岁的王女士和儿子,相继在我院心外科接受完手术后,终结了备受“束缚”的生活状态。

10年前,王女士在体检时发现患有肥厚型梗阻性心肌病,随着年龄的增长,心慌症状越来越明显,“在家连扫地都不能做,楼梯也不能走,否则就胸闷地厉害,绞痛。”王女士说,后来服用药物也没法控制。2010年,她接受了酒精消融术治疗,可是术后没多久,之前胸闷气喘、心悸、心绞痛的那些症状又出现了。此时,医生提醒她,肥厚型梗阻性心肌病往往会遗传,建议孩子也接受检查。果然,当时8岁的儿子检查后也发现这个疾病。

渐渐的儿子也开始出现了和妈妈一样的症状。在最好的年纪却不能像别的孩子一样,显得格格不入。虽然知道心脏外科手术对这一疾病治疗效果良好,但他们对于开胸手术还是心生恐惧。

“去年儿子突然在学校晕倒,不能再犹豫了。”王女士带着儿子找到了我院心脏外科赵强主任医师,并于今年5月接受了肥厚型梗阻性心肌病的外科手术治疗,术后恢复非常好,如今已经重新回到校园。

看到儿子重回健康,王女士也终于下定决心,接受这项手术治疗。9月底,手术团队为她进行了心脏超声、心脏磁共振和心脏CTA检查,详细描绘了左心室的形态和梗阻部位,为她设计了精确的解除梗阻的手术切除线路。在顺利进行一个多小时的手术后复查心脏超声,患者的左室流出道非常通畅,血流从有梗阻的湍流变成了毫无梗阻的层流。但这时医生并没有宣布手术成功,考虑到不少肥厚型心肌病的患者会有“休息时没有梗阻,运动后出现梗阻”的隐匿梗阻情况,所以细心的医生又通过使用药物让其心跳加快、心脏收缩增强,模拟运动状态,在“模拟运动状态”下,心超上仍显示没有梗阻,这才是真正的手术成功。

手术后的王女士恢复顺利,母子二人重新开启了正常的生活。



“瑞金医院神经外科联盟”在沪成立

本报讯 11月2日下午,为了提升重大疾病的救治水平,根据不同区域医疗专科资源,形成补位发展模式,由我院神经外科牵头,经由国内15家医疗机构共同协商成立的“瑞金神经外科联盟”,在“2018年上海瑞金医院微创神经外科高峰论坛”上正式成立。我院院长瞿介明、副院长邱力萍、神经外科主任卞留贯、北京协和医院神经外科王任直教授为联盟揭牌,副院长陈尔真到会祝贺。

瞿介明在开幕式致辞中指出,我院神经外科将向着“特、精、专”的方向发展,今年正式成立的脑病临床诊治中心,将形成从诊断、治疗、干预、康复全程的临床中心,同时兼顾临床研究。

据了解,本次论坛由我院神

经外科、垂体腺瘤诊治中心主办,并得到了中国垂体瘤协作组、上海市垂体瘤研究中心、中国医师协会神经内镜专业委员会、上海

医学会神经外科分会肿瘤学组、上海市抗癌协会神经肿瘤专业委员会的支持。

·神经外科供稿·



我院第五批援滇医疗队工作纪实

□记者 李东 通讯员 阎爱军

本报讯 今年7月,我院第五批援滇医疗队一行5人,踏上了医疗援建之路,短短4个月“帮带”时间,不少可喜的变化正在当地悄然发生。在过去的一个月里,医疗队继续完善流程,解决科室的基础制度的实施和完善。

目前,县医院内科系统分为内一、内二和内三科,尽管如此,在多数情况下分科制度并没有得到认真执行,依旧处于大内科病房管理模式。为此,队长苏頔为召集医院内科、门诊以及急诊系统的各个负责人,在当地医院领导的帮助下重新梳理了收治患者的流程,启动了专病专科专治的工作,并完成了内二科的第一期分组查房和排班制度。

针对内一科心血管疾病治

疗中存在的规范现象,倪钧

开展了“高血压合并危险因素患者的治疗策略”的培训,并在此基础上,对降压药物的不规范使用作了梳理和纠正。同时,他还积极配合医院提出的专病专治策略,协调兄弟科室,将患者转到最需要和最合适的病区,接受最规范化的专业治疗。

单雅敏“手把手”带教全科学习掌握了盯野患者的外耳道冲洗法以及鼻出血患者的膨胀海绵前鼻孔填塞法。除常规带教工作外,眼下,单医生还面临一个新的挑战。由于眼科尚未分出耳鼻喉科亚专业,科里所有医生都在处理耳鼻喉科的病人,没有专职耳鼻喉科的医生,下个阶段,他将会把中心重心投入到耳鼻喉科的学习实践中,为独立开展五官科诊治工

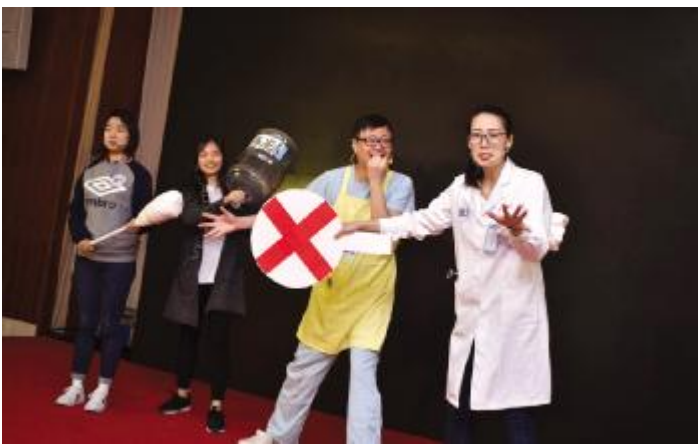
作打下基础。

针对大家对骨科知识的欠缺,护士夏杰在原有课件的基础上做出部分调整,适应在云南的临床教学,给大家分享了骨折概论、骨科牵引护理、骨科基本读片和各类导管护理等内容。在小讲课的时候,她还穿插分享自己在瑞金的各种工作状态,让大家了解护士的慎独和对患者人文的关怀。

随着援滇医疗工作的深入,康复科凌霄霄教学方式正从简单的教学讲解,逐步过渡至教学考核相结合的形式。在完成当地首例肩袖损伤鉴别诊断与康复工作的同时,他针对病历书写欠规范的情况,开展规范康复病历书写的培训。

援滇纪实

第二届瑞金青年科普能力大赛圆满落幕



□记者 韩康妮 通讯员 杨桦

本报讯 为提升青年医生科普能力,推动医学科普创新,我院团委联合护理部、党委宣传科等部门共同发起了“第二届瑞金青年科普能力大赛”。大赛共征集到50余件作品,经过激烈角逐,最终有17位个人、6个团体进入决赛。

11月14日,第二届瑞金青年科普能力大赛决赛在我院举行。来自临床各科室的青年医生们化身科普达人,把深奥的医学知识通过妙趣横生的视频、RAP等多种形式进行了精彩演讲——

被誉为“外科医生好帮手”的达芬奇机器人到底多厉害;胃肠外科医生说段RAP告诉你,食管管反流是咋回事;生殖医学中心医生悄悄支招,提升受孕几率;口腔医生和你聊一聊,“老掉牙”的事咋预防;还有看似简单的输液,有哪些你不知道的事?花季少女的神经性厌食症是怎么找上门的……

最终,手术室王欣悦获一等奖,外科基地杨哲宇、北院神经内科杨钊获二等奖,儿科秦彬、口腔基地赵萌、心内科章隽宇获三等奖;药剂科、生殖医学科金白灵、甲状腺血管外科应晓辰、功能神

经外科分别获得最佳团队奖、最佳台风奖、最佳内容奖和最佳编剧奖。

医生的职责是救死扶伤,却不局限于此。此次青年科普能力大赛的成功举办,不仅是瑞金医院致力培养优秀青年人才、营造良好科普氛围的重要举措,更是在“健康中国”战略的指引下,积极探索如何更好地参与到大众健康维护、疾病的预防、早期诊断和早期治疗的全过程。以后,将会有越来越多的优秀医生愿讲科普、会将科普,用另外一种形式“治病救人”。

院党委书记杨伟国表示,科普能力是医务工作者的必备能力之一,本次大赛为青年医护人员提供了展示风采的机会,希望他们能将个人的爱好、才华融入专业医学知识,用接地气的方式讲述百姓关心的健康问题,为瑞金品牌增光添彩,助力“健康中国2030”。

上海市抗癌协会秘书长龙江也应邀观战,他表示,在大健康理念的指引下,医务工作者不仅要临床、教学、科研工作齐头并进,更要不断提升医学科普的能力,这不仅有助于自身成长,更能造福百姓。

普外科郑民华教授做客瑞金“医平方”

□通讯员 高雅琪

本报讯 近日,瑞金临床医学学院团总支主办的第七期“医平方”对话卓越医生——郑民华教授专场,在我院12号楼409会议室顺利举行。作为国内微创外科理念的开拓者和推进者,郑民华教授向现场的同学们分享了他在临床工作、学术科研、个人感悟、学生培养等方面的心得与感悟。

“目前外科手术治疗已开启微创时代,微创技术发展状况及普及状况如何?”

郑民华指出,我国的微创外科技术已经非常成熟,处于世界前列,与欧美国家等,并且近十年来,微创技术在中国发展迅猛,华东地区恶性肿瘤采用微创技术的比例达到50%,良性疾病达到90%以上。

“随着AI技术的发展,基于

深度学习的机器人在学习了各种手术情况处理之后,能否独立进行手术操作?”

面对大众对“机器人”的普遍误解,郑民华解释道:机器人手术中的机器人并未具备自动化的功能,达芬奇机器人的起源和本质是远程遥控技术,因此机器人本身并不具有自我学习能力,更不能独立完成手术。不过未来AI技术如何增益手术是更为值得关注的问题。

“普外科科研工作的主要内容是什么?是发明创造新的手术方法吗?”

从基础研究和临床研究这两大核心出发,郑民华介绍了普外科科研工作的主要内容:普外科的基础研究集中在肿瘤相关的机制研究;临床研究主要分为三个部分,一是手术治疗与其他方式联合治疗对疾病的获益,如手术

治疗+化疗的组合;二是手术部分环节的改进,如吻合口;三是手术器械的相关研究。但是针对全新手术方式的研究已经很少。

“除了兴趣,真正能在外科这条路上越走越远、越走越好的学生需要哪些隐性条件?”

郑民华表示,一是果断的性格,需要在手术台上面对各种突发状况做出最合适的判断和决定;二是“手巧”,各种精细操作、腔镜操控都需要外科医生有一双巧手;三是精准的判断,外科手术变幻莫测,情况复杂,这时就需要准确判断状况,理清表象和本质,最快最准的解决问题。

对话活动在笔记赠言环节中圆满落幕,医学生们纷纷表示收获满满,不虚此行,郑民华教授带来的新观点和新方法,对于未来的学习工作有很大的帮助,更激发了医学生们学习的热情。

集团新闻

11月8日下午,正值进博会期间,卢湾分院门诊办公室接到24小时驻地电话,得知北京交易团有一患者因“右膝关节不慎扭

伤”需尽快就诊,就立即启动相关就诊流程,联系骨科吴国强副主任医师接诊。患者到达后,其挂号、付费、检查及取药等就诊全

程,都有专人陪护,卢湾分院热情周到的优质服务、迅速便捷的绿色通道和干净舒适的就诊环境给患者留下了深刻印象,他对医务工作者的辛勤劳动表示了衷心的感谢。·卢湾分院党办 供稿·

这位患者近期在我院就诊时,发现心内科在日常诊疗工作之余,还定期为患者进行健康宣讲,他欣喜于心内科的“新变化”,就写下了这篇文章,以表感谢和支持。

本报讯 年老多病的我是上海瑞金医院的常客。10月下旬,我又因不明原因的下肢、脸浮肿住进瑞金医院心内科三病区。虽然经常住院,但我这次碰到一件

新鲜事,医生在病区开讲座。我几乎年年住院,也住过其它医院的不同科室病区,但是在病区听健康知识宣讲确实头一次。

10月30日下午近2点午休刚醒,就听护士长陈老师招呼各病区病友集中到大屏幕下听心脏病房产知识专题讲座。我马上拉着椅子出门,只见护士小姐妇产科年老行动不便的病友走出病区,

从各病室陆续走来二十几位病友,护士长在现场指挥安排大家有序入座。

约2点20分左右,心脏内科医生开始主讲。他从房颤的易发人群和临床表现开始讲起,讲基础疾病、不良生活习惯、嗜酒抽烟者都易得此病,一旦“心悸、胸闷”就要引起注意并立即就医。他还介绍,对房颤的检查方法有4种:病史、

病区新鲜事 医生开讲座

□通讯员 乐漪

本报讯 今年10月29日是第15个“世界银屑病日”,为了引起对银屑病的认识和关注,帮助患者获得科学规范的诊疗,10月24日下午,我院皮肤科举行“关爱银屑病,点亮生命色彩”为主题的义诊活动。

我院皮肤科郑捷教授、潘萌教授,曹华、李霞医生和袁勇勇护士长联合“炎症性皮肤病多学科诊疗MDT”团队(包括消化内科孙菁、心内科潘文麒、呼吸科汤葳、中医内科陈敬贤、内分泌姜蕾、肾内科马骏等多位医生)开展了健康教育讲座和大型义诊。

李霞就《如何治疗银屑病及预防复发》主题做了生动介绍,她结合近年来国际上和瑞金皮肤科关于银屑病研究的新进展,图文并茂的介绍了银屑病的发病机理、治疗原则,尤其是瑞金医院皮肤科“针对皮肤治疗”银屑病的机制和具体步骤,即持之以恒的皮肤护理、循序减退的序贯外用、间歇性光疗和诱导免疫耐受。鼓励患者积极面对疾病,科学地自我保健,过上舒心的生活。同时也对患者的疑惑一一耐心做出解答,并纠正了患者的日常皮肤护理上的误区。

义诊中,有近百余位患者接受了免费的咨询和诊断,大家好评不断,纷纷表示能同时和这么多不同学科的专家近距离接触,并获得个性化的治疗方案以及自我保健知识,对提高生活质量,预防疾病复发很有帮助,希望能办更多类似的活动。



上海市护理质控中心专家莅临我院督导检查

11月6日下午,上海市护理质控中心专家莅临北院进行督导检查,这是北院护理部门首次接受市级质量检查,副院长顾志冬、护理部主任丰青等陪同。

此次督查主要聚焦临床护理工作中的重点、难点和热点问题,采用追踪管理方法,从患者实际护理需求出发,督查护理管理及临床护理的有效性。

通过查看资料、访谈患者和家属、现场操作考核护士等方法,护理质控中心专家多维度综合评估护理人员临床工作能力;通过现场模拟不良事件上报管理、压疮预防流程、结构化护理评估操作等感受信息化辅助护理管理的便捷性、时效性、安全性。检查过程中,病区自行设计制作并成功申报专利的导尿管留置患者专用病衣裤及为偏瘫患者设计的康复操让

督导组眼前一亮。另外,新入职护士规范化培训管理也得到了专家的好评。

随后,督导组专家检阅了我院护理质量指标、护理核心制度、护理常规和流程、应急预案等建立情况,调研了我院护理质量敏感指标、临床护理评估表、高危药物管理的临床应用情况,对护理工作亮点予以肯定,并对护理工作中面临的难题予以指导和解答。

护理质量是医疗质量的重要组成部分,也是衡量医疗服务质量的重要标志之一。护理质量高低不仅取决于护理人员的素质和技术质量,更直接依赖于护理管理水平和方法。此次质控督查也对北院护理工作的持续改进起到了积极作用。

·北院宣传科 供稿·

北院之家

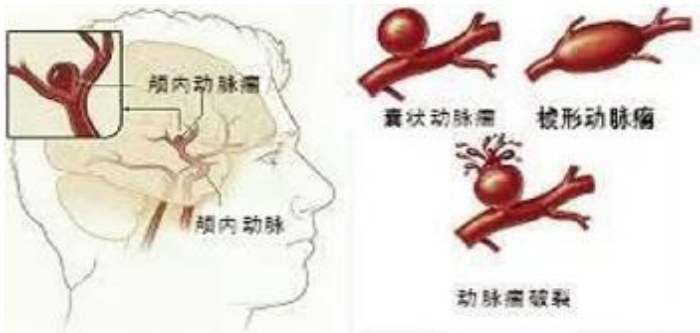
录下来,以便带回家供老伴学习,让她也增加健康知识。

散场回病房时,一位病友说这是住院治疗的又一收获,对大家防病治病都有作用。真要感谢心内科的组织安排,处处为病人着想考虑。据护士长说,他们组织宣讲是不定期的,但都是有关心脏疾病防治的知识,已坚持数年,医生有空也乐于为病员服务。多么好的医务人员,谢谢你们!·张兆斌·

患者礼赞

天气变化,当心脑子里的“定时炸弹”

□ 神经外科 卞留贵 王宝锋



左为颅内动脉瘤示意图;右为常见动脉瘤类型

每当气温迅速降低时,大家关注的可不仅仅是感冒!因为秋冬季也是心脑血管疾病高发的季节。

近日,我院神经外科收治了数例颅内动脉瘤出血的患者。在脑血管疾病中,脑血栓、高血压性脑出血、颅内动脉瘤位列前三。

高血压性脑出血

高血压性脑出血是高血压病最严重的并发症之一,常发生于

50~70岁,男性略多于女性,天气变化剧烈或极端气候时易发。

高血压性脑出血常在剧烈活动、过度用脑、情绪激动等时刻发病,起病急骤,往往在数分钟或数小时内病情发展到高峰,其中豆纹动脉破裂最为多见。

1、发病时有何表现

临床表现因出血部位、出血量、全身情况等因素而不同。一般

发病为突然出现剧烈头痛,恶心、呕吐,并且多伴有躁动、嗜睡或昏迷、口角歪斜、肢体偏瘫、大小便失禁等。

2、如何治疗

高血压性脑出血的治疗包括保守治疗和手术治疗,如果患者出血量较小(幕上<30ml或幕下<10ml)可选择保守治疗,给予控制血压、止血、护胃、营养神经等治疗。但如果患者出血量较大(幕上>30ml或幕下>10ml),且无手术禁忌的情况下,可以选择手术治疗,主要为颅内血肿清除术,必要行去骨瓣减压术。

高血压性脑出血致残率很高,且伴有认知力下降等并发症,病情稳定后需积极康复锻炼。

血压平稳是预防高血压性脑出血的关键。避免过度劳累、戒烟、戒酒、保持良好心态,避免情绪波动等也是预防高血压性脑出血的重要因素。

颅内动脉瘤

颅内动脉瘤虽带个“瘤”字,却和肿瘤不是一回事。它是一种

血,应该积极治疗。

2、发病时有何表现

其主要表现为突发程度剧烈的头痛,并伴有神志障碍或神经功能障碍。而未破裂的动脉瘤通常没有症状,多是由于检查意外发现。

少数动脉瘤可压迫临近神经而出现神经功能障碍,如单侧眼睑下垂伴复视。另外,有些巨大动脉瘤会影响血流,从而出现头晕等脑供血不足的表现。

3、如何治疗

目前,有两种方法,包括开颅手术或介入治疗,各有其优缺点。

介入治疗由于创伤小、恢复快等优势被更多患者接受,但相对治疗费用也更高。但开颅手术的动脉瘤的复发率要低于介入治疗,且避免支架辅助动脉瘤栓塞患者长期服用抗血小板药物带来的风险。

4、有哪些高危因素

颅内动脉瘤任何年龄均可发病,好发于40至60岁。研究认为,高血压、肥胖、动脉硬化、糖尿病、血管炎等认为是颅内动脉瘤发生发展的危险因素。

因此,长期存在慢性相关疾病的患者,应注重脑血管疾病的定期检查,如颅脑CTA或者MRA等,并严格控制高危因素。

更年期的那些日子熬一熬就能过去吗

□ 妇产科 陈晨

10月18日是世界更年期关爱日,今天医生来和大家聊一聊,绝经前后的那些事。

王女士今年46岁,最近一年间她时不时会感到烦躁不安,经常莫名其妙地着急上火,睡眠质量也不如以前了。另外,还有潮热、心脏不适的症状,查了心电图却也没啥异常。与年纪相仿的朋友聊起来,都说是更年期到了,“熬一熬”就过去了,但她还是决定到医院看看……

1、什么是更年期

随着卵巢功能衰退,月经周期缩短,延长直至绝经一年,医学上称之为“围绝经期”。这个阶段,卵巢功能下降,雌激素分泌开始减少,因而会出现潮热、出汗、血压波动、心脏不适等症状,还时常伴有眩晕、失眠、容易激怒、注意力不集中甚至抑郁、焦虑等心理不适。

绝经后,还可能出现泌尿生殖道萎缩症状,如老年性阴道炎,反复出现的尿路感染等等。

2、“围绝经期”,用药还是“熬一熬”

女性到了“围绝经期”前后,症状、表现都各有不同,而且许多疾病的发生率均会增加,因此建议出现征兆的女性尽早找医生咨询,不要“熬着”。

医生会通过完善各种检查,比如妇科超声、宫颈防癌涂片检查、乳腺检查和颈部血管检查等等,判断个体是否使用激素治疗。有禁忌症的人,服用非激素药物改善更年期症状,无禁忌症患者通过评估可以决定是采用口服、皮贴或是局部用药等个体化药物治疗。

循证医学数据显示,女性出现潮热等症状,未来心血管疾病的风险会增加,因此建议如果有症状且无禁忌症的围绝经期女性尽早使用激素治疗。雌激素只有在绝经早期开始补充,才能对心血管系统起到保护作用。

在50~59岁的妇女中,单用雌激素的妇女死亡风险低。激素治疗还可以降低结肠癌/直肠癌的发生,减少骨折发生,降低2型糖尿病的发生的可能。

3、补充激素有风险吗?会得癌吗?会发胖吗?

激素治疗确实存在静脉血栓、增加乳腺疾病患病可能等风险,但这种风险是可控的。

建议女性朋友,在用药的第1年中,分别在用药后的第1、3、6、12个月到医院复查随访,来评估先前用药的方法是否有效改善更年期症

状,剂量和剂型是否合适,在用药过程中有无新的禁忌症出现,能否继续用药,以及及时调整治疗方案。

近期的临床指南指出,补充激素治疗的时间没有强制性的限制,60岁前开始该治疗的健康女性至少有5年时间可以安全用药,之后是否继续治疗,则应根据具体的治疗目标,及对现行治疗中个体获益和风险的客观评估,由充分知情患者及医生共同决定。

绝经后,人体内的激素水平变化,与身体总脂肪和腹部脂肪增加相关,即使体型消瘦的女性也不例外。激素补充治疗不会导致发胖,恰恰相反,大量临床数据显示,激素治疗与体重增加无关,还能减少围绝经期腹部脂肪堆积,这有助于总脂肪量减少,还能改善胰岛素敏感性并降低2型糖尿病的发展速度。

4“围绝经期”还要注意啥

上文提到,绝经后,有体重增加的风险。因此,体重管理对绝经后的女性比较重要,应更注重健康饮食以及合理运动。

健康饮食的基本原则是低脂、低盐、多蔬菜、补充钙铁,另外也要尽量避免烟酒摄入。

目前我们国家女性平均寿命是83岁,平稳地度过围绝经期这个转折期,才可能更自信健康地开启人生下半场。



全身瘙痒来就诊 竟然是大闸蟹惹的祸

□ 皮肤科 阮叶平

来上海旅游的小张在用餐之后全身发痒,出现荨麻疹。来瑞金医院皮肤科门诊就诊,皮肤科医生详细追问病史,最后发现竟然是吃大闸蟹惹的祸。

近来,因吃蟹后出现皮肤过敏前来瑞金医院皮肤科就诊的患者呈上升趋势。

哪些人吃蟹需要警惕

1、对蟹、虾、扇贝等过敏的人

“大闸蟹”学名:中华绒螯蟹,其过敏原主要是肌肉组织中的原肌球蛋白、精氨酸肌酶以及血蓝蛋白等,而上述过敏原在其他品种蟹、虾和扇贝中也广泛存在,存在交叉过敏。故而在既往明确对蟹、虾、扇贝等过敏的人,秋季吃蟹需谨慎。

2 过敏性体质的人

存在湿疹、过敏性皮炎、过敏性鼻炎、哮喘等过敏性体质的患者,虽然“蟹”作为食物变应原引起过敏的可能性较低,但上述患者若存在食用蟹后明显原发病加重,也要考虑这可能性,万不可放纵食欲。

吃蟹过敏了怎么办

若吃蟹短时间内出现风团(蚊子包样皮疹)伴瘙痒,则首先考虑食物引起“急性荨麻疹”。

在家自查是否有眼睑、外阴、嘴唇、舌头肿胀,或胸闷、气促、喉咙紧、腹痛等全身状况,若有立即急诊就诊。若仅有皮疹且较局限,无上述症状,无扩展趋势,可尝试口服抗过敏药物,如:氯雷他定、西替利嗪等。若症状不缓解,建议再至我院急诊或门诊就诊。

若既往有湿疹、过敏性皮炎、皮炎患者,近期频繁吃蟹后出现原发皮疹加重。建议患者一方面自行回顾:既往吃蟹和皮疹加重是否一直存在关联,并至我院门诊就诊,行特异性过敏原检测,进一步明确蟹和皮疹之间的相关性。

另一方面,暂时抑制食欲,避免吃蟹,至我院门诊就诊,加强原发病治疗,如:加强润肤(玉泽身体乳,已证实可以长期缓解减轻皮炎、湿疹发作频率),急性期外用激素,口服抗过敏药,必要时光疗等系统治疗。

吃蟹还需要注意些什么

一、蒸、煮、炒、炖蟹时一定要烧熟,并避免腌蟹、糟蟹、醉蟹与酱蟹等生蟹吃法,减少细菌、寄生虫等肠道感染可能性。

二、高尿酸血症、痛风、肝病、高脂血症、冠心病等患者应食蟹有度,切忌过量。