



广博慈爱 追求卓越

第 587 期

2019 年 3 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

高水平地方高校建设和高峰高原学科建设项目工作推进会召开



本报讯 3月6日,我院高水平地方高校建设和高峰高原学科建设项目工作推进会议在科教楼二楼报告厅举行,我院党委书记杨伟国、院长瞿介明、副院长宁光、各职能处室负责人及各项目负责人、学科骨干出席会议。

会上,学科规划和大设施管理处处长陈康就项目背景及整体建设情况进行了汇报,总结了院各项目组取得的成果,但也指出项目总体执行率和经费使用率存在的问题。并提出了经费逾期的处理办法及统筹管理的

整改措施,建议通过月报制度落实监督责任,以点带面提高总体执行率。

宁光在听取汇报后表示,高峰高原学科项目来之不易,各项目组应抓住此次机遇,推动临床与基础的深度融合,搭建合作平台,促进成果转化。并要求各项目负责人督促成员更充分、高效的利用经费,共同为我院高峰高原学科发展出力。

随后相关部门负责人分别就所管辖项目的建设概况及存在问题,提出了各自下一步的工作思

路和改进措施。与会项目组成员也借此良机就遇到的实际问题提请讨论,相关职能处室负责人逐一回应,并表示将积极配合项目建设,做好支援、服务工作。

杨伟国强调,经费执行率是衡量项目完成情况的一项重要指标,为此医院已成立相关工作小组,希望借助后续整改措施的落实,健全各项管理流程和制度,切实提高经费执行率,为高峰高原学科建设保驾护航。并在此基础上鼓励大家在新兴领域加强探索、寻求突破,为优化医院学科布局结构、提升学科整体水平增添靓色。

最后,瞿介明对推进会内容进行了总结,他表示高峰高原学科覆盖面广、涉及科室多,管理上存在难点,需要大家协力共同克服。项目组应就自身问题,以及需要医院层面给予的支持,主动提出改进举措和方案。相关部门则需落实整改措施,定期追踪进度,担当尽责。希望双方建立沟通渠道,实现管理协同,整合资源形成合力,争取在今年内使各项目都能圆满完成其建设任务,达到预期建设成效。

·学科规划和大设施管理处供稿·



□通讯员 黄千浪

本报讯 3月9日至10日,“2019中以应急医疗救援学术研讨会”暨瑞金医院与以色列瑞本医学中心(Rambam Health Care Campus)签约仪式顺利举行。我院党委书记杨伟国、副院长陈尔真及相关部门负责人出席会议。该项目也得到了上海市卫生健康委员会和上海市医学会危重病分会的指导和大力支持,市卫健委主任邬惊雷莅临会议致辞并见证双方签约。

本次学术研讨会就航空医疗救援、创伤救治体系建设等前沿、热门议题发表演讲,来自以色列海法市瑞本医学中心的三位专家详细生动地介绍了其医学中心历史和发展、应急医疗救援体系建设、大规模伤亡场景的团队准备模型以及平战结合的地下医院。

上海市与以色列海法市为友好城市,我院自2018年起开始与瑞本医学中心洽谈合作事宜,目前已明确2019年将在大规模创伤救治团队建设、青年人才培养、管理流程、应急救援诊疗的决策模型等方面与瑞本医学中心开展合作。拟于今年7月派出第一批进修学员赴以参加为期两周的实训课程。三位外方专家在此次会议期间对我院54名报名学员进行了全英文面试,对其医学英语、临床技能、应急救援经验、带教经验、团队协作能力等进行了考核。除此之外,该批培训学员还将结合我院工作实际,于今年9月完成一次大规模应急医疗救援演练,实操体验超大型城市应急医疗救援的真实场景。

以色列国驻上海总领事馆副领事贝勇(Ariel Braverman)先生,商务领事雷爱娜(Einat Lev)女士;瑞本医学中心院长迈克尔·哈伯索(Michael Halberthal)先生、创伤急诊外科主任兼以色列创伤学会主席哈尼·巴胡斯(Hany Bahouth)先生、护理部主任兼以色列护士学会主席吉拉·海因斯(Gila Hyams)女士;北京大学人民医院院长姜保国先生等共同出席此次会议。

我院与以色列瑞本医学中心签约 即将开展多方面合作

院党委召开党外人士季度座谈会

学习《关于加强公立医院党的建设工作的实施意见》

□通讯员 丁芸

本报讯 2月27日,院党委召开党外人士季度座谈会,组织学习上海市委办公厅印发的《关于加强公立医院党的建设工作的实施意见》文件精神。医院各民主党派、统战团体、无党派人士、归国留学人员代表等近30人出席。党委副书记、纪委书记俞立巍主持会议。

会上,党委组织员朱文秀首先简要介绍了此次公立医院“1+2”文件出台的过程,传达了上海市委副书记尹弘在市公立医院党的建设工作会议暨公立医院党政

领导干部培训班上的讲话精神,并就文件中的六个部分21项内容进行了细致的解读。

随后,俞立巍就加强公立医院党的建设工作的实施背景和重要意义作了进一步阐述,他强调,要深刻理解和准确把握文件的核心要义,统一认识,破除误区,厘清关系。医院党委将根据文件要求,充分发挥把方向、管大局、作决策、促改革、保落实的五方面作用,完善议事决策规则、制定医院章程、梳理细化各项现代医院管理制度,着力推进干部队伍和人才队伍建设,提升基层党建工作水平,抓好思想政治建设和医德

医风建设,充分发挥公立医院在深化医疗卫生改革,切实保障民生方面的积极作用。

座谈会上,烧伤研究所青春、急诊科毛恩强、外科研究所于颖彦、胰腺外科张俊等先后发言,他们都表示,在公立医院领导体制发生重要转变的关键过渡时期,将坚决拥护党中央各项重大决策部署,同心同德、凝心聚力,扎实工作,强化学习,确保党委领导下的院长负责制在医院全面落地并有效贯彻执行,为推进我院实现创建国家医学中心目标,推进健康中国建设,实现“两个一百年”奋斗目标不懈努力。

32人荣获国家及省部级人才基金

新年伊始,我院捷报频传,一批优秀人才脱颖而出。我院创伤骨科研究所崔文国研究员入选第四批国家“万人计划”青年拔尖人才。

此外,我院及各研究所共32人进入上海市科委2019年度优秀学术带头人、青年优秀学术带头人、青年启明星及青年英才扬帆培养计划。·李东·

把握发展机遇 再创学科辉煌

□陈康

近日,医院组织了高水平地方高校建设和高峰高原学科建设项目工作推进会,这是医院在春节后召开的第一次全院性的大会,体现了医院对于学科建设的高度重视。

近年来,学科层面的大型项目密集颁布,国家有“双一流计划”,上海有“高峰高原”“地方高水平”,这些学科类项目在医学层面就包含了医疗、教学、科研、人才等多方面,是对学科全方位的支持,但同时也是考验。

无论是学科本身还是管理层面,如何在纷繁芜杂多层次的建设中抓住学科发展的核心,是一个巨大的考验。

“万类霜天竞自由”,学科发展并没有通用的成功秘笈,也没有现成可供抄袭的模板。每个学科或由于历史沉淀,或是学科带头人等等原因,总是呈现曲折

式发展,螺旋式上升的态势。这两年由于技术进步,医学发展也从传统方式逐渐走上技术道路,很多学科在其中看到了如机器人、人工智能在医学领域的发展契机,抓住这次科学革命浪潮的机会,正在努力地搭上发展的快车道。

同样的,医院的学科建设思

路也需要跟上时代发展的步伐,在以往“扶强、扶特、扶需”的基础上,针对学科的不同需求,以项目形式资助学科发展。在院领导的关心支持下,今年,我们准备推出的“广慈名科”计划中,就有针对性地设计了包括成果转化帮扶、人工智能应用、临床研究提升等项目,用项目去推进学

科医、教、研、人才的全面发展,同时也对诸如学科群这样的学科交叉模式提出了激励措施。当然,在考核中也同样提出了诸如专利申请、形成产品、指南制定等更多转化的指标。

2019年,标志着医院发展新引擎的转化医学国家重大科技基础设施即将投入使用,相信随着转化医学的推进,我们的学科建设将会借着这股春风,迎来新一轮的发展!



李鹤成团队在权威期刊发表机器人食管癌手术研究成果



本报讯 2019年3月6日, 肿瘤外科权威杂志、美国肿瘤外科学会会刊 *Annals of Surgical Oncology* (《肿瘤外科学年鉴》) 在线发表我院胸外科李鹤成主任团队机器人手术最新研究成果, 探讨机器人与传统腔镜食管癌 IvorLewis 手术的肿瘤根治及手术疗效对比情况。

“虽然目前机器人手术时间仍长于传统腔镜手术时间, 但随着机器人手术系统及器械地发展, 其手术时间将会进一步缩短。”李鹤成介绍说, 与传统开放手术相比, 微创食管癌 Ivor Lewis 术可有效降低手术并发症发生率, 减少术后住院时间。与此同时, 它对胸内胃食管吻合、纵隔

淋巴结清扫等关键步骤技术要求更高、学习曲线更长。得益于机器人手术系统及技术的进步, Ivor Lewis 手术正在国内少数胸外科中心渐次展开。

该研究首次在国内对外对比分析了机器人与传统腔镜食管癌 IvorLewis 手术疗效, 回顾性分析了 2014 年 12 月至 2018 年 6 月期间 184 例微创食管癌 Ivor Lewis 手术患者资料, 包括 76 例机器人辅助食管癌 Ivor Lewis 手术以及 108 例传统腔镜 Ivor Lewis 手术。研究团队利用年龄、性别、BMI 指数、ASA 评分、术前合并症、肿瘤大小、位置及肿瘤分期等将两组患者进行 1:1 倾向性评分匹配, 获得 66 对匹配患

者。在对比分析两组患者的手术疗效及肿瘤根治情况后, 结果显示: 两种手术方式在手术出血量、术中及术后并发症发生率、术后住院时间、淋巴结清扫情况等方面无统计学差异, 机器人食管癌 Ivor Lewis 术可以达到与传统腔镜手术同等疗效。该研究首次为机器人及腔镜食管癌 IvorLewis 手术疗效的对比提供临床证据, 为进一步开展两种手术方式疗效对比的前瞻性研究提供基础。

截止今年 2 月, 李鹤成团队已开展涵盖机器人食管癌手术 (Ivor Lewis 术、McKeown 术及 Transhiatal 术)、肺癌手术 (肺叶切除、肺段切除、袖状切除及楔形切除术)、食管粘膜下肿瘤切除术、纵隔肿瘤切除术 (经胸腔、经剑突下路径) 等各类胸外科手术 930 例左右, 利用机器人灵活手术操作系统、高清三维视野、震颤过滤等优势为患者带来精准微创手术。此外, 也使得一部分肿瘤巨大、位置特殊、诊断不清等疑难病例患者得到了有效及微创治疗, 避免了巨创手术。

·胸外科供稿·

我院合作分院执行主任培训通气会召开

本报讯 3月10日上午, 我院合作分院执行主任培训通气会在 9 号楼召开。我院与合作分院的部分党政领导、职能部门负责人及专家代表们共 100 余人参加了会议。

会上, 瞿介明院长对委派至合作分院的院长和执行主任提出了六点要求: 第一, 委派至合作分院的院长和执行主任都肩负着把上海瑞金的技术、水平、能力、意识、规范辐射到长三角, 为长三角老百姓的健康提供服务的使命, 这是我院服务于国家战略的要求。第二, 执行主任应履行职责, 把科室建设好、发展好, 与院长共同承担创院、建院的使命和责任。第三, 执行主任应做好总院与合作分院之间的桥梁, 把瑞金好的传统、好的文化、好的做法发扬光大, 在合作分院遇到的困难和问题时也能够及时与总院沟通交流。第四, 明确“输血”与“造血”的关系。目前合作分院尚处在靠瑞金医院“输血”的阶段, 分院要发展得更好、更持续, 需要有一支自身的队伍。院长和执行主任要建团队、搭队伍, 利用瑞金强大的辐射、延伸功能, 培养人才。第五, 各位主任之间、院长之间、院长和主任之间、院长和当地之间应该相互团结、相互理解、相互支持、相互配合、精诚合作、求同存异, 逐步建设和瑞金同质化的分院。第六, 坚守底线, 重视廉政和行风建设。

我院副院长邱力萍、党委副书记俞郁萍、医务一处处长陆勇、风湿免疫科主任杨程德分别就分院执行主任的管理要求、医院的历史和文化遗产、医疗质量与安全管理、学科建设和年轻医生的培养等角度, 对分院建设和运营中需要重点关注的内容进行交流。

本次培训通气会是在舟山分院开院不到半年, 无锡分院即将开业的关键时期举行的会议; 大家提振信心、收获满满, 表示会后要认真学习、静心思考, 内化于心、外化于行, 以实际行动作出最好的成绩。

·对外合作与发展部 供稿·

邓廉夫团队构建超润滑载药纳米颗粒治疗骨关节炎

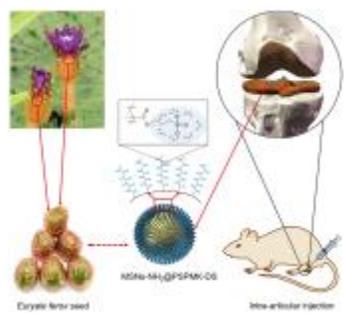
本报讯 芡实是江南人经常吃的食物, 民间一般称之为鸡头米、刺莲蓬实。新鲜的芡实种子表面与果皮之间具有及其润滑的界面, 与关节软骨界面的表面润滑特性类似。

受植物芡实的种子结构的启发, 上海市伤骨科研究所邓廉夫研究团队的崔文国教授、齐进副主任技师与清华大学摩擦学国家重点实验室张洪玉教授团队合作, 采用一步光聚合法制备润滑分子聚磺酸丙基甲基丙烯酸钾盐接枝的介孔二氧化硅纳米颗粒, 并同时负载抗炎药物双氯芬酸钠, 从而实现可关节腔内注射的新型超润滑载药纳米颗粒。该超润滑颗粒可以实现关节腔内局部注射和富集, 提高关节面润滑能力, 缓解关节面的摩擦损伤; 局部释药精准治疗关节炎等优点。

骨关节炎 (osteoarthritis, OA) 是一种不可逆转的退行性病变, 也是一种与润滑反应有关的关节

疾病, 其特点是关节表面的软骨被破坏和关节腔内的炎症反应。当前, 对于 OA 的保守疗法主要集中于抑制关节腔微环境内的炎症反应, 以期阻止关节软骨的退变, 延缓疾病进程。但这一疗法的效果却并不理想, 其原因可能在于忽略了正常关节界面的超润滑环境遭到破坏这一重要诱因。所以, 在抑制炎症的同时, 改善关节腔的超润滑微环境, 是解决此困境的重要方法。生物纳米材料因具有特殊的性质如靶向性、药物控释性等在各种疾病中得到了广泛的研究, 然而, 如何构建具有超润滑特性的纳米材料, 实现膝关节局部超润滑环境的恢复, 是尚未解决的难题。

体内研究团队对比了结果发现, 构建的超润滑纳米颗粒在体外能够从基因和蛋白两个水平上发挥对软骨细胞的保护作用; 在体内, 采用大鼠 OA 模型, 影像学评估和组织病理染色结果都证明



仿芡实种子超润滑纳米颗粒用于治疗骨关节炎

构建的超润滑纳米颗粒能够抑制 OA 的疾病发展。

研究首次构建了模拟关节腔超润滑环境的纳米颗粒, 并能够有效的抑制 OA 软骨的退变和损伤, 是纳米材料应用于 OA 治疗的新的突破。这一研究成果发表于 *Advanced Functional Materials* 2019;29:1807559 上。

·上海市伤骨科研究所 供稿·



放疗介入病区举办“正确认知疼痛”患教活动

□记者 李东

本报讯 为进一步提高患者的健康指数和生活质量, 3月6日, 放疗介入病区在本科室举办了一场以“准确评估癌性疼痛, 合理选择及使用镇痛药物”为主题的患教活动, 旨在提高患者及家属对疼痛认知的正确性, 树立战胜疼痛的信心。

此次患教会由费晓燕护士长主持, 戚倩护士主讲。

活动中, 戚倩护士首先为患者及家属阐述了大胆说出疼痛的重要性, 强调转变传统观念, 及时倾诉, 及早镇痛的益处。其次, 她还讲解了疼痛的评估及诊疗原则, 告知患者关注疼痛, 按阶梯诊疗、准确用药的重要性。



他们说, 瑞金医生就是让人放心!

□通讯员 朱倩林

转眼间, 我们来到剑川已两月有余, 此时, 周围正洋溢着过年的喜庆气氛, 我感受到了这里不同于城市的春节景象。

短暂的休整后, 援滇队员们继续投入到了帮扶工作中。“铃……”一阵急促的电话铃想起, 原来, 一名九河乡的纳西族同胞在家中盖房子过程中不慎从二楼跌落, 目前考虑多发腹腔内脏器损伤, 出血性休克, 肋骨骨折可能, 急需进行急诊手术。

接到任务, 我和麻醉科

同事立即着手进行术前准备。令人心惊肉跳的是, 就在患者被送至急诊时, 血压已经多次无法测出, 情况危急, 抢救争分夺秒!

由于患者曾在 4 小时内进食, 属于饱胃状态, 麻醉诱导随时可能发生返流误吸, 诱发吸入性肺炎。另一方面, 仍不明确的损伤范围, 预示着大量紧急用血的需求, 在跟外科和院管理层沟通明确抢救目标后, 我们迅速展开抢救工作, 开放静脉和深静脉, 给予快速输血和血管活性药物支持, 配血领血, 并在备好相应工具后迅速进行麻

醉诱导控制气道, 力求平稳、安全。

虽然医院设备和药物相对有限, 但抢救工作仍然有条不紊的进行, 术中探查患者腹腔内肝脏多发性挫裂伤, 脾脏及其他空腔脏器尚完好, 共出血约 4000 多毫升。麻醉科在全力保证循环稳定的前提下, 同步进行抑制炎症反应、调整内环境和保护肝功能的大量工作, 在输血的同时进行凝血功能的调整, 尽量减少患者因短期大量凝血因子消耗诱发 DIC 的风险。

在历时 5 个多小时的抢

救后, 时针指向十点, 患者安全了——血色素也从原本的测不出到恢复至接近 8 个, 内环境也基本趋于常。患者清醒后, 气管导管顺利拔出, 考虑到后续的患者治疗和监护问题, 院方与丽江市人民医院取得联系, 在术毕迅速转运至了对方 ICU 中继续治疗。

“瑞金医生就是让人放心!” 虽然这个夜晚十分忙碌, 但我为能帮助当地的患者感到开心, 为能在实战中给予麻醉科同仁力所能及的技术支持感到满足。

援滇纪实

2018年度医疗工作先进表彰大会召开

□通讯员 金瑞 张敏敏

本报讯 日前,医务一处联合急诊部组织召开了2018年度医疗工作先进表彰大会,副院长陈尔真、党委副书记俞郁萍出席会议,相关职能部门负责人、临床科室科主任、先进个人及团队代表等共计一百五十余人参加会议。

会上,医务一处处长陆勇首

先对2018年度医疗相关工作进行了总结回顾,并对2019年医疗重点工作进行了部署。随后的颁奖仪式上,陈尔真、俞郁萍以及各职能部门负责人为在2018年度住院总工作、进修医生管理工作、急诊工作中表现突出的个人和团队颁奖。呼吸科进修医生林文灿、感染科进修联络人周惠娟、放射介入科住院总王庆兵、急诊科史

雯、呼吸科周剑平和急诊科贺尼娅发表了获奖感言。

最后,陈尔真副院长作总结致辞,充分肯定了在过去的一年中,无论是本院职工或者进修医生,都为医院的医疗工作顺利推进做出了自己的贡献,希望大家继续发挥团结协作精神,不断开拓创新,加强医疗内涵建设,创建瑞金更加美好的明天。

我院举办三八妇女节主题系列活动



本报讯 3月8日下午,“与爱同行,一路芳华”三八妇女节主题活动在科技楼二楼报告厅举行,来自不同岗位的优秀瑞金女性代表齐聚一堂,分享她们的美丽故事。

院长瞿介明在致辞中说,瑞金女性是医院独特的文化标签,她们自尊、自信、自立、自强。她们心中装着家庭也装着医院,装着自我对幸福的追求,更装着对患者生命之托、重于泰山的责任。

接着,由妇委会主任赵维莅对医院2018年度妇女工作做了总结。同时,会上对获得优秀成绩的集体和个人进行了表彰,由医院

的男性科主任代表们上台为获奖者献花。随后,放射治疗科主任陈佳艺、放射科主任严福华作为获奖代表发言,她们分享了自己故事,展现了温柔外表下的坚韧内心,以及对医学事业的无限热爱。

多才多艺的瑞金女性还带来了精心编排的节目——女高知们换上白大褂,画上了精致妆容,带来了精彩的旗袍表演;女处长们则文艺范儿十足,表演了精彩的诗朗诵节目。

最后,院党委书记杨伟国在总结中向大家致以节日的祝福,并表示,瑞金女性是伟大的,她们为医院发展做出了杰出贡献;她

们是优秀的,不仅业务水平一流,还屡屡斩获各级大奖;她们也是艰辛的,不仅是医生,也是女儿、妻子、母亲,为大家的幸福奉献自己的青春和智慧。

此外,为迎接第109个三八国际劳动妇女节,院工会开展了为期一周的“美丽女王周”系列活动。本次系列活动充分利用午休时间,包括“瑞丽手工坊”、“瑞雅诗韵”、“瑞美女性,菁华旗袍——海派旗袍秀”等三项主题活动,共吸引百余人参加。

“瑞丽手工坊”与瑞金二路街道活动中心合作,邀请专业指导老师进行“白族创意扎染”、“马赛克杯垫”、“环保口红”及“微景观吊瓶”的制作,而且增设了花艺社、潮童社、萌娃社专场。

“瑞雅诗韵”由院诗歌社承办,消化内科周洁医生主讲“金钗钿银朵——浅谈中国古代金银饰品”专题讲座,由古代金银饰品谈及古典女性的美,引申至当代中国女性的审美观与价值观,引起听众们的共鸣。

“主题旗袍秀”由旗袍社承办,通过一部电影、一查照片、一首歌、一支曲、一段美文,展示了瑞金女性独有的典雅、知性与智慧,赢得现场观众阵阵喝彩。

·妇委会 工会 供稿·

□记者 韩康妮

本报讯 为庆祝三八妇女节,3月7日、3月8日下午,生殖医学中心举行了医联体单位内的首次远程义诊活动,徐步芳、陈骞、牛志宏三位医生分别为来自江阴市中医院、景德镇妇幼保健院、建湖县人民医院、兴化市人民医院、枣庄市妇幼保健院的17位患者进行了“面对面”看诊。

在远程在线会诊平台的支持下,医生不仅能和患者本人、医联体单位医院的医生等直接交流,他们的病历资料、检查报告等也能实时在线查阅,几乎和实地看门诊一样方便。得益于医联体专家、技术的进一步输出以及相关培训的开展,目前,很多助孕前检查都可以在当地医院完成,减少了患者多地奔波的辛苦,为后续的“好孕之旅”打好了基础。

据悉,38岁的范女士是山东成武县人,婚后异位妊娠2次,双侧输卵管切除,常年多次奔波,在济南治疗未孕。得知单县中心医院是我院不孕不育医联体单位时,便到该院就诊,很快便通过远程会诊确定了治疗方案,在单县中心医院完成试管前筛查后,取卵日来到我院,进行了体外辅助受孕,现在已经妊娠7个多月。

而30岁的王女士来自江苏建湖,流产两次,由于丈夫患有弱精子症,在南京治疗多次未孕,且由于频繁地两地奔波,不得以辞职。后来在建湖县人民医院就诊,通过与我院生殖中心远程会诊后确定了治疗方案,在当地完善相关检查,月经第二天直接进促排周期,先后共来我院就诊4次,一次移植成功怀孕,现已孕3月余。王女士说:“早知道医联体这么方便,我就不辞职了。”

我院生殖与不孕不育医疗联合体第二届大会召开后,成员单位已经扩充到20家,辐射到了山东、河南、安徽、江苏、浙江、江西、湖北、贵州、福建等省份。今后,将致力于实现医联体内服务与流程标准化,并建立常态化的门诊与远程门诊以及双向转诊通道,形成“业务上提高、学术上发展、品牌建设”的多方共赢专科医联体模式。



生殖医学中心举行首次不孕不育医联体远程义诊活动



学雷锋 为瑞金人点赞

3月6日,乳腺中心洪进医生、黄佳慧医生来到了上海市公安局技侦总队,为女民警们带来了“乳腺疾病那些事儿”的健康讲座,解答了大家关于乳腺疾病的相关疑问。

此外,轮转护士党支部也前往淮海街道复三居民区,开展主题为“稳糖稳压,健康生活”的学雷锋活动,为社区居民开展免费义诊(血压测量、血糖测量)、护理健康咨询服务,志愿者为社区居民细心地讲解高血压、糖尿病等慢性病的预防和服药误区,并为居民进行血糖、血压测量,针对每位居民的检查情况,志愿者们现场提供了一对一的健康咨询,为社区居民普及高血压、高血糖的危害及防治知识,并为患有高血压、高血糖的居民提出进一步的治疗和饮食建议。

立足门诊,宣教活动精彩纷呈
每周的瑞金门诊宣讲总能引得众多市民驻足,此次,呼吸党支部的医护人员结合时令节气,把控

烟宣教活动做得有声有色。这项活动至今已经开展了一年有余,经过宣教宣传,已有200多位有志主动戒烟的“烟枪”们加盟控烟群。

在皮肤科党支部“学雷锋、当先锋”主题活动中,护士们结合银屑病患者护理需求,手把手教患者通过皮肤护理预防疾病复发。

3月8日,妇产科和乳腺中心在门诊举办了女性健康主题知识讲座,并进行了联合义诊。中午时分,门诊大厅还为患者及家属们奉上了精致的“文化点心”——中午时分,上海体育学院带来了“动静相宜”太极拳表演;乳腺中心联合上海市粉红天使癌症病友关爱中心、上海音乐学院音乐教育系共同举办了“粉色的芬芳——春之声音乐会”,给乳腺癌病友们带来积极正面的精神鼓舞。

除此之外,门诊党支部在为病人提供导医咨询,耐心指导患者预约与自助服务的同时,积极开展经验交流。

学雷锋,每个人都是先行者

日前,灼伤整形科和社工部参加了“党建引领公益华漕,志愿精神助力‘创全’”的主题活动。在活动中,王海滨成立了自己的工作室,这座以王海滨名字命名的“海滨社区志愿服务中心”将针对不同群体的实际需求,孵化适应居民的志愿服务项目。

急诊党支部举办了心脏骤停急救培训普及活动,将雷锋精神内化于医疗服务的工作当中。后勤党支部也发挥自身优势,利用休息时间到医院摆摊开展小修小补等活动,他们最朴实的方式积极践行雷锋同志为人民服务的崇高理念。

3月7日,一波瑞金青年医生还在思南广场开启“健康学堂”,医院各党支部学雷锋主题活动也在积极地开展。

雷锋精神,代代相传,那些不经意的善行,都值得被标记和呵护,成为映照我们心灵的“光源”。·李东 韩康妮 整理·



3月的上海,依然阴雨绵绵,但丝毫不能影响我院各类“学雷锋”活动的热情,瑞金人争做雷锋传人的号角,已经在2019年的春日奏响。

走出医院,义诊队伍深入百姓中

3月3日,呼吸科、心内科、皮肤科、乳腺外科和消化科的5位青年专家来到长宁区中山公园,与全市百余名杰出青年医生一起,加入到第26届上海市市苑新星大型义诊活动中,为百姓送健康。

3月5日,8位来自不同科室的瑞金青年医生来到南京路,

参加主题为“雷锋精神永相传,文明共建再出发”的志愿服务活动,把健康送到市民身边,医生们热情细致的讲解让初春的街头暖意涌动。

瑞金培训基地党支部学雷锋系列活动在打浦桥街道、瑞金二路街道、上海卷烟厂等地展开,瑞金青年医生为市民们量血压、健康查体,并给出针对性的保健建议。

我院全科医学科与社区联合开展了瑞金住院医师“雷锋月志愿服务”,青年医生分别于3月4日、5日到长乐池内党群服务站以及打浦桥社区开展了义诊志愿服务活动,尽管阴雨绵绵,但活动反响热烈,收到了居民们的欢迎。

医生告诉你,会冒烟的“网红冰淇淋”有何危险?

□ 灼伤整形科 王志勇 衡妍妮

最近有一种“冒烟冰激凌”走红网络,美美的冰激凌冒出白色烟雾,吃起来还有“吞云吐雾”的特效,十分新奇。

其实冒烟冰淇淋也没有啥特殊的秘密,只是在冰淇淋原料中加入了液氮而已。那么这种“神奇”食品的背后究竟有啥隐患呢?

首先,从科学的角度介绍一下液氮。

氮气是空气中的主要成分,一般通过对空气压缩分馏的方法获得液氮。液氮常用来进行低温物理学研究,迅速冷冻生物组织,也可迅速冷冻和运输食品防

止变质。

冰淇淋为什么会冒烟?

液氮的沸点是-196℃左右(同样食品行业中用到的干冰,沸点只有-57℃)。无论液氮还是干冰,在变成气体时都会吸收大量的热,空气中的水蒸气发生凝聚变成小液滴。就形成了我们看到的冰淇淋冒烟的现象!正是因为液氮的温度非常低,医生在用液氮进行科学实验时都非常小心,以免溅到皮肤上造成局部冻伤。

接触氮气会有哪些危险?

与烧伤一样,严重冻伤也会使细胞、组织发生坏死。如果制作

液氮冰淇淋的过程不当(有的是将液氮和冰激凌原料混合,有的则干脆直接将液氮倒进冰激凌容器中,这样更危险),吃货们如果不注意,很容易造成手指、口唇等皮肤及口腔黏膜的损伤。

对于一些体质较差,比如有哮喘的人,吸入了液氮气化后的冷空气,也会诱发哮喘等疾病。正因为这些危害因素,据悉,美国很多州发出了安全警告,有的已开始禁止这类食品的销售。

属于冰淇淋的夏天越来越近了~在诱人的冒烟冰淇淋面前,还是请大家留个心,千万别为了一时痛快和好奇,伤害了自己。

肺血管,缘何爱添“堵”

□ 呼吸与危重症医学科 周剑平

3月14日,国际汽联(FIA)赛事总监查理·怀汀不幸因肺栓塞去世,享年66岁。其实,美国网球明星小威廉姆斯、NBA著名球员——“龙王”克里斯·波什、克利夫兰骑士队中锋瓦莱乔等都曾患上肺栓塞,他们中有人痊愈,也有人因此而离开竞技场,但都可以说是不幸中的万幸。

频繁添“堵”风险几何?

肺栓塞的高发病率、高死亡率已成为全球普遍关注的焦点。据统计,全球每年因血栓栓塞疾病导致的死亡已达全球总死亡人数的51%。根据美国疾病控制和预防中心公布的数字,每年大约有60万美国人会患上血栓相关疾病。当前,肺栓塞发病率仅次于急性冠脉综合征及脑卒中,而病死率则仅次于恶性肿瘤和急性心肌梗死。肺栓塞已经不折不扣成为一个临床工作中具有高风险的“常见病”。

致命血栓源何而来?

肺栓塞的临床表现可从无症状到突然死亡,常常容易被忽略,有时偶然发现得以确诊。其常见的症状为呼吸困难和胸痛,发生率达80%以上。但是,某些患者的首发表现是猝死。

肺栓塞,被定义为血栓堵塞肺动脉引起的一系列病理生理病变。据研究发现,三分之一的血

栓从腿部经过心脏最终到达肺部,血栓阻塞形成栓塞过程中会引起局部通气-血流比失调导致患者缺氧的发生,大面积的栓塞则会导致患者严重缺氧。

以下情况肺血管更爱添“堵”

▶ 创伤:主要部位的骨折(例如,髌骨骨折);

▶ 手术:外科手术后,特别是腹部大手术;

▶ 心脑血管疾病:脑卒中、充血性心力衰竭;

▶ 其他原因:恶性肿瘤、妊娠、肥胖、长期卧床、长时间飞行或者久坐,口服避孕药以及长期吸烟等。

当患者出现肺栓塞后,可能会产生不明原因的呼吸困难,气促,胸痛,咳嗽咳血,心悸或晕厥等症状。因此,当出现上述症状时,应及时赶往医院就诊。

肺血管防“堵”小贴士

▶ 久坐时要多喝水,多活动下肢。

▶ 避免长期应用雌激素等促进血栓形成的药物。

▶ 长期卧床的患者要经常按摩下肢,加强下肢的活动,坚持更换体位,促进血液回流。

▶ 对于肺栓塞的高危人群,

可以采取下肢弹力袜。

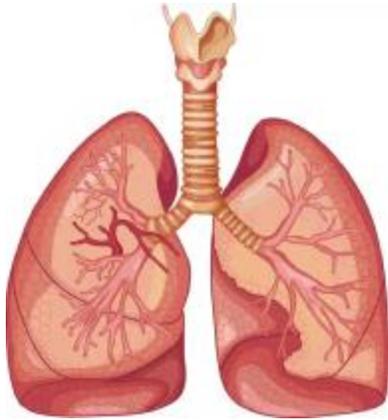
▶ 假期长途旅行或坐车、飞机回家的朋友在旅途中要注意每隔一段时间起身走动,长时间坐着最好不要超过两个小时;如果条件不允许,无法行走,坐着时也可以尝试做踮脚或勾脚的动作。

有以下病症者不建议穿戴医疗弹力袜

▶ 长期卧床的患者:恶性肿瘤引起的水肿;出血倾向;下肢感染

▶ 急性静脉炎;小腿溃疡;由心、肝、肾等器官疾病引起的十分严重的下肢水肿;湿疹;失代偿性心力衰竭

▶ 敏感性皮肤不宜穿用带有自承式硅树脂镶边袜口的医疗弹力袜大腿袜。



垃圾强制分类要来了,『过期药』怎么扔有讲究

□ 药剂科 石浩强

2019年7月1日起,上海将正式施行《上海市生活垃圾管理条例》,这意味着上海的垃圾分类工作,将进入强制分类的新阶段。那么,家中小药箱里的过期药如何分类?怎么处理?要往哪儿扔呢?听听药师怎么说!

什么是过期药品?

过期药品,就是在药品有效期内未被使用的药物。根据《药品管理法》的规定,过期药品按劣药处理。

刚过期的药品还能使用吗?坚决不能!

由于光线、温度、湿度等因素地影响,随着时间的推移,药品的成分会发生改变,理化性质会不稳定。超过有效期的药物存在质量安全的隐患,会出现药效降低和不良反应加大的可能,此点上无论过期多久药物都是一样的。如果抱着侥幸的心理使用了过期药物,轻者影响疗效、贻误病情,重者可能会对人体带来严重伤害,甚至造成死亡。

拿家庭小药箱里的常备药举些例子吧!

肾上腺素结构中的酚羟基极易氧化,过期失效后再次使用可能导致患者心脏停搏、高血压危象,甚至死亡。

胰岛素过期或发生冻结后,结构中的二硫键发生改变,可使注射部位出现瘙痒、疼痛、发热、肿胀和皮下脂肪萎缩。

四环素过期后分解为脱水四环素,具有毒性,轻则导致呕吐、腹泻,重则导致黄疸,损害肝肾功能。

过期的维生素C降解后生成糠醛和二氧化碳,糠醛易于氧化,变成黄棕色,可引发呕吐、腹泻、结石、头痛等情况。

药物的有些变化是肉眼可见的,有些变化则是肉眼不可见的,事实上使用过期药物,就是在以身冒险,拿自己的健康开玩笑

过期药品可以随意丢弃吗?当然不能!

随意处置过期药品的隐患包括:

①可能会造成小孩或其他人员误食,导致悲剧发生。

②造成环境污染。药品化学成分复杂,有些物质在自然界可能需要数年或者数十年才能分解,一些有毒或是致畸、致癌的成分,未经处理直接与生活垃圾一起掩埋,会污染土壤,影响饮水,危害人体健康。

③不法分子将过期药品重新包装后,销售到边远地区的小药店、小诊所,给人民群众的健康和生命造成极大威胁。由此可见,过期药品危害大,随意处理更是不可取。

过期药品怎么分类?

生活垃圾一般分为四类:回收垃圾、厨房垃圾、有害垃圾、其他垃圾。过期药品归属于有害垃圾。2008年我国环境保护部门,将过期药品及其包装物列为“危险废物”。

如何处理过期药品?

我国目前还没有相关法律法规规定如何处置过期药品,过期药品的回收机制也还不是很成熟。市民可以将过期药品送至附近设有回收点的药店或是医院药房,由这些专业机构帮助统一销毁。如附近没有回收点,对于少量过期药品,可以在破坏包装后,放入密封袋,投入到有害垃圾的垃圾桶中。

务必要注意的是:自行处理过期药品时,一定要将药品上的文字、图片等信息涂抹或销毁掉,这样既保障了个人信息安全,同时也避免被他人捡到并服用。对于一些抗肿瘤药物、抗菌药物、毒、麻、精、放等特殊药物,最好送到医院的回收点处理。

切记不能将自己日常使用过的药品(不管是不是过期)随意赠送给亲朋,这样会好心办坏事的,因为在没有了解病史、确定诊断时“跟风用药”是极其危险的!

当你不知道怎样处理手边的过期药品时,可向药师等专业人士寻求帮助。

因骨折打入108颗钢钉,拆除后身体还能恢复如前吗?

□ 骨科 叶庭均

近日,一位因意外导致全身多处骨折,植入了108颗钢钉的演员,回到医院成功“拆钉”,引起了很多人的关注。

“钢钉”究竟是个啥?

“钢钉”是骨科众多内植入物(Implant)中的一种。钢钉一般是指金属螺钉,有不同的规格,一般用于骨折的治疗。内植入物还包括:人工关节、钢板、髓内钉、锚钉、克氏针、钢缆等。

打钢钉后会活动受限吗?

通常来说,医生会尽可能避

免用钢钉或其他内植入物去限制关节活动,这有利于患者的功能恢复。但当患者的身体条件太差或是病情复杂时,医生也会事先与患者沟通,选择限制关节活动的手术方式,这对生活和术后恢复肯定会产生一定的不利影响,比如肢体功能受限,生活不能自理等等。这就需要权衡利弊,选择一种对生命、功能、病人需求更为理想的手术和固定方式。

钢钉到底要不要拆?

现代的钢钉可以永久留在体

内,并不一定需要去除。一般来说,术后1年-1年半以后可以考虑取出内固定。大部分患者并不需要去除内固定,但出于个人习惯、文化、舒适度等考虑,很多患者会主动要求去除内固定。总之,还是应当听取主刀医生的建议,具体病情具体分析。

打了钢钉,生活中应该注意什么?

钢钉是内固定的一种,而内固定是手术方式的一种,手术方式取决于病种和严重程度,

术后的康复和注意事项也都有不同。现在的患者都很有康复意识,能主动地与主刀医生交流,来确认术后的注意事项,包括能不能活动、能不能下地走路、什么时候复查、什么时候开始康复治疗等。

钢钉取出后,身体能完全恢复吗?

大部分情况下,当骨折愈合后,医生才会取出内固定,骨折部位是达到愈合标准的,所以通常取出钢钉后,很快就可以恢复正

常行走、负重和运动。

但是,有些骨折内固定取出后,骨骼的强度会比之前降低,这时病人需要注意保护好受伤和手术的肢体,避免受伤甚至二次骨折。

骨折类型、治疗方式、恢复情况等都会直接影响到钢板拆除后的愈合。若患者年纪轻,愈合能力比较强,在前期手术成功的情况下,积极配合康复治疗,还是会有很好的愈合,恢复如常生活。