



广博慈爱 追求卓越

第 590 期

2019 年 4 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

我院 2019 年基层党务干部暨新一届党(总)支部书记培训班圆满结束

□记者 唐文佳

本报讯 为进一步将学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想思想引向深入,引导医院基层党务干部准确把握新时代党建工作新要求,落实好《关于加强公立医院党的建设实施意见》文件精神,提高基层党务干部的理论修养和工作能力,不断增强党支部的创造力、凝聚力和战斗力,推动医院基层党建工作高质量发展。我院党委根据工作计划,于今年 3-4 月期间举办了 2019 年基层党务干部暨新一届党(总)支部书记培训班。医院党委下属各党(总)支部书记、党(总)支部委员以及医院党务职能部门科级(含)以上干部近 250 人参加了 4 次、共计 2 天的培训学习。

本次培训课程由院党委精心设计,通过党委书记讲课、外请专家讲座、工作研讨交流、党建实务工作辅导、发放培训书籍、签署责任书等从理论到实践的方式,增加了基层党务干部的党性意识和工作能力,进一步加强和改进医院基层党建工作,使基层党建工作更好地服务于医院中心工作。

3 月 22 日的开班动员会上,院党委书记杨伟国以《怎样做好

新时代支部工作》为题作了专题报告。杨伟国指出,新时代,新气象,新作为,支部工作也要有新的发展、新的作用。做好新时代支部工作,医院支部书记要做好以下八点:一要旗帜鲜明,善讲政治,党建融合;二要坚定信念,敢于担当,弘扬正气;三要重视学习,坚持不懈,久久为功;四要关心群众,明察秋毫,解决难题;五要善谋发展,集思广益,着力创新;六要率先模范,时时榜样,示范引领;七要熟悉党务,融会贯通,行家里手;八要坚持原则,摆正位置,合力共赢。医院各党(总)支部书记要真正用心、用情把支部书记这份“工作”做好,要在推进医院和学科的中心工作中,做出更大的贡献。

此外,来自上海市委党校的王公龙教授和刘宗洪教授,分别以《共产党宣言及其当代价值》以及《增强新时期党的政治建设》为题,作了精彩的专题报告。医学院党委组织部副部长朱孟琴就“党支部标准化规范化建设、党员发展工作”进行了实务辅导。院党委副书记俞立巍、俞郁萍就各自分管的工作,从党风廉政建设 and 意识形态及宣传工作出发,对各党(总)支部提出工作要求。优秀党支部书记代表、来自我院的放

疗党支部书记许赫和来自仁济医院的科研党支部书记顾乐怡从工作实际出发,对“如何当好一名党支部书记”进行了经验分享。

4 月 22 日下午,培训班结业仪式在科技楼 2 楼报告厅举行,由院党委副书记、院长瞿介明主持。来自我院内科党总支、教学党总支,以及肿瘤、皮肤、门诊党支部的学员代表们分别进行了学习体会的交流,表示要进一步提高政治站位,提升自身能力素质,坚持基层问题导向,以抓党务促业务为抓手,做好基层党支部工作。同时,为增加基层党组织活力,建立支部党建目标责任制,落实新时代党建工作新任务新要求,结业仪式上,党委书记杨伟国与党(总)支部书记们共同签署了《党(总)支部书记“三大主体责任”责任书》。

瞿介明在培训班总结讲话中指出,基层党组织是党的执政根基,落实好基层党建工作的各项具体要求,基层党务工作者就必须要有较高的政策水平和扎实的党务功底,希望全院党务干部要做到“明确职责,勇于担当;提高能力,破解难题”,积极将党建工作和业务工作相互融合,着力把基层党组织建设成为推动医院改革发展的坚强战斗堡垒。



□记者 唐文佳

本报讯 4 月 30 日上午,纪念五四运动 100 周年大会在人民大会堂举行。瑞金医院党政领导班子成员、各党(总)支部书记、团(总)支部书记及支委、青联委员、临床医学院辅导员、职能部门负责人等百余人,在医技楼一楼报告厅集体收看了大会直播,认真学习习近平总书记在大会上重要讲话。

习总书记在讲话中对青年人提出六点要求,并指出,新时代中国青年要继续发扬五四精神,以实现中华民族伟大复兴为己任,不辜负党的期望、人民期待、民族重托,不辜负我们这个伟大时代。

大会盛况让在场的医务人员备受鼓舞,也感受到了肩上的重任。青年医务代表们纷纷表示要认真学习总书记的谆谆教导,将“爱国、奋斗、担当”这六个字深深地镌刻在心中。时代赋予了我们新的历史使命,新时代的瑞金医务青年要在本职工作中继续发扬五四精神,用积极进取的求知热情燃烧自己,用与时俱进的医学知识和不忘初心的人文情怀全心服务患者,为健康中国贡献自己的青春。

本版责任编辑 李晨

我院组织收看纪念五四运动 100 周年大会直播

加强基层党建 筑牢战斗堡垒

□杨伟国

习近平总书记在党的十九大报告中深刻阐述了加强党的基层组织建设的极端重要性,也进一步明确了基层党组织的功能作用——“党支部是党的自身建设和管理党员最基本的单位,是党的执政之基;党建工作是否立得住,关键要看党支部的工作是否到位,而党支部的作用强不强,主要是看带头人如何做”。因此,建设一支高素质、专业化的党务干部队伍显得尤为重要。

近期,瑞金医院党委举办了全院基层党务干部暨新一届党(总)支部书记培训班,这也是医院落实全面从严治党战略部署和加强公立医院党的建设实施意见的具体体现。目的就是希望基层党务干部以《中国共产党支部工作条例(试行)》为指导,弄清楚党建工作职责,扎扎实实做好党建基本功,发挥党支部书记和支委班子的带头作用,进一步提升医院基层党建整体水平。

近年来,医院各级基层党组织的凝聚力和战斗力在不断提高。然而,我们也清醒地认识到,其中仍然存在部分基层党组织的建设与新时代新要求不相适应的情况,如存在对党支部工作的重要性认识不清、重视不够;缺乏对新情况、新问题、新挑战的有效应对;党支部工作务虚多务实少;支部“三会一课”制度落实不够严谨、规范;支部政治核心和战斗堡垒作用发挥不够;党员先进模范作用不够突出等等一系列问题。因此,通过此次培训,进一步帮助党务干部们了解和掌握党支部建设标准,熟悉应知应会,切实履职尽责,突出党支部的政治功能,提升党支部的组织力。

新时代要有新气象和新作为,新时代的支部工作也要有新的作用和新的新发展。医院党委将在今后的党建工作中,继续抓思想强素质、抓队伍强核心、抓制度强基础,以基层党组织标准化规范化建设为抓手,切实创建一批叫得响、立得住、推得开的基层党组织示范点,通过典型引路、示范引领,不断推动基层党建工作高质量发展。

瑞金论坛

4 月 28 日,上海市总工会宣布,通过单位推荐、民主评选,2019 年上海市五一劳动奖状(章)、工人先锋号揭晓。上海市内分泌代谢病研究所获得上海市五一劳动奖状荣誉称号。

4 月 29 日,上海市总工会正式揭晓 2018 年 10 位上海市

喜讯

“劳模年度人物”。我院陈赛娟院士获此殊荣。据悉,该奖项旨在为弘扬劳模精神、劳动精神、工人阶级伟大品格,至今已连续评选年,共产生 70 名“劳模年度人物”。

4 月 29 日,第十五届“中国青年女科学家奖”颁奖典礼在北京举行,10 位在医学、生物学、地球科学、航天科学等科研领域中表现卓越的女性获得这一奖项,我院赵维莅教授获此殊荣。

·记者 李晨·

神经内科陈生弟教授荣获菲利普·汤普森奖

□通讯员 吴逸雯 陈晟

本报讯 近日,第六届亚洲和大洋洲帕金森病与运动障碍会议(AOPC)召开,我院神经内科陈生弟教授获得“Philip Thompson Lectureship Award”。这是国际帕金森病及运动障碍学会-亚太地区学会(MDS-AOS)为表彰国际上在帕金森病临床及研究领域做出杰出贡献的医学家设立的奖项。该奖项每 3 年颁发一次,是亚太地区帕金森病年度大奖。陈生弟教授是中国大陆首位获此殊荣的学者,也是中国大陆第一位 MDS 的执委。

会上,陈生弟教授应邀做了题为“早期帕金森病的诊断标志物”的主旨演讲,不仅阐述了早



期帕金森病诊断现状、早期帕金森病诊断标志物及非运动症状对于早期诊断的价值,还提出了在早期标志物中仍需解决的问题并给出了可能的解决方案,在

与会者中产生了热烈的反响。此次获颁该奖项,体现了亚太地区乃至世界帕金森病及运动障碍病学术界对于陈生弟教授学术和贡献的认可。

瞿介明教授团队在国际权威肿瘤学杂志发文 揭示 HtrA3 在抑制肺癌侵袭转移中的新机制

□通讯员 赵婧雅

本报讯 今年4月,我院院长、呼吸与危重症医学科瞿介明教授等在国际权威肿瘤学杂志《Cancer Research》(IF 9.13)发表文章,题目为“Antagonism between HtrA3 and TGF-β1 Contributes to Metastasis in Non-small-cell

Lung Cancer”。文章阐明 HtrA3 蛋白对非小细胞肺癌患者的复发及预后具有积极的预测价值,并发现在肿瘤发生发展的不同阶段,HtrA3 与转化生长因子-β1(TGF-β1)间存在交互调控。该研究首次揭示 HtrA3 蛋白如何参与肺癌的侵袭转移及其发挥的重要作用。TGF-β1 作为介

导非小细胞肺癌转移的核心因子之一,抑制该因子的生物学活性从而延缓肿瘤进展一直是国际研究的热点和难点,本文结果提示 HtrA3 或可作为一个潜在突破口,为抗 TGF-β 相关靶向治疗提供新方法、新思路。赵婧雅博士为该文章第一作者,瞿介明教授为通讯作者。

我院诞生国内首款便于临床应用的抗菌药物 APP

□通讯员 张祎博

本报讯 细菌耐药问题日益严重,已经成为严重的公共卫生问题。患者一旦获得多重耐药菌引起的重症感染,将面临无药可用的困境。为了促进抗菌药物的合理使用和科学管理,遏制细菌耐药,我院一年前开启了瑞金抗菌药物科学化管理(AMS)协作中心(微盾项目),探索具有中国特色的 AMS 模式。

4月19日下午,一场关于数字化抗菌药物临床路径的手机应用程序的发布会在我院举行,同时发布了象征“DigitalAMS APP”的手机模型。据了解,这款国内第一个便于临床应用的抗菌药物 APP,由我院医务管理部门、呼吸、感染、重症医学科、药剂科、临床微生物科、信息科等多学科专家共同参与探索而出。今后,它将对抗菌药物临床应用进行即时指导,提升临床医生合理用药的水平,提高临床疗效,降低细菌耐药的发生和发展。

发布会由感染管理科主任倪语星主持,上海市卫生健康委药政处处长吴文辉、我院党委书记杨伟国先后致辞。药剂科何娟教



授、医务一处处长陆勇、医务一处副处长尚寒冰分别介绍了“DigitalAMS APP”的研发背景和数字临床路径的使用方式,我院 AMS 的计划、落实和持续改进的情况及抗菌药物的管理要求。

据介绍,这款 APP 会针对每位患者的感染性质、感染部位和危险因素进行分层,综合本医院本科室的细菌耐药监测数据,作出综合性评估,提出可能的病原菌和耐药性,并提供首选和次选的抗感染治疗参考方案。这一手机应用程序简便易行,随手可及,真正实现了使用标准化、科学化

的抗菌药物管理流程和数据支持。APP 的推出,将为临床医生快速评估患者感染的严重程度、可能的病原体及耐药性提供依据,有利于对抗菌药物的处方进行事前、事中和事后管理。会后,参会嘉宾在“体验区”实际操作了该款应用软件。

□通讯员 黄洁 李梅玲

本报讯 年仅30岁,体重却有340斤,进了医院要做检查,监护仪上的心跳和呼吸指数在疯狂报警;没法测血压,因为血压计袖带太小;没法用药,因为找不到外周静脉可打针。胰腺炎患者“小胖”,最近让我院的医护人员经受了一次不一般的“挑战”。

小山般的小胖是在6个强壮的工勤师傅和医护人员共同努力下,才被成功送入我院重症医学科(ICU),开始历时一个多月的救治。

体检要查胆固醇,因为甘油三酯是脂代谢异常的重要指标,正常值<1.8mmol/L。研究证实,甘油三酯超过11.3mmol/L时即可能引发急性胰腺炎。而小胖的血脂竟高到爆表,血液几乎是乳白色的,高于正常值20倍以上,机器已无法检测。

重症急性胰腺炎以前又叫出血坏死性胰腺炎,作为消化器官的胰腺在炎症爆发时,引起自身消化性坏死和渗出。随着病情加重,病人会在几个小时内出现休克、呼吸窘迫、麻痹性肠梗阻、急性肾损伤、代谢性酸中毒、凝血异常、电解质紊乱等等。这些问题先后出现在了小胖身上,他的抢救刻不容缓。

真正的抢救可不只是来个电击。祛除病因“甘油三酯”需要血液净化,血压监测需要动脉导管,补充血容量和改善心血管功能需要大静脉用药,纠正缺氧需要机械通气——然而,肥胖限制了医生们的所有操作!最好的超声机都无法穿透十几公分的脂肪找到血管和心脏,当班的李磊医生只能凭经验摸索着,一步步地完成这些操作。

治疗小胖的重症急性胰腺炎,需要在ICU进行综合调控,包括重度急性呼吸窘迫综合征、继发的重症肺炎、导管感染、营养支持、肝肾功能修复等,这些医患共同面临的挑战,让医生们很是纠结:肥胖的患者平时就有肥胖性低通气综合征,一旦生病,肺部极易受到累及。这样的呼吸衰竭又合并感染该如何使用呼吸机?超正常范围的参数设置,保留呼吸驱动的镇静镇痛,高要求的气道管理……医生们边思考边实践,慢慢找出方案。

另一问题是用药。常人3倍的体重是否需要3倍的药量?药不到位疗效不够,药用多了副作用也多。其中还涉及药物的代谢与分布、用药的合理性与伦理、副作用的监测与处理等问题。小胖除了肺功能基础差之外,合并有广泛耐药的肺炎克雷伯杆菌感染,导致他长时间难以脱离呼吸机。面对这样的“超级细菌”,常用的方案是根据抗生素药代—药效学原理增加剂量和多种联合的方法,使用肾毒性、神经毒性都非常大的限制类抗生素。但是,针对如此体重的超大剂量用药和大概率副作用效应,没有医生能淡定地下医嘱,幸好这些问题都在ICU医生和感染专家们支持下得以解决,在合理地用药和严密监护下,小胖没有出现任何不良反应。

褥疮、湿疹和感染几乎是这类病人的标配,小胖却完好无损,这缘于医院护理团队的努力。小胖每天的翻身护理,就需要出动8-10人协作,就是这么一群小小身躯的护士姑娘们,承担着这样一位超重量级患者的所有护理工作,耐心而细致。一个半月后,医生们还在讨论这个特殊的病例,而小胖已变成了灵活的小胖。

ICU『抢回』340斤胖小伙性命



□通讯员 谭玉燕

3月7日一早,我跟往常一样在看门诊,手机铃声响起:“谭老师,刚刚急诊科打电话,有个卒中的患者需要我们会诊”。对于卒中患者,时间就是生命,一刻不容耽误,我带着跟我一起出诊的小张医生,立即赶往急诊科。

患者,女性,76岁,双眼凝视,口齿不清,口角歪斜,左侧肢体完全瘫痪,左侧感觉消失,病情很重。患者早上起床后照常洗漱、

进食。8点钟左右倒在地上,家属立即呼叫120,一个多小时后被送至剑川县人民医院急诊科。追问既往病史,家属说可能有房颤。我想这个患者十有八九是脑栓塞了,立即吩咐先做头颅CT排除脑出血。急诊科护士动作娴熟利落,吸氧、开放静脉通道、抽血,盖上急诊绿色通道大印,送往化验室。同时心电图已经推至床旁,心电图显示果然是房颤。

9时30分,患者平躺在CT扫描仪上。根据症状,我心中笃定

是脑栓塞。如果预判准确,患者来得及时,我们可以溶栓治疗。在确定治疗方案前,必须先排除脑出血的隐患。我紧紧盯着扫描屏幕,患者的头颅影像在我眼前一幅幅扫过,没有出血,而且整个脑组织除了有些许腔梗灶外,没有看到大面积早期梗塞灶,这些都有利于溶栓。做好CT,立即将患者送至急诊监护室,逐一排查溶栓禁忌症。问到近期有没有服用阿司匹林、华法林等抗血小板、抗凝药物时,家属说近期有不规则服用华法林,我心里咯噔一下,平时服用抗凝药物,会大大增加溶栓出血风险,如果凝血指标异常超过一定范围,属于溶栓禁忌症,不能溶栓。好在化验报告患者凝血功能没有问题,可以溶栓!

在家属的配合下,溶栓20分钟后,患者左下肢已经能够抬离床面,但是左手手指仍不能活动,双眼凝视,口角歪斜。这说明溶栓起效了,还没来得及放松紧绷的神经,新的情况出现了——患者

口腔里全是血。用棉球清除干净,发现是牙龈出血。患者左侧舌部有一个小溃疡,也在渗血。患者凝血功能是正常的,溶栓效果也初步显现,牙龈出血是比较常见的并发症,只要仔细观察出血情况就可以。我再次查看患者身体其它部位有无可见的皮下瘀斑或出血点,导尿管里有没有血尿。没有发现其它出血征象,继续溶栓。整个溶栓过程比较顺利,患者症状持续改善,患者左侧下肢肌力已基本恢复,口齿较前清晰。随后,患者被收入卒中单元病房,继续常规急性脑梗塞治疗。至次日清晨,患者左侧肢体已经完全恢复正常,左手握持也非常有力,双眼凝视消失了,讲话也清楚了,口角也不歪了,虽然左侧肢体针刺感觉仍然是减退的,但是患者生命是安全的,没有留有残疾。

如今,这位76岁高龄的患者出院后能生活自理,也不会增加家庭的负担。这就是我们卒中中心建设的目的:提高卒中救

率,降低致残率、死亡率!

剑川县海拔2000米,有18万人口,老龄人口居多,由于气候和饮食习惯等原因,脑卒中发病率高,云南省及大理州卫健委非常重视脑卒中的早期救治、预防工作。两个月前,云南省卫健委牵头举办云南省卒中中心建设区域推进会,强调三级医院建设高级卒中中心,二级医院建成初级卒中防治中心,其中重要一项就是要有溶栓的技术和能力。作为神经内科医生,我到县医院任务之一就是协助卒中中心的建设。我们组织溶栓业务培训、乡镇医院医联体宣教、组建溶栓团队、完善溶栓流程及各种书面文书等。目前,剑川县人民医院从卒中团队建设、多学科合作、各项书面治疗规程、急诊室整合反应系统、质控/监督系统等各方面做好了准备,我们必将为患者的安危和健康争分夺秒、全力以赴!

援滇纪实

争分夺秒 全力以赴

——记剑川县人民医院第一例急性脑梗死患者溶栓救治

我院举办“国家安全教育日”系列活动

4月15日是第四个全民国家安全教育日,为切实提高全院医务人员、临床医学院师生的国家安全意识,根据市教卫工作党委、交大医学院党委相关文件要求,我院以“坚持总体国家安全观,着力防范化解重大风险,喜迎中华人民共和国成立70周年”为主题,先后开展了一系列形式多样的“国家安全教育日”活动。

积极开展院内宣传,营造良好氛围

4·15国家安日来临前夕,医院党委宣传科收集相关素材,将国家安日宣传海报在官方网站首页头图进行滚动播放,并将宣传内容制作成医院电脑开机画面,使得员工在工作的第一时间就接受到国家安全的相关知识。

为能进一步拓展宣传覆盖面,4月15日,医院武装部、保卫科、团委多部门携手,在门诊大厅、广慈食堂等人流量较大的区域,放置了《国家安全法》、《公民防范恐怖袭击常识》、《网络安全的预防与应对》等宣传资料和展板,向医院职工宣传我国总体国家安全观的形成背景、我国

国家安全事业的机遇与挑战、国家安全法治建设等方面知识,来往的院内职工和就诊患者纷纷驻足浏览,起到了广泛的宣传教育作用。

举办多场学习培训,提高安全意识

4月22日,医院党委召开中心组学习,观看国家安全教育系列专题片《国安天下宁》,影片形象、生动地讲述了总体国家安全观的实质和内涵,使在座领导干部对自觉提升国家安全意识有了更深入的理解。

当天下午,院党委书记杨伟国在2019年基层党务干部暨新一届党(总)支部书记培训班结业仪式和瑞金医院教师队伍专题培训会上,分别作了题为《安全至上,人人有责——学习总体国家安全观》的报告,他结合当前国家安全总体形势和任务以及典型案例,从实际出发,深入浅出地讲解了维护国家安全的重要意义,指出维护国家的利益和安全是每个公民的神圣义务。

上海市国家安全局专家也应邀在教师队伍专题培训上,就当前国家安全形势进行专题辅导,生动阐述了维护国家安全的极端

重要性以及损害国家安全利益的恶劣影响,使广大医务教职员工对于当前我国国家安全形势有了直观认识。

此外,来自瑞金临床医学院团总支、学生会的团学干部干事们汇聚一堂,向青年医学生普及国家安全的有关知识。

大力排查安全隐患,确保运行安全

4月17日至18日,医院保卫科、后勤保障处开展联合巡查,对院内施工工地、设备机房、重点部位、监控系统、一键式报警系统等方面进行安全隐患大排查,对可能存在的安全隐患进行整改,确保安全设备正常运行,提高医院整体抵御风险能力。

国家安全教育日每年只有一天,但安全问题却每时每刻都值得高度重视,因为国家安全是国家生存和发展最基本、最重要的前提。通过此次“国家安全教育日”宣传教育活动,加深了医护、师生、患者对国家总体安全观的理解和认识,明确了学习国家安全教育方面法律法规的迫切性和重要性,提高了国家安全意识。

·党委办公室 供稿·



□通讯员 孙哲 摄影 向樟宇

本报讯 4月12日,“医心比心”医学人文演讲比赛在我院举行。此次医学人文周暨五四运动一百周年纪念活动,以“医心比心”演讲比赛为主线,同时开展“青春札记”、“青年榜样”、“青春之声”的线上活动,邀请老师和同学分享实习经历,交流“医路青春”的感悟与收获。

此次演讲赛包括“畅所欲言”主题演讲、“有感而发”即兴演讲、“才辩无双”主题辩论三个环节。在“畅所欲言”环节,八位选手就“人文温暖医学,青春照亮你我”这一主题自选角度进行演讲,内容包涵了对病人、医生的人文关怀,疾病的污名化,孤独症儿童,医生的责任与风险等等,虽然风格主题各不相同,但每位讲者都真挚而自信。

在接下来的“有感而发”环节中,晋级的四位选手观看《人间世》视频片段,进行即兴演讲。短暂的准备时间并没有限制各位选手的发挥,而是激发了大家的思维和口才。选手们或讲述亲身经历,或引用诗词佳句,道出医生、医学生在事业和生活中面临的艰难抉择,引人深思。

在“才辩无双”环节,晋级决赛的两位选手进行巅峰对决,就“面对一位有过伤医记录的患者,医生是否有权拒绝治疗?”进行辩论。是选择保护自身安全,还是选择承担风险治病救人?双方才辩交锋,观众凝神倾听,比赛进入高潮。

评委老师对选手们的表现给予了中肯的点评,并分享了自己的观点。经过评审,2018级硕博班郑书钰获得一等奖,2016级临床五年制(英文班)曾耀星获二等奖,2017级硕博班洪士彬、2012级临床八年制徐婷婷获得三等奖,2017级检验丁琳、2015级临床八年制赵彬帆、2015级临床五年制石文畅、2015级临床八年制毛梦寒获优胜奖。

在比赛的间隙,临床医学院团总支的同学和老师为大家带来了诗歌朗诵——《中国青年》。另外,宣传科科长朱凡、2015级博士生钱逸维也来到现场,和大家分享了《人间世》背后的故事。人文温暖医学,青春照亮你我,愿青春的心境与医者相伴,愿人文的关怀与医学同行!

临床医学院举办「医心比心」医学人文演讲比赛

交大护理学院新生到我院开展人文教育活动



□通讯员 陈莹 摄影 陈莹

本报讯 4月12日下午,上海交通大学护理学院2018级新生来到我院开展班导师活动,护理学院党委书记陈铿老师、班导师王彩凤老师和辅导员全程参与了此次活动,我院护理部副主任(主持工作)朱唯一致欢迎。

此次人文教育启蒙活动共分为三部分。首先,护生们参观了院史陈列馆,了解了瑞金医院从1907年建院之初至今的医院发展历史、学科重大事件,并观看百十瑞金记录片,感受人文医院精髓。

随后,三位护理教师进行了护理思政和人文讲课。移植病房的邢磊通过一段视频,阐释了护

士在移植护理中的重要角色;肿瘤内科的杨柳以“死亡那件大事”为主题,用相对诙谐的语言表达,引导大家正确面对死亡这一人生大事——在面对生命终末期的患者,或许我们没法无限延长她们生命的长度,却可以帮助她们丰富其生命的宽度;护理门诊的专科护士乔祎向护生介绍了专科护理现状,以一名专业造口师的视角,讲述了自己在专科护理工作中感受道德职业价值感,并分享了自己在法国学习中见到法国护士工作中的人文精神。

最后,护生与现场带教老师就授课内容和护理职业生涯规划进行了互动沟通,同学们踊跃提问,对移植专业护士、植物人、临终关怀以及自己职业发展等提出诸多问题,临床老师一一回答并分享自己的职业生涯体会,期望同学们在护理专业学习和未来工作中都不忘初心、用心做好专业。

集团新闻

为进一步提升卢湾分院护理工作水平,更好地落实《黄浦区卫生计生改革事业和发展“十三五”规划》,我院护理部积极响应区卫健委人才培养工作计划,于今年4月启动“2019-2021年度黄浦区护理工作室选拔申报工作”。

4月21日下午,由党政及各职能科室领导组成专家评审团,按照“公开、公平、公正、竞争、择优”的原则,就业务技术、教学能力、科研情况、管理能力等方面进行评审选拔,按综合

成绩进行排名。最终,十一病区护士长汪叶、八病区护士长李婷婷名列前茅,择优遴选报送黄浦区卫管中心。

本届黄浦区护理工作室是继“瑞金-卢湾医联体护理工作室”、“九院-黄浦区医联体护理工作室”后,由黄浦区卫健委牵头,委托上海交通大学医学院附属第九人民医院护理部,组织有关护理专家实行导师制培养方式,致力于培养全区范围内一、二级医院优秀护理管理人才和业务骨干。

·卢湾分院党办 供稿·

简讯

为进一步丰富医务职工文化生活,促进系统桥牌爱好者的交流,4月13日至14日,第三十一届“医工杯”桥牌团体赛在上海市精神卫生中心举办。本次比赛由上海市医务工会主办,上海市医务职工桥牌协会承办,来自系统内近60名桥牌爱好者参与了比赛,相互切磋、增进友谊。我院桥牌队6名队员连续两天以牌会友、力战群雄,最终荣获本次比赛第一名。·窦君豪·



4月29日,来自门诊志愿服务队、病房志愿服务队、音乐志愿服务队共50名志愿者汇聚一堂,参加由社工部组织的主题为“苍山洱海蓝花开·‘义’起扎染乐开怀”志愿者团建活动。

专业的扎染老师向志愿者们介绍了具有1500年历史的传统白族扎染手工艺,并指导志愿者们现场体验扎染,感受扎染带来的乐趣。捆扎、浸染、洗浮色……志愿者们积极尝试不同的捆扎方法,大家惊喜地发现即使是相同的捆扎方法,也会扎染出不同的效果。活动最后,每位志愿者都收获到了属于自己的一份独一无二的扎染作品。

此次活动在五一劳动节前夕举办,希望能够让志愿者们体会到劳动的价值,增强彩虹家园志愿者团队的凝聚力,激励志愿者们的工作热情。我院副院长陈尔真在讲话中表示,“彩虹家园”的志愿者已成为瑞金品牌中不可或缺的部分,感谢志愿者们主动热情的奉献,院方会积极服务好志愿者们,提升团队的凝聚力和归属感。·杨颖 袁宸桢 摄影报道·

哮喘真的会遗传吗？

□ 呼吸与危重症医学科 汤葳

“大夫，哮喘会不会遗传呀？我的哮喘会遗传给孩子吗？”

这一幕在呼吸科门诊很常见。

哮喘是否遗传，这是许多罹患哮喘的人十分关心的一个问题，也是广大医务工作者必须解答的问题。哮喘作为最常见的慢性呼吸道疾病之一，对人们造成较大的经济负担与心理压力。哮喘患者深受其害，他们担心如果哮喘遗传给下一代，会给下一代带来很多痛苦。

哮喘真的会遗传吗？

哮喘本身作为一种疾病是不会遗传的，但是个体发展为哮喘的趋势是可以遗传的。如果您的一位生物学父母患有哮喘，那么您患哮喘的可能性比他/她没有哮喘的概率要大；如果您的父母都患有哮喘，那么您发生哮喘的可能性比父母中只有一位患哮喘的概率更大。另外，同卵双胞胎同时罹患哮喘的概率较异卵双胞胎大。但是故事绝不是一个人从其父母那里继承哮喘基因那样简单！

现在的观点认为哮喘是一种“复杂”的疾病，与遗传相关。一方面，如果双胞胎中的一个患有哮喘，那么另一个发生哮喘的可能性只有三分之一，尽管二者基因中的遗传信息是相同的。另一方面，从事某些职业的人比没有从事这些工作的人更容易患哮喘。例如，木材厂工人更容易因职业暴露罹患哮喘。像其他许多疾病一样，哮喘是遗传与环境共同作用的结果。虽然个体的遗传信息无法改变，但是我们可以从改变

环境入手来影响结局。

有哪些方法可以改善这种情况呢？

1、孕期饮食：其实没有确切的证据表明在孕期摄入何种特定的食物会增加子代患过敏性哮喘的风险。相反，一些生育前队列研究发现，孕妇摄入常见过敏性食物（如花生、牛奶、小麦等）与其子代的过敏和哮喘减少有关，因此对无食物过敏的孕妇而言，在孕期不建议进行特别的饮食限制或添加。

2、母亲肥胖或超重：怀孕期

间母亲肥胖和体重增加会增加子代患哮喘或喘息的风险，所以应该适当控制孕期的体重，不要过度肥胖。

3、母乳喂养：母乳喂养能降低婴幼儿喘息的发生，仍应鼓励母乳喂养。

4、维生素D：孕期进食富含维生素D和维生素E的食物，可以降低儿童喘息的发生。

5、鱼油和长链多不饱和脂肪酸：国外的研究发现妊娠后期母亲服用高剂量的鱼油可降低学龄前儿童哮喘或喘息的发病率。

因此，如何看待哮喘会不会遗传这件事，并不是非常简单的一个问题。科学的对待，及时的识别和必要的预防才是正确积极的做法。

健身减肥需谨慎 运动过量徒伤悲

□ 检验科 陆秋涯

春夏交替，大地回暖，人们脱去厚厚的冬衣，迫不及待的想换上轻薄的春衣。常言道，春天不减肥，夏天徒伤悲——于是不少人开始健身减肥，消灭卡路里。

某公司白领小美也加入了这支健身大军，她公司楼下就有一个健身会所，中午去练，晚上下班还去练，超强的运动量让急于瘦身的她取得了显著的进展。哪知，一天锻炼后突感身体不适，双腿持续肿胀疼痛，甚至小便也出现了异常，尿液颜色很深，类似浓茶，家人连忙陪同她来到医院急诊就医。

医生询问病史后，开了尿液常规检查和血液生化指标检查。尿液检测结果显示：尿蛋白阳性，潜血阳性，镜检红细胞阳性。血液生化检验结果显示：乳酸脱氢酶(LDH)，肌酸激酶(CK)，肌红蛋白(MYO)均升高。医生看了检验报告后诊断为“横纹肌溶解综合征”。

什么是横纹肌？

是骨骼肌，是附着在骨骼上的肌肉。肌细胞内有许多细丝状肌原纤维，每一肌原纤维都有相间排列的明带和暗带，状似条纹，因此也被称为横纹肌。

什么是横纹肌溶解综合征？

解综合征是指一系列影响横纹肌细胞膜、膜通道及其能量供应的多种遗传性或获得性疾病导致的横纹肌损伤，细胞膜完整性改变，细胞内物质(如肌红蛋白、肌酸激酶、小分子物质等)漏出。由于肌红蛋白可能堵塞肾脏组织，患者多伴有急性肾功能衰竭及代谢紊乱。引起横纹肌溶解症的因素有很多：过量运动、压迫肌肉、高压电击、烧伤、以及部分药物不良反应等都有可能造成横纹肌溶解。



(茶色尿，配图来自网络)

检验小贴士：

诊断横纹肌溶解症的常规实验室检查：

1、尿液常规检查：颜色变深，呈“茶色”、“可乐色”甚至“酱油色”；尿蛋白阳性，潜血阳性，镜检可见红细胞。

2、血液生化检测：生化检测可见：天门冬氨酸转氨酶(AST)、血清乳酸脱氢酶(LDH)、血清肌酸激酶(CK)、肌红蛋白(MYO)等升高。

在此提醒各位健身的朋友，健身减肥需谨慎，循序渐进是关键！

春食野菜赛仙丹 药学科普常相伴

□ 药剂科 陆佳倩

三四月份猫冬的嫩芽刚冒出头来，正是最脆嫩、营养最丰富的时候。馄饨的最佳拍档荠菜，人们对其喜恶参半的香椿，清香扑鼻的马兰头，正值花期的蒲公英，不起眼的马齿苋……那么多搭配不同、滋味各异的野菜，都是餐桌上不可多得的美食。

其实，无论在古代的医学典籍，还是在民间传统偏方之中，这些野菜都有着着一席之地。今天一起跟着瑞金药师来了解一下上海本地的一些春食野菜的功效和食用方法吧！

车前草

属性：车前科植物车前或平车前的干燥全草。

功效：性寒味甘。归肝、肾、肺、小肠经。有利尿；镇咳、平喘、祛痰；抗病原微生物等作用。

食用方法：嫩茎叶或幼苗可供食用，味道鲜美，将其嫩茎叶或幼苗用开水略烫，再用清水浸泡数小时，捞出切碎，炒食、凉拌、作汤或和面蒸食均可。

香椿

属性：属楝科。香椿已成为高档消费的木本蔬菜之一，很符合我国古人倡导的春吃芽的养生保健原则，所以深受大家的喜爱。香椿种子、根、皮在唐代《本草》、明代《本草纲目》以及《中药大词典》等药典中均有人药的记录。

功效：香椿味苦，性寒，具有健脾开胃、清热利湿、利尿解毒、收敛止血、止泻止痢等功效，可治疗肿毒、疮疡、子宫炎、遗精等多种疾病。还有杀虫、灭菌的功效。

食用方法：香椿的食用方法较多，香椿本身有特殊的香味，炒蛋、凉拌都是不错的选择。

但需注意的是香椿中含有硝酸盐和亚硝酸盐，选择那些质地比较嫩的香椿芽、炒之前进行焯水这两种方法都可以减少硝酸盐和亚硝酸盐含量，提高食用香椿时的安全性。

马兰

属性：菊科植物马兰的全草或根。春天是马兰生长发芽的季节，用作蔬菜的是马兰的幼叶，通常是采摘马兰茎叶头来吃，所以称之为“马兰头”。

功效：味辛，性凉，归肺、肝、胃、大肠经。有凉血止血；清热利湿；解毒消肿的作用。主治咽喉肿



(配图来自网络)

痛、痛疔疮、黄疸、水肿、痢疾、淋浊等症。

食用方法：香干马兰头是江南的一道名菜。相传康熙微服私访时，曾在南京吃过这道菜，吃过珍馐百味的皇帝在品尝过香干马兰头之后称赞道：“不图民间有此清香物！”马兰头的做法有炒食、凉拌，做出来的马兰头美食香味浓郁，营养丰富。

蒲公英

属性：菊科，蒲公英属多年生草本植物。蒲公英别名黄花地丁、婆婆丁、华花郎等。头状花序，种子有白色冠毛结成的绒球，花开后随风飘到新的地方孕育新生命。

功效：味苦甘，性寒。清热解毒，利尿散结。对急性乳腺炎，淋巴腺炎，瘰疬，疔毒疮肿，急性结膜炎，感冒发热，急性扁桃体炎，急性支气管炎，胃炎，肝炎，胆囊炎，尿路感染等有一定的治疗作用。

食用方法：蒲公英焯过后生吃、炒食或做汤都可以，可拌海蜇皮、炒肉丝；还能配着绿茶、甘草、蜂蜜等，调成一杯能够清热解毒、消肿的蒲公英绿茶。

马齿苋

属性：马齿苋科植物马齿苋的地上部分。它叶青、梗赤、花黄、根白、子黑，故又称“五行草”。是古籍上早有记载的对人类有贡献的野菜。民间又称它为“长寿菜”、“长命菜。”

功效：味酸，性寒；入大肠、肝、脾经，质粘滑利；具有清热祛

湿、利水、消肿、降低血压、防治痔疮的功效。

食用方法：马齿苋焯水后凉拌，特别适合春天的餐桌，人在经历了一整个冬日的蛰伏，再加上气候的原因，春困乏力，饮食不佳，马齿苋自带酸味，佐以葱姜蒜和辣椒的调味，可以促进胃口，绝对是一道合格称职的春夏小凉菜。

荠菜

属性：十字花科，又名地菜，俗称“百岁羹”，一年生草本野生植物。荠菜的耐寒力和生命力极强，严冬刚过，初春时节，荠菜就已在江南北的田埂、草地、溪边露出了头。

功效：作为药用，最早见于陶弘景《名医别录》，谓其能“利肝和中”，《本草纲目》谓其能“明目益胃”。荠菜性平，味甘，具有和脾、利水、止血、明目、降压的功效，可用于治疗痢疾、水肿、淋病、乳糜尿、吐血、便血、血崩、月经过多、目赤肿痛等。

食用方法：春天摘些荠菜的嫩茎叶或越冬芽，焯后可凉拌、蘸酱、做汤、炒食，荠菜水饺、荠菜馄饨是春天餐桌上不可缺少的美味，另外还可以做成鲜美的荠菜粥。

温馨提示：

1、野菜虽好，但不宜多吃，尤其是孕妇、年老体弱和胃寒的人。多数野菜性凉致寒，易造成脾胃虚寒等病。

2、不认识的野菜不要吃。容易发生误认的野菜不要食，以免中毒。

3、以上大部分野菜已有人工种植，应在菜场或者超市中购买。