



广博慈爱 追求卓越

第 594 期

2019 年 6 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

## 党委中心组开展“不忘初心、牢记使命”专题学习研讨



□ 通讯员 丁芸

本报讯 为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想、全面落实中央、市委“不忘初心、牢记使命”主题教育的要求，6月17日，我院党委组织中心组学习，邀请了市委党校徐学通教授作“不忘初心、牢记使命”主题教育专题辅导。院两委会委员、党政领导班子成员、职能部门副处级以上干部以及北院领导班子成员等参加了

中心组学习。我院党委副书记、院长瞿介明主持中心组学习，市委主题教育第十巡回指导组罗来军同志莅临指导。

徐学通教授以开展“不忘初心、牢记使命”主题教育的深刻缘由为出发点，深入浅出地阐述了此次主题教育的“四要”内容、根本任务、目标要求以及如何开展好主题教育，强调不忘初心，就是不能忘记党从哪里来，这是立党之本；牢记使命，就是要“为中国人民谋幸

福，为中华民族谋复兴”。徐教授的专题辅导结束后，与会医院党员领导班子成员逐一分享了对开展主题教育的认识和体会。

瞿介明表示，要深刻领会此次主题教育的初衷和出发点，不能仅仅停留在理论学习，关键还要从思想上进一步提高认识，从根源上进一步剖析，把学习成效体现到增强党性、提高能力、改进作风、推动工作上来。医院党员干部应以满足百姓健康需求，解除患者疾病痛苦，提升医疗服务能级和水平为己任，通过主题教育全面查找、破解医院发展中存在的各种难题，补齐短板，缩短差距。党政班子成员、各职能部门负责人是此次主题教育活动收效的关键，大家要率先认真学习、率先认识到位、率先开展调研、率先自我剖析、率先有效整改，保障和推进好相关分管工作，高质量完成此次主题教育任务。



□ 记者 韩康妮

本报讯 6月20日下午，江苏南通两名重症烧伤患者经直升机转运，冒雨先后平安降落在我院门诊大楼停机坪。据悉，这是国内首次雨中进行航空转运，也是第一次连续接收两名患者。金汇通航直升机分别在下午5时15分、6时40分顺利抵达我院，停机坪灯光系统第一次为航空医疗救援打开。

6月18日凌晨，南通市一小区内由于电瓶车在楼道充电引发火灾，两名男性居民严重烧伤并伴有吸入性损伤，深度烧伤面积均超过70%。伤后立刻被送往当地医院救治，经南通市第一人民医院烧伤科、ICU等科室全力救助，暂时稳住病人病情。事故发生后，我院灼伤整形科主任刘琰赶赴当地医院指导抢救，并在当地医院全力协作下，为转运做好了充分准备。

接到通知后，灼伤整形科医务人员、航空救援小组队员立刻赶往停机坪待命，接到患者后迅速转运至灼伤急诊，进行进一步检查和治疗。据灼伤整形科张勤主任医师介绍，两位患者是严重爆燃伤，烧伤面积分别达85%和73%体表面积，均为深度烧伤合并严重吸入性损伤，在当地医院已经进行充分液体复苏和气管切开并呼吸机辅助通气，目前病情危重。由于事发突然，许多同事主动留下来加班，以迅速稳定患者病情，进行后续治疗。

我院副院长陈尔真表示，大面积深度烧伤合并吸入性损伤患者，往往有严重休克和呼吸功能障碍，实施航空转运存在较大风险，被认为是航空医疗中的难点。本次成功转运可以为以后更多严重烧伤患者顺利转运积累宝贵经验，也为规范危重病人航空转运打下坚实基础。此外，严重创伤患者转运后病理生理学变化也是国内外研究重点。未来，我院将进一步聚焦该难点，进行更多有益的探索。

本版责任编辑 唐文佳

雨中两次连飞，重度烧伤患者成功航空转运至我院

## 祝贺我院两本学术期刊

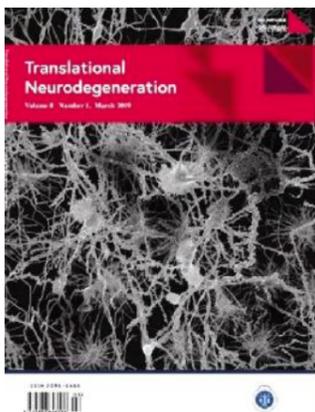
□ 记者 唐文佳

本报讯 2019年6月20日，最新SCI影响因子新鲜出炉。我院两本学术期刊2018年SCI影响因子稳居前列。

*Journal of Diabetes* (JDB,《糖尿病杂志》)影响因子(IF)稳中有升,达到3.298分。该期刊创刊于2009年,由我院与国际著名期刊出版集团Wiley-Blackwell联合创办,我院宁光院士和美国Mount Sinai医学院Zachary Bloomgarden教授担任共同主编。据悉,JDB是中国糖尿病学界唯一一本被SCI收录的学术期刊,被誉为“国际糖尿病专业的中国之声代言人”,早在2012年就被SCI收录,2013年即获得第1个影响因子,在亚洲糖尿病期刊中名列第一。

*Translational Neurodegeneration* (TN,《转化神经变性病》)是由我院主办,上海交通大学主管,陈生弟教授担任主编的国际性学术期刊。TN杂志于2012年创刊,2017年12月被纳入Science Citation Index。据Clarivate analytics最新公布的2018年期刊引证报告,TN杂志影响因子为5.534分,在全球267种神经科学领域杂志中位列第44位,稳步保持在Q1区行列。TN杂志是我国神经病学界第一本进入SCI的杂志。

据悉,我院是上海唯一一家拥有两本SCI杂志的医疗机构。



## 黄绍光教授荣获呼吸医师终身成就奖

□ 记者 唐文佳

本报讯 6月27日-30日,中国医师协会呼吸医师分会2019年会暨第十八届中国呼吸医师论坛在福建省福州海峡国际会展中心召开。会上,我院黄绍光教授荣获呼吸医师终身成就奖;呼吸与危重症学科主任时国朝教授荣获PCCM科(呼吸与危重症医学学科)规范化建设项目突出贡献奖;汤威副主任医师荣获优秀中青年呼吸医师奖。

## 把初心和使命化为前进的不竭动力

□ 俞立巍

近一个月以来,按照“不忘初心、牢记使命”主题教育“守初心、担使命,找差距、抓落实”的目标要求,瑞金医院组织党员干部结合实际,把学习教育、调查研究、检视问题、整改落实有序贯通起来,主题教育正在如火如荼地统筹推进。

主题教育告诉我们,把握新理论,践行新思想,就要有主动学习和系统学习的恒心和坚持。初心和使命是永恒的思想源泉,初心揭示了为什么,使命鞭策我们做什么。不忘初心,牢记使命,重要的是体现在怎么学和怎么做。学习要坚持常和长,要强调学习的主动性,也要注重学习的创造性,更要发挥学习的创造性。首先要正视自身的理论差距

和认识不足,既要通过碎片化时间随时学习,更要静下心来踏实学习,不断提高自身的理论素养和党性修养。第二是要立足实践,坚持创新,通过实践克服挑战,通过创新带动发展。第三是要摸索规律,发展理论,通过学习,不断丰富和完善新时代的发展理论,指导伟大实践。

主题教育也告诉我们,审视问题要注重从辩证思维和实践检验中找答案。党的十九大揭示了新的社会主要矛盾,告诉我们一切要从实际出发,要认识哪个是主要问题和主要矛盾,要抓住事物的主要方面和本质问题,要区分清楚是规律性问题还是体制机制等问题。这些就让我们通过学习,掌握辩证的、唯物的、历

史思维方式,不断在实践中寻找答案,才能敢闯敢试。社会发展如此,每个单位的发展也是。

主题教育还告诉我们,攻坚克难,解决问题,要有刀刃向内的决心和勇气。坚持在“改”字上下功夫,很重要的一点是要做到坚持真刀真枪,敢于刀刃向内,动真格出实招。既要解决实际问题,还要解决思想问题。只有从思想问题上入手,才能够举一反三。不能只说不做,不能为做而做,不搞表面化,不搞“一刀切”,不甩锅给基层……要由群众来评价,由实践来检验。要通过全面加强党的建设和领导,进一步提高站位。初心就是责任,使命就是信念,我们要把初心和使命化为前进的不竭动力,永怀宗旨,长葆激情,在伟大实践中先行先试,在新时代新发展中勇当先行者和排头兵。

瑞金论坛



## 我院开展“整治医疗乱象和扫黑除恶专项工作”

□通讯员 杨之涛

**本报讯** 为进一步改善就医环境,打击医疗乱象及“三黑”现象,推进医院医疗工作更有序开展,我院根据上级主管部门的工作要求,成立专项工作小组,由院长瞿介明任组长,医务一处牵头,门诊部、急诊部、后勤保障处等多部门协同,积极开展整治医疗乱象和扫黑除恶专项工作。

据悉,2016年,医院针对“号贩子”等医疗乱象,已制定出

了相应制度,如通过多种渠道、多种形式加强就诊人员宣传引导,加强医院内部人员的规范教育,加强对专家号源的管理,通过医警联动等措施严厉打击“黑救护车”、“号贩子”及“黑殡葬”等,并取得良好的阶段性成果。

此次专项整治工作,我院在前期工作的基础上继续推进。今年上半年共组织院内相关安全防范培训13次;清理“黑救护车”有关的卡片、传单等黑广告14次;多次阻止“黑救护车”入

院;清理“贩号”有关卡片、传单等黑广告6次;对门诊大厅、急诊大厅加强巡视,对护工办、保安人员及工勤人员等加强资质的审核与组织管理;针对“医疗乱象”和“三黑”做到及时发现、及时上报等。

同时,医院进一步研究优化门诊优质医疗资源的供给、调整门诊结构,逐步优化门诊流程,减少病人就诊及检查的等候时间,积极改善就医体验,为创造绿色就医环境不断努力。

## “瑞金医院妇产科专科医联体”成立

□通讯员 许啸声

**本报讯** 6月21日,我院妇产科专科医联体成立暨签约仪式在“2019年瑞金妇产科国际论坛”暨国家级继教班上举行。我院院长瞿介明、复旦大学附属妇产科医院党委书记华克勤等领导专家出席了签约仪式。我院副院长陈尔真代表医院与无锡市新吴区陈瑞医院、张家港市第一人民医院、江苏省宜兴市人民医院、南京医科大学附属江宁医院、江西省景德镇市第一人民医院等九家医院,签署了医联体合作协议。

据妇产科主任冯炜炜介绍,我院妇产科专科医联体的成立,旨在以多学科诊疗建设为抓手,以完善肿瘤标本库和资料库为基础,以临床研究规范(GCP)为依托,全力打造标杆式的区域化危重孕产妇抢救中心。未来,医联体

成员单位将进一步优化医疗资源配置,完善双向转诊制度,让高水平、广覆盖的医联体为上海及周边地区百姓提供更为精准化、同质化、规范化的治疗,不断提升医疗质量和医疗服务水平,改善患者就医体验。此外,专科医联体成立以后,将全面启动长三角地区多中心妇科肿瘤临床研究项目,提升医联体单位的临床诊疗和研究水平。

我院妇产科始建于1907年,具有悠久的历史,也涌现出一大批知名妇产科专家。经过多年的传承与发展,近年来,医院以妇科肿瘤多学科诊疗团队和危重孕产妇会诊抢救中心两大特色为学科发展亮点,着力打造区域化医疗标杆。围绕“多学科诊疗”、“转化型研究”、“科创型学科”的目标,医院形成了“全程管理、综合治疗”的学科特色,医疗质量和服务质量均得到社会

认可。

2018年,产科医疗团队顺利完成了上海市《多学科危重孕产妇综合救治规范化建设项目》公共卫生体系建设三年行动计划,成立“多学科预防”和“多学科抢救”协助组,从门诊联合干预到病房协作抢救,形成了完整的危重孕产妇立体救治体系。妇科肿瘤多学科诊疗团队诊治的疑难病人全年达到450余人次,实现了质与量的飞跃,成为瑞金多学科诊治品牌团队之一。同时,通过“多学科临床-总结-临床”的良性闭环,提高了诊治成功率,探索出一条具有瑞金特色、上海特色乃至中国特色的临床中心建设道路。

我院院长瞿介明在致辞中表示,未来,医院将进一步探索广泛拓展服务的可及性,在多学科诊疗、多中心研究、新技术新方法研发及应用方面,发挥领头羊的作用,用实际行动贯彻落实好习近平总书记提出的“上海要在推动长三角更高质量一体化发展中进一步发挥龙头带动作用”的重要指示精神。相信我院妇产科医联体将会充分发挥好主体单位的引领作用,辐射长三角地区,为上海乃至华东地区的患者提供更全面的疾病防治服务。

## 神经内科 肿瘤科成功举办国家级继教班及学术论坛

**本报讯** 6月21日至22日,2019上海瑞金神经病学论坛暨全国帕金森病及运动障碍疾病国家级继续教育学习班在我院召开。本次会议由我院神经内科、上海交通大学医学院神经病学研究所和转化神经变性病杂志编辑部主办,邀请了国内外60多位著名的神经病学和神经科学专家,共同探讨神经领域及相关交叉学科的热点话题及研究成果。

专家们紧扣国际前沿研究最新进展作了精彩报告。来自各地的中西医专家们结合实践经验分享了神经科疾病的中西医结合诊疗研究成果。

“青年神经科医生思辨论坛”是本次活动的一个小高潮。主持人以“007造型”出场,生动诠释了神经科的精髓——抽丝剥茧逻辑推理。十个临床故事的生动讲述,环环紧扣、抽丝剥茧,充分展现了福尔摩斯探案般的无穷魅力。此次论坛为建立学科间深度交叉与融合的团队协作新模式提供了平台——从基础到临床、从中医到西医,思想火花的碰撞带来了新思想、新理念。中西医传承创新、基础与临床交融互通,必将为我国神经科学发展增光添彩。

又讯 6月26日至30日,由我院肿瘤科举办的国家级继续医学教育学习班《消化道肿瘤精准治疗与转化研究动向》顺利举行。该学习班已连续四年在我院成功举办,并培训学员400余人。今年,学习班首次与CSCO(中国临床肿瘤学会)合办基层肿瘤医生培训班,面向基层,吸引了全国各地基层消化道肿瘤学界同仁参加,参加学员来自内蒙古、吉林、甘肃、广东、湖南、湖北、山东及长三角区域等地。

此次学习班开幕式由我院副院长陈海海和上海消化外科研究所所长朱正纲教授共同主持。肿瘤科主任张俊介绍近年来学习班的简况及本次学习班的特色,复旦大学医学院附属华山医院钦伦秀教授、海军军医大学附属长海医院王雅杰教授等肿瘤领域知名专家围绕消化道肿瘤精准治疗及转化研究进行了专题讲座。此外,学习班上增加了MDT演示及交流,加强了基层肿瘤医生多学科诊疗方面的实战演练,受到学员的广泛好评。

·神经内科、肿瘤科 供稿·



□通讯员 阎爱军

## 第七批援滇医疗队启程赴滇

**本报讯** 6月27日,我院第七批援滇医疗队奔赴云南大理白族自治州剑川县人民医院,将开展为期六个月的医疗援助工作。经过层层招募和遴选,此次医疗队由肾脏科高琛妮、骨科刘敬峰、妇产科李菁、检验科戴菁和心内科高杉珊五位医疗技术骨干组成,高琛妮任队长。

6月25日上午,援滇医疗动员会在我院院史陈列馆召开,第七批医疗队成员、相关科室主任及相关职能部门负责人等参加会议。会上,副院长陈尔真代表医院向对援滇医疗队队员的奉献精神表示肯定和感谢。他表示,医疗队代表着瑞金形象,队员们要将“广博慈爱,追求卓越”的瑞金精神带到当地,不但要“输血”,也要努力为当地“造血”,切实帮助当地医院提升医疗救治水平;同时队员们也要确保医疗安全和自身安全,顺利完成医院交付的任务。医务一处副处长徐婉瑛给医疗队介绍了当地的医疗水平以及整个医院情况;各临床科室和职能部门也纷纷表达了对医疗队员的殷切期望,表示要做医疗队的坚实后盾。

2016年,上海市卫生计生委正式启动了第三轮《上海市三级医院对口帮扶云南省贫困县县级医院项目》,并确定由我院在2016-2020年期间对口支援云南省大理州剑川县人民医院。我院自2016年7月起每6个月派出一批医疗队,至今已派出七批共38名医疗队员。三年来,我院援滇医疗队依托医院坚实的医疗力量,对当地医院在医疗水平、科研教学、人才梯队、学科建设上给予了全力支持,受到当地政府、医院及百姓的好评。

## 孙伯民当选为世界立体定向与功能神经外科学会副秘书长

**本报讯** 美国当地时间6月25日,第18届世界立体定向与功能神经外科大会(WSSFN)在纽约召开。在大会执委会上选举产生了新一届的学会主席团成员及委员。我院功能神经外科中心主任孙伯民当选为世界立体定向与功能神经外科学会副秘书长。据悉,这是首次由华人担任世界级别神经外科协会的主席团成员。孙伯

民自2009年起担任WSSFN常委,于2011年担任亚洲立体定向与功能神经外科主席。WSSFN学会创立于1961年,于1973年正式更名为世界立体定向与功能神经外科学会,并于当年召开第一届WSSFN大会。WSSFN学会是世界范围内功能神经外科领域中水平最高、影响力最大的学会。

·功能神经外科中心 供稿·

## 牢记初心使命 心系急救事业

——赴以色列应急医疗培训队员在当地庆祝党的生日

□通讯员 章隽宇

**本报讯** 6月29日凌晨,我院选拔的医疗应急队员25人启程前往以色列海法市,接受为期两周的应急救援培训。此行恰逢中国共产党成立98周

年之际,队员们虽然身在异乡,仍心系祖国,自发在海外为中国共产党庆生。

以色列海法市和上海是国际友好城市,本次项目是上海和以色列政府公立医院国际合作项目亮点之一。负责此次培训的瑞本

医学中心,是以色列三大医院之一,隶属以色列国防部,除具有高水平的医疗服务及医疗技术外,还拥有世界上最大最先进的地下应急医院,为目前世界上一流的应急医疗救援机构。

本次培训旨在对标国际一流水平,进一步完善我院急救救治规范及流程,组建重大应急医疗救援复合型人才队伍,探索具有瑞金特色的“灾害应急救援”救治模式,从而构建形成院内、院外突发应急事件救治体系,提升我院灾害救援能力。

“不忘初心,牢记使命”是习近平总书记对全国9000万党员的嘱托。队员们表示要利用好这次珍贵的学习机会,努力提升个人和团队在创伤应急医疗工作方面的认知水平和综合能力。回国后,结合我院实际情况,为打造国家应急救援医学中心贡献自己的力量。



## 临床医学院 2019 届毕业典礼隆重举行

□通讯员 陈怡

本报讯 6月24日,临床医学院“瑞金毕业季——我与祖国共奋进·我和瑞金同成长”2019届毕业盛典隆重举行。我院党政领导成员、导师代表、毕业生们齐聚一堂。所有毕业生们在与瑞金医院挥手告别之前,奔赴了一场青春盛宴。

今年,我院共有毕业生375人,其中包括博士研究生77名、临床医学八年一贯制博士生39名、临床医学4+4博士生6名、硕士研究生94名、专业学位硕士44名、本科生110名,另有住院医师规范化培训合格毕业的医生129名。其中,共有18人获得上海市优秀毕业生,53人获得上海交通大学优秀毕业生。

我院副院长胡伟国在会上宣布表彰名单,副院长沈柏用、党委副书记俞萍及职能处室代表对优秀毕业生进行表彰,并举行颁证仪式。同时,对优秀住院医师和优秀带教老师进行了表彰。此后,毕业生与导师们携手演绎了原创的歌曲、诗歌,还共同唱响了歌曲《我和我的祖国》。



随即,12位即将奔赴全国各地就业的毕业生代表携手点亮了一幅“中国地图”。莘莘学子们将启程奔赴远方,前往祖国各地提供医疗服务,播散瑞金的医学种子,实现自己的医学梦想,践行曾经的医学诺言。

最后,院长瞿介明对毕业生们送上寄语,他说:“走出校园,医学生将成为医生,不仅要心中有爱,还要记得肩上的责任,要记得瑞金对你们的教育,成为一名为患者、为医学做贡献的优秀医生。今天,是你们的开始,也相信你们会拥有美好的未来,取得令人骄傲的成绩。”

作为上海交通大学医学院附属规模最大的教学医院,我院拥有悠久的教学传统,目前承担了临床医学5年制、8年一贯制、4+4八年制硕博班、医学检验专业和来自20多个国家留学生的学生管理和临床教学任务。并设有国家住院医师规培基地18个,上海市住院医师规培基地1个,是国家级住院医师规范化培训示范基地,同时设有上海市专科医师规培基地32个,国家专科医师规培基地7个,国家级继续教育基地1个。

□记者 韩康妮

本报讯 6月17日,通过云南省总工会与上海医务工会对口援建工作的支持,来自云南省贫困县乡的50名乡村医生来到我院参观,院工会精心组织,安排了院史陈列馆、医学模拟中心、乳腺中心和消毒供应中心的参观。

工会副主席吴平介绍了我院的基本情况和特色工作,乡村医生们通过参观院史陈列馆,近距离感受了瑞金历史,领略了“广博慈爱,追求卓越”的瑞金精神;在占地3200平方米的瑞金医学模拟中心,大家参观了模拟手术室、模拟重症监护室、标准化病房,工作人员演示了高端的智能化综合模拟人和其他模拟教学设备,让他们连连惊叹;在乳腺诊治中心,大家对一体化的诊疗模式、乳腺癌患者的全程管理都赞不绝口;在消毒供应中心,先进的消毒设备和严格的管理流程,让所有人充分感受到了科学化、规范化、标准化、流程化的精细管理。

此次活动给乡村医生们带来了极大的震撼,对于长期奋战在贫困县乡医疗一线的乡村医生们来说,来上海顶尖的三甲医院参观拓展了视野,是一次宝贵的学习机会,也将助力他们打赢脱贫攻坚战,更好地为健康中国作出贡献。



### 云南省50名乡村医生到我院参观学习

## 第六期《名师大医讲临床基本问题》精彩开讲



□通讯员 陈伟

本报讯 6月19日,《名师大医讲临床基本问题》系列讲座第六期邀请我院终身教授邓伟吾,与住院医师们一起探究心脏疾病的肺部表现,我院副院长胡伟国出席讲座并致辞,临床医学院党总支书记邵洁向邓伟吾教授赠予感谢状。

邓伟吾教授围绕“系统性疾病的肺部表现”这一主题,结合具体病例阐述了继发于各种先天性或获得性心脏病的急、慢性肺高压,急性肺水肿、慢性肺水肿、心源性胸腔积液、心肌梗塞后综合征以及肺部感染等四类疾病的病理生理机制、临床表现、辅助检查及治疗等问题,生动形象地向大家阐释机理,指导思路。

邓伟吾教授将临床经验与思考相结合,用容易接受的方式传授给年轻的住院医师们,现场气氛热烈,座无虚席,听者时而静静聆听,时而低头记录重点要点,收获颇多。最后,邓伟吾教授深情寄语住院医师们:“坚定理想信念、献身医学;理论学习、临床实践;志存高远、脚踏实地;创新进取、与时俱进。”

## 古北分院举行第一期青年发展沙龙

□通讯员 杨桦

本报讯 6月19日上午,由民航上海医院(瑞金医院古北分院)团总支主办的第一期青年发展沙龙举行。本次活动邀请了瑞金医院和长宁区卫健委系统的优秀青年代表,以引领青年、服务青年为导向,聚焦青年发展工作,展开了精彩讲座与经验交流。古北分院党委书记高梅菊、院长郑涛、党委副书记谈坚出席此次活动。

高梅菊在开幕致辞中表示,通过这次活动,希望青年们能不忘跟党初心,牢记青春使命,发挥专业引领和创新引领作用,为健

康中国奉献青春力量。

瑞金医院外科团总支书记戴恒玮分别做了题为《瑞金外科青年的理想、成长与责任》和《愿为医学“特长生”甘当科普“小工匠”》的交流分享。

座谈环节中,青年代表们就如何平衡业务工作与个人发展、营造科普氛围、强化青年间的合作交流、更好地发挥团组织的凝聚力等交流了经验和意见,为今后工作提供了新思路。

协作医院

## 我院各部门积极开展“不忘初心、牢记使命”主题教育

本报讯 6月17日,胃肠外科党支部组织开展以“认清国际形势、实现中华复兴”为主题的迎七一主题党日活动,并邀请上海市委党校黄真教授作“国际形势与中美贸易摩擦”主题报告,胃肠外科党支部全体党员及科室骨干们参加了会议。黄真教授指出,中美贸易摩擦实质即阻碍中国成为世界制造强国和中华民族伟大复兴。与会人士表示,此次讲座加深了自己对当今国际形势、国际格局及其未来走向的了解,有助于正确认识重大国际事件表象和本质。面对外部压力,大家将不忘初心、牢记使命,为中华民族伟大复兴而不懈奋斗。

6月23日,眼科党支部组织党员和部分科室业务骨干前往革命圣地沙家浜进行“不忘初心、牢记使命”主题党日活动,参观了沙家浜革命历史纪念馆,学习革命前辈的英雄事迹,重温入党誓词。参观结束后,大家都被八路军的英雄事迹所感染,纷纷表示将以实际

行动守住初心、牢记使命,为科室的医教研工作贡献力量。

6月25日下午,肿瘤质子中心党支部举行了“不忘初心、牢记使命”主题教育学习。首先,党支部书记孙斌和大家一起分享了三篇文章,明确了重视理论武装是开展党内教育的成功之道,加强理论武装是深化主题教育的内在要求。大家深刻地认识到开展“不忘初心、牢记使命”主题教育,就是要教育引导干部牢记党的性质和宗旨,用党的创新理论武装头脑,更加自觉地实现新时代的历史使命不懈奋斗,能更高效地完成各项工作。孙斌表示,瑞金肿瘤质子中心项目作为上海市重大工程,也是助力上海建设具有全球影响力的科创中心的重要项目。现在这一项目处在关键阶段,希望大家按计划、按进度,保质保量完成各项工作,为明年“首台国产质子治疗示范装置研制项目”顺利进行临床试验做好保障。

6月17日,我院人力资源部及党委教师工作委员会办公室积极响应号召,联合组织“不忘初

心、牢记使命”主题学习。人力资源部处长、党委教工办主任金玮主持会议,人力资源部及党委教工办全体党员及群众参加学习。全体同志共同学习了习近平总书记“不忘初心、牢记使命”重要讲话精神,重温了6月6日医院举行的“不忘初心、牢记使命”主题教育动员大会,并强调市委第十巡回指导组组长刘刚就我院落实“不忘初心、牢记使命”主题教育提出的五点要求。各位同志根据主题教育精神,依次展开“立足工作,践行初心,牢记使命”主题交流汇报。最后,金玮结合人力资源部及党委教工办实际工作,指出本次学习关键是要坚定政治信仰,增加对党的忠诚度,提升政治认同度。要发现思想问题和实际问题,深挖思想根源。工作中要摒弃僵化的思维方式,坚持用党的创新理论武装头脑,重在实践,更好地服务临床一线。

6月15日,武保支部前往南京,参观了南京大屠杀遇难同胞纪念馆、雨花台烈士纪念馆,回顾了中华民族的苦难岁月,并重温入党誓词。党员们表示,通过此次学习,大家更加清醒地意识到作为一名党员肩负的历史责任。此次革命传统教育,也进一步强化了党员意识,提高了党性修养。武保支部将始终牢记共产党人的使命和责任,自觉践行党的十九大精神,加强习近平新时代中国特色社会主义思想的学习。大家将会在自己的岗位上加倍努力,不忘初心、牢记使命,充分发挥党员的先锋模范作用,无愧于共产党员的光荣称号! ·党办 供稿·



# 奶制品和粥都不养胃?!

□ 消化科 陈希

胃疼、胃胀、胃不适等问题常常困扰着以食为天的普罗大众。从小到大,坊间流传着很多“养胃大法”。那么,这些方法到底靠不靠谱呢?



## 1. 牛奶真的养胃吗?

胃最常见的问题就是慢性胃炎和消化性溃疡,症状表现为上腹痛。虽然很多人说喝了牛奶之后会一定程度上缓解胃痛,但近年人类研究发现,牛奶中所含的蛋白质和钙会刺激胃酸分泌,其刺激胃酸分泌的作用要大于中和胃酸的作用,而胃酸分泌的增加会加重胃炎和溃疡的进展。靠喝牛奶养胃,未免有些得不偿失。

但是,喝酒前喝牛奶护胃还是有一定的道理的。牛奶中富含的钙离子可以提高细胞膜的稳定性,从而减少酒精对胃黏膜的损伤。不过切记饮酒适量,否则喝再多奶也起不到相应的保护作用。

## 2. 酸奶真的能促消化吗?

电视里常有铺天盖地的 xx

乳酸菌、xx 酸奶帮助肠道蠕动、改善消化的广告语,但它们并不能起到这样的作用。人们常说的消化,需要的是规律的胃肠道的蠕动和各种消化酶。但是,酸奶本身并不能纠正身体不规律的胃肠运动,也没有消化酶,并不能真正帮助消化。至于添加了益生菌的酸奶和乳酸菌饮料,经过运输、存储、买回家,到最后喝下肚,真正能有多少益生菌能在肠道里起到作用的就真难说了。而且目前市场上酸奶以含糖的居多,如果胃已经很撑了,再喝酸奶,就是额外多吃糖、多吃热量,会使人更饱、更难消化。所以如果真的想要助消化,还是合理运动来的实际一些。

## 3. 喝粥可以养胃吗?

喝粥养胃,是家中长辈一直信奉的道理。很多人可能都会选



择喝粥来养胃。但实际上,胃根本不用养,想要拥有健康的胃,培养良好的饮食习惯是关键。虽然喝上一碗热腾腾的粥能让胃感到暖意,但是这样的并不能帮助缓解疼痛,加上其丰富的碳水量,喝多了还容易造成高血糖。

那么到底怎样才能是正确的养胃方法呢?给读者们这四条**养胃忠告**:

1. 养成良好的饮食习惯。以清淡、营养、易消化为主要的饮食

原则;按时按量、细嚼慢咽,因为咀嚼时形成的唾液对胃粘膜是有保护作用的;当然还要注意饮食卫生。

2. 食物温度要适宜。要避免食用过烫、过冷食物,它们对胃粘膜的刺激很大。

3. 尽量避免烟酒。烟酒很容易导致胃粘膜缺血、缺氧,使胃的功能失调,引发胃病。

4. 服药一定要慎重。要注意用药安全,很多药物对胃粘膜是有刺激性的,很容易损伤胃粘膜,引起肠胃疾病。

牛奶、酸奶和粥不是养胃神器,想通过它们解决胃部问题的想法是不可取的。但是它们富含优质蛋白和钙质,吃起来清淡可口,适量食用对人的身体是有帮助的。总而言之,良好的饮食和生活习惯才是养胃的关键。

## 「药物成瘾」是疾病——危害不容忽视 治疗有方法

□ 功能神经外科中心 张陈诚

6月26日是禁止药物滥用和非法贩运国际日,简称国际禁毒日或国际反毒品日。反复使用毒品会导致药物成瘾。药物成瘾是一种什么疾病呢?它对人体的危害有哪些,目前临床上又有哪些方法治疗药物成瘾呢?



### 1. 什么是“药物成瘾”?

药物成瘾是一种以强迫性寻求和使用药物、对用药失去控制能力为主要特征的慢性复发性脑疾病。其形成机制是个体反复使用药物,药物的化学成分直接作用于大脑,广泛改变大脑神经系统的结构和功能,并进一步推动寻药和用药行为,最终导致成瘾障碍的发生。

### 2. 哪些药物会引起“药物成瘾”?

- ①阿片类药物成瘾:如吗啡、杜冷丁、丁丙诺啡等;
- ②新型毒品成瘾:如K粉、摇头丸、冰毒、麻古、五仔;
- ③传统毒品成瘾:如海洛因、黄皮、大麻;
- ④安眠药成瘾:如安定、舒乐安定、三唑仑、阿普唑仑;
- ⑤处方药滥用:如止咳药水、曲马多、复方甘草片、复方地芬诺酯。

### 3. 为什么会发生“药物成瘾”?

在能够引起成瘾的药物作用下,人脑中负责奖赏的脑环路被过度地满足了。一旦体验过药物带来的极度快感,负责奖赏的脑环路的“胃口”就变大了,它不再会被生活中普通的快乐所满足,而是时时刻刻强烈地渴望着能够再次被药物满足。当这种强烈的渴求无法被满足时,人就会感受到极度的难受。

### 4. 如何治疗“药物成瘾”?

根据滥用的种类不同,戒断的方法亦不相同,主要包括药物治疗、物理治疗、心理治疗、社区康复治疗等,目前主流的治疗方式为进行综合干预。

(1)药物治疗需根据患者的滥用药物种类和临床症状来确定用药方案。以戒断为目的的治疗可分为早期的替代递减性(如美沙酮)和非替代性(如可乐定)脱毒治疗、稽延性戒断症状治疗、以纳曲酮为代表的防复吸治疗;长期防复发治疗目前主要是美沙酮维持治疗。

(2)物理治疗目前正处于探索研究阶段,主要包括电针、深部脑刺激、重复经颅磁刺激等。

(3)心理行为治疗也是重要环节,药物治疗的同时配合心理治疗能显著提高治疗效果,预防复发。

(4)社区康复治疗是以社区为依托、家庭为辅助,利用社区开放的社会环境进行康复治疗,达到使吸毒人员回归社会的目的。

瑞金医院功能神经外科中心从2014年起针对药物成瘾的脑深部电刺激疗法(DBS,即脑起搏器疗法)进行研究,取得了一定的治疗效果。目前,该技术是脑科学临床及科研的前沿领域。脑起搏器迄今已造福于全球数百万帕金森病患者。近几年,脑起搏器逐渐拓展到了强迫症、药物依赖等精神类疾病的治疗,并尝试用于植物人的唤醒。脑深部电刺激器包括脉冲发生器、延长导线和电极三个部件。其原因是药物依赖患者,将电极植入脑内奖赏环路的关键核团并给予微弱的电刺激以发挥治疗作用。

药物成瘾的治疗目前在国内外都是一个难题。药物成瘾者应积极地到专业机构接受正规治疗。专家提醒,一定要远离毒品,充分认识药物成瘾的危害,不要因为好奇或寻求刺激等轻易尝试成瘾药物。

## 熬夜人群当心! 这个又疼又痛苦的病竟会一直潜伏在身体里

□ 麻醉科 陈蕾



随着季节交替,各种病毒开始活跃,带状疱疹也进入了高发季节。年龄比较大、免疫力较弱、平常锻炼较少、工作劳累、经常熬夜的人群要提高警惕,小心带状疱疹“趁机作乱”。

### 1. 为什么季节交替易发带状疱疹?

其实带状疱疹一年四季均可发病,但尤以春夏和秋冬等季节交替时最为流行,因为气温和湿度变化大,病毒也比较活跃,而人体如果免疫力下降,一时难以适应天气,导致抵抗力下降,特别在一些人群聚集的场所,就容易引起病毒交叉传播。

一般来说,带状疱疹在免疫力较差的中老年人或者接受化疗、放疗的患者中容易发生,但近年来,年轻人的患病率也在不断上升,这与他们经常熬夜、工作压力大、过度劳累等不良生活习惯有关。所以季节交替时,一些免疫力较弱的人要格外注意,不要熬夜,保证充足的睡眠;适当运动,增强体质;合理饮食,多补充维生素、蛋白质等以提高自身免疫力,预防带状疱疹的发生。

### 2. 带状疱疹长满身体一圈会死?假的!

有研究显示,我们大部分人都是带状疱疹的潜在得病人群。带状疱疹是一种由水痘带状疱疹病毒引起的急性炎症性皮肤病,初次感染表现为水痘,以后病毒可长期潜伏在人体的脊髓后根神经节,当人体免疫力下降时,这些病毒就会被激活,然后顺着神经到达皮肤表面,引发皮肤出现疱疹,最容易出现带状疱疹的部位有腰腹部、胸部、头部等,其他身体神经分布的部位也都有可能会出现带状疱疹。那么,民间常说“带状疱疹长满身体一圈会死”,这是真的吗?其实,带状疱疹只可能出现在身体一侧,一般不会超过身体正中线,更不可能出现围绕一圈的情况。如果出现围绕身体一圈的情

况,可能得的就不是带状疱疹,而可能是患者本身免疫力极其低下,并伴有其他疾病。

### 3. 老年带状疱疹患者,建议去疼痛科就诊

按照一般的习惯,带状疱疹患者到医院就诊时首先会想到去皮肤科,其实老年带状疱疹患者更建议去疼痛科就诊。这是因为带状疱疹有两大特征,第一是剧烈疼痛,第二是皮肤疱疹。神经痛往往是首发症状,尤其是年龄偏大,抵抗力较差的老年患者最为突出,这种疼痛的性质和程度常被患者描述为烧灼样、针刺样、撕裂样剧痛,并伴有皮损区域的痛觉过敏和感觉异常。另外,老年带状疱疹患者,发生带状疱疹后遗神经痛的概率也非常高,带状疱疹后遗神经痛是困扰老年人的顽固性疼痛疾病之一,其病程迁延漫长,有的可达到几年甚至十几年。但如果能在发病早期去疼痛科就诊,不仅能快速控制疼痛,降低带状疱疹给老年人造成的身心痛苦,而且通过有效的治疗,可以去除或降低带状疱疹后遗神经痛的发生概率。

一般来说,带状疱疹的治疗强调“早期、足量用药”,通过抗病毒,营养神经药物,把疼痛扼杀在摇篮里,而对于比较顽固的带状疱疹后遗神经痛患者,如果用了止痛药和营养神经的药都无效的话,目前还可以运用“射频神经毁损”、放置“脊髓电刺激”等微创治疗。

因此,虽然带状疱疹具有传染性,但是对于正常的成年人来说,由于已经有了比较健全的免疫机制,所以一般情况下不会被感染。如果是一些免疫力比较低的人,如婴幼儿、老年人,患有糖尿病、慢性肾病等基础疾病的人,以及没有得过水痘的人,在接触了带状疱疹病毒后,还是有可能诱发水痘或者带状疱疹的。

(整理:徐晓琳)

