



广博慈爱 追求卓越

第 598 期

2019 年 8 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

牢记初心使命 重整行装再出发 我院召开主题教育专题民主生活会

□通讯员 丁芸

本报讯 8月26日,按照市委主题教育领导小组工作会议精神和市委主题教育第十巡回指导组相关部署要求,医院党委召开“不忘初心、牢记使命”专题民主生活会。此次会议紧扣学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想这一主线,以推动全院党员干部进一步增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,推动领导班子履职尽责、团结奋进,牢记初心使命,重整行装再出发,在新时代把党的自我革命推向深入为指导思想,充分运用主题教育成果,按照习近平总书记关于“四个对照”、“四个找一找”的要求,盘点收获、检视问题、深刻剖析。

会议由院党委副书记、院长瞿介明主持。市委第十巡回指导组副组长刘刚,上海交通大学医学院党委副书记、副院长吴韬,上海交通大学医学院党委组织部部长孟

煜以及市委第十巡回指导组组长周奕、罗来军出席会议。

医院党委对开好这次民主生活会高度重视,认真制定实施方案。会前,党员领导干部认真学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,提高思想认识,把握标准要求。党员领导干部之间、班子成员与分管部门负责同志、与本人组织关系所在党支部党员代表,深入开展谈心谈话,沟通思想、交换意见、指出不足。大家从思想、政治、作风、能力、廉政方面对查摆出来的问题进行梳理汇总和原因剖析,明确努力方向和改进措施,并在此基础上认真撰写检视剖析材料,为开好民主生活会打下良好基础。

会上,瞿介明代表领导班子作对照检查,联系思想工作实际,深挖问题根源,从始终把政治建设放在首位、进一步激发干事创业的动力、将群众路线贯穿于医院改革发展始终、加强干部队伍建设、坚决

把纪律和规矩挺在前面等五个方面明确了努力方向和改进措施。

随后,党员领导班子成员逐一开展批评和自我批评。大家在发言中深刻查摆主题教育期间检视的问题,既找理论短板、工作弱项,又找思想差距、作风不足,力求把问题讲清楚,把问题根源讲透彻,把整改措施讲具体。成员之间的相互批评出于公心、敢于直言,从具体事情、具体问题入手,从政治上、思想上、作风上提意见,落细落小,以小见大,达到了红脸出汗、排毒治病的效果。

吴韬在讲话中高度评价了瑞金医院专题民主生活会“思想认识深、步骤踩的实、自我剖析准、批评帮助严、整改举措好”。刘刚在点评中指出瑞金医院此次专题民主生活会前期工作扎实、会议组织有序、材料剖析深刻,尤其是党员领导干部在查找分析问题症结过程中注重把自己摆进去、把职责摆进去,切实体现了“开门办主题教育”的要求。



“我的党龄可能比在场各位的岁数都要长,有幸目睹我们党、我们国家这么多年来翻天覆地的变化,由弱到强,但有一点我始终不忘,那就是我们最初奋斗的那种状态,那股劲头,即无论环境如何,一定要做出点东西来,对得起祖国,对得起人民。”日前,瑞金医院“伟大开端——中国共产党创建历史图片展”展区,迎来一位特殊讲解员,她就是中国工程院院士、血液学家陈赛娟。

作为此次“不忘初心、牢记使命”主题教育党课,数十位来自医院各个科室的优秀青年人才齐聚一堂,认真聆听陈赛娟院士的生动讲解、重温入党初心,倍感振奋。·朱凡 袁宸桢 摄影报道·

□记者 韩康妮

本报讯 8月19日下午,在第二个中国医师节来临之际,我院召开了隆重的医师节表彰大会。

会上,医院对当选的2019年最美医生进行了表彰。他们中有勇于创新、探索医学前沿的业务骨干;也有默默工作,广受患者好评的临床一线医生。颁奖环节之后,心脏外科赵强教授和4位最美医生代表骨科梁裕、呼吸与危重症医学科周敏、乳腺外科李亚芬、重症医学科李磊进行了座谈,分享他们心目中的最美医生形象,探讨医学的创新之路。

在普外科郑民华教授的带领下,2019届新职工重温医者誓词。郑民华说,经历过快速的发展期之后,医学又进入了新的平台期,临床科室应从服务型向学习型转变,向研究型迈进,这需要大家不惧困难,勇敢前行。

随后,我院6位青年医师带来了配乐诗朗诵《生命·桂冠》,对医路初心再做诠释;胸外科李鹤成主任、泌尿外科徐丹枫主任、皮肤科潘萌主任、特需张晨莉主任与声乐社、瑞金合唱团联袂带来了合唱《爱的奉献》,迎来全场掌声。

我院院长瞿介明指出,医学的仁爱之光贯穿于瑞金百余年的发展历史中,邝安堃、傅培彬等老一辈医学大家将医者理想凝练成“广博慈爱、追求卓越”的理念,是一代代瑞金人的精神指南和永恒追求。前辈们用直面挑战的勇气、精益求精的精神,在瑞金历史上写下了许多“国内第一、国际领先”。无论是过去、现在还是未来,我们都要迎难而上,为实现健康中国而奋斗。

此外,医师节当天,瞿介明等院领导分别带队,为1873名在职医生(含进修医生和住院医生)及413名退休医生送上了节日的鲜花、蛋糕和礼物。

表彰最美医师 共庆中国医师节

2019年我院获国家自然科学基金资助项目118项

□通讯员 蒋薇薇

本报讯 最近,医院科技工作喜报频传,一系列临床研究成果获得新突破。令人倍受鼓舞的是,日前,在以支持基础研究为主线的国家自然科学基金方面,我院也取得了优异的成绩。2019年8月国家自然科学基金委员会公布的评审结果中,我院共获资助项目118项,直接经费达5552万元,项目总数和经费总数列交大医学院附属医院之首。

在获得的项目中包括重点项目3项,由内分泌代谢病科宁光

教授、体检中心吕安康主任和伤骨科研究所崔文国研究员获得;优秀青年科学基金2项,由心脏内科闫小响副研究员与高血压研究所阮承超副研究员获得;面上项目60项,青年基金51项。全院44个临床、医技科室、研究所及瑞金北院在此次国家自然科学基金中有所斩获,名列前五的有:血液研究所(含国家转化医学中心)获资助11项,神经内科、心脏内科及瑞金北院均获资助8项,内分泌代谢病科获资助7项。

今年已是瑞金医院连续第三年国家自然科学基金项目数超过

百项,并创造了多个“第一”。第一次在医学部同一学科处获得两项优秀青年科学基金;第一次在化学学部(内分泌研究所王霜原)和管理学部(护理部张利娟)获得项目;口腔科(江莉婷)和微生物科(谢澍滢)第一次获得项目。这些科研成绩是医院对标国家医学中心在学科层面进行调整布局,是完善科研平台建设和提高科研人员绩效政策配套的结果,也是全院职工特别是青年人员践行“科教兴院”的成果。(下转第二版)

本版责任编辑 周邦彦

今年是新中国成立七十周年,此时在全党进行“不忘初心、牢记使命”主题

教育活动,确实是恰逢其时,我院是第一批参加主题教育活动的单位,近日在民主生活会上,全体班子成员联系思想工作实际,深挖问题根源,作了全面深刻的对照检查,扎扎实实地开展了批评和自我批评。

回首三个月的主题教育,医院党委将其作为首要政治任务,把“学习教育、调查研究、检视问题、整改落实”贯穿整个主题教育全过程,加大领导力度,强化组织保障,推动“不忘初心、牢记使命”主题教育有序开展。尤其立足于抓整改、抓落实,紧密联系两个“服务于”——即服务于人民群众、服务于我们的职工——进行了深入的探讨,真正把自己摆进

勇于担当 继往开来

□瞿介明

去,把职责摆进去,把工作摆进去,深刻查找自身不足,剖析检视存在问题,并一一列出清单,狠抓落实,立查立改解决了一些医院发展的热点问题和医务人员最关切的问题。

通过开展主题教育,广大党员干部在夯实理论基础、激发担当作为、保持清正廉洁上,进一步增强初心使命,进一步提升工作激情和责任担当。我们也深刻的认识到,作为中国医疗机构的排头兵,不但要在医疗技术、医疗水平上有所作为,更要把医院的优势和特色、责任和担当更好的与人民的大健康紧密联系,书写健康中国的大文章。

革命事业任重而道远,不忘初

心、牢记使命永远在路上,我们决不能有喘口气休息休息的过关思想,要始终把“不忘初

心、牢记使命”作为全体党员干部的终身课题,要持续强化理论武装,把学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想引向深入,进一步增强“四个意识”,坚定“四个自信”,做到“两个维护”;要建立健全长效机制,持续抓好整改整治,推动专项整治落地见效,扎实做好专题民主生活会的“后半篇文章”;要认真盘点收获、查找不足、总结经验,持之以恒正风肃纪,推进全面从严治党向纵深发展;要坚持新发展理念的职责使命,让主题教育成为我院党员干部初心再觉醒、使命再升华、忠诚再淬炼的新起点,勇于担当,继往开来。



8月19日,由上海市卫生系统青年人才奖励基金会与文汇报社等联合主办的第十七届“银蛇奖”揭晓,我院内分泌代谢病研究所研究员曹亚南荣获二等奖。

曹亚南在多发内分泌腺瘤病、肾上腺腺瘤综合征等疾病研究中的首创发现,获世界广泛认可,相关成果在《科学》等国际顶尖期刊发表。

·团委供稿·

瑞金论坛



(上接第1版)

我院2019年获国家自然科学基金资助项目118项

获得5项以上的学科:

科室	立项数(项)	立项名单
血研所 (含国家转化医学中心)	11	王侃侃、王升跃、奚晓东、刘峰、蒙国宇、刘萍、刘晗、余山河、谢银银、梁颖、孙燕
神经内科	8	孙苏亚、汤荟冬、王刚、谭玉燕、陈生弟、徐晓盟、钱逸维、刘贤东
心内科	8	闫小响、沈卫峰、陶蓉、杜润、金玮、沈迎、包阳扬、王芳
北院	8	陆一鸣、已经、邵远、刘娇、张欣欣、李佳明、郝旭、林琳
内分泌科	7	宁光、陆洁莉、毕宇芳、赵红燕、陈班茹、王杏雨、钟旭
高研所	6	阮承超、林静蓉、沈伟利、黄绮芳、叶茂青、张泽攀
检验科	5	丁秋兰、戴菁、彭奕冰、陈昌明、董丹凤
普外科	5	祝哲诚、景晓乾、季鸿哲、刘卓然、王振强
血液科	5	李军民、许捷、谭宇婷、熊杰、郑重

陈生弟教授团队揭示肠道菌群检测有助于早期诊断老年痴呆症

本报讯 8月18日,我院神经内科陈生弟教授团队关于阿尔茨海默病(AD)及轻度认知障碍(MCI)肠道菌群演化的研究成果,在神经病学专业领域权威医学杂志《Alzheimer's & Dementia》上发表,该篇论文由我院神经内科李彬寅医师和博士研究生何一茜为共同第一作者,陈生弟和汤荟冬教授为通讯作者,杂志影响因子为14.423。

该研究发现,AD患者粪便微生物群落的多样性显著低于正常对照组,但与MCI患者相似。控制年龄、性别、BMI和便秘等混

杂因素后,AD及MCI患者6个菌属的丰度增加,5个菌属的丰度减少。定量PCR进一步证实,MCI患者肠道微生物菌群与AD患者存在相似改变,肠杆菌属和乳酸菌属增加,拟杆菌属减少。同时,肠道中菌属 Akkermansia 与海马萎缩呈正相关,乳酸菌属丰度与AD标志物淀粉样蛋白沉积水平呈正相关。菌属 Fusicatenibacter, Blautia 和 Dorea 的增加则预示更差的认知水平。根据AD患者肠道微生物数据可建立诊断模型,用于判断MCI患者的临床诊断,其敏感性为93%,分类错误

率仅6.3%。

该研究从临床角度证实,肠道菌群确实参与人类AD的早期发病过程。陈生弟教授指出,在AD前的MCI阶段,肠道微生物菌群已发生与AD阶段相似的改变。这些研究成果一方面有助于更精准、全面地了解AD发病机制,为MCI的早期诊断和干预提供了重要的证据和可测量指标;另一方面也有助于相关科研工作者进一步研究脑-肠的相互作用机制,寻找此类神经变性病可干预的治疗靶点。

·神经内科 供稿·

蒙国宇团队发现PML核体组装机制二部曲

本报讯 蛋白聚合影响癌症发生这一现象曾被多次报道,然而聚合影响发病的机制目前尚未明确。血研所蒙国宇团队曾于2018年3月在Nature Communications上发表题为 Ring tetramerization is required for nuclear body biogenesis and PML sumoylation 的研究论文,该研究从分子水平上揭示了PML核体组装机制及PML自身SUMO化修饰的结构基础,并发现PML-RING的四聚化对急性早幼粒细胞白血病(APL)的发病及其靶向治疗都有很重要的意义。

日前,蒙国宇团队再次在Nature Communications上发表题为 B1 oligomerization regulates PML nuclear body biogenesis and leukenogenesis 的最新研究成果。这些系列研究发现在PML-RING结构域介导的四聚的基础上,PML-B1 box结构域能够介导一种前所未有的寡聚化模式,进而形成PML核体。同时,研究者通过转基因小鼠和单细胞技术进一步证实了蛋白寡聚在白血病发病的重要意义,为后续的靶向治疗提供新的思路。

·上海血液研究所 供稿·

□通讯员 陈利红

本报讯 8月22日下午,“上海瑞金医院银屑病研讨会(Ruijin Psoriasis Seminar)”在我院顺利召开,共有来自上海和全国8个省市26家医院140名皮肤科医师和研究人员参加。

我院皮肤科长期致力于银屑病发病尤其是复发的机制及治疗方法的研究。此次研讨会,聚焦银屑病“复发”,邀请了哈佛大学医学院布莱根和妇女医院皮肤科主任、丹娜法伯癌症研究所 Thomas S Kupper 教授,哈佛大学医学院副教授 Rachael A.Clark 博士,日本京都大学医学院皮肤病学系主席兼教授 Kenji Kabashima 博士,美国路易斯维尔大学医学院终身教授、免疫系主任严俊博士和我院皮肤科郑捷教授,就银屑病的复发机制和相关免疫学进展进行学术报告与讨论。我院皮肤科主任潘萌主持了这次会议。

Kupper 教授在会上介绍了他的团队过去十年对皮肤记忆T细胞介导的免疫反应的研究。Clark 教授从疾病的新疗法和对人类免疫理解的深化为出发点,发现了人类皮肤定居记忆T细胞(T_{RM}),并对循环记忆T细胞及T_{RM}的表型及功能进行了阐述。Kenji Kabashima 教授以讲题《皮肤免疫应答的活体影像》为题,展示了在稳定状态和炎症状态下,各种炎症细胞的运动和相互作用。严俊教授和郑捷教授,分别作了《 $\gamma\delta T17$ 在银屑病及皮肤炎症中的作用》和《致病性IL-17 T细胞的重分布与银屑病复发机制的初探》的精彩报告。

上海瑞金医院银屑病研讨会顺利召开



8月16日,瑞金乳腺影像及多学科研讨会在我院科技楼报告厅成功举办。会议主旨为:乳腺影像新技术的临床应用,探讨如何解决影像与临床诊疗疑难问题。会议由放射科主任严福华致辞,院内外从事乳腺影像研究的专家齐聚一堂,共同探讨影像技术的临床应用并分享影像诊断经验。此外,会议结合多学科合作模式并在完整的数据支持下,进行影像-临床-病理紧密结合的多学科讨论,共同解决临床实际疑难问题。

·放射科 柴丽 摄影报道·



泌尿外科团队荣获上海市青年医学科普能力大赛二等奖

本报讯 8月15日,第六届上海市青年医学科普能力大赛在朵云轩艺术中心举行,本次大赛由上海市卫生健康委员会健康促进处指导,上海市医学会(上海市健康科普文化基地)主办,上海市医学会科普专科分会承办,大赛共收到357部作品,参赛人数达1100人。决赛现场上海的医学科普达人云集,围绕“弘扬崇高精神,聚力健康中国”的主题,唱响“健康

中国,科普惠民”的“上海好声音”!我院泌尿外科主任徐丹枫的研究生、住院医师规范化培训基地2018级学员刘奥团队的科普作品《苏大强为什么这么作》荣获二等奖。

近年来,我院泌尿外科团队注重科普传播,深入社区百姓,积极开展一系列形式多样的科普公益活动,为广大百姓普及泌尿外科疾病的防治知识,深受患者好评。·泌尿外科 供稿·

106岁阿婆全麻下行ERCP术 消化科迎来最高龄患者

□记者 唐文佳

本报讯 日前,106岁高龄的方阿婆因化脓性胆管炎导致持续高热而住进了我院消化内科,众所周知,化脓性胆管炎很危重,对于106岁的老人来说格外危险。

“由于患者是高龄老人,身体基础条件较差,同时因为高热会伴有快速心率发生,手术风险,尤其是麻醉风险是非常大的。所以一开始,家属还是不希望全身麻醉的,但是由于老人年事已高,在手术中的自主配合度有限,所以在消化科、麻醉科和医务处的慎重讨论下,我们定下了全麻下的手术方案”。消化内科主治医师范嵘说。

很快,对患者进行了心肺功能的进一步评估,经过了医务处备案、ICU监护病房的准备,手术如期进行。

“这么大年纪上全麻,心脏、循环方面的风险很大,而且老人合并症也多,比如有冠心病,房颤等,术前心衰指标也偏高,”为方阿婆上麻醉的麻醉科主治医师陶

磊说,“我们为此做了充足的术前准备和严谨的术中处理,包括老年代谢慢要注意药物用量,加强气道循环管理、循环监测、有创动脉监测,以及对可能产生的严重低血压等状况都做好了应对预案。”

在麻醉科的保驾护航下,消化内科主治医师别里克为阿婆实施了ERCP手术,手术过程中引流出好多绿色的胆汁,并放置了支架。术后患者的体温明显下降,生命体征平稳。

“做手术的别里克医生给人感觉特别诚恳,做麻醉的陶医生也样样都和我们解释的很清楚,母亲交给他们,我们很放心!”方阿婆的女儿说。“母亲已经一百多岁了,之前对于全麻下进行手术家里一直意见不统一,最终我们选择相信医生、相信医院。现在看到母亲解除了痛苦,而且恢复得那么好,我们真的感激不尽,这里的医生不仅水平高,更有魄力和担当!”

我院麻醉科罗艳主任指出,瑞金麻醉科之所以敢于为如此高

龄危重患者实施麻醉,一方面来自于对于病人的责任担当,另一方面也是对于业务的专业和信心,通过全面细致的术前评估,根据每位患者的不同情况针对性的制定好麻醉方案、麻醉备案和抢救方案。思想上的充分重视和团队合作,才有可能大家齐心协力的力挽狂澜,挽救生命。

我院消化科主任邹多武表示,方阿婆是目前我院消化科做过的最高龄的患者,但平时九十多岁的患者并不在少数,基于瑞金强大的综合实力,消化科在疑难复杂病例的收治量处于全市前列。

“医桑,谢谢依……”短短一周,106岁的方阿婆,在我院重拾了脸上的笑容。这背后,不仅是医院医疗水平的体现,也是医患之间的动人协奏曲——作为医生,我们敢于承担风险,但绝不是鲁莽行事,因为我们有完备的术前术后预案,有医院的支持,当然还有家属的信任以及对手术和麻醉风险的理解——这让我们心里都无比踏实。

“体验法语医学的魅力”——我院举办第八季医学体验营



□记者 李东

本报讯 8月20日，我院第八季医学体验营开营，学生们“零距离”触摸平时难得一见的医学场景，还感受了瑞金医院独一份的文化特色——法语医学，在今年参与体验的48名代表中，还有7位来自法国的“洋学生”。

上午，同学们分为五组，分别到骨科、妇产科手术室、肾脏内科、神经内科病房以及心超室体验了不同科室的临床工作；中午，大家集中参观了医院模拟实训中心，学习了心肺复苏术，并到院史

陈列馆参观，了解瑞金历史和文化；下午，体验者与五位医生面对面，聆听了他们的医路故事，近距离体验了“讲法语的医生”的魅力。

骨科刘志宏医生两次留学法国，掌握了关节置换的手术，潜移默化地学到了法国人的临床和科研思维，不断成长为更好的医生；妇产科龙雯晴医生留法回国后，恰逢上海申博，她有医学背景，又精通法语，成了一名“申博大使”，她说，法文教育背景给了自己更多机遇，也意味着要更加努力；肾脏内科张文医生认为，留学法国开拓了视野，转变了临床思维；人

是一个统一的整体，任何疾病都不该被孤立地对待；心脏内科方跃华医生说，医学的中法流动通过法语这座“桥”让两国的医者相互受益，也感谢这个开放的时代，让我们具备与西方同行平等交流的实力和能力；神经内科吴逸雯医生希望做一个有温度的医者，留法的经历让她的人文积淀更加深厚，给与患者恰当治疗的同时，也能给予足够的关照安慰。

我院副院长沈柏用介绍了中法交流的历史，他指出，去年上海交通大学医学院中法联合医学院落户我院后，法语医学教育平台再度升级。今年，计划在原有的临床型法文班基础上，新增招收全新的科研型法文班，法文班招收规模会扩大一倍。

院长瞿介明表示，医学是一门技术，但它的背后是文化、观念甚至信仰的支撑。我们不但重视中国的文化，也重视其他国家的文化，兼收并蓄，因为通过多元文化的窗口，医者能进一步领略人类文明的丰富，打开更广阔的生命视角，让“大医生”的航标指向更远的远方。

□通讯员 毛颖华 施敏

本报讯 8月16日，经历近一个月培训课程后，我院第31期积极分子培训班迎来结业典礼。通过集中培训，入党积极分子充分了解党的基本知识，提高对党的认识，明确作为一名党员应具备的条件，进一步端正入党动机。

7月19日，院党委副书记俞郁萍在开班动员上提出要求，希望大家进一步系统了解中国共产党发展历史，通过理论学习、实践锻炼，进一步真正理解“未进党的门、先做党的人”的深刻内涵。之后，学员们共同聆听上海市中共党史学会副会长陈辉教授专题报告：《从上海党的诞生地看中国共产党为什么能》。在之后的课程中，学员们先后参观中共二大会址纪念馆，在总院和北院门诊进行了志愿服务工作，并进行党的基础理论知识测验。

8月2日，院党委副书记俞郁萍作辅导报告，她从广慈医院的创建、医院的历史变迁和发展、医院的名医大家以及医院文化特色和文化品牌等方面向积极分子们讲述了我院的“昨天和今天”以及医院的品牌特色，激励鼓舞大家为医院更美好的明天未来贡献力量。

结业典礼上，北院麻醉科主任董榕、科技发展处副处长蒋薇薇、神经内科主管护师杨洁群、门诊药房主管药师周金晶进行了交流发言。大家表示，经过这次学习培训，更坚定了共产主义信仰和信念，希望党组织充分考验，也希望自己能够带领团队在专业领域里作出更大的贡献，为瑞金添彩。



我院第三十一期入党积极分子培训班结业

芝加哥大学免疫学专家到肿瘤科进行学术交流

□通讯员 杨慧

本报讯 8月27至28日，我院肿瘤科与芝加哥大学免疫学专家举行学术交流活动，双方就各自从事的研究工作进行了分享与交流，并就后续拟开展的合作进行了深入研讨。

第一天的学术讲座吸引了来自上海市多家医院的青年肿瘤医生，讲座伊始，我院副院长沈柏用

致欢迎辞，来自芝加哥大学的 Jeffrey A. Hubbell, Melody A. Swartz, Jun Huang 等国际免疫学领域知名学者，分别从靶向肿瘤基质的免疫治疗药物研发策略、基于肿瘤淋巴管生成的靶向免疫治疗策略，以及以单分子、单细胞免疫工程学研究等方面，分享了他们的学术思想和研究成果，并阐明了未来该领域的发展方向。

第二天的圆桌交流会上，我

院肿瘤科及高血压研究所的同道与芝加哥大学专家们深入交流。肿瘤科主任张俊主持会议并介绍了我院肿瘤科的临床特色、已开展的基础与转化研究结果以及科室近期的研究课题与发展方向。双方充分探讨了建立相互合作的共同研究兴趣、研究领域及工作的互补性等问题。本次学术交流为双方开展后续深入合作，奠定了良好的基础。

电瓶车充电意外起火 灼伤科陆续收治8名患者

□记者 周邦彦 通讯员 杨惠忠

本报讯 家住闵行的王先生、陈女士夫妇，日常出行都是依靠电动助动车代步。平日回家后，便将助动车推至家中客厅充电。八月底的一个凌晨，睡梦中的陈女士被一声巨响吓醒，随即发现正在充电的车辆着火了，他们呼喊获救后被送入我院灼伤科接受治疗。

由于火势不小，王先生和陈女士两人头部、手部、颈部多处烧伤，烧伤面积分别为7%、21%，并伴随吸入性损伤，目前仍在接受治疗。

无独有偶，就在上周灼伤科还接收了一对姐弟，由于电动助动车充电意外导致39%、25%大面积烧伤。近两个月以来，仅灼

伤科一个病区便已收治了8例因电动车违规充电导致的严重烧伤患者。

医生提醒，助动车充电意外通常发生在深夜，发现时往往火势较大。应对时，需选择妥善的处理方式。先报警求助，同时尽量远离火源。切勿在未准备充分的条件下选择救火。因为火灾现场会产生大量浓烟等有害物质，如若盲目、不断大声呼救，反而会使得相关有害物质更多地进入呼吸道，导致“吸入性损伤”。医生建议，电动助动车车主应在室外或指定场所对车辆进行充电，防止发生火情，出现难以逃生的情况。切勿将助动车放在楼道内充电，因为一旦发生火情，楼道被堵，将增加居民逃生难度。

社工部举办暑期学生志愿服务活动

□通讯员 杨颖

本报讯 7月5日，我院社工部开展了为期8周的“七彩假期，志愿同行”暑期志愿服务活动。此次活动共甄选出68名学生志愿者，其中有来自美国、加拿大、欧洲的高中生和大学生，也有来自国内名校的优秀学生，平均年龄不到18周岁，志愿服务时间为上午7点30分至10点30分。

在为期30天的志愿服务工作中，参与志愿服务的学生志愿

者达327人次，总服务时间累计981小时，惠及患者约58860人次。同学们以社会人的视角走进医院，走进患者，架起了医患之间的沟通桥梁。

社工部还为志愿者们安排了医学科普讲课，以“急救小知识”、“阿尔兹海默症”、“PM2.5对人体的危害”、“神秘放射的原理”、“关于心脏外科的故事”、“科学健康饮食的秘诀”为主题，邀请院科普及达人授课。

8月22日，暑期学生志愿服务总结表彰会召开。会上，副院长

陈尔真感谢志愿者们的辛勤奉献，他表示：“大家利用珍贵的暑假来做志愿者，不仅仅为患者提供便利，更让患者体会到社会的关爱，是非常可贵的！希望大家始终保有一颗助人为乐的善心，成为社会的栋梁之才！”

会后，社工部邀请了我院援藏志愿者、呼吸内科副主任医师陈巍分享了他的援藏经历。很多同学表示，明年还要来瑞金医院参加志愿服务活动，体会帮助他人、收获知识的快乐，丰富自己的暑期生活！

□记者 韩康妮

本报讯 住到肾内科的患者有一部分是透析临终病人，一般都是慢性肾功能不全，并伴有全身系统性疾病，对他们来说，肾内科的病房可能是人生中的最后一站。慢性疾病患者要经常来医院，很多人和医院都有10年以上“交情”，期间点点滴滴都留在医护双方心里。

待病人如亲人
今年，肾内科的老患者孙阿姨住院两个月后，在病房去世。之后，她的家属送来感谢信，其中写道：“对于没经历过大病我们，

待病人如亲人 去世患者家属送来感谢信

有些护理我们实在是手足无措……大刘阿姨和小刘阿姨每天早上5点半至6点就打温水帮我母亲擦身，家属时不在她们会给我母亲喂餐，都是忙完我母亲的事情再去吃饭。记得有一段时间我母亲总是在凌晨2、3点左右要解大便，她们都没有一点怨言，帮我母亲收拾好污物，为她身上擦拭干净，安顿好一切后她们才去休息，这种对待患者敬业态度让我们家属很放心很敬佩，感谢精心照顾过我母亲的每一位医护！”

危重患者、手术病人都需要严密观察，都属于一级护理，夜班护士每一小时就要巡视一次。肾脏科主任陈晓农说：“老话说‘待病人如亲人’，但肾内科的医生、护士包括护工，付出的耐心和关怀甚至超过对自己的亲人。其实，医疗工作，特别是护理工作要求很高，除了专业素养之外，沟通能力、协调能力也十分重要。”

医护双方互相帮助、彼此感恩
一位老先生腹透了15年左右，每次出院时都会写一封信。今

年，他得了肺癌，最终肺部感染导致多脏器衰竭而去世，他的家属写了最后一封感谢信，还送来了一大盆紫红色的蝴蝶兰。这位患者依从性很好，还十分热心，医生查房时十分配合，为不同实习医生们不厌其烦地讲自己的病史。就连护士长每周一次的“公休座谈会”，他也会到场支持，“他以老病员的身份给病友们做解释，也为护士们管理病房和患者帮了忙。”肾内科护士长陈伟红说。

“接触时间长了，医患双方渐渐培养出了友谊，很多患者也很理解医护工作的辛苦和压力。在运动朋友圈里，值夜班的护士每天能走2万步到3万步，碰到一级护理患者多的时候几乎没有时间休息。很多患者看在眼里，在治疗过程中就更加配合，希望护士们也能顺利做完工作，稍微歇一歇，他们的体贴让我们很感动”，陈伟红说，“我觉得，护士的工作便是爱心与责任同行，穿上白大褂才是我们最自信、最美的样子，而患者病情的缓解、对我们的信任和感激则是前进路上源源不断的动力。”

鼻炎久治不愈会不会引起咽炎？

□ 呼吸科 周剑平

现代人的生活节奏快、压力大,除了高血压、糖尿病、脂肪肝和甲状腺疾病以外,慢性鼻炎和咽喉炎算得上是困扰一大群年轻朋友的病症了,相信下面这段主诉大家一定不会陌生。

临床实景图

病人甲:“医生,我感觉喉咙感觉有东西,咳不出来又咽不下去?平时早上刷牙还恶心干呕。”

病人乙:“医生嗓子时不时都会痛到爆,如果合并鼻炎发作的话,基本上就是一把鼻涕一口痰,咽着口水想流泪。”

事实上,上述症状综合体的本质就是咽喉炎。但通常情况下,咽喉炎不会单独发病,都是伴随鼻炎或者感冒等鼻腔感染的发作。鼻咽是相通的,但个体免疫功能下降时鼻炎就会反复发作,鼻咽黏膜组织增生肥厚从而刺激咽喉引起的各种不适感觉,如鼻塞脓涕向下扩散进而引起咽喉炎。

挥之不去的“异物感”缘何而来

“异物感”可能是因为有淋巴滤泡增生,这是种正常的组织,淋巴滤泡增生本身不是疾病,是由于慢性咽喉炎这种疾病刺激下产生的淋巴增生组织,其本身无害反倒有益处,淋巴系统是免疫系统的一部分。如果有的话,说明你的咽喉炎是肥厚性的。而咽喉部异物感的直接表现则是“咽痒+灼热+干燥+微疼”的错综复杂体。

“恶心干呕”主要原因在于分泌物或多或少但粘稠痰常附于咽喉壁,由于分泌物的刺激可引起刺激性咳嗽,晨起用力清除分泌物时引发,因为刷牙时症状会比较明显。事实上,当咽喉部炎症继续往下蔓延则会影响声带,严重时也会出现导致声音嘶哑或说话费力等表现。

鼻炎与咽喉炎 剪不清理还乱

鼻炎是由长期或反复感冒、孕期激素水平增高、生活环境空气质量较差等,导致鼻纤毛大量死亡而降低鼻腔排毒能力,有害物停留鼻腔,造成鼻黏膜损伤而引发。鼻炎的炎症部位会分泌大量脓性物质,即鼻涕。鼻涕里含有大量病菌和致炎物质,由于过于黏稠,鼻纤毛无法及时运送出去,鼻涕在鼻腔内堆积导致鼻腔炎症不断恶化,容易引发鼻窦炎。同时,这些含有大量致炎物质的鼻涕会被鼻纤毛运送到鼻咽处,由于过于黏稠,无法滑入胃中进行灭菌,就粘在鼻咽、咽喉处。里面的致炎物质刺激咽喉软组织,引发咽喉炎,严重时表现出咳嗽症状。

慢性咽喉炎不能治愈但能自愈

理论上,慢性咽喉炎如果找到明确的病因,对因治疗再辅以静养则可以实现自愈。但事实上,作为“慢性绝症”之一,人的咽喉部是一个开放性通道,是每个人呼吸和进食的“交通枢纽”,天天接受各种温度、适度、天气以及冷热实物等刺激,无法做到在一个无菌环境下修生养息,因为所谓的自愈谈何容易,而我们所能做到的不过是养成良好的生活习惯并且好好保护已经受伤的咽部。当然,调理好鼻炎对于慢性咽喉炎的控制自然消退后,咽喉处就不再有炎性分泌物的刺激,咽喉炎就会自然消失。

慢性咽喉炎反复发作预防小贴士

- 1、如有夜间打呼噜,建议采用侧卧体位;
- 2、如有睡眠呼吸暂停,则应及时呼吸内科就诊,改善症状;
- 3、睡前少量饮水,减少口干舌燥进而加重慢性咽喉炎的症状;
- 4、日常养成多喝水的习惯,合理用嗓,减少无谓的清嗓动作;
- 5、注意饮食,建议清淡饮食,少吃辛辣、油腻、寒性食物;
- 6、忌烟酒,少熬夜,放松心情,适量运动,规律生活;
- 7、注意口腔卫生,认真刷牙,酌情漱口;
- 8、预防感冒,控制鼻炎,就诊科室应首选五官科;

慢性咽喉炎,虽然算不上大病,但无疑是恼人的慢病,慢病治疗预防在于生活细节,事实上,做好生活的细节,无论大病、小病,都很难找上门来。

血压测出来 140/70mmHg,到底是不是高血压?

□ 高血压科 许建忠



电视剧《少年派》里有这样一个镜头:林妙妙外婆躺在床上说头晕,林妙妙妈妈赶紧帮她测血压,看到数据是 140/70,放下心来说,还好不是高血压!那么 140/70mmHg 到底是不是高血压呢?

这个就是高血压的诊断标准的事情了。其实关于高血压,大众的观点是超过 140/90mmHg 为高血压,那么到底怎么样才算是准确的血压测量?需要测量几次?在家里与在医院测的标准一样吗?可能很多人都不是很清楚。对于血压测量,要求血压测量者

安静休息至少 5 分钟后开始测量坐位上臂血压,上臂应置于心脏水平,测量血压时,应相隔 1~2 分钟重复测量,取 2 次读数的平均值记录。如果收缩压(SBP)或舒张压(DBP)的 2 次读数相差 5 mmHg 以上,应再次测量,取 3 次读数的平均值。以上这些是“一次”标准的血压测量,需要强调的是坐着,测量上臂而不是手腕,至少测量两次,必要时需要测量三次。

高血压的定义

在未使用降压药物的情况下,非同日 3 次测量诊室血压,SBP \geq 140mmHg 和 (或)DBP \geq 90 mmHg。这个高血压的定义里有几点需要强调,首先是非同日三次,就是说不是一次测量血压超过 140/90mmHg 就可以诊断,而是要在不同的三天内测量血压都超过 140/90mmHg 才可以诊断高血压。

其次,收缩压与舒张压只要有一个超过正常值就是高血压了,如果 SBP \geq 140mmHg 和 DBP <

90mmHg 是为一种特殊的高血压类型——单纯收缩期高血压;再次,这个定义里强调“等于号”,也就是到 140 或者 90mmHg 就是高血压了。

最后,我们常说的 140/90mmHg 是诊室血压,也就是医院里测得的血压,如果是在家里,那么这个标准要下移,SBP \geq 135 mmHg 和 (或)DBP \geq 85mmHg 就是高血压了,也就是家里的血压测量更严格。随着电子血压计的普及,家庭血压测量的地位有升高,推荐患者在家里自己测量血压,参与高血压的管理。

回到开篇的话题,那么显而易见在家里测得一次 140/70mmHg 肯定血压是升高的,而不是正常的,但是否可以诊断高血压呢?当然还不能,首先测量不标准,应该静息状态下测量,至少测量两次取平均值;还需要非同日三次测量,所以林妙妙外婆需要在另外两天再测量至少两次,如果均升高,可以诊断为高血压。

备孕期的心理情绪调整

□ 生殖医学中心 陆小激

众所周知,愉悦放松的情绪能增加怀孕的概率,而各种紧张焦虑的情绪则会增加怀孕的难度,如:工作繁忙、定时定点计划怀孕的压力紧张;到处奔波于各大医院、求子圣地的迫切急躁;多处求医后时间、精力、金钱几乎耗尽的伤心失望;害怕上医院,心理预设“我不做造影,我不做试管”的恐惧心理等。

那不良心理情绪和生活状态影响怀孕的机制是什么呢?

1、心理情绪与生精长卵、月经周期的关系。
精神过度紧张时,会抑制下丘脑-垂体-性腺轴的正常功能,影响正常节律,导致没有正常排卵或精液质量下降,造成女性月经周期紊乱、男性少弱精。

2、情绪、生活习惯与卵巢功能的关系。

卵巢储备属于消耗型,其功能的减退不可逆。紧张焦虑的情绪、睡眠质量不佳,会加速卵巢储备的消耗,影响卵子生成,降低卵子质量。

3、情绪、生活习惯与精卵、胚胎发育的关系。

情绪紧张焦虑、睡眠不好会影响精卵发育正常过程,降低精卵质量,进而影响到胚胎质量。曾有患者第一个试管月促排取 7 个卵仅获 1 枚可用胚胎,而间隔一个月同样取 7 个卵却有 6 枚可用胚胎。患者自己总结经验:“第 2 次不紧张了,老公也哄着我,没有让我生气。”

4、情绪与胚胎着床的关系。
精神紧张会影响输卵管的正常工作,引起子宫异常收缩,降低怀孕率,甚至增加宫外孕风险。情绪稳定、睡眠充足会使孕酮分泌增多,减少子宫和输卵管的异常蠕动,增加胚胎着床率,减少宫外孕风险。

5、情绪与胎儿发育的关系。
早孕三个月内胎儿未稳,焦虑状态增加流产风险。曾有已经 B 超确认宫内早孕活胎的患者因为半夜和老公吵架情绪激动而自然流产。而中晚孕的不良情绪可能减缓胎儿发育,诱发早产。

那如何通过调整心理情绪状态改善妊娠结局呢?

1、接受现状。
2、把备孕当“副业”,而不是

“主业”。

适当放缓工作节奏,但不必全职备孕。即使辞职,可做时间安排相对自由的工作,或进行自身充电。家人朋友尽量避免给予压力式关心。

3、尽量不影响原有的家庭生活节奏和质量。

备孕期间不适合长途旅行。可短途旅行、徒步、看演出、参观艺术展等,有益身心,陶冶情操,利于夫妻感情的升温。

4、规律生活、避免有毒有害环境、适当运动、合理饮食有助于稳定情绪,提高精卵质量,降低胚胎停育自然流产风险;不宜大补特补,以免超重导致内分泌紊乱。

何时该寻找专业心理医生的帮助?

如果出现失眠早醒、腹泻、厌食、身体疼痛等不适症状,持续 2-3 周以上,或者汉密尔顿抑郁量表、症状自评量表 SCL90 等自评超标。

生殖中心医生的职责是帮助求诊的夫妇怀好孕,而不仅仅是做试管婴儿,生活方式建议、门诊监测排卵指导同房、宫腔内人工授精、试管婴儿助孕都在这个范畴里,而医患双方合作,遵从医生的情绪心理建议能帮助不孕夫妇更好的怀孕。

晕车了?! 晕车药和晕车贴如何抉择!

□ 药剂科 石浩强

一坐上车就会恶心呕吐眩晕,外面再美的风景都难以欣赏,不过好在市场上有种类繁多的晕车药,可是这么多药和贴,该如何抉择呢?

晕车药

1、抗组胺类晕车药

主要有茶苯海拉明、茶苯海明(晕海宁)、异丙嗪、美克洛嗪等,目前是晕车药物的首选。它们通过作用于前庭、呕吐中枢,阻断前庭核区胆碱能突触迷走神经的兴奋,发挥强大的抗晕动症作用。

2、抗胆碱类药物

主要有东莨菪碱、苯环壬酯等,通过降低副交感神经兴奋性而发挥作用。

3、钙离子拮抗剂

主要有脑益嗪、西比灵等,可以增强脑部血液的供应量,从而提高中枢对前庭刺激的耐受性。

4、作用于中枢神经的药物

如地芬尼多,主要通过增加椎基底动脉血流量,调节前庭神经系统,阻断前庭神经末梢传出的前庭眩晕性冲动,抑制呕吐中枢和延髓催吐化学感受区,从而发挥抗眩晕及镇吐的作用。

具体用法:

以上药物中,茶苯海明、东莨菪碱、苯环壬酯、地芬尼多等需在出发前半小时服用;茶苯海明,每

4 小时服用一次,一日服用 4~6 次左右;东莨菪碱如有必要,每 6 小时服用一次,1 天不超过 3 次;苯环壬酯在必要时,可在 4~5 小时之后再次用药;地芬尼多一日 3 次。

晕车贴

晕车贴由背衬层、凝胶层、防粘层等部分组成。凝胶层里含有薄荷等天然植物萃取成分,具有醒脑提神之功,应该在出发前 2~4 小时左右贴于耳垂根部的后凹处,药效时间持续较长,可达 72 小时之久。所以,1 天左右的较短行程,一般口服晕车药即可满足

使用。

3、苯环壬酯青光眼患者禁用,前列腺肥大者慎用。

4、地芬尼多对于青光眼、胃肠道或泌尿道梗阻性疾病以及心动过速患者有影响,要慎用。

5、膀胱颈狭窄、前列腺肥大、闭角型青光眼等患者要慎用美克洛嗪。

6、六岁以下儿童、孕妇、青光眼患者不宜使用晕车贴。

最后,晕车虽痛苦但也不是无药可医,应根据自己的行程长短选择晕车药或晕车贴,并根据规定的用药间隔与剂量使用。“是药三分毒”,切忌因为怕晕车而私自高频次、大剂量用药,以免加大不良反应。