



广博慈爱 追求卓越

第 611 期

2020 年 5 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

院党委线上召开“2020年推进全面从严治党工作会议”

□记者 唐文佳

本报讯 4月27日,我院党委在线上召开了“2020年推进全面从严治党工作会议”,回顾总结2019年医院全面从严治党工作,部署2020年推进全面从严治党的要求和党委重点工作。因疫情防控工作需要,医院党政领导班子成员出席现场会议,医院各党(总)支书记、科主任、护理督导、中层管理干部、党员、民主党派代表等共计230余人通过线上形式参会。会议由院党委副书记、院长宁光主持。

在抗击新冠肺炎疫情的战场上,一名党员就是一面旗帜,疫情的阶段性胜利和党组织的战斗堡垒作用是分不开的。会议伊始,我院驰援武汉的两位医疗队领队,院党委委员、副院长陈尔真和胡伟国分别为大家介绍了他们在过去的3个月中,如何通过发挥党组织战斗堡垒作用、打好抗“疫”阻击战。

随后,院党委副书记、纪委书记

俞立巍作《问题导向树规范,建章立制抓落实》主题报告。俞立巍结合新时代全面从严治党工作的任务要求,分别通报了医院近年来在信访调查、监督巡察以及审计等工作中发现的突出问题,并结合具体事例对问题进行了分析,提出了解决的措施和建议。要求各党(总)支部书记、职能部门负责人、临床科室科主任要切实担负起责任,坚持问题导向,完善责任落实机制,推进建设风清气正的政治生态。

院党委书记瞿介明代表党委作大会主题报告——《强基固本抓党建,锐意进取谋发展》。报告全面回顾了过去一年院党委切实围绕“多方位从严、多人群从严、多举措从严”的整体工作思路和“以党建为核心全面推进从严治党工作”为总体目标所开展的全面从严治党工作整体情况,并对2020年党委工作作重要部署。同时,对2020年医院党委推进全面从严治党工作提出重点要求:一要深刻认识和把握全面从严治党

工作的新形势和新要求;二要深入推进“四责协同”机制,持续压紧和压实全面从严治党责任;三要着力推进和落实全面从严治党和各项任务。瞿介明强调,瑞金医院全体党员、干部必须拿出坚如磐石的决心、坚不可摧的意志,以永远在路上的执着和韧劲,推动瑞金医院全面从严治党工作向纵深发展!

宁光在主持讲话中指出,希望医院各级党组织认真领会会议精神,不折不扣落实到位;医院各级管理人员、支部书记要履职尽责,落实责任制,要坚持做到严字当头,从严从实抓好管党治党各项工作。要建立抓作风、严纪律的高压态势;营造想干事、能干事的发展势头;建设敢碰硬、善攻坚的干部队伍,着力推进医院党建工作。2020年,医院上下要坚持“严”为主基调,为医院“十三五”收官、“十四五”起步提供坚强政治保障。

本版责任编辑 周邦彦

□通讯员 曹亚南

本报讯 4月30日,我院内分泌科领衔的ChinaMAP(中国代谢解析计划)联盟携全国29家研究机构和医院,在中科院上海生命科学研究院主办的Cell Research杂志首次报道了对覆盖全国27个省份和直辖市,8个民族,超过1万人的高深度全基因组测序数据和表型的系统性分析。

此次发表意味着,通过中国人自己的仪器、平台、分析方法,对中国人的基因组特征进行深入、广泛的研究,具有前所未有的重要意义。

长期以来,中国人的很多遗传疾病研究,都直接应用外国人的数据和结论。“用中国人自己的数据组建中国人自己的精准医疗体系。”在这样的初心之下,国家代谢性疾病临床医学研究中心(上海)基于我院牵头开展的多项覆盖全国的队列研究,依托转化医学国家重大科技基础设施(上海)和医学基因组学国家重点实验室,实施了国家代谢解析计划ChinaMAP(China Metabolic Analytics Project)。

王卫庆教授介绍,研究团队对队列中代表中国不同地区和民族的10588人DNA样本进行了40×深度全基因组测序,完成了高质量的中国人遗传变异数据库、中国人人群结构分析、基因组特征比较以及变异频谱和致病性变异解析。在ChinaMAP一期数据库中,包含1.36亿个基因多态性位点SNP和1千万个插入或缺失位点(NDEL),其中一半是在国际通用的多个数据库中均没有的新位点。

研究覆盖中国7大地理区域,包括了人口排名前10的汉族、壮族、回族、满族、苗族、彝族、藏族和蒙古族,显示了中华民族跨地理区域人群遗传背景的多样性和复杂性。研究团队首次揭示了汉族人群可显著分成7个亚群:北方汉族(京、津、豫、冀、鲁、辽、吉、黑、晋),西北汉族(甘、陕),东部汉族(江、浙、沪、皖),中部汉族(鄂),南方汉族(贵、川、渝、湘、滇、赣),东南汉族(闽)和岭南汉族(粤、桂)。少数民族中,藏族、彝族、蒙古族、苗族和壮族都有着独特的人群聚类,而满族和北方汉族相近,回族和西北、北方汉族相近。

研究也通过全基因组关联分析探索了中国人人群中2型糖尿病和肥胖遗传相关因素。在血糖相关分析中,结果验证了部分已知的2型糖尿病风险高频基因位点,也鉴定和发现了数个新位点,包括控制胰岛β细胞中胰岛素合成和分泌的关键转录因子,以及在以往研究中被证实可调控食欲和能量代谢稳态的位点。

ChinaMAP以覆盖中国各地区的研究队列为基础建立了高质量中国人人群数据库,通过高深度全基因组数据和精细表型分析,可为疾病机制研究、预防、遗传咨询和公共卫生管理提供依据。

例如,ChinaMAP在2月下旬报道的新冠病毒受体ACE2相关变异在全球不同人群中的比较分析证实该病毒对所有种族均易感,该成果在Cell Discovery发表,已被访问下载超过20万次。ChinaMAP对汉族和少数民族群体的精确遗传结构分析也为中国人人群的精准基因组学研究提供了参考数据。

首次全部中国自主创建最大规模国人基因库结果发表

喜讯

● 4月11日,2020年上海交通大学“校长奖”揭晓,隶属于我院的上海市微创外科临床医学中心荣获该奖项。交大特地为援鄂医疗队设立了“校长奖”特别奖,以表彰队员们用实际行动展现了交大人、交医人的使命担当,我院副院长陈尔真作为校长特别奖获奖代表发表感言。

● 4月29日,由上海市政府颁发的上海市质量金奖公布,我院内分泌代谢学科在全市各行各业中脱颖而出荣获桂冠,成为10个获奖单位中唯一一个医疗机构的获奖者。

● 5月3日,共青团中央发文(中青发[2020]8号)表彰了一批全国优秀共青团员、共青团干部和全国五四红旗团组织。其中,我院神经内科医生罗宇迪获评“全国优秀共青团员”称号,这是我院团委继2018年获全国五四红旗团委后再获全国性荣誉。

● 5月9日,市卫生健康委、市文明办联合推出20位“上海好护士”。我院灼伤门急诊护士长周洁荣获该荣誉称号。



5月7日,上海市副市长宗明及市政府副秘书长顾洪辉、市卫生健康委党组书记黄红、申康中心主任王兴鹏、市医保局副局长曹俊山以及交大、交大医学院等领导一行,来到我院转化医学国家重大科技基础设施(上海)项目建设现场,关心整体建设情况;随后又前往大科学设施测序平台和生物信息平台视察,了解平台整体运行情况。我院党委书记瞿介明、院长宁光,国家转化医学中心主任陈赛娟院士等陪同视察并作汇报。宗明对相关建设成果表示肯定,她指出,中心建设要有国家战略的更高站位和更远目标,新十年的起点要充分结合世界、国家和上海市的发展新形势,为国家 and 上海市创造出更多创新成果。
·陈康 陈钧 摄影报道·

未来已来,新时代瑞金护理人,加油!

□陈尔真

今年第109个国际护士节,恰逢近代护理鼻祖弗洛伦斯·南丁格尔诞辰200周年。岁末年初,新冠肺炎疫情开始肆虐。在这场没有硝烟的战斗中,在武汉、在上海公卫中心、在医院发热门诊急诊第一线……我院广大护理人员共克时艰,逆向而行,英勇无畏地持续奋战在抗击疫情第一线,用智慧和担当践行着护理誓言。她们应用娴熟而精湛的技术,依托人文护理与创新,团队合作,出色的完成了使命,也充分展现出瑞金护理人踏实、务实的工作作风。这其

中,还涌现出了全国卫生健康系统新冠肺炎疫情防控工作先进个人,上海市杰出护理工作者等护理先锋,让我们备受鼓舞。

在这样一个特殊的“五一”,瑞金护理人对瑞金护理的过去、现在和未来也进行了回顾和更深刻的思考。回顾近几年的工作,整个护理团队很好地传承了瑞金护理前辈的优良传统,也通过开拓创新取得了新的成绩;但面对未来,我们更重要的是如何去规划和展望今后的工作,在最好的现在,做最好的准备,成就

最好的事业。在此次护士节大会上,我们对瑞金护理精神进行了进一步的丰富和诠释,希望“慈爱、践行、担当、引领”成为新时代瑞金护理人的标签,共同创建具有示范引领力量的瑞金护理品牌。

护理工作是为平凡而伟大的、光荣而神圣的,是卫生健康事业的重要组成部分。当前,在疫情防控常态化形势下,希望瑞金护理人不松懈、不懈怠,用专业水准、职业态度、敬业精神守护好人民的健康,为人民健康作出更大贡献!

瑞金论坛

我院7人入选2019年中国高被引学者榜单

□记者 李东

本报讯 5月7日,爱思唯尔(Elsevier)正式发布了2019年中国高被引学者(Chinese Most Cited Researchers)榜单,该榜单筛选标准客观统一,从纯学术影响力的角度给出了中国的高被引学者名单。上海交通大学共有95位学者入选,在15位来自交大医学院的学者之中,

共有7位来自我院,分属3个领域,他们分别是:生化遗传和分子生物学领域的中国科学院院士陈竺,中国工程院院士陈赛娟、宁光,神经学领域的陈生弟教授,医学领域的中国科学院院士陈国强、王继光教授、沈志祥教授。

据悉,爱思唯尔是一家国际知名的医学与科学学术文献出版公司,这是自2015年开始,爱思唯尔第六次发

布“中国高被引学者”榜单。该榜单以Scopus数据库(同行评议文摘引文库)作为统计来源,数据库收录了全球5000多家出版商的超过24000种期刊(其中中国大陆期刊超过730本),980多万篇学术会议论文,22万本书以及全球5大专利机构4400万条专利信息,覆盖自然科学、技术、工程、医学、社会科学、艺术与人文等学科。



沪票据在我院成功开具首张医疗收费电子票据

□记者 朱凡

本报讯 4月26日15点57分,上海市001号医疗收费电子票据在我院开出。

医疗收费票据就是门诊或出院病人结算后医院提供的收款凭证,以往的收款凭证均为纸质票据,此次试点把出院病人的纸质票据改为电子票据,以后可以随时查询随时打印。患者通过移动支付完成在线结算后,自助完成电子票据的下载,减少了至少一次排队付费的等候时间,明显提高患者就医体验度。此外,对于患者医疗商业保险的报销,以及来自于外省市的异地医保患者来说,将极大地增加报销的便利性。

此次医疗收费电子票据的开发研究上线运行工作,由我院财务处和计算机中心两个部门通力合作,并得到全院各相关部门的积极配合和支持,使得业务流程以最快速度完备。正式开具的医疗收费电子票据可以通过财政部全国财政电子票据查验平台进行票据查询及验证,与纸质版票据有同等法律效力,这标志着上海市医疗收费电子票据改革工作正式拉开帷幕。

谢青教授团队成功构建慢加急性肝衰竭小鼠模型

本报讯 日前,在国际肝脏病学排名第一的杂志 *Journal of Hepatology*(IF 18.946)上,正式刊出了我院感染科项晓刚和谢青教授团队与NIH高斌教授团队合作的最新研究成果,题为 *Interleukin-22 ameliorates acute-on-chronic liver failure by reprogramming impaired regeneration pathways in mice*。

该研究首次在国际上构建了一

种最接近慢加急性肝衰竭临床特征的小鼠模型,解决了慢加急性肝衰竭领域内一直缺乏有效小鼠疾病模型开展机制研究和新药开发的困境。研究团队首次发现肝内STAT1/STAT3激活失衡影响肝再生是慢加急性肝衰竭病程进展的重要机制,并以此小鼠模型首次证实通过干预肝内STAT1/STAT3激活失衡可以改善慢加急性肝衰竭小鼠的预后,发现

通过新型细胞因子白介素22(IL-22)可以调控肝内STAT1/STAT3激活失衡,从而阻断慢加急性肝衰竭的病程进展,该研究成果为慢加急性肝衰竭患者的临床治疗提供了令人振奋的免疫治疗新策略,推动该方案的临床研究将会为我国广大的慢性肝病人群带来更多的康复希望。

·感染科 供稿·

吴立群教授领衔制定冷冻消融治疗房颤“中国共识”

□记者 李东

本报讯 近日,一个致力于为房颤患者提供更规范更系统的诊疗方案在上海发布,该方案名为《经冷冻球囊导管消融心房颤动中国专家共识》(简称“中国共识”),这意味着这项全球最新技术在我国有了规范操作“纲领”。这份针对冷冻消融治疗房颤的“中国共识”构想始于2018年6月,由我院心内科主任吴

立群教授牵头制定。

“冷冻消融技术,确实是有其优势的。”大量临床数据显示,和传统射频消融相比,冷冻消融更易于医生操作,缩短了手术时间,治疗有效性高,并减少血栓等严重并发症,降低患者疼痛度。

好技术如何惠及更大的患者?冷冻消融技术的学习曲线并不长,“我国有1000万房颤病人,需求是巨大的,此次共识的发布为基层医师的学习提供了指导。”

共识通过多项国际认可的重要研

究以及大量我国临床数据,总结了近年来房颤导管消融领域的循证医学、真实世界研究和临床实践证据,为冷冻消融术治疗房颤提供了详尽的理论基础、围术期处理和手术操作流程、技术要点、冷冻消融效果评估,并发病预防、术后随访和复发患者的处理等建议和规范。这份共识的发布将使中国基层心内科医生在使用冷冻消融疗法时更有据可依,为进一步提高房颤规范化诊疗水平奠定基础。

□记者 李东

一个都不少,“瑞金天团”终于回家了!

5月2日下午1时许,我院重症医学科主任瞿洪平带领“瑞金天团”的徐文、谢思敏、吴静、谭若铭与邱毓祯共6人顺利从上海市公共卫生临床中心隔离“出关”。在此之前,从2月11日至今,瑞金“天团”陆续有30名护士、10名医生和2名呼吸治疗师参与了危重患者的救治。他们在A3重症病区经过了几乎长达50天的奋战,为本市阻击新冠病毒肺炎的战役画上了浓墨重彩的一笔。

大专家也是新党员:打响一场前所未有的战役

2月初,接到支援市公卫中心任务的第一时间,瞿洪平即刻整装待发入驻。可回想最初的那段日子,他依旧以“灰色”来形容,“这次抗疫与以往的每一次都不同,一些熟练的诊疗过程都受到一定冲击,如层层穿戴的隔离衣物,可能影响医护人员的行动力和判断力;许多检验检查设备基于传染考虑不能共享;化验标本的处理、运送等均需特殊流程,时间成本大大增加。”

即便是没有遇到过的战斗,也没有击垮这支“天团”的强大内心。每一次进舱都需要消耗一套防护物资,如何保证对患者的不间断观察,又为医护人员保存体力?瞿洪平为此组建“巡查小分队”,安排部分医生舱内24小时轮流工作,部分医生舱外协助

临床工作,一旦需要随时准备进舱援助,最大限度通过“里应外合”适应特殊工作环境,提高危重患者救治效率。

从A3病区到防控西楼进行医学隔离观察的这段日子,瞿洪平依旧没有闲着——每天上午11时,他与A3病区保持连线,跟踪境外输入性病例的治疗情况。3月18日,瞿洪平在公卫中心火线入党,“这次疫情让我的观念发生了改变。如此短时间内、波及范围如此大的公共卫生突发事件,对政府是极大的考验,我相信,如今有了党员这层身份后,未来的工作中我会做得更好到。”

害怕?我怕跑得比病毒慢!

作为知名急危重病救治专家,一月份以来,毛恩强已与新冠病毒搏击了70多个日夜,尤其是二月份出任上海新冠肺炎高级别专家救治组成员,进驻上海“战役堡垒”——上海市公共卫生临床中心,他站在了抗击疫情的生死前线。这是什么样的拼命状态?上海救治专家组组长张文宏教授透露过一个关于毛恩强的细节:“不苟言笑,一旦患者好转,他会开心得像小孩。”

“第一周,我们没有日夜的概念,大家都是24小时连轴转,凌晨两三点还在指挥中心盯着大屏幕看病人的情况。”毛恩强说,

面对这个全球新发疾病,大家都没经验,只有密切关注病人的变化,“探路,找规律”。很快,市公卫中心将电子病历系统连到专家的手机,可以让他们随时对一个个病人进行研判,从数据里的变化琢磨“对手”。毛恩强说,和平年代面对不明传染病,就是进入“战争状态”了。

如今,上海本地病例减少,毛恩强与高级别专家组都开始了在各自所在医院与市公卫中心“两头跑”的模式。“70多个日夜,一直牵挂着家里人。”毛恩强口中的“家里人”不是他的家庭,竟是他主持的瑞金医院急诊科。原来,今年1月至3月,瑞金医院急诊、急诊ICU的病人与去年同期相比几乎没减少。疫情期间,来急诊的,就是来求救命的。许多个夜晚,身在市公卫中心的毛恩强会给“家里”打电话,了解危重病人的情况,他说每张床上都是生命,当医生的,要对得起每一个生命。

女儿送上迟到的刻字巧克力,“妈妈加油”

除了出院的5位医生与1位呼吸治疗师,4月30日,“瑞金天团”重症医学科护士杜颖在54天的奋战后已先行回家。一年级的女儿把妈妈从市公卫中心带回的鲜花插满了家中的花瓶,还亲手送上了刻字的巧克力,“中国

加油,妈妈加油,妈妈我爱你!”原来,这些巧克力原本第一周就要以快递形式寄到市公卫中心,如今或许已不能食用,但杜颖的心中比吃下了巧克力更甜。

2月22日早上,她接到了应急任务,准备时间只有2小时。“妈妈,你能别去吗?”女儿虽然不舍,但她知道,还有“更需要我妈妈的人”,含着泪一起收拾好行李,又送妈妈到楼梯口。“当时我答应女儿,完成10天的应急任务后就回来陪她。”

没想到,回家的日子一再延后。4月15日,A3病区的“钉子户”老童终于出院了,47天的体外膜肺氧合(ECMO)支持后,奇迹终于诞生。6日,进入康复

期的老童看到照顾自己的杜颖正在与一名新加入团队的护士交代工作,尽管还无法开口,但他还是在小纸条上缓慢写下了一行字,“谢谢你们,才来也要注意安全。”

最后一位战役勇士凯旋

5月14日下午,我院急诊科主治医师赵冰结束了为期一个月的医疗支援任务和14天的隔离观察后回到医院,这是最后一位撤离上海市公共卫生临床中心的医疗队员。至此,我院圆满完成支援公卫的援助任务。

赵冰表示,他很庆幸自己能成为支援公卫中心的一员,参与到这场伟大的人民战役中,感谢在这场战役中遇到的所有人,也感谢坚守在医院急诊一线的伙伴们,大家都在为着同一个目标奋战。



王振义院士带高科技“助手”为罕见疑难病患者寻生机

□记者 唐文佳 通讯员 李啸扬

本报讯 5月15日上午,在血液医联体会议室,96岁的中国工程院院士、我院终身教授王振义端坐在电脑前,正在为同仁医院的疑难血液病患者进行远程会诊。这是今年疫情以来,王院士再次延续他坚持多年的“开卷考试”传统。与以往不同的是,王院士这次还带上了一个高科技助手——移动查房机器人“小雪”,这是一台拥有实时交互功能、能够实现医院内外网安全隔绝下的数据调阅及视频直播功能的智能终端。

会诊开始后,同仁医院的主治医生在屏幕另一端向王院士报告了患者的病情,王院士边听边看病历,不时提问,随后,主治医生和“小雪”一起来到患者病床前。“小雪”像王院士的“耳朵”和“眼睛”,协助他一边与患者沟通,一边完善体格检查,除了不能亲自触碰,几乎和真实的看诊体验没有差别,突破了以往远程会诊只能和医生进行交流的局限,让诊疗更为精准。

“科学技术来辅助教学和查

房,让大家都从中获益。”远程查房后,王院士对新助手小雪第一天上岗的表现表示满意。“今天这个病人非常复杂,她那么多症状如何而来?又会导致怎样的结果?这很多问题怎么联系在一起解释?这是我们今天要讨论解决的问题……”王院士通过详细了解病情并亲自察看患者后,开始了他今天的“答卷时间”。

我院血液科主任、上海瑞金血液病医疗联合体(下文简称“医联体”)理事长李军民教授介绍,这位患者的病因十分隐匿,久查不得,是一种极为罕见的淀粉样沉积病的类型,最终临床诊断为“淀粉样蛋白A变性”。王院士从“无症状性自身抗体”、“纤维蛋白溶解机能亢进”、“瓜氨酸化纤维蛋白原血症”三个病理生理学角度对临床资料进行分析,揭示了病因,展现出精湛的临床思维能力。

与此同时,通过“小雪”发起的视频直播,将完整的诊疗过程推送到医联体在全国的各个成员单位。“开卷考试”吸引了全国60余家血液病中心的3000余位血

液科医生全程参与,他们实时观看了此次查房,认真聆听王院士针对疑难病例的分析,并在直播空间里留言,与这位业界超级大咖积极互动。

一年前,医联体正式开始向各成员单位直播王振义院士的“开卷考试”,由于新冠疫情疫情影响,暂停4个月的病例讨论通过全新渠道恢复进行。96岁高龄的王振义院士也坐不住了,心系患者和青年医生的他,主动要求“复工”。而此时,医联体成员单位——上海同仁医院正好有一例十分罕见的复杂病例亟待指导,在多方努力下,查房机器人“小雪”上岗了。

李军民教授表示,医联体一直致力于将院内的专家查房延伸到全国各成员单位之间,希望和异地的医患实现“面对面”交流。未来,医联体计划将利用更先进的互联网技术,将瑞金的血液新知和经验向更多地区覆盖,进一步为更多患者提供远程诊疗等多种个性化定制医疗项目,使血液病患者获得优质高效的医疗服务。

□记者 唐文佳

本报讯 5月12日下午,我院举办了“健康你我,共创未来”护士节庆祝大会。院党委书记瞿介明、院长宁光、院党政领导班子成员、职能部门负责人及护士代表等出席大会。

会上,《瑞金医院护理宣言》正式发布。护理部副主任朱唯一带领护理督导们庄严宣誓,重温南丁格尔精神,唱响了瑞金护理发展新号角。当代瑞金护理人将以“慈爱、践行、担当、引领”的精神,开启瑞金护理成为科学、艺术和爱心相结合之典范的新征程。

院长宁光在致辞中向全体护士表达了真挚的节日祝福。他说,希望你们用自己的美丽、优雅、职业、伟大、勇敢造就瑞金,让瑞金成为每个瑞金人心中更美好的样子——美丽、优雅、职业、伟大、勇敢!

新冠疫情暴发以来,瑞金护理人白衣执甲、挺身而出,用智慧和汗水圆满完成了抗击疫情的重任。大会特地为抗疫天使们准备了特制的纪念胸针,并举行了庄重的佩戴仪式。这是对瑞金护理人无畏艰险、勇于担当、甘于奉献的高度认可,也是对瑞金护理精神的发扬。此次战役中,我院共有47位90后护士逆行武汉、出征公卫,会上,90后抗疫护士们用一首原创诗朗诵《光点—责任与担当》,向大家展现了青年护士逆流而上的自信与担当。

随后,参与过上海市第一例“非典”病人护理、时隔17年再上抗疫前线的感染科护士崔洁,上海公共卫生中心连续奋战五十多天的重症医学科护士杜颖,以及上海市第五届“左英护理奖”获得者、护理督导张寅——三位来自临床一线的优秀护士,代表瑞金护理人作了精彩的分享。

党委书记瞿介明在总结讲话中表示,瑞金的每份成功都包含着护理人员的心血,向你们致以感谢和敬意!今后,我们要继续坚持四个“立足”:立足患者需求,立足护理质量,立足于护理同仁,立足更多创新,创建具有引领力量的瑞金护理品牌,提供更好地护理服务。

疫情期间直升机转运而来的患者康复出院

□记者 周邦彦

本报讯 4月13日,经由直升机转运从江西赣南飞往我院的危重患者,经过医护人员近一个月的精心治疗,于5月9日康复出院。出院前,陈先生表示,“这两天胸不闷了、也不咳嗽了,吃饭也多了。原本是躺着被送进来,现在可以站着走出医院啦。”

51岁的陈先生因突发胸背部疼痛被收入江西当地医院,诊断为主动脉夹层。治疗期间,陈先生的病情每况愈下,出现昏迷,气管切开需由呼吸机辅助供氧,病情危重。当地医院无力处理,便向

我院发出直升机转运申请。接到申请后,医院立即启动了直升机转运预案,不但开启绿色通道,而且为了防止患者的肺部感染造成院内交叉感染,心脏外科特地将患者收入单人ICU监护室,并配备24小时一对一监护。

检查结果显示,陈先生的肺部已经存在对常规抗生素耐药的细菌;同时陈先生血液中的钠含量高达172mmol/L(正常值为135-145mmol/L),心脏外科联合重症医学科、内分泌代谢病科、肾脏科、感染科等,开展了多次会诊。根据药敏结果给予患者针对性的抗感染,同时降低血液中钠

浓度等一系列治疗后,患者意识逐渐恢复。经过两周的ICU支持治疗,陈先生的情况大为改善,可以在病房里和护士对话,原本无法动弹的四肢也慢慢有了气力。4月27日,心脏外科王哲主任、孙延军等医生在麻醉科医生协助下,针对患者的原发病灶实施了经主动脉瘤腔内隔绝治疗术,将患者的病根斩除根。

据王哲介绍,由于国人普遍高血压控制不佳,近年来主动脉夹层的病人越来越多,2019年度,我院心脏外科收治的所有病人中有近15%患者为主动脉夹层的病人。

《瑞金医院护理宣言》

我是一名护士,
我用博爱、专业和慎独,
传承南丁格尔精神。
我是一名瑞金护士,
我用博学睿智和精湛技能服务于大众,
践行人人享有健康的重任。
我是一名新时代瑞金护士,
我更会用甘于奉献和追求卓越的品质,
谱写瑞金护理新篇章。
我是一名瑞金人,
我必将尽我所能,
让瑞金护理成为科学、艺术和爱心的结合,
成为引领护理学科发展的典范。

简讯

本报讯 5月12日,医疗用气流隔离设备BarriFlow捐赠仪式在我院举办,该设备由欧力士(中国)投资有限公司、高砂建筑工程(中国)有限公司联合捐赠,我院院长宁光、副院长陈尔真、上海交通大学副校长

张安胜出席此次捐赠仪式。该设备利用气溶胶防控技术、气流可视化技术,阻断活性病毒的传播,降低医疗人员与患者间通过飞沫感染病毒的风险,是保护医患的有力武器。

院长宁光对欧力士(ORIX)中国、高砂中国以及积极促成此次捐赠的上海交通大学校友会表达了衷心感谢,他

表示,经过综合考量,该设备被安置在发热门诊。随着疫情防控常态化,发热门诊仍将处于病情筛查的最重要防线,其中采样环节所面临的风险最高,在防止病人交叉感染的同时加强对一线医护人员的安全保护,患者和医护人员的安全始终是医院最关心的。·记者 韩康妮·



5月8日下午,上海交通大学海外教育学院国学班校友、国学联谊会顾问、著名画家陆志德向我院援湖北医疗队赠送了两幅抗疫画作,上海市第三批援湖北医疗队领队、我院副院长陈尔真,我院党委副书记俞郁萍,以及援湖北医疗队员代表等参加了仪式。陆志德说:“在疫情如此严峻的情况下,我看到白衣勇士逆行而上,有这么多感人的事情发生,便萌发了要画英雄的想法,我要将大家心目中的抗疫英雄用咱们国产的英雄钢笔一笔一笔画出来,用‘英雄’画英雄,再合适不过了……当看到瑞金医院医疗队出征的新闻时,就赶紧拿起笔画下了当时灵感涌现的一幕。”

·唐文佳 陈钧 摄影报道·

不就是耳朵“堵”了吗？竟然可能是癌症

□耳鼻咽喉科 吴继昌

春天到了，疫情也基本得到控制，似乎健康风险已经远去。可是，往往在这乍暖还寒的时节，很多人会出现耳闷的不适症状，甚至影响睡眠，那么，耳朵里到底发生了什么？

这要从耳朵的结构说起，人的耳朵从外向内由外耳、中耳和内耳这三部分构成。任何一个出现问题，都可能导致耳闷的发生。

外耳：耳屎堵住了咋办？

外耳道的耵聍栓塞，也就是常说的“耳屎堵住了”，是引起耳闷最常见的疾病之一。

耵聍栓塞虽是小毛病，而且到医院门诊来处理一下大多就可以立马解决问题，但大家可能不知道，相当一部分患者得这个病其实是“自找的”！

这是因为我们的耳朵很“聪明”，它本身具有自洁功能，外耳道外1/3的皮肤里存在耵聍腺，耵聍腺产生耵聍，正常生理情况下它会自行往外排出。但如果你经常用手或工具去挖耳，或者游泳和洗澡后用棉签擦拭外耳道过重，就有可能影响到耳朵的功能，产生的耵聍无法及时排出，进而积聚在耳朵里。

当然，也确实有一部分人群，他们耳朵里的耵聍腺活力特别旺盛，耵聍来不及自行排出，那就只能定期到医院清理了。

此外，外耳道的炎症以及良性恶性肿瘤都可能会引起耳闷，但相对来说，耵聍栓塞还是最常见的引起耳闷的外耳疾病。

中耳：竟然也可能是癌症？

在中耳疾病中，耳闷最常见于分泌性中耳炎和咽鼓管炎。分泌性中耳炎常见于儿童，而咽鼓

管炎则多发于成人。对于耳鼻咽喉科医生来说，遇到患者主诉耳闷时一般也会最先会考虑这两种疾病。

我们的中耳就像是一套带走廊的一室一厅，包括鼓室、鼓室、乳突和咽鼓管。咽鼓管是“走廊”，正常情况下，中耳内的压力通过咽鼓管与外界平衡。但咽鼓管本身因为各种原因(如炎症)发生阻塞时，中耳内的压力就会降低，内外压力不平衡，让人产生耳闷感。这种耳闷感往往时好时坏，这是咽鼓管炎的常见表现。

而当压力进一步降低到一定程度时，中耳腔内就会有液体渗出，耳闷感则将持续存在，不会缓解。这时，分泌性中耳炎就发生了。儿童发病多是因为急性上呼吸道感染，也就是“感冒”；或是由于鼻咽部病变或鼻炎所致。

而成人发病除了上述因素，还应警惕鼻咽部恶性肿瘤，临床上相当一部分鼻咽癌患者是因为出现持续耳闷胀感不愈而前来就医的。

对于中耳疾病造成的耳闷，临床上做一个全面的耳鼻咽喉科检查以及听力学方面的辅助检查一般就可以确诊。而治疗则根据病因来进行。

内耳：耳闷一天内不缓解，迅速就医！

内耳主要由神经感受器构成，它的主要功能是感知听力和位置。在内耳疾病中，特发性突聋是耳鼻喉科常见的急诊。它是指

不明原因突然发生的听力下降，大多数患者可出现单侧高调耳鸣、听力明显下降，甚至出现眩晕、恶心、呕吐等症状，通常在几分钟、数小时或3天之内听力下降到最低点。



此病目前病因尚不明确，而它的治疗效果与治疗时机有一定的关系，也就是说，确诊和治疗越早，则相对来说预后越好。

那么，以上说的这些和耳闷又有什么关系呢？有一部分特发性突聋患者的症状并非典型，而仅仅就是表现为耳闷。那么这类患者可能觉得问题不大，而没有及时就医，从而错过了最佳的治疗时机！

对于特发性突聋的诊断，结合病史和专科检查，并做一套完整的听力学测试一般就可以明确诊断。

对于耳闷我们怎么预防？

1、针对外耳

不要习惯性挖耳！洗澡时避免水流直接冲入耳内。如需用棉签拭耳，动作轻柔！

2、针对中耳

及时治疗感冒及鼻部疾患；在飞机升降时咀嚼口香糖或适当进食以促进咽鼓管开放；

3、针对内耳

适当作息，劳逸结合，勿熬夜！均衡膳食，建议低盐低脂饮食；如有反复失眠，请及时就医。最后要特别提醒：一是发生耳闷如果超过24小时没有缓解，请及时就医；二是就医时请配合医生做全面的耳鼻咽喉专科检查及需要的辅助检查，避免因漏诊造成遗憾。



超长假期之后，毕业班孩子们终于要开学了！心理专家提醒家长们：要密切关注孩子开学的状态（上课打瞌睡、开小差、不想上学……对部分有“恐惧开学”症状的孩子更不能掉以轻心，及时给予引导，或寻求专业帮助）。

●警惕！开学综合症来了

在史无前例的超长假期结束之后，网课也随之停止，今天，毕业班孩子们终于迎来了久违的开学第一天，很多学生表示非常高兴，但也有部分学生会有一种明显不适应新学期学习生活的非器质性病态表现，心理医生们称之为“开学综合症”。

●有哪些表现？

1、明显的焦虑紧张

对上学有恐惧感，伴有睡眠问题比如失眠、易醒及一些查无原因的躯体不适：头晕、恶心、腹痛、尿频、疲倦、食欲不振等；

2、无精打采，无法进入学习状态

过于“放松”的假期生活、网课生活与上学后“紧张”的学习节奏落差太大，这样一紧一松，缺少缓冲与过渡，作息及生物钟难以适应，心理上也未完全做好投入学习的准备，待假期结束时，想立刻收心回到学习上，从而出现一些不适症状。

●如何帮助孩子缓解“开学综合症”？

一般来说，开学一两周之后孩子就会逐渐适应学习生活，身心不适的状况都会逐渐减轻消失。

1、充分理解

对家长来说，切莫焦虑，催促孩子强行“入轨”，要充分理解，耐心等待，给孩子自我调整以时间。对于还没有完全收心的孩子，家长也不必太过苛刻，可以给孩子一个调整和缓冲的时间，以免加重孩子的抗拒情绪。

2、规律作息

规律作息非常重要，晚上学习时间不要过长，可适当早点入睡，按时起居，保证充足的睡眠时间。

3、多多陪伴

对年纪尚小的孩子来说，自律还有一定的难度，家长应多多陪伴，了解孩子的身体和心理状态，引导和帮助孩子，尽早过渡到学习状态之中。

4、减少使用电子产品

控制电子产品玩耍时间，超长假期中孩子较为放松，使用电子产品的时间大大增加，甚至有些“成瘾”。对于这种情况，家长要定好原则，督促孩子减少使用，全身心迎接新学期。

5、其他

对症下药，找到孩子焦虑的原因并解决。比较常见的几种情况有：

- ✓ 学习不理想，一直以来学业压力大，家长要求高，对学业有畏难情绪；
- ✓ 对自己要求过高，担心学校中的表现无法达到自己的期望；
- ✓ 自立能力欠缺，学习生活需要家里人帮助照顾（特别是年纪较小的孩子）；
- ✓ 孩子较为内向孤僻，和同学的关系不密切，难以融入；
- ✓ 对少部分孩子还可能存在分离焦虑的问题，与家人分开可导致恐惧和焦虑。

总之，学期之初，需要经过从松懈、无序到紧张、有序的转变过程，家长要多和孩子交流沟通，一起探讨新学期的计划和目标，帮助孩子克服困难，有意识地引导孩子把精力投入到学习中，更重要的是，不能只关注孩子的学习状况，而是要关心孩子的校园生活及所思所想，才能更好地帮助孩子在新学期里进步、成长。最后，对有明显焦虑恐惧的孩子，无法上学，或者到学校有明显身体不适的，需要及时就医，求助专业的帮助。

终于要开学了，碰到这些情况该咋办？

□临床心理科 金海燕

立夏养生怎么做？

□中医科 陈敬贤 李海霞

复工开学后时值立夏，立夏是农历二十四节气中的第7个节气，夏季的第一个节气，表示孟夏时节的正式开始。这个时候又是上海的梅雨季节的时期，又逢新冠疫情特殊时期，大家对提高自身免疫力多有关切，中医在这里给推荐一养一驱。

重在养心

立夏时节，时值乾卦，自然的变化是阳气渐长、阴气渐弱，“春夏养阳，秋冬养阴”，夏季重在养阳，养阳重在养心。

1、进入夏季后，饮食以清淡、苦寒、富有营养、易消化的食物为佳，避免吃粘腻难以消化的食物，勿过饱过饥；重视健脾养胃，促进消化吸收功能。同时在日常膳食中应多配些含钾丰富的食物，有利于防暑。如茄子、西红柿、黄瓜、榨菜、紫菜、海带、土豆、豆制品与桃子、香蕉、苹果、葡萄、西瓜、无花果等。同时，它们还含有多种维生素与矿物质等，故可提高人体对高温的耐受能力，而起到预防中暑的作用。养心可多喝牛奶、多吃豆制品、鸡肉、瘦肉

等，既能补充营养，又起到强心的作用。将绿豆、莲子、荷叶、芦根、扁豆等加入粳米中一并煮粥，并捣凉后食用，可起到健胃、驱暑的功效。

2、立夏后天气炎热，昼长夜短，不少人觉得睡眠不足。这时午睡就显得比较重要了，闭目养神其实也是在养心。

3、立夏是夏天开始的意思，由于立夏后气温升高，冷暖空气交汇频繁，细菌繁殖很快，湿气较重易导致脾胃功能变弱。故从养生出发，以健胃养血为主。推荐陈皮山楂茶，有芳香化湿，健脾消食之效。

重在运动

立夏养生要早睡早起，注意养阳。老年人和经常久坐的白领容易出现不同程度的气滞血瘀症状。尤其要避免大汗淋漓，因为汗液过多流失，会导致人体内电

解质紊乱，伤及体内阳气。但不运动也不利于心脏健康，怎么办？八段锦，是一套优秀的中国传统保健功法。动作简单易行，功效显著，整套动作柔和连绵，滑利流畅，有松有紧，动静相兼，气机流畅，骨正筋柔，一共8个动作，每个动作练八次。

重在“戴”

中医认为，“肺朝百司呼吸”，肺开窍于“鼻”，鼻是人体重要门户。“温肺上受，首先犯肺”，温热传染病最先侵犯呼吸系统。香囊中的中药散发出的药气会直接在口鼻周围形成立体的气体空间，芳香药气保护住呼吸道粘膜，保护呼吸道粘膜不受感染。如果病毒尚未进入体内，香气会在口鼻周围直接对其产生抑制，如果病毒已进入呼吸道，还可直接与病毒对抗，起到杀灭作用。从《乾宁记》里选取的古方再根

据现在疫情的情况在原方的基础上进行调整，选取艾叶、麻黄、肉桂、丁香、白芷、薄荷、石菖蒲、川芎、佩兰、广藿香等中药材打粉后，装入精美的香囊袋中。挂在胸前或放在卧室、车里。所以除了戴口罩，可以再戴上芳香化湿避秽的香囊——中药防护香囊。

