



广博慈爱 追求卓越

第 639 期

2022 年 7 月 30 日

瑞金医院 资讯

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

我院召开 2022 年全面从严治党工作会议

7月19日，我院召开2022年全面从严治党工作会议，深入学习贯彻党的十九大和十九届历次全会精神，坚决贯彻落实习近平总书记考察上海重要讲话精神和对上海工作的重要指示的要求，全面落实上海市第十二次党代会精神，总结回顾医院去年的全面从严治党工作，并对今年工作进行部署。

会议以线下结合线上视频的形式召开，由院党委副书记、院长宁光主持。院党委书记瞿介明作我院全面从严治党工作报告；党委副书记、纪委书记俞立巍作落实全面从严治党责任方面存在问题的通报；党委副书记俞郁萍作近期有关意识形态、安全稳定工作的提示。医院党政班子成员、纪委委员、各党（总）支部书记、科主任、职能部门负责人等130余人参加会议。

瞿介明书记在报告中提到，2021年是党和国家历史上具有重要里程碑意义的一年，也是我院落实“十四五”规划起步之年。这一年，医院党委以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，带领全体党员深入学习习近平总书记在党史学习教育动员大会、庆祝中国共



产党成立100周年大会、党的十九届六中全会上讲话精神。医院坚持以政治建设为统领，紧紧围绕加强党的全面领导，全面贯彻党的十九大和十九届历次全会精神，全面落实中央和市委全面从严治党各项部署，从全局和战略高度深化细化“四责协同”机制，团结带领全体党员干部统筹推进疫情防控的同时，在医院高质量发展建设发展方面取得了一定成绩。

瞿介明指出，在看到成绩的同时，我们更要清醒地看到工作中存在的一些不足，深入反思、深刻警醒，并对2022年医院党委全面从严治党

工作做出部署：要始终突出强化政治引领，始终坚持和加强党的全面领导，始终坚持全面落实意识形态责任制，始终坚持推进“三不一体”，始终同心协力攻坚克难，为我早日实现“亚洲一流示范性医院”而努力。他强调，我们要深刻认识意识形态、党风廉政建设和反腐败斗争面临的复杂形势，全体党员干部要发挥模范带头作用，围绕加速推进综合类国家医学中心、高质量发展试点医院、医院各重点项目建设，在做好疫情防控的同时确保医院稳定运行，努力在2022年下半年再上一个新的台阶。

□ 撰文 | 陈晨

“国考”成绩揭榜

我院连续三年荣获最高评级，位列全国综合性医院第二

国家三级公立医院绩效考核是促进公立医院高质量发展的“指挥棒”，是公立医院“十四五”期间立足新发展阶段，坚持新发展理念，融入新发展格局的重要抓手，被称之为“国考”。日前，国家卫生健康委公布了2020年度全国三级公立医院绩效考核国家监测指标考核结果。我院以926分（满分1000）的成绩，在本年度的全国综合性医院中排名第二，并连续三年荣获A++的最高评级。与上年度相比，医院各主要考核指标评分均有明显提升，全面展示了我院近年来高质量发展的成效。

今年是建院115周年，是实

施十四五规划的关键之年，也是医院高质量发展的重要之年，医院将继续认真落实党中央、国务院关于实施健康中国战略和深化现代医院管理制度建设的决策部署，坚持“患者信赖、员工骄傲、社会满意、同道尊重”的价值理念，秉承“广博慈爱、追求卓越”的宗旨使命，努力将瑞金建设成为全球医疗新技术的缔造者和策源地、国家全生命周期健康示范基地、上海灾害及公卫应急救援地以及社会亟需的医卫工作者的培训地，继续向着“实现亚洲一流示范性医院”的宏伟目标前进。

□ 撰文 | 韩康妮

816位新人入职瑞金
(详见3版)

本版责任编辑 唐文佳 张子晴

欢送援藏援疆干部再出发

7月21日，我院举办援藏干部欢送会，血液科江传和医生、急诊科王义辉医生作为上海市第10批援藏干部，将于7月22日启程前往西藏日喀则市人民医院，开展为期一年的医疗援建任务。院党委书记瞿介明，副院长陈尔真，党委副书记俞郁萍以及相关临床科室、职能部门负责人参会。

会上，血液科江传和医生表示，自己对援建任务有充足的思想准备，血液科对日喀则市人民医院也有“以院包科”的援建传统，此行一定竭尽全力。急诊科王义辉医生表达了自己将全身心投入以做好两院“桥梁”的决心。两位援藏干部的家属也都是医务人员，他们说，另一半投身援藏工作是全家的光荣与骄傲，他们会支持他们全力以赴，做出应有的贡献。

副院长陈尔真叮嘱两位医生，要将瑞金的理念、经验带到当地，同时要注意安全，队友之间相互帮助、组团活动。副书记俞郁萍表示，医院是两位医生最坚强的大后方，会尽力为援建队员解除后顾之忧。瞿介明书记代表医院党委对两位队员主动报名、积极参加援藏工作表示感谢，他指出，要全面提升西藏人民的生活，医疗和教育作为民生问题不可或缺，医疗援藏对于国家战略的实施有着重要意义。希望两位能很好地调整节奏、适应环境，坚持、坚守，服务当地人民，在此过程中善于依靠团队的力量，相互帮助。此外，要向大后方的学科和专家“借力”，帮助当地科室、学科和团队发展，逐步梳理出瑞金医院组团式援藏的成果。一年时光，希望你们全力以赴，有所奉献、有所收获，期待凯旋！

□ 撰文 | 韩康妮 张子晴



交大医学院庆祝建院70周年暨附属瑞金医院庆祝建院115周年 学科大调研活动顺利举办

7月14日下午，上海交通大学医学院庆祝建院70周年暨附属瑞金医院庆祝建院115周年学科大调研活动在瑞金医院举办。上海交通大学医学院党委书记江帆，中国工程院院士、上海交通大学医学院党委副书记、院长范先群，党委副书记赵文华、施建蓉，副院长胡翊群、吴正一、方勇以及相关职能部门负责人出席会议，围绕学科建设主题，与瑞金医院党政领导班子、各临床学科专家教授、科室与研究科主任及职能部门负责人共商瑞金医院学科发展大计。瑞金医院党委书记瞿介明主持会议。

会上，副院长沈柏用回顾了医院学科发展历程，阐述了学科平台建设以及未来医院的学科发展。院党委书记瞿介明，副院长陈尔真，

副院长胡伟国和卢湾分院院长陆勇分别从病毒研究院临床研究中心、应急处置中心、老年医学中心以及脑病中心的建设规划角度进行了专题汇报。其后，内分泌与代谢病科主任王卫庆、血液科主任李军民、普外科主任郑民华与呼吸科主任时国朝也对具体问题建言献策。中国工程院院士、医院终身教授陈赛娟表示，希望大家充分重视动物伦理问题，完善动物研究伦理委员会职能。我院终身教授朱正纲提出，医学院与我院的重点临床学科相向而行、合作交流，对双方都大有裨益。

中国工程院院士、我院长宁光指出，新兴学科对医院十分重要，如何找准其未来发展方向、大力推进其发展，需要多个学科交汇碰撞，我院将在医学院的大力支持下勇于

实践，争取在脑科学、传染病学、应急医学、老年医学等几个方面探索出有益方案，助力我院向“亚洲一流示范性医院”的目标迈进。

院党委书记瞿介明代表医院党政班子对医学院给予的支持表达感谢，他表示，此次学科大调研为我院的学科建设树标杆、找短板，医院将充分吸收院内外专家、医院职工的建议与意见，以此次调研作为契机，梳理学科现状，深入挖掘潜力，为“十四五”规划的实现增力。

上海交通大学医学院党委书记江帆，党委副书记、院长范先群对我院近些年来取得的发展成绩予以高度评价，表示医学院将始终大力支持瑞金的发展，并对学科的未来发展提出殷切期望。

□ 供稿 | 学科规划与大设施管理处

7月23日前后，瑞金海南医院三例新药落地，分别为Inclisiran、Minjuvi (Tafasitamab) 以及Piqray、Enhertu，为高血脂、淋巴瘤和乳腺癌患者带来新希望。

Inclisiran是一款新型降胆固醇药物，是用于治疗成人原发性高胆固醇血症或混合型血脂异常的注射剂。据介绍，Inclisiran利用人体自身的调节机制，可长时间持续降低患者血液中的低密度脂蛋白胆固醇 (LDL-C) 浓度。同时，

瑞金海南医院四例新药落地

患者在初始注射及第三个月的注射治疗后，每年仅需接受两次治疗，这样大大降低了给药频率，有利于提升患者治疗的依从性。

Minjuvi (Tafasitamab) 是全球唯一在美国食品药品监督管理局和欧洲药品管理局均获批准用于治疗二线弥漫性大B细胞淋巴瘤的疗法。这是瑞金海南医院亚洲

首例血液疾病新药项目，也是医院落地的第三个中国首例新药项目。

另两例治疗乳腺癌的新药Piqray、Enhertu近期也落地瑞金海南医院，这也是瑞金海南医院首次单病种一日内连续落地两例新药项目。

□ 供稿 | 瑞金海南医院

我国医疗行业首部质量管理书籍发布

7月29日，由国家市场监督管理总局发起，我院内分泌代谢科主编的医疗行业首部质量管理书籍《卓越、坚韧、创新——瑞金内分泌质量管理实践》正式完稿发布。该书以内分泌代谢科在疾病诊治过程中实践质量管理的发展过程为蓝本，将量化的质量体系与经验编撰在册与同道分享，以期促进全国公立医院的高质量发展。

去年，内分泌代谢病学科凭借“以患者需求为驱动的七大体系内分泌疾病全程质量管理模式”荣膺第四届中国质量奖提名奖。设立于2012年的中国质量奖，是我国质量领域的最高荣誉。

此后，受国家市场监督管理总局邀请，我院内分泌代谢病学科作为唯一医疗机构代表参与质量系列丛书编撰工作。历经近一年时间，科室团队将“创新与标准化有机协同”的方法论、战略与绩效管理可持续发展模式、代谢病管理标准化实践等核心内容编写在书，旨在向全国推广先进的质量管理经验与理念，带动全国医院共同提升医疗质量水平，躬身质量强国建设之中。

“质量不仅是mass的问题，也有quality的问题。”中国工程院院士宁光院长谈古论今，从远古时代的物物交换讲到西方式的快餐文化，阐述了在疾病诊治过程中实现质量管理的探索路径。他说，医疗



质量是患者最关注的指标之一，也是评价一个医院医疗技术和质量水平的核心指标。此前几年间，我们全力以赴在全国各省建设国家标准化代谢性疾病管理中心(MMC)以推广标准化质量管理模式，今年所推出的业界首部关于医疗质量的书籍，希望把我们的经验上升为一个可复制、可推广、可借鉴的理论体系，推动医疗管理的标准化、规模化、集约化。

上海申康医院发展中心党委书记、主任王兴鹏表示，医院高质量发展的核心是进一步服务好广大的患者和社会，而瑞金内分泌学科所倡导的追求卓越、保持坚韧、不断创新的理念，正是高质量发展的重

要路径。瑞金人为上海市级医院树立了标杆，MMC的蓬勃发展更在全国范围内建立了标准化的临床诊疗规范。

上海市市场监督管理局质量发展处处长应钧从强化创新理念、强化示范带头、强化协同服务3个方面分享了质量管理的几点做法，他肯定了瑞金医院在宣传推广先进质量管理经验方面做出的贡献。

会议由内分泌代谢科主任王卫庆教授主持，来自全国国家代谢性疾病临床医学研究中心省级分中心、MMC的省级管理中心和示范单位的内分泌科代表参与了此次新书推介会。

□ 撰文 | 李东

我院SCI期刊年度影响因子大幅提升

近日，根据科睿唯安公布的2021年度《期刊引证报告》(Journal Citation Reports, JCR)，由我院和高等教育出版社和中国工程院联合主办的《医学前沿》(Frontiers of Medicine)影响因子由2020年的4.592，大幅提升为2021年的9.927。此外，由我院主办、上海交通大学主管的《转化神经变性病》(Translational Neurodegeneration, TN)杂志影响因子由2020年的5.551提升至2021年的9.883。

《医学前沿》(Frontiers of Medicine)创刊于2007年。该

期刊主编为我院上海血液学研究所陈赛娟院士、天津中医药大学张伯礼院士、哈尔滨医科大学杨宝峰院士和华中科技大学同济医学院附属同济医院外科学系陈孝平院士。

《转化神经变性病》是我国及国际上首本关于神经变性病转化医学研究的开放获取英文期刊。2012年1月，我院终身教授、神经内科陈生弟创办了该期刊。2019年TN被选入中国科协卓越期刊重点项目。

□ 供稿 | 科技发展处

康复科主任谢青当选中国康复医学会电诊断专业委员会主任委员

近日，中国康复医学会电诊断专业委员会进行了第五届换届选举，瑞金医院康复医学科主任、上海市瑞金康复医院副院长谢青当选为中国康复医学会电诊断专业委员会第五届委员会主任委员。

中国康复医学会电诊断专业委员会于1993年经中国康复医学会批准成立。致力于康复医学领域中肌电图与临床神经生理学理论与技术的研究、应用与创新，推动电诊断学在康复医学临床与科研中的广泛应用。

援滇医疗队为藏族双胞胎施行微创手术

小俊和小豪是一对双胞胎兄弟，这两位21岁的藏族小伙子却有着一个相同的烦恼。自打记事起，他们就发现自己的右侧腹股沟位置有时会鼓出一个鼓包，兄弟俩起初并没有在意，但随着年龄的增长，他们发觉鼓包越来越大，甚至平躺也不能让鼓包完全消失了。于是，家人带着兄弟俩来到迪庆藏族自治州人民医院就诊。

接诊的是我院援滇医疗队队长、胃肠外科蔡正昊医生，经过仔细问诊和检查，他判断兄弟俩是先天性腹股沟斜疝且伴有网膜嵌顿，只有手术才能彻底治愈。

尽管此类手术并不复杂，但放在兄弟俩身上，并不简单。3年前，哥哥小俊曾因为急性肾功能衰竭在ICU病房住了一月余才脱险。而弟弟小豪因先天性心脏病，在4年前做过缺损封堵手术。基于此，蔡医生对两人的心、肺、肾等脏器功能进行了仔细的评估后，请来了重症医学科邱毓祯

医生和超声科郑斌医生展开会诊。经过讨论，他们排除了手术禁忌，一直认为兄弟俩可以耐受麻醉及手术。

“都是未婚未育的孩子，这会不会影响生育啊？”术前谈话时，家人坐不住了，向医生抛出了自己的疑虑。蔡医生一边画图，一遍耐心为家属讲解手术的过程，他们想到的，没想到的，蔡医生都讲到了。一番解释，逐一消除了家属的顾虑。

一切准备就绪，7月26日上午9点，蔡医生首先为哥哥小俊进行了手术，松解粘连，回纳嵌顿的网膜，分离间隙、游离结扎疝囊、放置补片……操作一气呵成，45分钟后，蔡正昊又指导当地医生为弟弟小豪实施手术，仔细讲解了每个步骤的技术要点与注意事项。

手术顺利，次日，兄弟俩便可自由行走，原来的鼓包也消失不见，一家人悬着的心终于落地。

□ 撰文 | 张子晴



我院完成沪上首例机器人辅助下口腔种植手术

7月15日，口腔科高益鸣主任团队实施了一例口腔手术机器人辅助下的上前牙美学区种植手术，这是上海首例机器人辅助下的口腔种植手术。

接受该手术的患者是一位年轻女性，她因意外事故导致前牙缺失，迫切希望能够重拾笑容。高益鸣主任详细了解她的病史及美学诉求，决定采用数字化技

术，为她订制个性化种植方案。术中，高益鸣和李小曼医生共同按既定方案，在机器人全自动模式下，精准标定种植位点并逐级扩孔备洞。手术过程相比传统方式来说缩短了近一半。如今，这位女士恢复良好。

随着数字化口腔的发展，口腔治疗将会迎来更多可能，成为实现精准、微创、智能化医疗的

重要组成部分。以往，前牙美学区的种植及修复只能依靠医生的临床经验，简单来讲就是“手感”，如果出现偏差，就无法达到理想的粉白美学效果，还会导致牙龈萎缩、种植体颈部暴露等问题，而口腔手术机器人可以将精度控制在1°和0.5mm以内，极大提升种植手术的质量。

□ 撰文 | 米热阿力木·米阿迪力

某夜，睡梦中的小王突发昏迷、抽搐，一番检查下来，竟是急性高二氧化碳昏迷，在当地医院紧急实施气管切开后，便一直带着呼吸机。此后的7个月里，小王的脖子上一直有道可怕的切口，插管也始终裸露在外。白天的小王似乎一切正常，可是每到夜晚，二氧化碳水平升高，就必须带有创呼吸机来防止昏迷。为此，他不得不长期住院。难道要和这插管共度余生了吗？不甘心的小王和家人来到了我院进行治疗。

小王患的到底是什么怪病？气管插管能否拔除？排除了神经肌肉疾病后，小王便转入呼吸与危重症医学科。结合病史和睡眠多导监测监测，李庆云主任诊断小王患了“睡眠相关肺泡低通气症”，“这种病症是睡眠期间出现CO₂潴留，在一定诱因下可迅速加重并进展为急性呼吸衰

竭，导致昏迷，甚至危及生命。目前，小王似乎只能靠呼吸机才能入睡，但李庆云认为，小王可以通过“无创通气治疗”重返正常生活。

李主任和团队迅速制定了详细的策略，首先是拔除气管内的套管，考虑到气道塌陷等风险，便拔管将分步进行：第一步将有创套管型号分3次实现由大到小的更换，降低患者上气道通气阻力，再堵管行夜间经口鼻面罩无创通气。随后实施睡眠呼吸监测下的压力滴定，并逐步过度为无创通气支持。入院后的第三周，李主任认为拔管条件已经成熟，便果断实施，结合小王在前后半夜所需的无创通气压力不同的情况，李主任为其制定个体化的工作模式，使其不用整夜调整机器压力。

“终于拔掉了带了七个月的管子！”成功拔管后，小王能清

晰地讲出一句话了！陪伴在旁的母亲泣不成声。不久，小王便回到了工作岗位，近两年来的随访均显示呼吸机应用正常，未出现夜间异常状态。

“无创通气治疗”的不断完善，起到了优化临床无创通气治疗及慢性呼吸管理的作用。目前除了解决睡眠相关肺泡低通气症长期气管切开患者拔管后维持治疗之外，还应用于阻塞性睡眠呼吸暂停合并急性呼吸衰竭、不同类型慢性呼吸衰竭等患者的救治。许多和小王类似情况的患者，通过此项技术，从重症病房转到了普通病房，从医院回到了家里。据悉，此技术还将接轨“数字化-智慧-认知”医疗，强化规范化应用流程，引领国内无创通气治疗应用领域的发展。

□ 撰文 | 姚侃敏

无创通气治疗新模式的应用

瑞金医术

前三完成人：李庆云 李宁 林莹妮



我院迎来816位新职工

7月28日，我院举行2022新员工入职典礼，今年，总院共录用新员工616名，其中包括180名住院医师规范化培训基地学员，各个分院也迎来了新鲜血液，共有816名新员工加入瑞金大家庭！

院党委书记瞿介明以《牢记医者初心，成就瑞金未来》为题寄语新职工。他表示，奋斗是青春最亮丽的底色，行动是青年最有效的磨砺，新时代的中国青年生逢其时、重任在肩！习总书记将广大医者的初心概括为——敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆，瑞金在115余年的发展历程中，大师云集，不断追求卓越、锐意进取，也是对这种初心的生动诠释。今后，瑞金步入高质量发展之路，将沿着习总书记提出的“建成面向未来、具有影响力的亚洲一流示范性医院”的目标不断前进。希望大家牢记医者使命，以科学精神探索生命奥秘，永攀医学高峰，成就瑞金未来！

中国工程院院士、我院院长宁光寄语新员工，他希望大家认识到青春的珍贵，把握人生中最灿烂的年华——保持青春的“傻



气”，珍视好奇心，培养进取心，涵养平常心，保有善爱心。而且要坚持学习，不断训练自己的判断力和掌控力，日复一日，步履不停，成长为真正的栋梁之才。瑞金一定会成为全球医疗技术的缔造者和策源地、国家全生命周期健康示范地、上海灾害及公共卫生应急救援地以及社会亟需的医卫工作者的培训地，这不是一句话，而是一件件实实在在的事情，将在一代代瑞金人的手中接棒传承，“建成亚洲一流示范性医院”的宏

伟目标必将实现。院党委书记俞郁萍从广慈初创、广慈建筑、广慈精神、医院传统和文化品牌等五方面介绍瑞金历史，希望大家根植广慈传统，传承瑞金精神，创造一个无愧于时代、无愧于瑞金的卓越人生。人力资源处处长金玮带来《职业规划与发展》的课程，希望大家都能培养出强大的自我进化能力，不断地超越自己，扬帆起航。

□撰文 | 张子晴 韩康妮

援无锡分院医疗队凯旋

7月20日中午，我院援无锡分院医疗队圆满完成任务，凯旋归来！一场简短而温馨的欢迎仪式在科技楼举行，由副院长邱力萍主持。院党委书记瞿介明，副院长陈尔真、赵强，党委副书记俞郁萍以及相关临床科室、职能部门负责人出席仪式。

6月29日起，无锡分院全面投入抗疫工作，总院在第一时间给予支援，党委书记瞿介明、院长宁光每天两次视频会议全面指导，来自检验科、院感科以及急诊科、重症医学科、呼吸科、心脏科、肾内科、神经外科、眼科等临床科室60余位医务人员也陆续前往无锡支援。7月4日，宁光院长赴锡部署黄码医院的医疗和疫情防控工作，并陪同国务院督导组专家沈洪兵院士督查医院工作。

7月1日，院感科张祎博抵达无锡分院，规划“三区两通道”，并进行全院院感培训考核，组建院感队伍。次日，分院接连被指定为黄码定点医院，这期间完成80余个密接、黄码区域孕产妇家庭、新生宝宝的转运、诊疗各项工作，保证了血透、心梗、异物呛咳等各类危急重症患者的救治。

7月3日，总院检验党支部书

记、科副主任戴菁带领11人的检验团队抵达无锡，戴菁表示，两辆核酸检测车在40度高温的室外工作，舱内温度保持在30度以上，大家全套防护之后很快会全身湿透，体能消耗巨大。随着总院第二批、第三批队员抵达，分院院长邵洁帮助调用了病理科全新的PCR实验室，人员、场地均得到优化，检测通量迅速提升，最高达到日均近4万管。截止7月18日，核酸检测支援队共完成12余万管核酸检测。无锡分院开放了24小时不间断的“新瑞热线”，帮广大患者解决就医难题。在呼吸科周剑平副主任医师指导下，接听志愿者实时更新接听规范，累计接听2500余通求助电话，在全院支持下，助患者解燃眉之急。

党委书记瞿介明表示，今年春天，无锡分院派出医疗队支援上海抗疫，让我们在早春寒风中倍感温暖；此次总院支援无锡抗疫又面临高温挑战，大家依然出色完成了所有工作，给分院送去了及时的清凉，大家召必应、战必胜，充分展示了瑞金人的优良品质。之后，希望大家将抗疫的精神融入日常工作，以更好的成绩迎接党的二十大召开。

□撰文 | 韩康妮

治“胰腺”功夫在“腺”外， 穿刺引流化险为夷

知天命之年的老钟罹患胰腺癌，他与这个号称“癌王”的疾病抗争了几个月，由于治疗牵一发而动全身，一度陷入死胡同。老钟提着身上的引流袋来到瑞金消化科，希望这里给他找一条生路。

由于肿瘤已包住了重要血管，无法通过手术切除，加上梗阻性黄疸，肝功能急剧下降，常用的化疗手段也不能用，此外瘤体还压迫了十二指肠，导致消化道也发生梗阻，连营养也无法摄入……重重难关将老钟围住，见多识广的消化科张敏敏医生也有些投鼠忌器。

病史显示：为了尽快降低黄疸，当地医院在老钟身上开了一个小口，做了个引流管，将胆汁引流出来，但胆汁不仅从管子中引流出来，还从皮肤的穿刺处不断地渗出，衣服经常湿漉漉的。张敏敏医生想，瑞金消化在内引流上颇有心得，能否一试？此外，由于肿瘤压迫消化道，营养补不上去，就像打仗时后方补给跟不上，仗怎么打得赢？因此，治疗需要从外围做起——先放置肠道支架，再通过内引流解决胆道梗阻，赶走这两个拦路虎，胰腺肿瘤治疗才能继续。

手术当天，随着肠道支架被成功放入，老钟的消化道顺利打通。但由于肿瘤已侵犯了胆管开口，常规ERCP下无法放置胆道支架，在内镜超声评估胆道后，张敏敏医生决定改行内镜超声引导下胆道引流。这是目前消化内镜最复杂的技术之一，需结合超声、内镜及X线等多种技术。在祁可技师的精准定位、毕寅莹护士默契配合下，张医生在老钟的胆管与肠道内放入了一根胆道支架，胆汁从支架内汩汩流入肠腔内，手术成功！

“对下段的胆管梗阻的病人来说，超声内镜引导下胆道引流术是一种新的选择。”消化内科主任邹多武表示，传统的引流方式会造成胆汁的丢失、脂溶性维生素的缺乏，而且管子容易堵、脱落、造成感染，胆汁还容易渗漏，患者生活质量很低。现在通过超声穿刺，胆汁引流到胃肠内，走的是和原来生理状态下类似的路，可以有效避免炎症的发生，提高病人生活质量。

术后，老钟3天内正常进食，7天拔除了引流管，开始了胰腺肿瘤的治疗进程。目前，老钟已顺利接受了化疗，化疗后一切指标正常。老钟说，天命之年是我人生的一道坎，瑞金医院帮我跨过了这道坎，我可以继续奔向花甲之年古稀之年。

□撰文 | 李东

战高温！院领导慰问一线职工

近期持续高温，给广大医务工作者带来了严峻“烤”验。热浪滚滚之下，瑞金人仍然坚守一线，以实际行动服务病患。7月13日，院党委书记瞿介明，副院长邱力萍、赵任等院领导与院工会一行为总院和北部院区的瑞金人送去清凉，慰问了奋战在急诊一线的医务人员以及在高温环境下作业的职工。

7月以来，我院急诊平均每天接收33辆救护车，需要进入急诊抢救室的危重病人平均每天达11人，滞留在抢救室的病人数37人左右，目前为止虽无明确诊断为中暑的患者，但急诊接收了很多无力承受热浪袭击的慢性肾衰竭、呼吸衰竭、脑梗死和脑出血、心力衰竭及慢性贫血等患者。

此外，医院的良好运转同样离不开各类保障人员，他们在高温环境坚守岗位，为医患服务——有人在食堂后厨忙碌，有人顶着烈日奔波在医院各处进行维修作业，有人需要长时间



在户外工作……他们的辛苦付出让患者放心，让同事安心。

院领导叮嘱大家做好防暑降温工作，保证身体健康，同时也要做到疫情防控不松懈。大家纷纷表示，将继续

发扬战高温、抗酷暑的精神，坚守岗位，服务好每一位患者。之后，院工会将为全体在岗职工送上消暑物品，为所有瑞金人送上一份清凉。

□供稿 | 工会

生了脑干致命血管瘤的理发师又能理发了

6月30日，38岁的理发师王女士回到我院神经外科门诊随访，她兴奋地对卞留贯主任说：“卞医生，我又能理发了！”而一年多前，王女士的健康状况令人担忧：走起路来发“飘”，腿脚不听使唤，发剪也拿不稳了，当地医院检查显示她的脑中有出血，建议到大医院看看。

卞留贯主任接诊后，详细了解病史之后发现：王女士的脑干约有直径1公分的出血，血肿位于桥脑中心，这个位置附近神经核团聚集，直接手术风险、损伤都较大，而再观察一阵，血肿则可能自行吸收。因此，医生建议王女士密切随访。

2个多月后，王女士由于症状加重被送到我院急诊，此时她头痛剧烈，

双下肢无力，视物模糊，话也说不清了，急诊CT提示：桥脑高密度结节，直径约2公分，占位伴出血可能，随时有生命危险，进一步的脑血管造影明确此次出血是桥脑海绵状血管瘤导致的。作为一种良性疾病，海绵状血管瘤若发生过出血，再次出血的可能明显增加，积极手术去除病灶是更好的选择。

在麻醉医生、手术室的密切配合下，卞留贯手术团队为王女士进行了神经电生理监测下的桥脑海绵状血管瘤显微切除术。脑干是重要神经密集部位，脑干海绵状血管瘤长在脑干内部，被密密麻麻的神经组织包裹着，要在完整切除病变的情况下不损伤健康组织，手术难度很高。手术团队小

心地探查、清除了既往出血后的血凝块，之后在严密的电生理监测下，卞主任分块切除致病的罪魁祸首——“桑椹样畸形血管团”，同时保护好周围的结构，手术顺利完成。

术后两周王女士出院，现在她已基本康复，几乎和常人无异！“脑干手术是曾经的手术禁区，现在，通过精准的显微神经外科技术，可以最大程度让患者获益！”卞留贯主任表示，手术帮患者完全去除了病变，更重要的是，未伤及正常脑组织，而且患者自信乐观，坚持通过康复重新“唤醒”神经网络，让萎缩的肌肉、僵硬的关节重新动了起来，人生也重启了，为她感到高兴！

□撰文 | 韩康妮

一吹空调就腿疼， 这项运动拯救你的“空调腿”

炎炎夏日，很多人选择躲进空调屋续命，但是长时间地吹冷风，容易给膝关节、髌关节，脊柱及手指关节等部位带来巨大的压力，引发滑膜炎、滑囊炎、膝关节炎等疾病，也就是我们常说的“空调腿”。拯救“空调腿”，骨科医生强烈推荐游泳运动。

① 游泳更能保护膝盖

当人在水中活动时，由于受到浮力作用，许多原本的承重关节处于放松状态，游泳可以使关节在低重力负荷的状态下得到锻炼。研究显示，非负重的水上运动相较于关节有负重的陆地运动而言，能在短期内为膝关节炎患者带来明显的益处，并且具有更高的安全性。如果坚持长期有规律的游泳，不仅可以减轻关节的负担、缓解关节的疼痛、改善关节的活动，还能有效减轻体重、阻止骨关节炎的进展，效果显著。

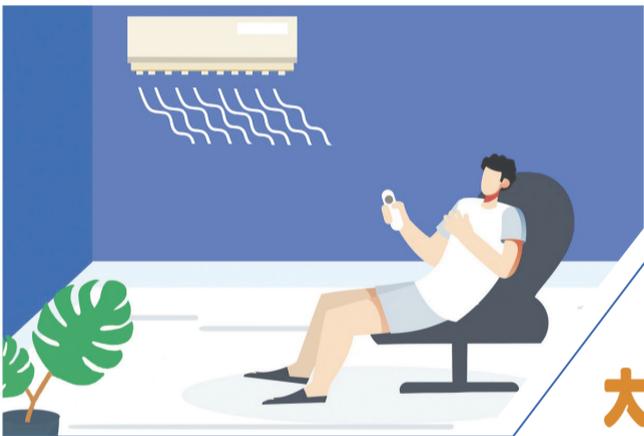
② 温水的妙处

夏天由于气温关系，人体在游泳时正处于32℃至36℃的温水环境中。温水不仅可以减轻肌肉骨骼系统的疼痛以及关节僵硬，还能放松肌肉，使得膝关节炎患者获得更好的康复效果。

③ 游泳的诸多益处

游泳是一项老少皆宜的体育运动，无论是对青少年还是老年人都大有裨益，不仅可以塑造人的身体形态，增强人的身体机能，还能促进我们身心健康发展。同时，游泳又是一项特别的运动，它不仅是锻炼身体的好方法，同时也是治疗许多慢性病的理想手段。尤其是对于许多患有肌肉骨骼系统疾病者，有规律地进行水上运动能在一定程度上缓解他们的疼痛、改善身体的生理功能以及提高生活质量。

□ 撰文 | 骨科 张尹 叶庭均 王蕾



近日，福州19岁男孩小辉在剧烈运动后一口气喝光一瓶冰饮料，随即感到胸闷、胸痛，被送往医院抢救，最终因心梗抢救无效去世，让人痛心。盛夏从来都是心脑血管意外高发的时期，除了猛灌冰水，还有很多小习惯也会让心脏饱受负荷，需要大家引起重视。

① 口渴后快速灌水

夏季温度高出汗多，容易口干舌燥，很多人十几秒就喝下一瓶水，虽然一时解渴了，可心脏却会承受不了。适当补水能降低血液黏稠度，但如果喝水喝太快，水分会快速进入血液，造成血容量增加，很容易加重心脏的负担。因此，夏天喝水不能一次性摄入过多，要少量多次，每次喝50~100毫升左右；喝水应以白开水为主，出汗多时适量补充电解质，如盐分、钾，避免选择碳酸饮料及其他含糖量高的饮料等；晚上睡觉前和早晨起床后应喝一杯水，以降低血液黏稠度，预防血栓形成，减少心脑血管疾病突发的可能。

② 为降温冲冷水澡

夏天炎热，人体温度高、出汗多，工作或户外活动回家后使用凉水洗脸、冲澡，这个习惯十分危险。因为这种突然的冷刺激，会让大脑和心脏处于缺血状态，有时甚至会形成血栓，造成急性心肌梗死。因此，工作或户外活动回家后，应先擦干身体的汗，休息10~15分钟后，再用温水洗澡；洗澡时间可控制在20分钟内；在饥饿和饱餐状态下不能洗澡。

③ 过度依赖空调

闷热天气，多数人都会长时间待在空调房中。



坚持涂防晒霜还是晒伤了？ 你可能忽略了这些细节

晒指数（SPF）越高，并不代表防晒效果越好——SPF34的试验防晒品仅仅比SPF15的防晒品多抵御4%的UVB。此外，SPF值越高，所含防晒成分越多，皮肤的负担也越重。因此，SPF值的选择应根据具体情况来确定，无需盲目追求高防晒指数。

PA值是日前评价长波紫外线（UVA）防护效果较常用的标准（+~++++），PA等级越高，防护效果越好。

长波紫外线（UVA）带来的损伤会在日积月累的过程中逐渐显露，更容易被人忽视。因此，从儿童期开始，就应该注意避免接触过多UVA，尤其在盛夏季节。由于UVA能透过玻璃，就算在室内或车内也不能对它掉以轻心。

② 防晒产品用量、用对时机才起效

选对了防晒品，若用量和使用时间不当同样达不到预期防晒效果。大家在使用防晒产品时，应使用标准用量，一般来说倒在手上约一块硬币大小用量，涂满全脸为宜。

防晒霜涂抹后需要一定时间才能在皮肤表面形成一层保护膜。因此，最好在涂抹防晒霜30分钟后再出门。夏天出汗多，易破坏已经形成的保护膜，可以每1~2小时重复涂抹一次。

③ 敏感皮肤更需要防晒

敏感性肌肤角质层薄、耐受性

差、易激惹，更需做好防晒工作。敏感皮肤者除了要关注产品的防晒功效外，还要关心其安全性。宜选择专门针对敏感性肤质的防晒产品或产品说明中标有“通过过敏性测试”“不含香料、防腐剂”等说明文字的产品。

在正式使用前，可先在自己的手腕内侧或平时最易过敏的区域试用一下，观察24~48小时。需要提醒的是，在过敏性皮炎急性发作期，一般不建议使用防晒产品。外出建议以物理防护为主，包括戴太阳帽、穿长袖衣服等。

当然，对于肤质非敏感的普通人群来说，物理防护也十分推荐。

④ 晒伤了，这样处理最科学

如无明显疼痛，仅有局部皮肤红斑、轻度灼热感：不需使用任何药物，可用饮用水作湿敷，每日2~3次，每次15~20分钟。如除晒后红斑外，若还伴有明显疼痛，且在24小时内出现水疱者需及时去医院处理。通常，医生会先使用小剂量糖皮质激素以减轻晒后炎症，随后作局部湿敷处理。如果急性晒伤后2~3天，会出现皮肤屏障受损的表现，如脱屑、瘙痒、色素增加等，需要加强保湿、皮肤屏障修复，如使用无刺激的保湿面膜、保湿乳液等。

□ 撰文 | 皮肤科 李霞

夏日炎炎， 大口饮用冰饮料小心导致心梗！

但一旦出门到高温的环境中，温度的骤然变化很容易导致血管急剧收缩或扩张，引起血液循环障碍，容易发生心脑血管意外。因此，应先缓上几分钟再进出空调房；在家空调温度要慢慢调低，设定在26~27度左右，温度不要过低，与室外温差不要超过8度；如果去商场、地铁内等冷气很足的室内时，要提前备好一件薄外套，以防受凉。

④ 时常吃火锅烧烤

夏季闷热潮湿，通常人们的活动量不大，吃火锅涮肉过多会摄入过多热量，可能会导致动脉硬化等情况，患有高血压、高血脂、高血糖的“三高”人群应更加注意适量摄入高蛋白食物。因此，夏季可以选择绿豆百合汤等消暑的汤品，饮食上宜低盐低脂；多以新鲜蔬菜、水果、豆制品等为主，还要经常吃些瘦肉、鱼类，保证蛋白质摄入；要特别注意饮食卫生，少吃大排档、冷饮，以免发生腹泻。

⑤ 心焦气躁睡不好

炎热天气会使人焦虑烦躁，若是伴随着不佳情绪入睡，睡眠质量也会大打折扣；而交感神经长时间处于兴奋状态，心脑血管得不到充足的休息，心肌细胞过度劳累、耗氧量增加，更容易诱发心肌梗死。因此，晚餐可以吃到7分饱，过度饱食影响睡眠；睡前可以听点轻音乐，减缓紧张情绪，使人放松，有助于入睡；再则可以选择一个合适的枕头：枕头不合适，不仅颈椎不舒服，也容易打呼噜的情况。

□ 撰文 | 心内科 朱西琦

人们常说眼睛是心灵的窗户，那么眼皮就像一副窗帘，悬挂在眼球表面，按照一定的节奏完成开开关关的工作。一说到眼皮跳，大部分想到的是“左眼跳财，右眼跳灾”。这个说法其实很迷信，压根没有任何道理，许多人却愿意相信。

眼睑跳动这种情况被称作眼睑痉挛，是由于眼轮匝肌以及支配眼轮匝肌的神经出现病变，从而导致眼轮匝肌不自主的抽动。如若抽烟喝酒过度，饮用含咖啡因的饮品，可能会导致眼皮跳。精神紧张，用眼疲劳，缺乏睡眠，药物等因素则会引起生理性的眼睑跳动。此外，结膜炎、角膜炎，眼外伤，脑炎，脑血管疾病，肌张力障碍、痉挛性斜颈、多发性抽动症，良性原发性眼睑痉挛，帕金森病及多发性硬化早期等疾病，也都可能会引起病理性的眼睑跳动。

发生眼睑跳动时，可首先尝试减少茶、酒、咖啡摄入量，减少吸烟量；保持充分的睡眠；保持角膜湿润，不要长时间盯着电子屏幕，或断续使用人工泪液；采用热水洗脸或热毛巾敷脸等方式自治。但是当以上方法尝试后均无效时，就应考虑是否为病理性眼睑跳动，应记录眼睑跳动出现的时间和持续周期，尽快就医。

如若出现眼皮跳持续时间超过一周；眼皮彻底闭合且睁眼困难；有进行性加重趋势、伴有单侧或双侧面部抽搐、伴有颈部肌肉抽搐；或是眼皮伴随眼睛发红、酸涩且流泪的症状，就应毫不犹豫地前往医院就诊，寻求专业医疗诊治。无论由何种原因引起的眼睑跳动，如果出现长时间持续地眼皮跳，休息过后也不缓解，甚至出现加重的情况，就需要及时就医了。

□ 撰文 | 唐文婕 杨钊 徐雯莉

「左眼跳财，右眼跳灾」其实是场骗局