



广博慈爱 追求卓越

第 641 期

2022 年 9 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

2022 公立医院高质量发展高峰论坛召开

在上海交通大学医学院创建 70 周年、我院建院 115 周年之际，“2022 公立医院高质量发展高峰论坛暨第三届上海医院高质量发展高峰论坛”于 9 月 15 至 16 日，在上海国际会议中心召开。本次论坛由我院主办，国家卫生健康委、国内外医疗卫生行业、国内大型三甲医院等专家通过线上线下方式，就公立医院如何落实高质量发展的关键问题与重要方略展开深入探讨。

论坛上，《2022 公立医院高质量发展报告》首发的同时，高水平公立医院高质量发展联盟成立。主论坛由我院党委书记瞿介明书记主持。

中国工程院院士、我院院长宁光致辞中表示，习近平总书记曾对瑞金医院提出“建设成为面向未来的“亚洲一流的示范性医院”的殷切期望，医院将继续围绕“三个转变”，结合自身特点，努力把我院建设成全球医疗新技术缔造者及策源地、国家全生命周期健康服务示范地、上海公共卫生应急和灾害救援地、社会亟需卫生健康从业者培训地，紧扣综合类国家医学中心，推动公立医院高质量发展，为开创医院高质量发展新格局做出新的更大贡献。

中国科学院院士、上海交通大学常务副校长丁奎岭指出，高质量发展事关社会主义现代化建设的全局，《2022 公立医院高质量发展报告》的发布是上海交大中国医院发展研究院助推公立医院高质量发展



重要成果之一，希望以此为契，将论坛打造成政府、学校、医院多方互动、资源互通、优势互补的平台，为医疗卫生服务事业的高质量发展作出更大、更多贡献。

国家卫生健康委医政医管局局长焦雅辉阐明了公立医院高质量发展的内涵和任务，她从“不断健全高质量发展新体系”、“有效引领高质量发展新趋势”、“提升新效能和活力” 3 个方面介绍了公立医院高质量发展工作取得的初步成效。她同时讲到，在看到成绩的同时，也深刻认识到，公立医院高质量发展不是一蹴而就的，需要接续奋斗久久为功。

上海市副市长宗明提到，在大上海保卫战当中，瑞金医院牢记公立医院的使命，为打赢大上海保卫战作出了重要的突出贡献。她说，瑞金医院作为首批高质量发展试点医院之一，率先探索公立医院高质量发展的瑞金模式，积极布局

“十四五”高质量发展的规划，上海市政府也将进一步加大支持力度，全力支持瑞金医院打造成为全国公立医院高质量发展的样板，以点带面发挥示范作用，带动全市乃至全国公立医院高质量发展取得更大成效。

中科院院士、十三届全国人大常委会副委员长陈竺致辞说，作为公立医院高质量发展的排头兵，希望瑞金医院在坚持公立医院公益性方面继续走在全国前列，在疑难疾病、重大疫情的救治方面，在医院数字化转型、科研成果转化和具有全球影响力的国家级医学中心建设等方面发挥引领示范作用，加速建设成为亚洲一流的示范性医院。

去年 6 月，国务院办公厅印发了《关于推动公立医院高质量发展的意见》，明确了公立医院高质量发展的目标、方向和举措，为新阶段公立医院改革发展提供了根本遵循。国家卫生健康委体制改革司司

长许树强、国家卫生健康委医政医管局医疗资源处副处长王斐分别对于公立医院高质量发展的核心要义、高质量发展试点医院的重要任务以及公立医院高质量发展评价指标体系进行了深入的解读。

论坛上，作为公立医院高质量发展的重要研究成果，《2022 公立医院高质量发展报告》首次发布，将为公立医院探索高质量发展新路径的有益参考。中国工程院院士、上海交通大学副校长、上海交通大学医学院院长范先群介绍了《2022 公立医院高质量发展报告》的主要内容，为我国公立医院高质量发展提供学术研究支持。

随后，我院发起倡议成立高水平公立医院高质量发展联盟，为推动同行交流合作、挖掘和推广先进医院发展经验提供平台，推动全国公立医院高质量发展取得实质成效。

医院如何发展才是高质量的？不同的医院管理者心中有着不同的答案。“全球视角下的亚洲一流公立医院高质量发展”主题圆桌会议由瑞金医院副院长沈柏用主持，我院党委书记瞿介明，中国工程院院士、上海交通大学副校长、上海交通大学医学院院长范先群，南京大学医学院附属鼓楼医院党委书记穆耕林，香港大学深圳医院党委书记徐小平，华中科技大学同济医学院附属协和医院院长胡豫，北京协和医院副院长杜斌，中国医学科学院阜外医院副院长赵韡 8 位嘉宾从不同

角度、不同层面互动交流，分享了有关建设亚洲一流医院的独到见解。

在瑞金医院副院长赵维莅主持的题为“构建新型国际公共卫生治理体系中国医学中心的机遇与挑战”圆桌会议中，中国工程院院士、瑞金医院院长宁光，中国科学院院士、复旦大学附属中山医院院长樊嘉，浙江大学医学院附属第一医院院长黄河，华中科技大学同济医学院附属同济医院院长刘继红，中山大学附属第一医院院长肖海鹏，西安交通大学第一附属医院院长吕毅 6 位嘉宾针对在新的公共卫生治理体系下建设国家医学中心的机遇与挑战各抒己见，进行了全方位的交流切磋。

9 月 16 日下午，六大不同主题的学术论坛平行召开，来自卫生健康行政部门、医学院校、医疗机构、企业等不同行业的逾 50 位专家砥砺学术，共商高质量发展大计，可谓是精彩的学术盛宴。

学术论坛分别围绕“医疗技术创新、成果转化，推进医院高质量发展”、“聚焦学科建设，引领公立医院高质量发展新趋势”、“提升新效能，加强高质量人才队伍建设”、“激活新动力，推动智慧医院科学化建设”、“高标准党建引领公立医院高质量发展”、“聚焦国家公立医院绩效考核，促进医院高质量发展”六大主题展开。

□ 撰文 | 李东 刘志刚

本版责任编辑 李东

首台国产质子治疗系统获批上市 将在我院肿瘤质子中心正式投入使用

2022 年 9 月 26 日，国家药品监督管理局批准了上海艾普强粒子设备有限公司生产的“质子治疗系统”创新产品注册申请，标志着首台国产质子治疗系统将在我院肿瘤质子中心正式投入使用。

我院作为质子治疗系统临床试验承担单位，自 2021 年底开展固定束和 180 度旋转束治疗室临床试验。在为期半年的临床试验期间，我院团队克服上海疫情困难和影响，验证了质子射线射程的精准性和稳定性，通过不同受试者的病情特点，明确临床

应用场景，探索建立了符合中国人群的质子治疗技术和临床标准化操作规范，形成质子治疗系统应用于肿瘤治疗的系统性、标准化、规范化的“瑞金方案”。

本次临床试验涉及头颈、胸腹、盆腔和脊柱等部位的 11 个瘤种，治疗后，前列腺癌患者前列腺特异性抗原（PSA）水平迅速降低至正常水平；颅底脊索瘤患者视力大幅度改善；侵袭性垂体瘤泌乳素水平持续下降，病态肥胖改善；骶尾部脊索瘤患者尿控恢复正常，肿瘤得到有效控制等。

临床试验结果证明，受试者经质子束照射治疗后，肿瘤症状、体征和标志性肿瘤指标明显改善，肿瘤控制率达到 100%，其中近半数受试者的肿瘤病灶完全消失，一成受试者肿瘤病灶明显缩小。同时，质子束精准“爆破”的特点，有效控制了其对正常组织的照射剂量和体积，减少放射治疗对正常组织的副作用和因治疗对患者生活质量的影响。下一步，我院将进入正式临床治疗肿瘤患者的阶段。

□ 撰文 | 唐文佳

内分泌团队在《柳叶刀》杂志发表文章

9 月 3 日，内分泌代谢科、上海市内分泌代谢病研究所、国家代谢性疾病临床医学研究中心王卫庆教授领衔团队在《柳叶刀》杂志发表通讯文章：《Protecting older people: a high priority during the COVID-19 pandemic》，重点阐述了新冠疫情保护老年人群的重要性和可行策略。

该通讯文章作者包括我院内分泌代谢科、上海市内分泌代谢病研究所、国家代谢性疾病临床医学研究中心（上海）张翼飞、宁光，上海交通大学医学院附属第一人民医院内分泌代谢科王育璠，上海申康医院发展中心医联工程与信息化部何萍。通讯作者为王卫庆教授。

□ 供稿 | 内分泌代谢科



我院举办庆祝第 38 个教师节大会

（详见 3 版）

喜讯

- 在 9 月 29 日上午召开的上海市质量工作会议上，我院副院长陈尔真荣获本市最高质量荣誉——2021 年度上海市市长质量奖。此前，我院内分泌代谢科曾在 2019 年获得上海市质量金奖。
- 9 月 27 日下午，2022 年上海市“人民满意公务员”、五一劳动奖表彰大会在沪举行。瑞金医院灼伤整形科荣获 2022 年全国工人先锋号，普外科副主任、乳腺疾病诊治中心主任沈坤炜，副院长邱力萍荣获 2022 年上海市五一劳动奖章。
- 9 月 14 日，2021 年度上海医学科技奖一等奖答辩会暨奖励委员会委员会会议在上海市医学会举行，表彰在医学领域科技进步中做出贡献的优秀项目团队，我院谢青（感染科）团队荣获一等奖，陈尔真、陈德昌团队分获二等奖。
- 9 月中旬，瑞金医院转化医学国家重大科技基础设施（上海）团队荣获 2022 年上海交通大学“校长奖”。
- 9 月 7 日下午，上海市医师协会康复医师分会换届选举会议召开，我院康复医学科谢青主任当选会长。

瑞金海南医院开展全国首例冠状动脉斑块旋磨手术

9月23日，我院心内科主任张瑞岩教授团队在瑞金海南医院连续完成两例冠状动脉内斑块旋磨手术，采用的是波士顿科学公司RotaPro™旋磨介入治疗系统，这是该产品在中国首次临床应用，同时也是瑞金海南医院试运行以来的首台手术。

冠状动脉斑块旋磨术是临床公认的冠心病重度钙化病变的首选，但因手术操作相对复杂、对术者要求较高，一直难以在临床广泛普及。波士顿科学的RotaPro产品通过一体化推进器控制旋磨头的转动，简化了手术步骤，同时可以实时显示旋磨转速，便于医生学习和规范操作手法。本次项目的落地，有望推动更多微创介入前沿技术落地瑞金海南医院。张瑞岩教授表示，通过PCI手术治疗，将极大缓解高龄患者的临床症状，提升生活质量。



启动仪式上，中国工程院院士、我院院长宁光在致辞中表示：“RotaPro™旋磨介入治疗系统的成功应用有望推动更多微创介入领域的前沿技术加快落地中国，瑞金海南医院也将以这一国际领先的特许设备先行先试投入启动为契机，聚焦院际合作，以加快实现海南人民‘大病不出岛’，助

力中国人民‘大病不出国’的战略目标。”

乐城管理局党委委员、副局长符祝表示，瑞金医院充分发挥“先锋队”的作用，引领乐城先行区医疗卫生事业的发展。海南省卫生健康委医政医管局局长高新谱提到，相信乐城必将成为健康中国战略的创新引擎。海南省药品监

督管理局药品注册与生产处处长李丽静认为，这既是多部门协调联动的一重要成果，也是国际药械企业、医疗机构及医生专家对乐城发展充满信心的体现。瑞金海南医院党委书记、院长顾志冬介绍，“此次落地的新器械，填补了中国该项技术空白。”波士顿科学大中华区总裁张璐女士说，此次“先行先试”合作的顺利展开，为乐城的2.0时代注入了新势能。

作为我院115周年院庆系列活动之一，海南省创新医疗院长圆桌会于同日胜利闭幕。圆桌会上，围绕“发挥政策优势，加强省内合作，增加百姓获得感”、“通过驻琼沪医合作联盟医院，带动区域医疗发展”等主题，参会嘉宾们积极展望未来沪琼两地院际合作前景，并共同签署了《驻琼沪医合作联盟倡议书》。

□供稿 | 瑞金海南医院

147项国家自然科学基金 创我院历年新高

2022年度我院申报国家自然科学基金数846项，获国家自然科学基金项目资助147项，较去年增加13.95%，居交大首位，申报数量与中标数量均创历年新高。获重点人才等基金6项，老年医学中心喜获国家杰出青年科学基金1项，系我院连续两年获国家杰出青年科学基金资助；重点项目3项，区域创新发展联合基金1项，原创探索项目1项。经过医院多年的青年培育基金投入与支持，青年项目获资助数69项，创历年之最。

本年度获得国家自然科学基金项目资助的学科涵盖42个临床科室及研究所，多个学科表现优异，特别是麻醉科、烧伤整形科，经过多年的努力，分获国家自然科学基金4项，取得历史性突破。

□供稿 | 科技发展处

我院召开第七届瑞金胸外国际论坛

9月19至24日，瑞金胸外学术周暨第七届瑞金胸外国际论坛于线上顺利召开，会议囊括食管癌、肺癌、肺移植、纵膈气管胸壁、医学教育、护理论坛六大专场，国内9家大型胸和外科中心10台手术直播吸引10万余人次观看，200余位国内外学者共同探讨胸外科学界最前沿的热点论题，即肺结节如何作到精准微创切除、食管癌如何优化综合治疗、如何进一步加速开展肺移植手术等。

瑞金胸外国际论坛自2016年以来已成功举办七届，得到了国内外胸外领域专家的大力支持，会议规模和学术质量均取得了丰硕的成果。本次论坛的主题是“精进以砺技，研深而致远”，共同探讨复杂机器人手术、肺移植、气管肿瘤等高难度手术技术，关注免疫治疗、新辅助治疗等综合治疗前沿热点，同时也围绕医学教育、专科护理展开深刻讨论，共同助力优化胸外科疾病的诊疗水平。

□供稿 | 胸外科



三亚沙场又点兵：心怀瑞金，情系天涯

9月3日，我院援助三亚医疗队启程回沪，自8月16日以来，他们已在三亚地区的方舱连续工作19天。此次医疗队由队长陈巍带领，共记50人，包括10名医生、38名护士以及2名辅助人员，其中过半队员有着武汉、上海一线抗疫经验，曾参与新冠重症病房、定点医院、方舱医院的救治工作。

医疗队负责的主要区域是三亚第三方舱C2区域，收治轻症和无症状感染者。自8月17日以来，已经有156位患者痊愈出舱，他们中，年龄最大的84岁，最小的4个月。开舱第一晚，一个叫小钥匙的女孩和她的外婆引起了队员们的注意，小钥匙今年才10岁，而她外婆是阿尔兹海默症患者，为照顾好这“一老一小”，护士将她们安置在离护士站最近的地方。小钥匙和外婆都无法正确表达自己的想法，一口海南当地方言，也使医疗队员听得一头雾水。为了解老人的病史和需



求，队员们在病区里不断寻觅老人的同乡，通过他们的“翻译”，才帮老人完成了登记手续，同时，还联系上了祖孙俩的家属，当电话里听到医疗队的声音，家属们一颗心才落了下来。

医疗队员们不仅自己来到了三亚，更是把瑞金医院的精神带到了三亚，比如说C2舱内的“197号”文化角。支部书记苏頔为将瑞金美丽的院景、百十年的文化做成海报、展板，布置在墙

上，吸引不少患者驻足观看，舒缓了他们的压力。据了解，今年52岁的工勤师傅陈祥福也是随队出征的队员之一，主要负责收垃圾，发饭，还有消杀工作。他说，虽然来我院时间不长，但他也是一名抗疫老兵了。在今年春天大上海保卫战中，他在嘉荷方舱工作，后来又去总院急诊支援，这次又报名来到三亚，正是为了与海南人民并肩而行。

□撰文 | 李东

一次体检打破了28岁小爱的平静生活——报告显示，她的右肺下叶发现一个6mm的混合磨玻璃结节。依据当时的形态胸外科，医生建议先随访观察。半年里，这个“磨玻璃结节”一直笼罩在她的心头。经过抗炎治疗，CT检查显示结节不见缩小还增大了，由于，结节恶性可能性较大，医生建议她进行手术治疗。尽管有心理准备，但她还是不太能接受。

考虑到患者年纪，经过缜密评估和沟通，医生决定为小爱实施磁导航支气管镜，以期在手术中精确地定位肺部结节的位置，从而尽可能少切肺组织、实现病灶的精准切除。磁导航支气管镜是将磁导航技术、支气管镜检查术及三维重建技术等结合起来的高新技术，利用体外磁场定位板来引导气道内探头来进行肺部靶病灶的定位、活检及治疗。简单来说，磁导航就好比手术中的“GPS”定位系统，可以引导医生准确

抵达“目的地病灶”，然后进行更加精准有效治疗。这项技术不同于传统穿刺定位，小爱在完成麻醉后，医生可以在导航引导下路径下准确到达病灶附近，并进行荧光定位，进行肺叶的部分切除，并成功找到定位结节。整个定位过程中没有出血、气胸等并发症，术后该患者病理为微浸润腺癌。正是因为有了精准的导航定位，医生在为小爱切除病灶的同时，保留了更多的肺组织和肺功能，小爱术后2天便顺利出院了。现在的她，不仅回归了正常工作，还可以进行最喜欢的健身。

据胸外科主任李鹤成介绍，呼吸道由气管到肺泡一共有24级分支，就如复杂的公路网，由国道一级一级延伸至乡间小道，而磁导航支气管镜的操作过程就如开车经北斗导航到达目的地。术前，临床医生利用导航软件基于患者术前的CT影像制作出肺部3D模型，并在其中选择通往病灶的最佳路

线。术中，在实时导航的指引下，医生可快速在纵横交错的支气管树中将诊疗工具送至病灶附近。在这个过程中，极其细小的穿刺导管可以到达5、6级以上的细支气管。

在李鹤成主任的带领下，我院胸外科始终紧跟国际先进步伐，不断探索，将国内外最精尖技术应用于临床，继荧光腔镜、3D打印、AR（增强现实）定位后，电磁导航支气管镜这一高精尖医疗设备的装配并成功应用，标志着瑞金胸外科肺癌/肺结节诊疗迈入新篇章。瑞金胸外科还成立了肺小结节微创一体化诊治中心和ERAS胸外科示范中心，不仅为患者带来了“诊疗一体化”的便利，更是将这些新技术将与瑞金胸外现有的机器人手术、单孔胸腔镜手术、术前智能三维重建有机结合，实现肺癌/肺结节诊断“更精准”，治疗“更微创”，造福更多患者。

□撰文 | 唐文佳

9月-12月期间，上海市生物医药产业促进中心和广慈-思南国家转化医学创新产业园区在上海市生物医药产业发展领导小组指导下，联合上海市各级政府部门、社会团体和相关医疗、科研机构，依托上海市乃至长三角医疗、产业和政策资源，为了发挥医学临床在生命健康产业发展中的创新引领作用，加快以临床需求为中心的生命健康产业创新，形成以临床需求为中心的医产学研生态融合，举办了创新大赛。大赛主要针对以临床需求为导向的生命科学领域前沿科技创新成果，面向医疗卫生机构及相关科研院所的医护人员、科研人员、管理与服务人员等，聚焦于“产医融合”，通过生物医药、医疗装备、综合创新和数字医疗四大赛道进行项目征集。

启动仪式在“中国高端医疗产业集群创新合作论坛”上盛大开启，中国工程院院士、我院院长宁光，上海市生物医药产业促进中心主任刘厚佳和广慈-思南国家转化医学创新产业园区董事长林靖生担任启动嘉宾。大赛主要关注生命健康领域内的“产医融合”模式下的科技创新、模式创新、管理创新和制度创新，同时也关注重大政策创新。

□供稿 | 学科规划处

广慈思南——产医融合国际创新大赛启动

这个磁导航新技术可以精准“揪”出病灶

前三完成人：李鹤成 张亚杰 韩丁培



我院举办庆祝第三十八个教师节大会

9月10日，我院庆祝第三十八个教师节大会暨第十二届“红烛奖”、2021—2022年度先进教师、先进管理人員、先进研究生导师团队表彰大会在科技楼举行。

中国科学院院士陈竺、中国工程院院士陈赛娟、我院党委书记瞿介明、院长宁光、荣昶公益基金会执行委员会主席王建明，以及先进教师、各临床科主任、职能处室负责人共同参加了庆祝大会。

今年，经教研室推荐申报，红烛奖教学奖励基金会理事会评审，基础医学院解剖学与生物学系教研室张文慧老师，我院麻醉科罗艳老师，以及我院检验科王学锋老师获得第十二届红烛奖。值得一提的是，本次红烛奖的颁奖嘉宾正是陈竺院士。

宁光院长在致辞中表示，教育事业是默默耕耘的，是一种智慧的奉献。希望通过老师的言传身教，能培养好我们的医学生：养成良好的学习态度，一种孜孜以求、追求完美、追求卓越的态度；永远具有一颗善爱之心，发自内心的挚爱之心和对生命的敬畏之心；要尊重同道，具有良



好的合作勇攀高峰的能力。用心教学，我们责无旁贷，无怨无悔。衷心感谢大家的付出！

随后，五位处于不同医学生涯阶段的医学生，娓娓道来了他们和老师之间的感人故事。

115年来，“广博慈爱、追求卓越”的文化基因融入在一脉相承的教学传统里，这是数位瑞金人对教育的坚守，对理想的追求。

今年，还有43名老师获得我院先进教师、先进教学管理人員称号；8个团队获得我院先进研究生导师团队；19名学生获得我院优秀住院医师。

党委书记瞿介明说，瑞金医院的历史上，名医大师辈出，他们像红烛一样虔诚地燃烧，温暖上下求索的学子，也指出了理想的方向。再次感谢陈竺院士在我院设立了意义深远的“红烛奖”教学奖，哺育桃李、师道传承，正是这样的精神图腾，让瑞金的事业生生不息、蓬勃发展，不断催生向上的力量。

瞿书记勉励大家，党的二十大即将召开，作为新时代的教职医员工，要厚植爱国主义情怀，做有理想信念、有扎实学识、有仁爱之心的好老师，传道授业解惑的同时，要在言行点滴中潜移默化地感染学生，成为学生健康成长的指导者和引路人，为祖国医药教育事业贡献自己的专业和爱心。

会后，中国科学院院士陈竺做《浅谈从学科发展到健康中国》的主题授课。陈竺院士从医学学科发展的基本规律，讲到研究型医院在学科发展中的使命和作用，并且深入浅出地阐述了中国医改和健康中国战略，赢得了阵阵掌声。

□撰文 | 李东 陈怡

太仓分院 迎来首批30名新职工

9月1日至2日，我院举办太仓市娄江新城医院（瑞金医院太仓分院）首批30名新职工入职培训。院党委书记瞿介明、院长宁光、副院长邱力萍、赵任，太仓市副市长倪嘉臻以及双方相关职能部门负责人出席培训活动。

中国工程院院士、院长宁光对新员工的加盟表示诚挚欢迎，并殷切寄语，一是要秉持学习的态度，保持对知识的渴望和获取；二是要具备孜孜以求的精神，时刻坚持对真理的探索；三是要拥有追求卓越的品质，注重细节，打造完美。他同时希望新员工能够践行医者初心、善爱之心、敬畏之心，守望人民群众健康，为成为心中有爱、眼中有光、肩上有责的卓越瑞金人而前进。

结业式上，我院党委书记瞿介明为新员工工作题为《牢记医者初心，成就瑞金未来》的总结讲话。他指出，新职工要在实践中感悟敬佑生命、博爱仁厚，大爱无疆、勇担重任，救死扶伤、攻坚克难，甘于奉献、为人师表的深刻含义，以实际行动传承瑞金医者的精神，永远向着医学的高峰攀登。

□供稿 | 太仓分院

薪火相传，共赴治愈之约 ——这场患者“毕业”典礼不一般



2022年9月14日，在第十九个世界淋巴瘤宣传日来临之际，我院主办了一场“因美而生·广博慈爱”淋巴瘤患者“毕业”典礼。我院血液科团队、康复患者代表、患者组织、志愿者团队和爱心企业等汇聚一堂，祝贺“新生”，并聚焦淋巴瘤康复患者迫切回归社会的需求，共同发出倡议：承瑞金广博慈爱之风，与患同行，共赴治愈之约，助力每一位淋巴瘤患者回归社会。

“目前在瑞金医院，淋巴瘤的五年无病生存率正逐年上升，‘毕业生’人数也不断增加，我们也在不断努力，让淋巴瘤五年无病生存率持续提升。”赵维莅教授提到，“但当越来越多淋巴瘤患者满怀期待地奔向新生活时，我们关注到，这条新生之路却是荆棘丛生——数据显示，目前淋巴瘤患者因病失业的情况较为严重，他们是我们的病人，也是与我们一起战斗的亲密度友，他们好不容易跨过了生命的坎，我们很想为他们再多做些什么，所以发起了这次助力活动。”

活动现场，淋巴瘤康复志愿者代表与瑞金血液科医生分享的往届“毕业生”积极对抗病魔并重返社会的真实故事，鼓舞着患者重返社会的信心和勇气。32岁的郑女士，宝宝刚出生就确诊罕见的ALK阳性弥漫大B细胞淋巴瘤，靠着医护和自己的坚守，一次次抓住生的光亮。如今，经过多轮治疗，她已顺

利康复并入职新公司，重掌人生之舵。35岁的马先生，2018年被确诊为原发纵膈弥漫大B细胞淋巴瘤，从医院康复“毕业”后就冲在抗疫第一线，作为青春志愿官继续传递希望之火和重生的信念，成为女儿心中“最坚强的爸爸”。

切实帮助淋巴瘤患者踏出和走好回归社会的这一步，需要医院、患者组织和企业等社会各界的协力合作和积极参与。

淋巴瘤之家创始人顾洪飞先生表示：“重返职场、恢复工作能力是大多数淋巴瘤患者回归社会的第一步。其实，大多数淋巴瘤康复者可以和正常人一样参与社会劳动，部分患者还积极参与了志愿活动，用爱回馈社会。未来，我们也期待越来越多康复者能够加入各个医院的志愿者团队，将温暖和治愈的希望传递给更多人。”

“秉承广博慈爱的瑞金医风，一代又一代的瑞金血液病工作者前仆后继、薪火相传，不仅练医术、修医德，更是医人、医心，为共同的目标即‘淋巴瘤可治愈’做出贡献。因此，我们今天才有机会站在这里，见证越来越多的淋巴瘤患者从瑞金‘毕业’。我们的脚步不会停止，未来将继续传承王振义、陈赛娟院士等老一辈专家那种一切为了患者、刻苦钻研、勇于创新的精神，助力所有‘毕业生’勇敢回归社会，迎接新生。”赵维莅说。

□供稿 | 血液科

胸外科、麻醉科联手成功救治“张口受限”肺癌患者

日前，一份体检报告打破了老章平静的生活。当地医院考虑其早期肺癌可能性较大，建议尽快手术切除。然而在术前评估阶段，老章却因“麻醉困难”被“拒之门外”，原因竟是从从小就有隐疾——张口受限。原来，由于老章张口程度只有“一指宽”，麻醉科常规使用的插管方法和器械设备对他并不适用。而且胸外科手术通常需要插双腔管，这对本就“空间有限”的患者口腔部的操作来说，无疑是雪上加霜。一旦插不进去，就要被迫进行气管切开，存在很大风险。

抱着一丝希望，老章来到了瑞金医院胸外科韩丁培医生的门诊。韩医生详细询问了老章的病史与情况，并及时请麻醉科评估张口受限的程度，讨论手术方案可行性。“病人虽然张口程度受限，但并非完全是手术麻醉禁忌，我们可以尝试自己改良硬质可视喉镜来辅助气管双腔插管，之前我们也有成功的案例。”有了麻醉科沈杰医生的“定心丸”，老章放心了。

手术时，老章的下颌后缩的确给麻醉医师带来很大的困难，不过在麻醉科沈杰、马鑫、彭素文医生的密切配合下，艰难地托起其后缩的下颌骨，找准了一侧牙齿不齐形成的小缝隙，利用自己改造的硬质可视喉镜顺利插入双腔气管插管，还做了牙齿的保护。随后，胸外科韩丁培和陈凯两位医生顺利完成了单孔胸腔镜微创手术，通过侧胸壁3cm的小切口，通过鼓肺-萎陷法清晰地显示出尖后段的边界，切除了患者左肺上叶结节所在尖后段。在胸外科、麻醉科、手术护士等多方默契配合下，使困难插管对手

术的影响降到了最低。术后的老章情况平稳。最终，病理结果显示老章切下的肺结节是肺部腺癌，但好在手术及时，淋巴结尚未转移，只要定期随访复查，长期生存率很高——满满的劫后余生之感让老章泪流满面。

麻醉科主任罗艳表示，双腔气管导管管壁比普通气管导管厚，透光性差，所以操作上要比普通气管导管困难很多，对麻醉医师的要求很高。“多年来，瑞金麻醉科一直倡导“麻醉无禁忌”的理念，想尽办法为每一位需要麻醉的患者保驾护航，但这背后是以充分评估、完备的预案和与手术团队完美合作为基础的，每一次麻醉，我们都是谨慎再谨慎，因为面对的是患者的生死，绝对容不得半点闪失。”

□撰文 | 唐文佳

精彩，难忘！瑞金医院体育运动月顺利落下帷幕

群众性体育运动在我院有着良好的基础。为进一步丰富职工文体活动，展现精神风貌，促进职工健康发展，院工会陆续开展了为期一个月的体育竞技活动。

9月4日，由院工会主办的瑞金医院职工运动会乒乓团体赛在卢湾体育馆顺利举行。来自医院各院区、部门工会的27支参赛队近130名医护人员参加了比赛。

9月24日，总院与北部院区足球队相约黄浦滨江，举行了两院区合并后首场足球爱好者线下交流活动。比赛还特别邀请申花队老队员朱琪、吴兵、张勇莅临指导，亲临现场与瑞金健儿互动。

同日，瑞金悦跑社20余名精英成员应邀参与了“坚定跟党走喜迎二十大”沿江通道浦西段健康走活动在沿江通道浦西段现场



举行，纷纷完成了沿江通道浦西段全程10公里的赛程。

25日，来自各院区和部门工会27支代表队，160余名医务人员参加了羽毛球团体赛。当天还特别邀请到上海市羽毛球协会副会长、前羽毛球世锦赛、世界杯、全英锦标赛等混双世界冠军王朋仁亲临现场，与羽毛球社社长刘

琰一道，为比赛开球。丰富多元、昂扬向上的职工文化、体育文化，能够促进医院文化的蓬勃发展。精彩纷呈运动赛事也展现了瑞金人积极向上、团结拼搏的精神风貌，以更加强健的体魄、更加优异的成绩迎接瑞金医院建院115周年！

□撰文 | 龚君豪



这种皮肤病，长假里要多注意！

长假过后，皮肤科门诊往往会遇到一种高发皮肤病——带状疱疹，这是为什么呢？

一、什么是带状疱疹？

带状疱疹（herpes zoster）民间俗称“缠腰龙”、“蛇缠腰”，四季可见，更好发于春秋，患过水痘后，水痘-带状疱疹病毒（varicella-zoster, VZV）会潜伏在体内，该病毒再次被激活就会发带状疱疹，并损伤神经。

二、什么样的人易患？

假期过后得病患者明显增多，假期会干些什么呢？“走亲访友”、“买汰烧”、“游山玩水”、“熬夜追剧”，答案虽然五花八门，但都有一个共同特点——劳累！这导致抵抗力下降，一直潜伏在体内的病毒“趁虚而入”，生长繁殖导致带状疱疹。

其次年龄越大，免疫力越弱，更容易患病，并且严重程度也随年龄的增长而增长，因此老年人尤其要小心。

其他造成免疫力低下的原因有很多，比如肿瘤患者，或者器官移植患者、以及长期服用糖皮质激素或免疫抑制剂的自身免疫病患者等。

由此可见，这个病毒就是“逃”啦，只会挑“打得过”的人出击，免疫功能强的人即使感染了也不出现红斑水疱，或者很快自愈。

三、会有怎样的症状？

首先可以出现一些非特异性表现，如头痛、发热、不适、乏

力等，很多病毒感染都可以有这样的症状，这是人体受到病毒攻击后的信号。

“带状疱疹”顾名思义，呈带状分布排列的红斑和水疱，多在身体一侧出现，常见于额面部、胸部、腹部、四肢、甚至“私密处”，全身每个部位的皮肤都有可能被累及。但也可以没有肉眼可见的皮疹，仅有神经痛。

另一个典型表现就是痛，剧痛，特别痛！常有“烧灼痛”、“跳痛”、“刺痛”、“放电样疼痛”等描述，在疼痛指数上带状疱疹的急性疼痛可以排在非常前面，所以出现难以忍受的疼痛时应警惕这个“坏得很、躲得深”的病毒感染！

此外还有出现在眼部、耳部等特殊位置的带状疱疹，在眼部可形成溃疡性角膜炎，在耳部可出现面瘫、耳痛、耳道疱疹，耳朵内疱疹往往一开始难以发现，再加上面瘫，很可能先去神经内科或五官科就诊，实际上都是水痘-带状疱疹病毒惹的祸哦！

四、能好吗？怎么治？

1. 首先需要抗病毒（口服、外用）。

2. 该病毒除了侵犯皮肤，还会侵犯神经，因此需要口服营养神经的药物。

3. 皮肤上的水疱破溃出现糜烂，可以外用抗生素软膏，避免继发细菌感染。

4. 高部位（头面部）带状疱疹或者高龄患者即所谓的“双高人群”若疼痛显著经医生判断，可以短期适当使用小剂量糖皮质激素（口服、注射）；但是如果起病2-4周后皮肤已愈合，而疼痛症

状越发严重的话，就建议去疼痛科进一步治疗；

5. 后遗神经痛需疼痛科尽早介入，不仅能够控制患者疼痛，而且可以去除病毒感染后的神经炎症和粘连。

重要提示，也是带状疱疹患者门诊问医生最多的两个问题“要忌口吗？”、“可以洗澡吗？”得病期间千万不能忌口，而且要吃的更好，一定要加强营养。补充蛋白质，破溃的皮肤才能有力气愈合。可以洗澡，但不能搓澡，清水冲洗皮肤即可，千万不要过分揉搓皮肤，加剧皮肤破溃或感染。

五、有没有预防措施？

一定要休息好，避免疲劳。因为病毒往往趁虚而去。所以趁着假期给自己的身体放个假。

1. 充足的睡眠，能保持免疫系统正常运作。长期通宵熬夜会严重破坏人体免疫系统。

2. 其次健康均衡的饮食，能为免疫系统的正常运行提供物质上的保障。

3. 保持一个愉悦的心情，能增加或激活某些免疫细胞，从而提高免疫力。

4. 接种带状疱疹疫苗可能是比较有效的预防手段！适合人群：50岁以上的老年人；随着年龄的增长，免疫功能逐渐衰退；精神紧张、长期熬夜，过度疲劳的人群；注意事项和禁忌症需要询问皮肤科医生。

5. 如有不适，及时就诊。黄金周适度休闲娱乐之暇，真正做到假期不“假”。

□撰文 | 皮肤科 叶鸣禹 曹华



全国爱牙日 | 儿童如何做到口腔清洁？

今年9月20日是我国第34个全国爱牙日，近日，国家卫生健康委确定宣传主题为“口腔健康 全身健康”，副主题为“护牙健齿 少年强 健康中国民族兴”。儿童口腔健康是家长们关心的重点健康问题，牙齿发育出现问题不仅会影响儿童的日常表达，还会加重肠胃消化负担。为了让孩子们拥有一口洁白健康的牙齿，如何清洁口腔很重要！

儿童良好口腔卫生的维持需要家长的参与，甚至起主导作用，尤其是婴幼儿和学龄前期。简单来讲，在婴儿期（0-1岁），幼儿期（1-3岁），学龄前期（3-6岁）均需家长帮小朋友完成口腔护理。

下面跟随口腔科医生的建议，为孩子的口腔健康保驾护航。

1. 日常生活中，家长要有意识安排小朋友观看主题动画片以及画册，或者参观诊所或社区科普活动，利用动画、图画、模型等工具，帮助童、家长对相关知识加深理解，促使儿童主动配合口腔保健活动，家长也要认真参与、一起学习，为儿童刷牙并监督，确保方式正确，对儿童刷牙时间以及次数进行了解。

2. 保证儿童每天摄取微量元素以及营养充足，监督儿童少食高糖食物、酸性食物，多进食蔬菜、牛奶、粗粮等食物，饮食原则是高蛋白以及高纤维，利用这些食物咀嚼，将牙齿表面清洁，将齿缝间堆积的食物残渣减少，在儿童进食后对其牙齿缝隙残留食物情况进行及时检查，利用刷牙或者牙线进行清理。

3. 家长应帮助儿童正确刷牙，采用圆弧法早晚各1次。圆弧刷牙法其要领是用连续圆弧动作，让牙刷头转小圈。咬门牙先刷牙再刷后牙，先上牙再下牙，刷完一侧再刷对侧，张开口，再刷牙里面，让各个牙面都被刷到，每个部位牙面要刷5至10圈。

4. 清洁要点：“机械”清除菌斑，牙齿有五个面+四周牙龈边缘，一定要做到面面俱到，不放过任何一个缝隙。

5. 清洁工具：合理使用小头牙刷、牙线、湿纱布或指套牙刷（此项针对婴幼儿）。

6. 清洁剂的使用：婴幼儿期——不使用牙膏或使用新型不含氟的牙齿牙龈清洁剂；幼儿期、学龄前期——挤出适量豌豆大小牙膏即可；在儿童有能力吐出牙膏时，可使用含氟牙膏；

7. 刷牙时间：确保每颗牙齿的面和边缘都刷到，没有遗漏，刷牙时间一般要达到2分钟以上；

8. 家长在培养儿童良好口腔保健习惯的同时，要定期对儿童进行口腔检查，若发现疑似龋齿，需要及时至口腔医院就诊。

9. 定期涂氟：一些氟凝胶、含氟漱口水，应在专业人员指导下进行。

口腔的清洁健康要从娃娃抓起。做到饭后刷牙，掌握正确的刷牙方法，从小养成良好的口腔卫生习惯，杜绝口腔不良习惯。而父母是孩子的第一道健康防线，应多关注儿童口腔健康，让我们一起陪伴孩子健康成长。

□撰文 | 口腔科 许子悦

多毛、痤疮、头皮出油？小心这种卵巢问题

“大姨妈”3个月没来了，什么原因？突然就气势汹汹地来了，一来就来10天？身上无故长痘、长毛……这些症状的背后，可能都有着同一个“元凶”——多囊卵巢综合征。

什么是多囊卵巢综合征？

多囊卵巢综合征是一种常见的女性内分泌代谢疾病，在育龄妇女中的发病率约10%，多在青春期发病。一般来说，患者会月经紊乱，比如闭经和月经周期延后或者紊乱；其次，还会有雄激素增高带来的一系列临床表现，如多毛、痤疮、头发皮肤容易出油等。由于排卵功能紊乱或者不排卵，所以可能会导致受孕困难或不孕，另外子宫内膜病变的风险也会增加。另外，多囊卵巢综合征还可能合并代谢异常，表现为胰岛素抵抗、血糖增高、肥胖等。

多囊卵巢综合征患者可以怀孕吗？可以！

一般情况下，多囊卵巢综合征患者有很多小卵泡，且卵巢储备功能良好。

还有一个好消息，目前对于多囊卵巢综合征诱发排卵的方法已十

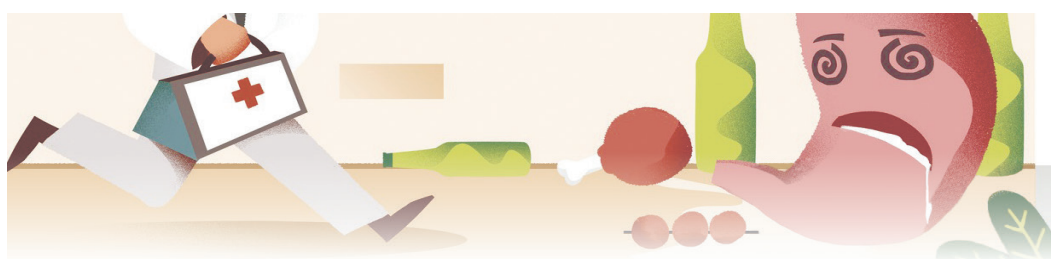
分成熟，大部分人可以在医生的帮助下正常排卵、正常怀孕。另外，诱发排卵时，多个卵泡发育的概率增加，双胎妊娠的概率增加。实在是排卵困难的患者，也还是有希望的，还可以选择辅助生殖。

多囊卵巢综合征可以治愈吗？目前还不能！

不过医生还是有办法的。多囊卵巢综合征的病因未明，发病机制也还并不完全明确，目前认为是遗传和环境共同作用的结果，目前还不能治愈。但是，医生有办法良好地控制这一疾病，包括控制高雄激素症状、调整月经周期、诱发排卵帮助生育、调节代谢异常等等。也就是说，我们可以把它控制在很正常的范围内，尽最大可能弱化它对正常生活的影响。而且，多囊卵巢综合征患者的卵巢功能衰退的进程相对缓慢，反而有一个正向的作用，就是使可生育的期限更长。

女性朋友如果被诊断为多囊卵巢综合征，其实不必过分焦虑，应积极就医，相信通过科学的干预和治疗，你完全可以从容地面对生活和婚姻，享受精彩人生！

□撰文 | 生殖医学中心 张丹



天气转凉，吃货们有好胃才能有美味！

天气转凉，让消化科医生带领大家一起揭开秋季肠胃保护宝典吧！

避免肠胃“感冒”

秋季的气温逐步变凉，肠胃怕凉，肠胃对寒冷的刺激非常敏感，我们常常碰到患者说乘坐地铁受凉后肚子痛，急着找厕所。可见保暖非常重要。建议慢性胃炎者适当添加衣服，平素戴个护肚，乘坐地铁时可在衣服上贴个暖宝宝让胃感觉到温暖。晚上睡觉盖好被褥，可用热水袋敷敷脐腹部着凉而引发胃痛。

“暖、软、鲜、淡”

吃的东西最好是温暖的、软的、新鲜的、清淡的。秋季是老肠胃病友们保养肠胃的重要时机，在日常生活中多采用蒸煮、熬炖的烹饪方法，少采用煎炸、烧烤的方式；食材宜新鲜、绿色、素食为主，避免进食粗糙、生冷、

坚硬的食物。油、盐的摄入应适度，一般每天每人摄入油25g左右，盐6g左右，避免腌制、过夜、油腻及重口味食物。

进食需要细嚼慢咽

进食速度宜慢，禁忌急躁，食物在口腔中的咀嚼可与唾液充分混合，利于消化和吸收。进食避免过快、过热、过烫、过辣。另外，细嚼慢咽还有利于牙齿和眼睛的健康！

饮水有讲究

水是生命之源，每天饮水是必须的，健康的人群每天至少需要饮水1200ml。秋季干燥，更需要饮水，建议每天至少2000ml左右。应饮用温水，避免凉水、冰水。晨起空腹饮用200-300ml温水，养胃又护肠，利于大便的排出。另外，餐前饮用50-100ml温开水利于消化和控制体重，餐后不宜饮水，因为餐后

饮水会稀释胃液，影响食物的消化。

迈开腿，肠胃欢

长时间不动，对肠胃的健康来说非常不利。胃肠道开口与末端都与外界相通，不通时便痛。适当的运动对肠胃的养护尤为重要，如饭后的慢走利于食物的消化。必须提及的是，饭后不宜剧烈运动，以免胃肠道因缺血出现痉挛。秋季养胃护肠的运动方式有很多，如散步、慢跑、骑自行车、打太极拳等。建议一周至少抽出3天时间做做上面提及的运动，将有助于肠胃疾病的康复，也有利于身心健康。

此外，胃肠病门诊一半以上的患者吃不下、肚子胀等都是因为情绪不佳导致的，所以保持好心情，肠胃更健康。希望大家都能注意秋季肠胃的养护方法，避免肠胃病的发生。

□撰文 | 消化内科 杨翠萍