



广博慈爱 追求卓越

第 423 期

2012 年 5 月 4 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

## 马耳他总统亲切接见朱正纲院长



□ 记者 章米力

本报讯 日前,我院院长朱正纲随上海市卫生与干保代表团出访马耳他共和国期间,与代表团全体成员一起,在马耳他总统官邸受到了乔治·阿贝拉总统的亲切接见。

总统先生见到朱正纲院长,格外高兴,两人热烈拥抱,长时间亲切握手。总统先生对代表团团

长韩慰军及全体成员表示热烈欢迎,并就两年前来华参加 2010 世博会开幕式前夕不慎受伤,在我院受到的精心治疗与友好接待再次表示衷心地感谢。总统先生满怀深情地说,马耳他是一个地区小国,而中国是一个世界大国,但他在中国受到了高规格礼遇,特别是入院第二天,胡锦涛主席亲临医院探望他,关心他的治疗与

康复,并安排专机护送他平安回国,这不但使他本人与总统夫人深为感动,同时,对马耳他全体国民也是莫大的荣誉,并大大提高了马耳他在欧盟成员国中的知名度,中国人民是马耳他人民最值得信赖的朋友。总统先生又称自己对我院治疗期间的经历将终身难忘,并一再请朱院长能转达他本人对当年参与医治工作的所有医护人员表示亲切问候,并欢迎大家能有机会到马耳他做客。朱正纲院长对此深表感谢,并祝愿总统先生健康。在与代表团长达近一个小时的会见中,总统先生还进一步了解了中国医疗卫生事业发展的情况,并鼓励两国医务人员能进一步开展合作,为发展中马两国人民的友谊继续努力。临别前,总统先生还向代表团每位成员赠送了由他本人亲笔签名的胡锦涛主席在我院病房亲切探望他的珍贵照片,并与大家合影留念。我国驻马耳他特命全权大使蔡金彪参加了会见。



五一国际劳动节前夕,我院被中华全国总工会授予 2012 年全国“五一劳动奖状”光荣称号。4 月 25 日,在上海科学会堂召开的 2012 年上海市五一劳动奖状(章)表彰会暨“当好科学发展主力军、打好创新型攻坚战”主题实践活动推进会上,我院党委书记严肃登台领奖。市委副书记殷一璀,市人大常委会副主任、市总工会主席钟燕群等领导到会。据悉,经过层层推荐评审,上海地区今年共 11 家单位荣获“全国五一劳动奖状”。  
·薛建元 摄影报道·



□ 通讯员 陈玮

本报讯 由上海市医院协会人力资源专委会与我院共同举办的 2012 年《人文医学教育高级师资培训》学习班于 4 月 17 日至 20 日在我院举行,这是我院首个管理类国家级继续教育项目。

开幕式上,市卫生局干部人事处副处长刘雄鹰和我院副院长姜昌斌共同为我院获得的上海首家“中国医师人文医学执业技能培训基地”揭牌。上海市医院协会人力资源专委会主任委员钱颢和姜昌斌副院长在开幕式致辞,刘雄鹰副处长及我院党委书记严肃作专题报告。来自北京、上海等五省市的各大医院近 40 名学员及我院相关职能处室领导、临床科主任参会。

在基地正式启动后,我院将把住院医师人文医学执业技能培训纳入住院医师规范化培养,为其职业发展提供更为完善的支撑与保证。

本版责任编辑 章米力

上海首家「中国医师人文医学执业技能培训基地」在我院揭牌  
把人文素养纳入住院医师规范化培养

## 直升飞机运送伤员至我院抢救

□ 记者 章米力

本报讯 5 月 4 日下午,接舟山方面求助,上海出动了一架警用直升机赶赴舟山运送一名严重爆炸导致的伤者,并于傍晚 5 点 54 分降落我院停机坪。我院接到通知后,副院长袁克俭第一时间协调各职能处室及相关临床科室做好充分准备迎接伤员。飞机降落,医务人员以最快的速度对伤员实施了抢救。

据介绍,伤员伤情较为严重,他于当日早上突遭爆炸,气流又将其从高处掀落。初步判

断,伤员烧伤面积约 70%,同时伴有多发性损伤,包括颅脑、肢体、肋骨、颈椎等都骨折。我院组织了灼伤科、神经外科、骨科、胸外科、麻醉科、放射科、检验科、输血科、手术室和门急诊等部门共同参与抢救。袁克俭副院长表示,直升机救治就是与

生命抢时间,医院的每一个环节都将为保护患者的生命安全做最大努力。



## 以青春之我,弘扬瑞金之文化

第四届科技文化节开幕式暨青年风采大赛举行



□ 通讯员 汪敏娟

本报讯 正值五四青年节,也是中国共产

主义的青年团建团 90 周年的纪念日,我院第四届科技文化节开幕式暨“我的青春我的团”青年风采大赛在科技楼举行。

(下转第 2 版)

## 真诚行医 价值所在

□ 杨伟国

五一国际劳动节是广大劳动者的节日。因为在这一天劳动者为自身的权益而团结了起来,因为在这一天劳动者深切感受到了劳动的光荣和自身价值的所在。我们医务工作者作为广大劳动者的一员,同样为我们的职业而自豪,为我们的事业而骄傲。今天更让瑞金员工值得高兴和欣喜的是我院首次荣获了“全国五一劳动奖状”的称号,这是对所有瑞金人的嘉奖,也是对我们瑞金这些年来在治病救人、勇攀医学高峰上做出诸多贡献的肯定,我们当再接再厉,用真心和诚信继续做好各项医教研工作,让瑞金人劳动

的价值能够展现出更多的光芒。

然而,在当前社会环境下,医务人员要洁身自好、能够守得住希波克拉底誓言却谈何容易,这又将如何能真正实现医生的使命和价值呢?今天我们无法逃避医患关系中的的一些棘手问题,无法否认少部分医务人员在医德与责任上的缺失,更无法回避在利益与道义上的困难抉择。每一次我们都在检查着自己的行为,考验着自己的良心。值得欣慰的是大部分医务工作者守得住誓言、对得起良知,他们以病人安危为重日复一日兢兢业业,他们以医学事业为重来复一年恪尽职守,他们能够抵御红包回扣的诱

惑时刻把病人利益放在心上,他们能够冲锋陷阵在医疗一线把抵御病魔作为自己的神圣职责,他们用职业的真谛和做人的良心实现着作为医务工作者的无限价值,他们的劳动才是最光荣的,他们才真正是白衣天使这一称号忠实捍卫者。在这个劳动者的节日里我们该向他们致敬,学习并懂得只有真诚才能让医生的价值真正实现。在他们面前,希望那些缺乏医德和责任的少部分医务人员能得到良心的谴责,能够早日醒悟。

劳动只有分工不同,没有贵贱之分;每个职业都是社会不可或缺的重要组成部分,每个职业都可以演绎美丽,都可以绽放精彩,都可以体现劳动价值,都可以创造辉煌。唯以真诚为之,才是价值所在。



# 我院对口支援都江堰工作进入新阶段

□ 通讯员 陆勇

本报讯 4月11日,“上海·都江堰两地长效合作第一次联席会议”在都江堰市隆重举行。袁克俭副院长代表医院与都江堰人民医院签订了2012年指导帮扶工作协议,标志着我院对口支援都江堰工作正式转入长效合作阶段。

会上,袁克俭做了以“合作争三甲,创新求双赢”为题的发言,就我院深化后援建工作的规划和设想做了介绍。援建三年来,都江堰新医疗中心成为震区第一家援建的三级医院,并成为了瑞金医院指导医院,初步形成了以“专家、专病和专科”为特色的医



疗服务亮点,医教研各项指标全面完成。今年,根据都江堰方面创建“三甲”医院的核心工作目标,围绕医院运行控制和环节管理、关键性临床技术、临床教学与科研和完善

人才结构等四方面内容,我院将继续夯实“指导医院”内涵,提升双方合作深度和广度。另外尝试通过科学论证,探索建立长效合作和两地医疗管理人才合作培养机制,为公立医院改革积累经验。袁克俭副院长的发言得到了包括上海市合作交流办公室主任林湘、都江堰市委书记刘俊林等领导的热切响应。

在本次会议上,两地对口部门及单位分别在纪要框架范围内签订9项长效合作协议和3项投资协议,投资总金额达到20亿元,将在高端农产品开发、文化产业打造等方面进行合作。

# 皮肤科专家潘萌赴美“常春藤”名校演讲

□ 通讯员 袁勇勇

本报讯 近日,皮肤科潘萌主任受美国宾夕法尼亚大学医学院皮肤科主任 George Cotsarelis 教授邀请,在该院礼堂进行了“瑞金医院的天疱疮研究”的专题讲座,就我院皮肤科在天疱疮的临床和实验研究中的成果进行了介绍,受到同行赞誉,称这是该院历史上第一位来自中国学

者的精彩演讲。

宾夕法尼亚大学是美国“常春藤”联盟名校,其皮肤科是美国的第一个皮肤病学系,在大疱病、毛发疾病、皮肤淋巴瘤等方面的研究最为领先。潘萌主任的讲座受到热烈欢迎,不少当地的私人皮肤科医生也特地赶来。她的演讲不仅对我院皮肤科的主要学术研究结果进行了介绍,还展示了大量重症天疱疮的临床病例,尤

其对免疫调节细胞在发病中的研究进行了详细介绍。演讲后的讨论非常热烈,对我院皮肤科的学术研究结果给予了很高的评价,并对我科丰富的临床资料表示了浓厚的兴趣。讲座后潘萌主任还与该科的大疱病研究团队进行了深入的交流。Cotsarelis 教授还特地安排潘萌主任分别与该科各研究领域的教授进行了座谈,并商讨了进一步的合作交流计划。

# 以青春之我,弘扬瑞金之文化

(上接第1版)共青团上海市委副书记夏科家、交大医学院党委副书记夏小和致辞。我院党委副书记、副院长、工会主席杨伟国宣布第四届科技文化节开幕。来自团市委、上海交通大学、市卫生局、黄浦区团区委、交大医学院等有关领导及我院

党政领导出席开幕式。

开幕式后进行了青年风采大赛,我院8个团支部的医务青年以自拍DV融合自创表演的形式呈现了一台精彩纷呈的文艺演出。经过现场投票和评委加分,药剂团支部《年轻的战场》、北院团支部《筑梦北

院》和后勤团支部《那些年,我们一起奋斗的地方》分获一、二、三等奖。朱正钢院长为获奖队伍颁奖。他指出医院对青年的发展寄予厚望,青年人要积极投入医、教、研、管理及改革的各项工作中,用实际的工作展现年轻一代积极向上的精神风貌。最后朱院长希望,总院要加强与北院青年职工的交流 and 融合,祝愿青年朋友拥有更美好的未来!

# 郑民华将任第15届大会主席

□ 通讯员 马君俊

本报讯 第13届世界内镜外科会议于4月25至27日在墨西哥举行。我院副院长郑民华带领微创外科团队参会进行主题演讲,并代表中华医学会外科学分会腹腔镜与内镜外科学组,代表我国微创外科学界,成功取得2016年第15届世界内镜外科会议在中国上海的主办权,这是我国首次获得该级别会议举办权。据悉,作为国际内镜外科联盟的常务理事,郑民华将任下届大会主席。

世界内镜外科会议(World congress of endoscopic surgery)是世界最高级别的腹腔镜与内镜外科的学术会议,两年一度,由国际内镜外科协会联盟(IFSES)定期召集美国、加拿大、欧洲、中国、日本、亚洲和拉美等成员国组织,通过竞争和选举确定主办国家。

我国微创外科经过近20年的努力,特别是近年来,由郑民华教授领衔的中华医学会腹腔镜与内镜外科学组,通过制定指南、建立规范化的培训基地、举办学术会议与学习班等,在微创外科的技术培训、理念推广和学术交流等方面取得了有目共睹的成绩。在国际领域,通过建立辐射亚太地区的培训基地,推动了微创外科在亚太地区的普及与发展。近年来,国内微创外科专家多次在世界内镜外科会议等国际会议上应邀作专题演讲和大会主席,使得中国的微创外科医师真正走上国际讲坛。

该会议的成功申办,是国际微创外科学术界对我国微创外科学术地位的肯定,对中国微创外科的进一步普及与发展具有重大意义,同时也将成为向世界展示中国微创外科实力的舞台。



□ 通讯员 顾震瑶

本报讯 近日,“瑞金北院茶室”活动在北院行政楼再次开门迎客。瑞金医院计算机中心索仲良主任、北院病案室负责人戎霞君与数位北院专家、

之北  
家院

# 共话北院信息化建设

——北院“茶室”再次开门迎客

住院医师、护士代表们齐坐一堂,畅谈北院信息化规划及电子病历系统建设。北院院长助理、医务部主任陈海涛主持“茶室”。

此次活动是首次“瑞金北院茶室”的延续,针对北院电子化病历的设置模式提出的设想,进行了深入探讨。

北院信息中心副主任朱静首先对北院信息化规划及部分系统流程进行了介绍,并表示在北院建设过程中,信息中心将运用各种信息技术,尽可能采用临床提出的建议。瑞金心外科赵卫国主任建议,诊断模板、病史模板应根据科室80%的病种来做模块。由各个

临床科室将模板上传至信息中心后,再由信息中心汇总整合。索仲良表示,瑞金医院信息化建设领先于上海市其他医院。本次北院信息化建设将在保留瑞金特色的同时,融合医护人员的建议,对已有信息化系统进行改进,力争使信息化建设成为北院的亮点工程,为医护人员医疗工作带来便利。

陈海涛指出,北院信息化系统应是辅助医生工作的工具。目前,北院就将着手在各科室进行病史模板、诊断模板的制作收集工作,保证在10月份医院开院,医护人员就可以享用到这些建设成果。

食料丰富、味道鲜美的“东北凉拌”、出自家常饭桌,味道可口的“糖醋黑木耳”,酸甜中略带苦津的“黑木耳拌开洋苦瓜”,都是评委们向大家推荐的夏日菜肴。而出自退休职工之手的“提拉米苏”、提子面包、奶油曲奇等也都能与西餐甜品屋媲美。

最后,评委们在4份点心、18份冷菜作品中,评出一、二、三等奖,并向获奖者颁奖。在评委们的建议下,获奖者和大家分享了菜品和点心的制作方法与技巧。



□ 通讯员 刘兆森 摄影 袁宸桢

本报讯 4月18日下午,2012年度职工春季体育活动如期举行,本次活动进行第九套广播体操比赛。26个部门工会各自组成了男女职工共同参与的参赛队伍,在科教大楼前精神抖擞地参加了开赛仪式。院党委副书记、副院长、工会主席杨伟国作了热情洋溢的动员致辞。

26个队伍每2队为一组,进行了13轮激烈比赛。队员们认真操练,拉拉队热烈鼓劲,观赛职工热情鼓掌,专业评委认真评分。门诊部主任汪新,临床医学院总支书记吴平等院工会委员和部门工会主任也亲自披挂上阵。经过紧张地评比,最后工会副主席薛建元宣读比赛成绩和获奖名单。一等奖由手术室护士为主组成的外二部门工会获得;二等奖分别是内二部门工会、临床医学院、机关部门工会;检验部门、伤骨科、门诊部门工会获得三等奖。比赛取得圆满成功,杨伟国等领导为获奖部门工会颁奖。

# 春季职工广播操赛举行

# 幸福生活 老有所乐

# 退休职工快乐厨艺大比拼

□ 通讯员 刘晓红

本报讯 近日,我院退管会组织的退休职工“快乐厨艺”活动在工会俱乐部举行。

一盆盆点心、一道道冷盘菜肴十分夺人眼球,每份“作品”还标着各自

名称。退管会主任袁建华说,举办此次厨艺比赛就是不断推进“老有所学,老有所乐”的精神,将退休职工的幸福晚年以这种特殊的形式来展现。由陈志龙、乔贵全、高政仪、孙振凤、蔡凤娣、刘晓红六位老师组成的评委团逐一对参赛作品进行品尝和点评。刀工精细、

# 与人文医学精神同行 打造核心价值文化

——2012年《人文医学教育高级师资培训》开幕式姜昌斌副院长致辞摘录



员工培训是一项受到医院文化理念指导,由医院组织、员工共同参与的活动。我院是国内较早成立员工培训部的医院之一,经

过10余年的探索与实践,结合自身特点形成了现有医院的培训课程体系,尤其在人文医学教育领域已经取得了一定的成效。

近年来,医患关系问题日益凸显,媒体相关报道也层出不穷,由此我们反思我们的医学教育,如何很好的与人沟通、如何提升人文精神、如何树立对生命的敬畏、尊重、关爱和守护精神,如何更好地理解“救死扶伤”的内涵等已成为我们面临的新课题。

这次《人文医学教育高级师资培训》学习班的召开就是试图将人文医学融入到医院文化中,纳入到医师职业精神中,并希望通过这一契机,秉承与发扬各家医院文化的优良传统与精神,促进沟通,加强合作,共谋发展。

人文医学培训作为国内一项医学职后教育中的新生事物得到了越来越多医院管理者的认同与支持,具有强大的生命力和发展前途,但仍然需要我们辛勤耕耘和用心经营,为培育医院人文医学氛围,打造核心价值文化贡献出自己的力量!



本次学习班的话题始终围绕人文医学教育展开,4月18日上午在我院广慈多功能厅,我院党委书记严肃作了题为《医院文化建设与人文精神培育》的专题报告。在长达90分钟的专题报告中,严肃书记就瑞金医院文化建设实践,并融合人文精神及其理念,与在座学员分享了一些经验与思考。报告基本分为三个部分,逐一医学人文精神的内涵、医学人文精神的现状、医学文化建设的实践与成效做了详尽的阐述与独特的见解。在对医学人文精神内涵解释时,严书记强调,医学人文精神核心是关爱生命;本质是以病人为中心。培育未来医学人才、铸就医学名医都离不开医学人文精神在其中所起的作用。所以,加强医学人文精神培育,无论是对于医院文化核心价值观的凝练,还是百年瑞金精神的传承都具有至关重要的意义!

随后在医学人文精神的现状报告中,严书记引用了北京朝阳区非公立医疗机构协会会长刘常平的观点,他认为中国医生社会实践不够,不注意也不善于与人沟通,更缺乏人文方面的教育。与此同时,文献表明高校人文课程开设、人文精神内涵认知、人文环境等均不令人满意,严书记例举了一系列数据说明了现今医学人文教育缺失的现状,这是导致当前医患沟通障碍的重要原因之一。

结合我院文化建设实践与成效,严书记指出,医院文化是一个积累的过程,瑞金医院在百年发展过程中,涌现出一批具有影响力的名医大家,积累了为社会和大众所认同的丰富人文资源和宝贵精神财富。这些荣耀和成绩的取得,是因为拥有了一种铸就成功的续航力,这就是医院文化。这一部分中,一个个真实事迹、一幅幅生动照片、一幕幕感人瞬间,无不向在座学员充分展示了瑞金文化,一种以人为本,凸显员工智慧,体现员工价值的文化。严书记说,医院好比一部不停运转的机器,所有瑞金人都是不可或缺的零部件,紧固在医院工作系统的每一个环节,发挥着重要或不可替代的作用。正是有了这样的医院文化才使得医院能够持久恒新的发展,并逐步成为医院建设中最核心的核心力量和内在灵魂。

最后,严肃书记就一系列优化医疗环境、提升医院品牌、永葆生命力问题作了总结发言,并提出三点寄语:一要树立崇高的职业理想;二要挖掘传统文化中的人文精神资源;三要培育医学的人文精神。医院文化与人文精神是医院未来发展中持久恒新的话题,需要我们团结一致,诚挚合作,共同改善医患沟通,培育充满人文情怀的医疗环境。

记2012年《人文医学教育高级师资培训》严肃书记专题报告

## 医院文化建设与人文精神培育

# 住院医师规范化培训与人文环境

——记2012年《人文医学教育高级师资培训》刘雄鹰先生专题报告

我院一直以来非常注重员工的教育、培训与医院文化的有机结合,上海首家“中国医师人文医学执业技能培训基地”在我院正式揭牌。揭牌后的医师人文医学执业技能培训工作将站在一个更高的起点,它不仅局限于瑞金医院,更将服务于上海乃至周边省市的兄弟医院,为培养综合全面合格的青年医师作出更大的贡献。上海市卫生局干部人事处刘雄鹰副处长作为本次学习班的特邀嘉宾,与在座学员们分享了文化及人文的概念、住院医师规范化培训制度、住院医师规范化培训与人文环境三部分内容。

刘雄鹰先生指出,人类社会的灵魂,经济、政治、军事及外交等一切活动都包含着文化,文化起着塑造个人人格、规范目标群体、整合导向社会的作用。现今,医患关系陷入紧张的局面,患方辱骂、殴打医务人员时有发生,



将医护人员致残、致死的恶性事件也在全国频频“上演”,这无不与卫生文化、人文环境息息相关。卫生文化是医疗卫生领域在长期服务过程中逐步形成和发展起来的日趋稳定的独特价值观、行业精神,以及以此为核心形成的道德规范、行为准则、理念信念、服务理念等方面。正如中国《辞海》中对“人文”解释:人类社会的各种文化现象。人文的核心是指先进的价值观,内容是先进的规范。简而言之,人文即重视人的文化。

上海在推进公立医院改革中,于2010年在全国率先试水推出了住院医师规范化培训举措。因为职业的特殊性,作为职后教育一方的医院如何加强与弥补人文医学教育的不足应引起医院的重视。医院对住院医师人文关怀集中体现在营造人才成长的人文环境中。刘雄鹰强调,医院应该树立新的人才观念,优化人才管理体制机制,对人才保持宽容环境,使得住院医师人文环境在培养对象的生活态度、工作方法、工作氛围、工作行为等方面得到充分体现。

最后,刘雄鹰处长对住院医师的人文素养提出了八点要求:一是以病人为中心,为患者服务;二是谨慎、执着、热情;三是富有创造力,有上进心;四是先做人,后做事;五是脚踏实地,戒骄戒躁;六是理智泰然,求知求实;七是虚心学习,全面发展;八是热爱生命,敬畏科学。

## 一一二三四五 沟通变简单

记2012年《人文医学教育高级师资培训》沈健先生专题报告



4月19日下午1点半,我院医师、护理、管理岗位人员早早地坐在科技楼一楼报告厅中,静静等候着来自中国医师协会特邀嘉宾沈健先生莅临我院作《以患者为中心的医患沟通》专题报告。在长达2个半小时的报告中,沈健紧紧抓住理性与感性两条主线,向聆听讲座的医务工作者们提出“以患者为中心的医患沟通”技能模型“一二三四五”,即一个中心、两个基本点、三个技能、四种性格和五个问题。

一个中心是以患者为中心,这种理念必须贯穿为患者服务的全过程;两个基本点即行医不

光要会看病,更要学会待人,只有关注到病人的个人感受,用同理心,才能更好地帮助病人康复;三个技能指医务人员在与病人沟通中要学会运用解释“问题”三部曲:问清楚、说明白、再确认,只有经历这样的程序,医务人员才能真正了解患者的需求,也才能确保患者了解医务人员的意见;四种性格是按“红”、“黄”、“蓝”、“绿”四种色彩区分不同性格,每种色彩都有着鲜明的性格特点,了解病人不同的性格及相应的沟通策略,有助于医患之间更好地交流和建立良好的医患关系;五个问题包括我是谁、自己要说什么话、在何种场合、对方是什么人、我把话说了对方会有何反应,当心里明白了这五个问题,并付诸于工作生活中,那么所有的沟通问题即可迎刃而解。

整场讲座中,沈老师妙语连珠,如信誉加同理心等于信任,如医务人员与病人之间需建立情感账户,很多新颖的理念引发了在场众多医务人员的思索,良好的互动即活跃了现场气氛更加深了听众对培训内容的理解。

# 医学教育的人文回归

——2012年《人文医学教育高级师资培训》开幕式钱飏先生致辞摘录

医患关系最近频频成为舆论关注的焦点,原本并肩与疾病战斗的医患双方如今却总是剑拔弩张。所以今天“医患关系”的困惑为我们提供了一个对社会心理进行反省与思考的机会。我国的传统医学将医术称为仁术,唯有在医学教育中深植人文精神,手术刀才会闪出温暖的光芒。无论是对“人文科学”一词的见解,还是而后论及的人文医学教育、人文素质、人文素养等概念,都说明医学既不是纯科学,也不是纯艺术。医学是人文科学中最科学的,是科学中最人道的,因为医学是“人学”。

纵观国内外对医学人文素养的解读,正如著名的生命伦理学家佩雷格里诺所说:“医学的人文科学

教育,不仅仅只是教授一种绅士的品质,也不是为了显示医生的教养,而是临床医生在制定谨慎和正确决策中应该具备的基本要素,如同作为医学基本知识和临床技能一样。”

医学人文素养涵盖四个方面内容:一是博学多识、视野开阔;二是沟通能力、团队精神;三是道德高尚、品行端正;四是同情之心、怜悯之情。正是这四点内容简明扼要地阐述了人文素养的精髓,它是专业素养的情感表现,不应该将专业素养和人文素养看作是优秀医生的两个独立属性,两者是紧密相连相互促进的。

近年来,医学技术飞速发展,而医师人文情怀停滞不前;患者权利意识渐渐觉醒,而医师人文素



养仍在沉睡;这些均是构成“医患矛盾”加剧的重要原因。最希望通过我们共同努力,为医学这一人类最美好的事业贡献力量。因为医学无论怎么发展,永远不可能包治百病。但是如果医生心中都有一盏人文的灯,医学就会情暖百家、安顿百魂。

# 如何预防季节性哮喘

□呼吸科 陈巍 时国朝

哮喘的发病与气候的变化有着密切的关系,很多哮喘病人对此可能深有体会,每到春末(四、五月份)、秋初(九、十月份),气喘就会加重,真正到了炎炎夏天和寒冷的冬天反而减轻,与常见的“老慢支”不同。

究其原因,首先是气温、湿度、气压的影响。气温骤变可能影响机体的神经、内分泌及免疫功能,容易引起发病。湿度过高可增加人体的呼吸频率,从而诱发哮喘。同时湿度过高能促进细菌的繁殖和尘螨的孳生;相反,湿度过低可使呼吸道黏膜干燥,气道上皮细胞受损,从而加重病情。气压过低可使各种变应原如花粉、尘螨、动物皮毛、细菌、灰尘与工业性刺激物易于向低处散落并被吸入呼吸道,激发哮喘。某些雷雨天气也会使哮喘的发病增加。

其次,春末秋初正是许多植物开花结果的季节,而植物变应原,如花粉,是哮喘发病的主要原因之一。春秋两季空气中漂浮的吸入性变应原种类多、密度高、数量大。季节性哮喘发作的主要原因是大量接触这

些变应原。我国南方沿海地区的梧桐、桑树、柳树、枫杨的花粉季节在春天,因而晚春初夏的5~6月间哮喘发作次数增加。我国北方多见的草本花粉和蒿树植物的花粉期在夏末初秋,而种子花粉晚秋为多,所以每年9~11月也为哮喘的发病高峰期。

预防季节性哮喘发作需要注意以下几点:

**一、明确诱发哮喘的变应原并尽量避免。**通过详细回忆病史,很多情况下可明确诱发哮喘的因素。70%~80%的过敏性哮喘者对尘螨过敏。如果在霉雨季节发病,常提示可能对真菌过敏。4月中下旬发病者,则可能对梧桐花粉过敏。如想进一步明确变应原,患者可到医院进行皮肤试验或测定血清特异性IgE等检查。对已明确变应原的应尽可能避免或减少接触,甚至可移地治疗。

**二、避免周围环境的非特异性刺激。**在南方,春天一般为梅雨季节,甚至常有雷雨。这时空气湿度大,除了真菌繁殖加快外,气压较低,雷雨交加时大气层臭氧增多。此外,秋天和初冬干

燥的气候以及我国北方多见的强冷风刺激等都是激发哮喘发作的重要非特异性刺激因素。因此哮喘患者应养成随时收听天气预报的习惯,根据天气变化增减衣服。如遇上述天气,最好不外出或采取预防措施,如戴干净的口罩。若行走在街上突然遭强风袭击,患者应当背风而行,避免迎风受冷空气的刺激。

**三、抑制气道过敏性炎症,降低气道高反应性。**为预防因季节性吸入某些变应原所致的气道过敏性炎症,在专科医师的指导下可在发作季节前吸入色甘酸钠和/或倍氯米松或布地奈德等皮质激素,以抑制气道过敏性炎症,降低气道反应性。具体用法:可在哮喘发作季节前2周左右开始吸入皮质激素作预防性治疗,而口服或静脉用激素不宜作为季节性哮喘的预防用药。

**四、在好发季节前进行脱敏治疗。**当季节性过敏原确定后,尤其是花粉、真菌等,因很难避免接触,患者应到医院在专科医师指导下,于哮喘发作季节前2~3个月开始脱敏治疗,并在发作季节期间遵医嘱服药。

哮喘是一种顽固的气道慢性炎症性疾病,是当今世界最常见的慢性疾病之一,患者接触到变应原,如花粉、螨虫等后,出现呼气困难、胸闷、咳嗽,并伴有哮鸣音,给患者造成了许多生活上的困扰和无奈。发作严重时,若不及时有效地治疗,甚至可能危及到生命。

今年5月1日是第14个“世界哮喘日”。虽然目前哮喘尚无法彻底根治,但经过规范化治疗,近80%患者的病情可以得到完全控制或良好控制。不规范的治疗则会造成病情反复,肺功能衰退,以至因急性发作而造成生命危险。因此患者应积极寻求正规的治疗方案。

首先患者应学习自我监测病情才能更好地寻求适合个体的治疗方案。呼气峰流速(PEF)的测定就是一种简易可行的方法,适合于患者在家中自行进行。所谓“呼气峰流速”,也就是用力呼气时,气流通过气道的最快速率,常常直接反映气道的通气功能情况。正常人有一定的生物钟规律,人体的某些代谢和功能会随着时间的变化有一定的改变。正常人呼气峰流速一般在清晨最低,下午最高,但昼夜变异较少(<20%),而哮喘病人在哮喘发作时,呼气峰流速常降低,提示通气能力受到了影响,并且因气道敏感性较高,收缩和舒张变异大,最高呼气流速的变异将增大。患者每日监测呼气峰流速时,如果出现昼夜波动加大,应警惕哮喘急性发作或病情恶化,当然该项数值的变异也会随着病情的好转而减少。因此监测呼气峰流速的变异率可准确反映哮喘的病情严重程度和变化趋势,这样患者就能正确掌握和评估自己的病情并及时就医,有利于哮喘的控制。

患者可利用微型呼气峰流速仪测定呼气峰流速及其变异率,它的正确测量有赖于病人的配合和掌握正确的使用方法:1)取站立位,手拿峰流速仪,注意不要妨碍游标移动,并确认游标位于标尺的基底部。2)深吸气后将峰流速仪放入口中,用嘴唇包住吹气口,尽可能快而用力地呼气,注意不要将舌头放在吹气口内。3)再重复检查两次,选择三次的最高数值。可于每天的早晚各测定1次,变异率的计算公式为: $2 \times (PEF_{最高值} - PEF_{最低值}) / (PEF_{最高值} + PEF_{最低值}) \times 100\%$ 。PEF的最高值和最低值可取同一天的数值,为日内PEFR,或者取1周内的最高值和最低值,为周内PEFR。如果患者掌握较好,在最初2~3周内尽量每日监测峰流速,这对明确病情控制程度,给予适当级别的治疗十分有用。长期监测峰流速,加上观察症状的改善情况,还有利于评价病人对治疗的反应,有利用医师及时调整治疗方案。

## 哮喘的自我监测——呼气峰流速测定

□呼吸科 过依周敏

## 压力也会导致哮喘发作和恶化

□呼吸科 程齐俭 万欢英

随着我国社会现代化的进程,越来越多的压力接踵而来,有工作上的,也有生活上的。压力会让人身心疲惫,更重要的是影响健康。

哮喘是常见的过敏性疾病,而过敏虽然有大部分的遗传因素,但是否发病、何时发病、发病强度如何则很大程度上取决于环境和患者本身的因素,其中,压力导致的过敏和哮喘的发作是越来越值得关注的问题。哮喘患者体内的细胞类型与正常人不同,有一类称为调节性T细胞(减少人群过敏症状的细胞)在哮喘人群中比例是下降的。而近期的动物实验显示,怀孕的小鼠妈妈如果在持续压力(如给予噪音)的刺激下,随着压力反应的增加,其产出的小鼠体内调节性T细胞的比例就会下降,使出生的小鼠更容易患哮喘。在

人群当中是否有这样的情况,需要进一步的证实。另一方面,哮喘患者如果正处于压力过大的情况下,其哮喘和过敏症状都会加重。流行病学资料显示,压力可导致哮喘的症状更难控制,更多的哮喘急性加重,住院时间更长,用药更多,进一步加重了哮喘经济负担。

压力是生活的一部分。如何正确处理压力显得十分重要。学会缓解和释放压力,可以减少哮喘的发作。(1)改变自己的思维方式。思考一下大脑中有什么念头和想法导致自己变得紧张,尝试去改变对这些东西的态度甚至不要让自己去关注这些念头。思考问题的方式、自己的价值期待和自我暗示常常决定了自己的情绪和感觉,也关系着能否很好的控制压力。(2)尝试让自己放松。尝试减少外界的因素对自己情绪的影响。规划好自己的生

活,事先处理好各种问题,可以减少紧急情况的发生。(3)坚持体育锻炼。参加一些体育活动中是减少精神压力和治疗哮喘的重要措施之一。(4)获得足够的睡眠。哮喘和其他的慢性病患者,都需要足够的睡眠。当睡眠不足时,往往会引起神经系统的紊乱,导致精神紧张和情绪的改变,因此养成良好的睡眠习惯非常重要。

当然,还有一点就是在感知压力较大,哮喘症状可能不稳定时,应及时就医并调整用药。吸入糖皮质激素是治疗和预防哮喘发作的最重要的药物。研究显示,压力可造成人体中与该药物结合的受体(糖皮质激素受体)的功能下降,也就是削减了一部分药物的治疗和保护作用,短期的应对方法可以是加大吸入激素的用量。因此,哮喘患者在一些特殊情况下,如参加考试等,可以适当增加用药来保持哮喘的稳定控制。但正确面对压力是患者应该学习和努力去实现的最根本的治疗方法。



在我院员工培训部成立十年之际,2012年国家级继续医学教育项目《人文医学教育高级师资培训》学习班顺利举行。本期学习班课程为期三天,内容涵盖人文医学培训体系介绍、人文医学培训师授课方式及技巧、人文医学核心课程各模块介绍等,此外,还特邀我院党委严肃书记、市卫生局干部人事处刘雄鹰副处长以及中国医师协会培训师

## 提高人文技能 改善医患关系

——2012年国家级继续教育项目《人文医学教育高级师资培训》有感

□人力资源处 陈玮

沈健老师分别作了《医院文化建设与人文精神培养》、《住院医师规范化培训与人文环境》和《以患者为中心的医患沟通》的专题讲座。学习班在秉承与发扬各家医院文化优良传统与精神的基础上,对增进沟通、加强合作、共谋发展起到了促进作用。

人文医学培训作为国内一项医学职后教育中的新生事物得到了越来越多医院管理者的认同与支持,具有强大的生命力和发展前景,但由于处在起步阶段,仍然需要我们继续努力和用心经营。我院作为一家三级甲等综合性教学医院,非常注重将员工的教育和培养与医院文化能有机结合,正是由于医院领导的重视与远见卓识,我院早在2003年就成立了员工培训部,至今已走过了10个年头,通过不断摸索与实

践,已基本形成一套较为成熟的人文培训体系和一支富有实践经验的师资队伍。参加本次学习班授课的老师全部为我院员工培训部兼职培训师,在学习班里,培训师与学员之间进行了知识和技能的分享,反响良好。

人文医学是以医学价值、医学规范、医学渊源以及与医学有关的其他社会文化现象为研究对象的交叉性学科。中国医师人文医学执业技能培训体系自2006年在全国推广以来,人文医学医患沟通课程给我院住院医师规范化培训带来了有力的支持。我院充分利用该体系开展了一系列相关培训工作,如在4月份开展的2011届住院医师规范化培训基地学员人文医学专题培训中,《驿站传书》、《医德职业化》、《与

患者及家属建立和谐关系》、《病史采集》、《制定双方同意的治疗方案》和《病情告知》6个模块均由中国医师协会人文医学执业技能培训体系授证培训师主讲,以打破陌生、融入团队、激发兴趣为目的的体验式培训项目得到了学员们的积极参与。不同于传统授课模式,课程期间不时穿插的角色扮演、案例分析、小组讨论等环节,使略有些枯燥的理论内容也妙趣横生,不时引来学员们阵阵欢笑。培训时间虽短,但人文医学基本理念与技能已被学员们所认知与了解。

在当今医患关系急需改善的背景下,类似的人文医学教育如同医学基础知识和临床技能一样,应该纳入青年医师培养体系中,从而引导青年医师们不断实践与提高人文技能,构建良好的医患情感账户。