



广博慈爱 追求卓越

第 576 期

2018 年 9 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

## 我院举行庆祝第 34 个教师节暨第十届“红烛奖”先进表彰大会



□记者 李东 通讯员 陈怡

本报讯 9 月 5 日下午,我院举行庆祝第 34 个教师节暨第十届“红烛奖”、2017-2018 年度先进表彰大会,今年教师节的主题是“弘扬高尚师德,潜心立德树人”。我院院长瞿介明、上海市住院医师规范化培训专家委员会主任李宏为、副院长胡伟国、赵强,党委副书记俞立巍、俞郁萍等院

领导,以及临床带教老师代表、研究生导师代表、教学管理人员,以及学生代表出席了会议。

会上,胡伟国副院长代表医院宣读了第十届“红烛奖”获奖名单及 2017-2018 年度先进教师、先进管理人员、先进导师团队的表彰决定。

瞿介明院长代表医院党政领导祝贺全院教职员工节日快乐,他说,陈竺院士设立红烛奖的初

衷是为了弘扬燃烧自己、照亮别人的“红烛”精神。在瑞金 111 年悠久历史中,哺育桃李、师道传承,也正是这样的精神,让瑞金的事业、医学发展不断催生向上的力量。瑞金医院一直有着良好的教学传统,这是世代瑞金人对教育的坚守,对理想的追求。希望所有老师都能弘扬师德、言传身教,培养出更多优秀的医学接班人,再创辉煌。

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,基础医学院组织胚胎学教研室王敏,瑞金临床医学院外科学教研室郑民华,以及瑞金医院病理住院医师规范化培训基地王朝夫获得第十届红烛奖。郑民华教授作为教师代表作大会发言,他说,医学教育者应该始终怀有敬畏之心。瑞金前辈们的医学教育使他终身受益,在医学教育中,人文属性是第一位的。

此外,今年共有 41 名同志获得瑞金医院先进教师、先进教学管理人员称号;8 个团队获得瑞金医院先进研究生导师团队。



□记者 李晨

本报讯 手术室里,观看手术的学员们屏气凝神,认真地观摩学习屏幕上主刀医生的每一个切割动作和血管、组织的变化,一根根毛细血管和薄薄的筋膜清晰地显示在大屏幕上。这是一台由我院普外科主任郑民华教授主刀的结肠癌腹腔镜切除术,但不同的是,此次手术应用了 4k 超高清影像系统。

9 月 6 日装机完毕后,郑民华教授团队连续观察了 4K 腹腔镜胃和肠肿瘤手术。9 月 10 日上午,郑民华教授主刀为一名高龄结肠癌患者成功实施腹腔镜手术治疗,并使用了 4k 超高清影像系统,相比较原来的全高清系统,手术更加细致精准,一键对焦也使得手术进度更快。“外科手术要与时俱进,技术要创新,也要借助科技创新的东风”郑民华教授介绍说,4k 超清系统的使用让主刀医生的视野更加清晰,细微的血管、细小的神经、筋膜的层次尽收眼底,更有助于保护患者的神经在术中不受伤害,减少流血量,向无出血的“白色手术”更近一步。从前,腹腔镜手术最多只能用 32 寸的显示屏,腹腔内影像放大的倍数有限,采用 4K 超高清系统后,可以用 55 寸显示屏,手术视野不仅扩大了,并且更加清晰。

90 年代初,郑民华将腹腔镜技术带入国内,经过近 30 年的发展,从起初手术只能看到 VCD 清晰度的画面,到 2012 年我院率先使用 3D 腹腔镜,无论是手术技术还是腹腔镜的硬件配置都有了飞跃式的进步。如今 4k 超高清系统的使用又将开启腹腔镜手术的新时代,让患者接受更为精准的手术治疗。

据了解,该手术系统的 4K 超高清画面是全高清画面清晰度的 4 倍,并且更接近人眼视觉的丰富色彩,能够为手术医生提供清晰的大画面大视野,能够满足术中局部放大的需求,让医生实现精细、精准的手术操作。郑民华教授表示,今后手术技术还将不断升级,“4K+3D”的模式也将在不久的将来得以运用。

我院率先在国内开展超高清 4K 腹腔镜手术

## 宁光院士获评“白求恩式好医生”

□记者 李晨

本报讯 8 月 31 日,在中国医学人文大会开幕式上,中国医师协会、白求恩精神研究会公布了第二届“白求恩式好医生”推荐结果,并举行颁奖仪式。中国工程

院院士、我院副院长宁光获评“白求恩式好医生”。

会上同时发布了做新时代“白求恩式好医生”倡议书。倡议书说,要自觉践行新时代中国特色社会主义理论,发扬临危不惧、义无反顾、勇往直前、舍己救人的光荣传

统,做人民放心的健康卫士。要维护职业尊严,坚持廉洁行医,自觉做到公平公正使用医疗资源,绝不谋求任何不当利益。要不断提升人文素养,树立敬业精业的好形象。

本版责任编辑 李晨

## 于归颖侨彦侨教眷授先进获进全个国人

□记者 唐文佳

本报讯 8 月 29 日上午,第十次全国归侨侨眷代表大会在北京人民大会堂开幕。上海交通大学医学院侨联主席、瑞金医院上海消化外科研究所于颖彦教授出席了本次归侨侨眷代表大会,并获评全国归侨侨眷先进个人。

当天下午,与会代表和特邀嘉宾就党中央的致词进行了分组讨论。作为来自高校科技创新一线的新归侨,首次参加侨代会的于颖彦接受了新华社采访,她表示:“致词给予了我们认可和肯定,是激励是鼓劲。生逢其时,我们就要勇担新时代使命。”于颖彦说,上海市是新侨集聚地,正在建设具有全球影响力的科创中心,新侨及广大留学归国人才已经是国家发展的主力军之一。他们有很深的家国情怀,正在努力将在海外所学知识融入到实现中华民族伟大复兴的国家民族大业中。她认为,科技领域的最前沿、创新创业的第一线,到处都活跃着侨胞的身影,很多人默默无闻地在拼搏、在创新创业,但党中央没有忘记他们,充分肯定了他们的工作,将对广大新归侨产生不小的激励作用,激励大家努力将所学融入实现中华民族伟大复兴的国家民族大业中。

## 杏林红烛 桃李芬芳

□胡伟国

9 月 5 日,我院举行了庆祝第 34 个教师节暨第十届“红烛奖”、2017-2018 年度先进教师、先进管理人员、先进导师团队表彰大会,赞颂耕耘、彰显师德、分享喜悦。今年,共有 3 名同志获得“红烛奖”的荣誉,并有 41 名同志获得瑞金医院先进教师、先进教学管理人员称号,8 个团队获得了瑞金医院先进研究生导师团队。

瑞金医院作为上海交通大学医学院最大的附属医院,瑞金人始终践行“广博慈爱,追求卓越”的理念,在秉承老一辈严谨求实的教学传统的同时,也与时

俱进、开拓创新。2017 年至今,临床医学院在医学模拟教学、法文班教改工作、教师激励计划、建设 VR 智慧教室、临床器官系统整合课程等教学创新工作方面,教学理念始终走在前沿,可谓引领医学教育的发展。其中,全院的全体教师可谓精于教学、勤于育人、不辞劳苦。

“弘扬高尚师德,潜心立德树人”是今年教师节的主题,作为一所教学医院,进一步营造尊重知识、尊重人才、尊重教师的良好氛围,进一步增强广大教师的荣誉感、责任感和使命感,同时激发广大教师热爱教

学、热爱学生的崇高情感,是我们肩头沉甸甸的责任。

教育的智慧如涓涓细流,于无声息中浸润学生心田,孕育一切可能。这种智慧源于对生命的尊重,对教育的坚守,对理想的追求,对学生怀抱着一腔博大而深沉的爱。医学教育任重道远,唯有常持“筚路蓝缕、以启山林”的奋斗之志,才能推动医学事业生生不息、蓬勃发展。因为,培养医学事业的接班人,不仅是瑞金医院责无旁贷的重任,更是所有医者的重任。

瑞金论坛



# 功能神经外科成功为抽动秽语症患者实施手术

## “头盔男孩”不再挥拳自残



□记者 李晨

本报讯 8月29日，患者小马(化名)被收入功能神经外科病房，并完善了各项检查。这位20岁的小伙子患了抽动秽语症，躺在病房的床上，戴着拳击手套和护目镜，拼命地击打自己的眼睛，嘴角也被他咬到渗出了血，任凭父亲如何阻拦都没有用。

据他的父亲介绍，小马10岁的时候，经常“挤眉弄眼”，偶尔喊叫几声，当时并没有在意。后来症状有所加重，他们才意识到了问题严重性，从此开始了漫漫求医路。2016年开始，小马竟然忍不

住地击打自己的眼睛，并导致了视网膜脱落，右眼失明，左眼也只剩0.1的视力。

一个多月前，小马的症状突然加重，每天对着自己的眼睛挥拳捶打，看起来十分疯狂，只能戴上头盔生活，也因此暂停了学业。父亲在网上看到了我院功能神经外科的一则关于治疗抽动症的新新闻报道，于是立刻联系医院，带着儿子来到了上海。

入院后，孙伯民主任团队为小马完善了各项检查，对他的病情进行了评估。“抽动秽语综合征，自残行为非常严重”，功能神经外科中心主任孙伯民主任说，

“很多患者小时候出现的症状不明显，由于看起来像多动症，容易被家长忽略。等到症状发展到严重的时候，也不知道这个病可以通过手术治疗。”他们遇到过很多例抽动秽语综合征的患者，他们往往已经兜兜转转了很久，也没有得到有效的治疗，病情不断加重。如果早期进行手术治疗，不但可以避免对身体的伤害，还会更好地帮助他们重新融入社会。

8月31日早上8点钟，孙伯民主任团队已经在做术前准备，8点20分，小马被推进了手术室，他将接受脑深部电刺激治疗术(俗称脑起搏器，DBS)治疗。这台手术要为小马置入脑起搏器，脑起搏器的原理是：通过植入大脑中的电极，发射电脉冲至大脑内的相关核团，调控抽动秽语综合征患者脑内异常的神经电活动，从而达到减轻和控制症状的目的。手术很顺利，3个小时后小马被推出了手术室。第二天，也是九月的第一天，小马术后清醒恢复了意识。摘掉了护目镜和拳击手套，狂躁的自残动作终于停下来了，父亲也露出了久违的笑容。术后恢复良好，第二天小马出院了。后续还将进一步观察及随访。

# 我院举行肌电图与神经电生理检查学习班

本报讯 近日，由我院康复医学科、上海瑞金康复医院主办的第五届“全国肌电图与临床神经电生理检查在康复医学中的应用”学习班在我院成功开办，来自上海各医疗单位的50余名同道与学员参加了本次学习班。

学习班上，我院康复科主任谢青以自己多年来积累的医疗、教学及科研经验，通过大量实际病例与学员们分享了神经电生理检查在康复科各类疾病诊治过程中的应用

价值，并与学员们进行了激烈的讨论交流。

上海交通大学医学院解剖课程组长李峰教授讲授神经电生理检查中相关的解剖基础知识，以便学员们熟悉神经肌肉解剖，掌握肌电图检查操作方法。

我院神经内科肌电图室袁华强主任，结合自身丰富的实践操作经验，分享了神经传导的相关肌电图知识。学习班的每位学员都有机会进行实战演练，亲身体会肌电图检查的操作过程，学员

们纷纷表示这种边理论边操作的学习模式，对理论和实践的提升很有帮助。

此外，学习班还特别邀请了我院神经内科、骨科、伤科以及瑞金康复医院多位专家进行授课。此次学习班是我院康复医学科针对肌电图与神经电生理检查在康复学科中应用的第五次全国性学习班，旨在引领肌电图与神经电生理检查在康复医学学科的应用，更好地精准评估及诊疗。

·康复科供稿·

# 当早期喉癌遇上腔镜等离子射频

□通讯员 吴继昌

本报讯 今年5月以来，我院耳鼻喉科向明亮主任所率团队陆续为3名早期喉癌患者成功施行了腔镜下喉癌低温等离子射频切除术。最近的两个病例，手术全切肿瘤均历时不到20分钟，出血均不足10毫升。且术后无需气管切开，醒后即可言语交流，观察2天即可出院。这是耳鼻喉科继鼻咽恶性肿瘤内镜微创手术开展后，近期开展的又一新手术。该手术的成功开展，在一定程度上标志着我院早期喉癌微创手术已迈入国内先进行列。

近年来，腔镜外科手术已成

为国内外治疗早期喉癌的首选手段，所采用的主要方法有CO<sub>2</sub>激光手术和低温等离子射频消融手术。与CO<sub>2</sub>激光手术相比较，低温等离子射频消融手术更安全、可切除的肿瘤范围更大、手术适应症更广、止血效果更好、术后反应也更轻。等离子刀头集切割、止血、消融、冲洗及吸引于一体，术中基本无出血，明显缩短了手术时间，减少了对周围组织的热损伤。在腔镜下手术，操作精细，可最大程度避免损伤颈部大血管等重要结构。患者术后反应轻、恢复快，术后2天即可出院，明显减轻了患者的经济负担，对于早期喉癌患者是一大福音。

# 世界淋巴瘤日病友交流会精彩回顾



本报讯 9月9日下午，我院血液科和淋巴瘤之家联合举办了世界淋巴瘤病友交流活动，拉开了2018世界淋巴瘤日系列病友交流活动的序幕。

当天，来自全国各地的40余位患者来到活动现场。他们说，瑞金淋巴瘤医护团队给病友和家属们带来的感动，不仅是耐心专业的疾病讲解和温暖的的笑容，更是看到患者名字就能立刻细述其病情的专业与用心。

在瑞金血液科病房，还活跃着一只志愿者队伍，他们都是由

康复病友自发组成的。“从相互的经历中，汲取养分，抱团取暖。”带着这样的初衷，志愿者们定期走进病房，来到治疗中的病友身边，同病友谈心，为病友解惑，把自己的康复经验分享出去。

据了解，此次病友交流活动的主题是：“MORE THAN HERO”，旨在通过我院淋巴瘤团队和康复志愿者的共同努力，帮助病友们找到属于每个人的战胜淋巴瘤的“超能力”。

·血液科供稿·

# 给剑川百姓实实在在的帮助 我院远程会诊再开绿色通道

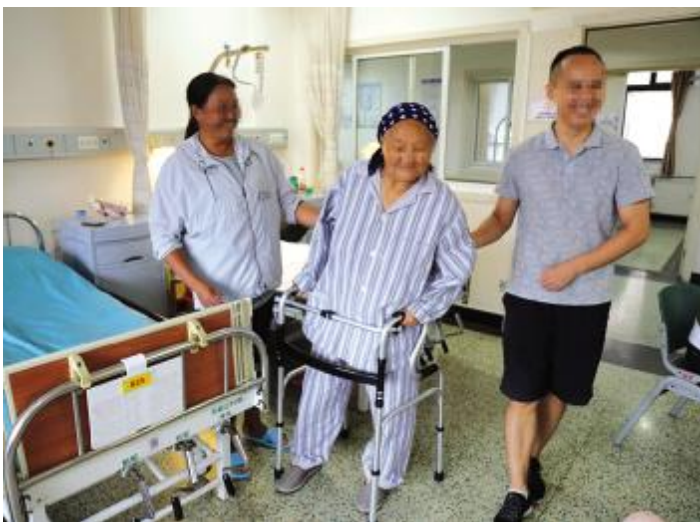
## ——记剑川县人民医院、上海瑞金医院骨科康复双会诊

□记者 李东

本报讯 64岁的白族杨大妈双膝关节疼痛已十年有余，过度的体力劳动导致了膝骨性关节炎退变和骨关节炎。家人一直计划着带老人去上海的大医院看看，但对于去哪家医院、找哪个医生也一头雾水，便迟迟没能下定决心。

幸运的是，她们一家等来了我院对口支援剑川县人民医院的第五批援滇医疗队，杨大妈的女儿拜访了医疗队队长、内分泌代谢科副主任医师苏頔为，向他描述了母亲的状况。苏頔为仔细考虑后表示，膝骨关节炎是慢性疾患，手术不急于一时，现在剑川医院既然有康复科的同批医疗队队员单凌霄技师在，完全可以由他检查后再决定治疗时机。

结合影像学图像，单凌霄发现：杨大妈双膝关节退变严重，右



膝半月板和骨膜磨损殆尽，有较多积液，膝关节韧带和肌腱均出现不同程度的退化。单医生表示，大小腿肌肉强度是全膝关节置换

手术后恢复的重要参考，因此目前并不是手术的最佳时机，至少需进行二到四周的康复训练，这样才会有较好的手术效果。

尽管援滇任务繁重，苏頔为和单凌霄一直挂念着杨大妈，认真讨论后两人又专门邀请了我院骨科刘志宏副主任医师，康复医学科谢青主任医师进行了两次远程会诊。“2周的初步康复治疗结束后，您就可以直接来上海做手术啦。”为方便杨大妈来沪接受手术，主会诊医生直接“远程”为其开具了住院卡，特意将入院时间预约在了周日。

经过2周简单的康复训练，杨大妈的两侧股四头肌肌力获得了极大的改善，肌肉量也有了很大的提升，手术时机已经成熟！周日一早杨大妈赶往上海，入住瑞金医院骨科一病区。两天后，他正式接受了右侧全膝关节置换手术，手术顺利。

一周后，杨大妈出院回到剑川。单医生细心检查后，高兴地说伤口恢复很好，关节活动度从15°

~105°增大至5°~120°。杨大妈的女儿高兴的说，“才一个礼拜，还能直接使用医疗医保异地结算，算算费用就是加上来回的机票也不贵啊！”

“基层医疗服务的主要目的不是疑难杂症，而是规范的诊断和治疗，以及危重疾病的处理能力。”我院第五批援滇医疗队队长苏頔为表示，对医疗队而言，“从零起步”的不仅是对当地的技术输出，更是要将一系列医疗管理规定、制度、流程“手把手”教会当地医生，让当地医生得到实实在在的帮助。相信未来，从远程会诊到组织实施入院，到异地医保结算，一系列创新举措将形成对口支援的合力，让越来越多的剑川百姓享受到大医院、大城市的医疗资源。

援滇纪实

## 急诊科陶然君赴新疆喀什开展医疗援建

□通讯员 姚颖

本报讯 8月20日清晨,我院急诊科陶然君医生作为上海市第九批中期轮换援疆干部整装出发,赴新疆喀什地区第二人民医院,开始为期一年半的医疗援建任务。

8月17日下午,援疆干部欢送会召开,院党委书记杨伟国、副院长陈尔真、工会副主席奚小冰、急诊科主任毛恩强、急诊党支部书记盛惠球,以及各相关职能部门负责人和原援疆干部、医疗队员代表等参会。

欢送会上,陶然君医生发言表示,自己作为一名共产党员,理应承担义不容辞,积极响应国家援疆

号召主动报名。此次援疆,他将不忘初心、发挥特长、不辱使命、努力争光。陶然君的妻子表示理解丈夫的援疆豪情,决心挑起照顾家庭的重担,支持丈夫援疆。

毛恩强、盛惠球表示,科室将作为坚强后盾给予陶然君医生援疆以技术支持,希望他把瑞金人的精神风范、把急诊科的医学优势带到喀什,造福当地百姓。与会的原援疆干部代表分享了各自的援疆体会和收获,让陶然君和家人倍感鼓舞。

我院副院长陈尔真充分肯定了陶然君医生一贯的工作表现和能力,表示医院作为大后方将大力支持帮助新疆喀什地区第二人民医院建设好急诊科,同

时叮嘱陶然君医生注意医疗安全、保重身体,在帮助喀什第二人民医院开展急诊新技术方面多下功夫。

院党委书记杨伟国为陶然君医生点赞,并感谢家属的充分理解和支持。他提出,希望陶然君尽快进入角色,找到援疆医疗工作重点,助力喀什地区第二人民医院急诊科做好学科建设,推动喀什二院实训中心建设,帮助更多喀什医务人员提高医疗技能和水平,为当地居民的健康安全提供实际帮助。同时,杨伟国也勉励陶然君医生,要珍惜这次光荣的锻炼机会,接好援疆接力棒,干出一番成绩,让瑞金的品牌和文化到展示和发扬。

## 第二十八届职工游泳比赛火热开赛

□记者 李晨 通讯员 陈玮

本报讯 8月17日,我院第二十八届职工游泳比赛在中国浦东干部学院拉开战幕。由医院各团支部牵头组成了17支队伍,近180名选手参与此次比赛。为了让更多的职工参与比赛,同时提高比赛的观赏性,今年特别根据自由泳和蛙泳进行了分组比赛。除了“瑞金泳坛老将”,今年比赛中也吸引了不少“瑞金新人”加入。

在医疗“战场”上总是以出色表现与病魔抗争的瑞金人,在体育竞技场上同样表现不俗。此次比赛分4x50米团体赛、50米个人赛(自由泳、蛙泳)以及趣味赛。经过激烈的角逐,最终产生了各个赛组的冠亚军。同时,颁发了团体特别奖项:灼伤整形科荣获最佳体育精神奖,重症医学科荣获最佳

组织奖,神内心理联合团支部荣获最佳装备奖。

职工游泳比赛是医院的传统体育项目,自1991年开始已经连续举办28届,受到广大职工的热烈欢迎。比赛不仅鼓励职工强身健体,也给平时忙于工作的医务

人员搭建起交流平台,增进职工间的友谊,这也成为每年夏季最热闹的体育赛事。我院党委副书记、工会主席俞郁萍,工会副主席吴平及职能部门负责人也来到比赛现场为运动员加油助威并颁发奖项。



## 进博预演 肾脏科党员在行动

□通讯员 钱莹

本报讯 今年11月,上海将迎来首届中国国际进口博览会,据悉,本次博览会将有来自100多个国家和地区的3000余家企业参展,并有超过15万名采购商到会洽谈采购。

为了迎接进博会举办,做好医疗保障服务,8月27日,肾脏科党支部在党支部书记兼科主任陈晓农的带领下,开展了进博先锋和人文医学培训的主题日活动。活动当天,党支部宣传委员王晓敏首先介绍了进口博览会的大背景,学习了卫生系统的十大率先服务举措,并带领大家宣读了进博先锋行动的倡议书。接着,肾脏科兼人文医学教研室副主任钱莹,为参会人员做了人文医学相关内容的培训,包括医务形象和窗口服务以及会议的礼仪等。随后,科室成员围绕如何迎接进口博览会展开了讨论,大家纷纷表示,党员应该发挥先锋模范带头作用,为进口博览会健康服务保驾护航。



## 首台创面修复移动工作在十堰市正式启用

□记者 李晨

本报讯 近日,由我院创面修复中心发起和指导的首个创面修复移动工作在湖北省十堰市启用。当天下午,十堰市人民医院与我院烧伤研究所所长、创面修复中心主任陆树良教授团队进行了远程模拟会诊,就一例慢性创面病例展开讨论。

慢性创面患者往往行动不方便,但治疗过程较长,且需要反复

就诊,这使得许多患者难以坚持。于是,陆树良教授带领团队,对创面修复的工作方式进行了大胆的创新,提出建立创面修复移动工作站的新模式,直接进入社区、养老院,让患者在家门口接受及时治疗。对于疑难病例,治疗师及医生可以通过专门的APP,与“大本营”取得联系,进行及时会诊,给出治疗方案。每一例患者的病历,也都通过APP进行详细地记录,做到全程、系统地治疗。

慢性创面看似简单,实则病情复杂,并非单纯的换药包扎。陆树良表示,目前团队已经出版第一部《中国创面诊疗指南》,而移动工作站的使用旨在打造“一个大本营多台流动车”的创面修复专科学科运行新理念、新模式,让患者能够得到持续治疗。据了解,目前上海、山东等地的创面修复移动工作站也在积极筹备中,将尽快投入使用,惠及更多患者。

## 北院开展多例3D高清腹腔镜单孔结直肠癌手术

近日,瑞金医院北院普外科结直肠外科团队在赵任教授的带领下完成多例3D高清腹腔镜单孔结直肠癌手术。自2016年起,北院普外科单孔结直肠癌手术进入3D高清时代,现已完成此类手术10余例,患者愈后良好。

单孔腹腔镜技术是北院普外科的特色,处于全国领先水平。作为中国医师协会结直肠肿瘤专委会单孔腹腔镜学组组委,普外科赵任教授团队一直致力于单孔腹腔镜结直肠手术的推广和创新。

与传统腹腔镜相比,3D高清腹腔镜手术系统能清晰地呈现三维立体手术视野、显示腹腔内组织解剖结构,以最大限度减少血管、神经的损伤,让手术更加安全和精准。对患者来说,单孔腹腔镜结直肠癌切除术手术创伤较小、术后恢复更快。

但相对于其他手术技术,它的发展相对缓慢。因为纯单孔腹腔镜手术操作难度大,器械冲突、缺乏对抗牵引及直线视角等问题使该技术学习曲线相对较长,很多外科

医师难以坚持甚至望而却步。

但是3D技术与单孔腹腔镜结直肠癌切除术相结合后,在一定程度上降低了单孔腹腔镜结直肠癌切除术的难度,有利于此类手术的开展。同时高清视野下对于血管神经的辨认,在保证肿瘤根治的前提下,进一步保护患者术后的泌尿生殖功能,让更多的结直肠肿瘤病人获益。

·北院宣传科 供稿·

## 我院志愿者在广慈儿童福利院开展服务活动



□通讯员 陈玮

本报讯 近期,手术室与团委青年志愿者协会、职工花艺社团共同组织了广慈儿童福利院志愿服务活动。广慈儿童福利院位于奉贤区四团镇,早在九年前,我院手术室志愿者团队已开始为该福利院儿童进行志愿帮扶服务,这一志愿服务一直持续到现在。

福利院工作人员对志愿者们的到来表示热烈地欢迎,并向大家介绍了儿福院基本情况。据了解,该福利院之所以取名为广慈儿童福利院,是因为院长的家族先辈们与瑞金医院有着悠远关联,对曾经的广慈医院也有着深厚的情感。工作人员介绍说,从儿童福利院初创,到如今抚养照顾43名残障孤儿,离不开瑞金医院手术室志愿者团队的一路相伴。只要孩子们有困难、有需要,志愿者们总会竭尽全力地去帮助。

下午,志愿者们逐一为孩子们进行体检。在等候体检期间,细心的志愿者们发现,每个孩子都有其独特的闪光点。有的孩子能一一说出绘画本上恐龙的种类和名字;有的孩子虽没有言语表达能力,但从他肢体、表情中能读出内心的情感表达;有的孩子安静地坐着,天真无邪的笑容更多透露出渴望被关注的目光。

除了完成所有孩子们的体检工作外,志愿者们分组带领孩子们开展了各类活动。他们与孩子们一起制作点心,为孩子们整理和清洁卧室及被褥,教孩子们制作手工艺品。花艺社的志愿者积极参与了此次活动,与孩子们一起做花艺手工。

活动结束后,志愿者们纷纷表示,赠人玫瑰,留有余香。志愿服务时光虽短暂,但志愿精神会一直都在。

# 睡前吃药伤肝——那是谣言

□ 药剂科 石浩强

是药三分不良反应。药物在发挥治疗作用的同时,往往还会产生不良反应,有时可能会对肝脏造成一定损伤。

事实上用药就是权衡利弊的选择,用药时当然应当尽可能地降低药物,对于肝脏的损伤降至最低,但最近有传言说,在临睡前服药会伤肝,事实是否真的是这样呢?

中医认为肝脏主导人体的气、血、水的流通。《黄帝内经》认为肝乃将军之官,是人体里的大将军,主藏血,人卧则血归于肝,足够的睡眠才可以使肝脏得以休息和恢复。

网上流传着一种说法:肝脏主要在晚上11点至凌晨2点左右进行排毒,这段时间宜在睡眠之中,而睡前服药则会增加肝脏的负担,进而引起肝脏损伤,所以临睡前服药更加容易伤肝。

## 睡前吃药不增加肝损

“外行看热闹,内行看门道”。大多数药物进入体内,都在肝脏进行生物转化,发生水解、氧化、还原、结合等化学反应,生成低毒或无毒的代谢产物,当然也有可能生成有毒的代谢物。

事实上,人类的新陈代谢是从来不会停止的,就像血液不停地流淌一样,肝脏并非只在夜间某个时间段才进行排毒,而是持续工作着的。

因此无论何时吃药,只要药物通过肝脏代谢,都会存在一定的肝脏负担。

也就是说,无论睡前服药还是其他什么时候服药,同一种药物对于肝脏所产生的负担并没有什么本质的区别,睡前吃药,并不会增加药物对于肝脏的额外损伤。实际情况是,按照中医人卧则血气归于肝脏的说法,睡前用药,在不影响睡眠的前提下并不会影响肝脏的修复。

## 哪些因素会诱发 DILI

临床上把药物对于肝脏的损伤称之为药物性肝损(DILI),主要是由于药物或其代谢物所引起的肝脏损害,可由药物毒性或患者本身的过敏反应所引发,事实上部分肝炎就是由DILI所诱发的。

另外,中、西药均可诱发DILI,中药如何首乌、雷公藤、土三七等,西药如抗感染药物、抗肿瘤药物、免疫调节剂等。

对于患者而言,用药时应当注意药物所引发的肝损伤,尤其是使用肝损较为严重的药物时应当更加谨慎。

药物对于肝脏的损伤主要与服药的品种、剂量、疗程或患者本身的特异性体质有关,不会因为睡前吃药或者白天吃药而出现显著性差异,只要你不是严重的依从性差的患者或者比较健忘者,把应当分为两顿、三顿吃的药物都攒到临睡前一次吃就可以了。

## 这些药应夜间用

事实上有些药品就是应该临睡前服用的,比如安眠药、平喘药、降血脂药物、具有中枢抑制作用的抗过敏药物等等。

当然,如果你不想半夜还在“数羊”的话,那么对于可能引起失眠的一些药物是不适宜临睡前服用的。类似于中药咳嗽药水临睡前猛喝一口的做法,其初衷可能是为了镇咳或者帮助睡眠,但其所含成分中大多有麻黄碱这一中枢神经兴奋药物,最终会导致失眠。例如临床上常用的渔人百咳静、小青龙合剂、急支糖浆等等。



# 肾脏病患者切记勿食杨桃

□ 肾脏科 高琛妮 陈晓农

肾脏像是人体的“过滤器”,一旦它不好好工作,健康就会出现,甚至危及生命!有种水果看似鲜嫩貌美,对于肾功能不全的人来说,却可能变成“肾脏杀手”。

70岁的陈老伯罹患尿毒症,维持性血液透析已经2年了。陈老伯的儿女们对父亲十分孝顺,对父亲的各种要求总是言听计从。中秋佳节,陈老伯提出想吃杨桃尝尝鲜,女儿想着既是水果,应无大碍,特地给老爸挑了两只又大又脆的杨桃。看老爸吃得很香,女儿的内心甚是欣慰。

不料吃过杨桃后不久,陈老伯却突然出现打嗝、恶心、呕吐,还一个劲地说头痛。休息片刻后非但没有好转,甚至出现了神志不清,开始说胡话,连女儿都不认识了。看到刚刚还精神抖擞的陈老伯突然变成这样,女儿慌了神,赶忙把他送到了医院。经过初步诊治,陈老伯被紧急送往了抢救室,在经过一次急诊血液透析后病情才逐渐稳定。经过问诊与检查,医生推断,导致陈老伯发病的“元凶”竟然是——杨桃!

陈老伯的儿女们百思不得其解,吃几口杨桃竟然差点吃出人命来?

难道香甜可口杨桃竟会摇身一变,成为了危害健康的“杀手”?其实对于普通人来说,杨桃只是佐餐开胃的水果,而对于肾脏病患者来说,它的危害不亚于“杀手”。

我们知道,肾脏是维持人体内环境稳定、清除毒素的“卫士”。正常情况下,肾脏可以通过排尿的形式清除人体内多余的水份、杂质和毒素。但对于中重度肾功能不全、血液透析、腹膜透析或者接受肾移植的患者,肾脏排泄功能减退,若有毒物质累积到一定程度则会引起疾病发生。

杨桃中含有一种可溶于水的神经营养素,正常情况下可经肾脏代谢排出体外,但肾功能不全的患者无法排出毒素而产生中毒症状。轻者出现胃肠道反应,包括恶心、呕吐、顽固性呃逆;严重者则出现神经精神症状,包括嗜睡、昏迷、抽搐等,甚至会导致死亡。

高雄一家医院曾经出现20位透析患者进食杨桃后集体中毒的事件,虽经积极救治,仍有8人不幸罹难。

一旦进食杨桃出现中毒症状,一定要及时就诊,通常需要血液透析才能洗去杨桃所含毒素。所以,对于肾功能不全,尤其是透析的患者,应该严格禁止食用杨桃及相关加工制品,以防自己的健康受到损害。

# 眼皮跳可能是眼睑痉挛找上门

□ 神经内科 李红霞 吴逸雯

俗话说左眼跳“吉”,右眼跳“凶”,眼皮一直在跳,到底是为啥?

## 眼皮一直跳,别掉以轻心

生理性原因:劳累、用眼过度、精神紧张、工作压力大以及不良生活习惯(烟酒)等;病理性原因:屈光不正(近视、散光等)、眼内异物、眼睛炎症以及神经系统病变等。焦虑性人格、日常工作压力大、频繁使用电子产品的人群比较容易容易出现眼皮跳的症状。

## 眼皮跳应该怎么办?

生理性的眼皮跳,发生时间比较短,症状也不严重,您仅仅需要闭上眼睛休息一会,局部按摩或者热敷一下,症状就会消失。但是,当眼皮跳不能缓解、一直持续并且有加重倾向时,就需要来医院做下眼科检查,如果眼科检查一切正常,那眼皮跳就很有可能是神经系统异常导致的。

## 眼皮跳不停可能是眼睑痉挛

眼睑痉挛是一种常见的局灶性肌张力障碍。而肌张力障碍是一种神经系统疾病,属于运动障碍性疾病的范畴。

由于眼部周围肌肉(眼轮匝肌)不自主痉挛性收缩,导致眨眼增多、睁眼困难,症状较轻者主要表现为眨眼增多,但不影响睁眼。

由于初期症状并不明显,不影响生活,患者不会将这种症状看做一种疾病。但是,疾病可能会随着时间不断进展,表现为眼睑痉挛频率和持续时间延长,以致睁眼困难、影响视物,甚至引起功能性失明。

另外眼睑痉挛患者也常常伴有眼睛酸胀、畏光(怕光)、干涩、流泪等症状,其中约有超过80%的患者有“怕光”主诉。为了准确诊断眼睑痉挛排除其他疾病,还可以进行肌电图、头颅MRI(特殊序列)等检查。

## 如何治疗眼睑痉挛?

一般来说,眼睑痉挛有三种治疗手段:口服药物治疗(一般效果欠佳);肉毒素局部注射治疗(疗效好且安全性高);手术治疗(眼轮匝肌切除术)。

对于大多数患者来说,肉毒素局部注射治疗疗效相对较好。

肉毒素其主要作用是主要抑制神经末梢释放乙酰胆碱,引起肌肉松弛麻痹,从而达到抑制肌肉异常活动。目前是国际上认可的治疗眼睑痉挛一线治疗手段。

优点:症状改善率达90%以上;相比手术治疗更微创、安全;注射后不需要服用任何药物。缺点:对该疾病无法除根,需要重复多次注射,平均疗效持续3~6个月。

# 幼儿园小朋友得了手足口病,家长该怎么办?

□ 感染科 庄焱

开学两周多,儿科门诊的手足口病小朋友一下多了起来,家里娃刚入园,班里就有小朋友得了手足口病了,作为家长,我该怎么办?

手足口病,是由一组肠道病毒(20多种)感染所致的一种急性传染病。

因多发于5岁以下儿童,且通过日常接触传播,因此成为幼托机构中的发病率最高的儿童传染病。大部分手足口病的患儿均较轻,可以自愈,只有极少数才会发展为重症。

## 居家鉴别手足口病

感染手足口病的患儿,早期会出现类似感冒的症状,如发热、咳嗽、流涕、食欲不振等等,此时尚无法判断是否为手足口病。

临床上判断手足口病最主要的依赖于其特征性的“口、手、足”表现。

“口”是指疱疹性咽颊炎,即肉眼可见口腔内灰白色疱疹、溃疡,伴疼痛、拒食、吞咽不适感。

在“手、足”部,则表现为手掌面、足部出现的多个小圆形疱疹,直径约1~2毫米,分布不规则但左右大小一致。和烫伤、烧伤、磨损后出现的水疱不同,手足口病的疱疹“小而硬”,表现为皮厚,液体少,不易碰破,疱疹周围还有一圈红晕,不痛不痒。

疱疹多在3~5天内自行退掉,消退的时候不破皮不结痂不留疤,是典型的手足口病疱疹的特点。

当然,确诊手足口病还是需要至医院进行病原体的检测,包括鼻咽拭子和血清学检查,配合完成必要的采样才能确保尽早诊断。

## 居家预防手足口病

手足口病传染性最强的时间是在发病后一周内。

若小朋友感染了手足口病,他近期接触过的

一切用品都有可能感染病毒,应彻底消毒,包括毛巾、漱口杯、玩具、餐具、床上用品、衣服,甚至是饮食饮水、排泄物等,都必须尽快进行处理。

常用的消毒方法即开水煮15分钟以上,耐高温的产品推荐隔水蒸15分钟后再烘干;

不耐高温或无法蒸煮的东西,比如塑料制品、家具等,可以使用1:40稀释的84消毒液浸泡或反复擦拭,要求作用时间15分钟以上(消毒完成后注意要及时擦去残留的消毒液,以防入口);

布类制品,比如被褥、衣服、毛巾等,单独清洗后煮沸5分钟以上,家有烘干机烘干者最佳;其他能使用一次性用品的,尽量选用一次性用品。

如果怀疑自家小孩得了手足口病,也请尽快到医院就诊,以防止进一步传染给他人。确诊轻症无需住院的患儿,可以居家隔离。居家隔离期间,注意保持室内空气流通,每天开窗通风1小时以上(雾霾天除外)。

## 小贴士

预防手足口病最重要的一点就是手卫生,勤洗手非常重要,切记!

需要注意的是,市售的各种所谓号称具有杀菌消毒功能的湿纸巾、免洗消毒液,对手足口病毒无法产生作用,不能代替上述消毒方法。

二胎家庭如果一个宝宝发病,另一个还没有生病的,也要及时隔离。另外,大人也会得手足口病,只是发病率低,多见于患儿家属、幼托机构老师、保育员和家庭育儿嫂等。成人感染手足口病后虽然很轻无需治疗,但仍需按上述方法作好消毒隔离。

和水痘、麻疹、风疹等“一辈子只生一次”的常见传染病不同,手足口病每次感染的病毒都不同,病毒与病毒间无交叉免疫力,因此一次病愈后极有可能再次感染,不可掉以轻心。