



广博慈爱 追求卓越

第 593 期

2019 年 6 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

## 我院召开“不忘初心、牢记使命”主题教育动员大会



□记者 唐文佳

本报讯 6月6日晚，我院“不忘初心、牢记使命”主题教育动员大会在医院科教大楼举行。会议深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神，全面落实党中央、市委要求，对全院开展主题教育进行动员部署。根据市委统一部署，6月至8月底，我院参加上海市第一批“不忘初心、牢记使命”主题教育。

我院党委副书记、院长瞿介明作动员讲话。市委第十巡回指导组组长刘刚出席会议并作指示。党委副书记、纪委书记俞立巍主持会议。市委第二联络组组长刘奕、于腾云莅临指导。我院党政领导、中层干部、以及全体党(总)支

部书记和党员科主任等出席会议。

瞿介明代表医院党委作动员讲话，传达了习近平总书记在“不忘初心、牢记使命”主题教育工作会议的重要讲话精神，以及中央和市委开展主题教育的具体要求，也阐述了主题教育的重要意义，对我院开展“不忘初心、牢记使命”主题教育进行了深入的动员和全面的部署。

瞿介明指出，我院党政领导干部和全体党员要认真学习，深刻领会，全面贯彻，扎扎实实开展好这次主题教育，切实把思想和行动统一到总书记的重要讲话精神和中央、市委的决策部署上来，要坚持以习近平总书记重要讲话为根本指针，进一步提高政治站位，切实增强开展主题教育的思想自觉和行动自觉。同时，就我院

开展好这次主题教育，讲了四点意见。一要充分认识开展主题教育的重要意义；二要准确把握主题教育的总体要求和目标任务；三要扎实有序推进主题教育；四要切实加强组织领导，抓住主题教育重要契机。

市委第十巡回指导组组长刘刚就我院落实“不忘初心、牢记使命”主题教育提出几点要求。第一，聚焦根本任务抓好落实，要将深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想这一根本任务作为最突出的主线，落实到主题教育的全过程、各方面。第二，把握“十二字”总要求抓好落实，要引导医院党员干部在学习教育、检视问题中悟初心、守初心，在整改落实、解决问题中勇作为、践使命。第三，紧扣“五句话”目标抓好落实，要把教育成果转化为解决问题的具体行动，不断增强人民群众的获得感、幸福感和安全感。第四，坚持“四个贯穿始终”抓好落实，要将学习教育、调查研究、检视问题、整改落实贯穿整个主题教育，把学和做结合起来，把查和改贯通起来。第五，力戒形式主义抓好落实，要坚持问题导向，坚持务求实效，以良好的作风确保主题教育落到实处、取得实效。



5月29日下午16:30分左右，南昌方大特钢发生燃爆，正在当地参加研究生答辩的瑞金医院烧伤科郁京宁教授立刻与当地医护人员一起投入紧张抢救。并于昨晚12点左右接国家卫健委指令，作为国家应急医疗专家指导南昌燃爆事件抢救。· 灼伤整形科 报道·



□记者 唐文佳

本报讯 6月12日下午，上海市副市长宗明、江苏省副省长陈星莺带队莅临无锡新吴区新瑞医院，专题调研沪苏两地推进长三角卫生健康一体化合作项目的建设推进工作。

新瑞医院是按照三级医疗机构标准建设，由无锡市新吴区人民政府委托我院管理的一所非营利性医院。宗明一行实地考察了新瑞医院国家代谢性疾病管理中心(MMC)、创伤科门诊等重点特色科室的建设和开诊情况，并和医务人员进行了亲切的交流，对新瑞医院的硬件设施和人性化布局表示赞许。

在调研座谈会中，无锡市新吴区副区长李伟敏和新瑞医院院长黄祥分别就新吴区人民政府和我院的合作共建以及新瑞医院的运行情况进行了汇报。

宗明在听取汇报后表示，在长三角一体化国家战略的大背景下，瑞金医院和新吴区人民政府的合作是十分具有前瞻性的，其中凝聚了沪苏两地人民的智慧与心血，但要真正办成一个人民满意的医院，要走的还很长。

陈星莺在讲话中表示，江苏省委、省政府十分珍视与瑞金医院的合作机会，江苏的医疗卫生行业要借助长三角一体化发展的战略机遇，要借助瑞金医院的优势，创造最优化的医疗环境，造福好人民，并为两地合作的各项举措做好充分的条件准备。

我院院长瞿介明表示，未来，医院将在合理定位、合作机制、人才梯队和打造构建优势学科上不断努力，更好地破解难题，全力打造人民满意的医院。

江苏省人民政府相关领导，上海市卫生健康委员会、上海申康医院发展中心、上海交通大学医学院等相关领导陪同调研。

## 副市长宗明调研无锡新瑞医院

## 高血压最新研究成果在线发表

近日，Hypertension 在线发表了瑞金医院、上海市高血压研究所李群和上海市免疫学研究所王宏林教授团队合作的研究成果。此研究揭示了 miR-31 可有效调控 Ang II 诱导的高血压病程及作用机制。论文题目为“MicroRNA-31 Regulates Immunosuppression in Ang II (Angiotensin II)-induced Hypertension by Targeting Ppp6C (Protein Phosphatase 6c)”。同时，该论文被高血压杂志评选为“High Impact Papers in Hypertension for Summer 2019”(今夏基础研究高影响力文章)，体现了该论文的重要意义和潜在引领作用。

高血压是最常见的心血管疾病，所致心、脑、肾等重要脏器损伤的发生是我国患者死亡的首要危险因素。高血压靶器官病变的发生发展是一复杂的慢性炎症及免疫系统稳态失衡的过程。当前越来越多的 miRNA 被发现与高血压及靶器官损伤的发生发展中起着至关重要的作用。研究已证实 miR-31 调控的许多细胞及其靶基因与血压调节或靶器官损伤紧密相关，miR-31 敲除可促进 Treg 细胞的分化，提示调控 Treg 细胞分化的 miR-31 可能在高血压的病因学中有重要作用。但 miR-31 是否可以作用于高血压的病程及具体调控机制还有待进一步探索研究。

该合作团队通过使用 miR-31-/- 和 CD4+ T 细胞条件性基因剔除 miR-31 (miR-31fl/fl\*CD4-Cre, miR-31-cKO) 小鼠来研究 miR-31 在高血压病程中作用的 in vivo 证据。研究发现：分别比较 miR-31-/-、miR-31-cKO 和 C57(WT) 小鼠，均发现 miR-31 敲除后 Ang II 诱导的小鼠血压升高得到显著改善，血管和肾脏靶器官损伤程度及巨噬细胞浸润和炎症因子表达均明显减少，Treg 细胞及抗炎因子显著增加，miR-31 下游靶蛋白 Ppp6c 的表达也显著升高。在进一步的研究中，使用在 FoxP3+ Treg 细胞中条件性敲除 Ppp6c (Ppp6Cfl/fl\*FoxP3GFP-Cre, Ppp6C-cKO) 小鼠，(下转第2版)

本版责任编辑 李晨

## 深刻领会抓落实 真抓实干出成效

□瞿介明

根据市委统一部署，我院参加上海市第一批“不忘初心、牢记使命”主题教育。我们必须深刻认识到，开展“不忘初心、牢记使命”主题教育是凝心聚力实现中华民族伟大复兴的重要部署，是新时代办好人民满意的卫生健康事业的重大举措，是持之以恒推动全面从严治党向纵深发展的内在需要。

面向新时代，上海正处于加快推进实施健康上海2030战略的关键时期，也承担着深化医药卫生体制改革等国家重大试点任务。地处中国共产党发源地的瑞金医院，作为上海继续当好新时代卫生健康领域全国改革开放排

头兵、创新发展先行者的重要力量，一定要弘扬优良传统、传承红色基因，以更高标准、更严要求把党组织的战斗堡垒作用发挥出来。为此，我们要紧紧抓住这次主题教育的重要契机，激励引导全院党员干部自觉践行党的根本宗旨，加强学习、统一思想、提高认识、转变作风，这对医院今后一段时期的发展至关重要。

这次主题教育时间紧、任务重、要求高，院党委必须扛起主体责任，把开展好主题教育作为当前一项重大政治任务，健全领导机构和机构、落实责任分工、突出分类指导，周密安排部署，精心组织推动，切实抓紧抓

好。医院下属的北院党委、14个党总支、81个党支部，都要将主题教育活动坚持从实际出发，具体化、差异化、精准化开展，把主题教育真正落到实处。

“不忘初心、牢记使命”不是一句口号，更不是走走形式的过场。我们要严格按照十二字总要求，紧紧围绕主题教育的目标任务，坚决完成“理论学习有收获，思想政治受洗礼，干事创业敢担当，为民服务解难题，清正廉洁作表率”的主要目标，加快促进医疗卫生事业改革发展，在更好服务国家和全市发展大局中创造新的佳绩。

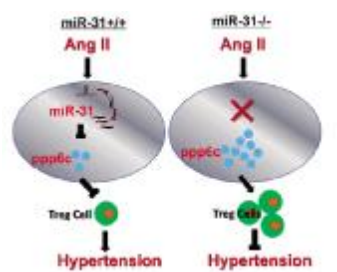


## 高血压最新研究成果在线发表

(上接第1版) 研究发现 Ppp6c 条件性敲除后, Treg 细胞体外诱导分化率显著降低, Ang II 诱导的小鼠血压升高得更快更高, 血管和肾脏靶器官损伤程度显著加重, 肾脏中 Treg 细胞的数量明显减少。以上研究证实: miR-31 可通过靶向 Ppp6C 来调控 Treg 细胞形成, 且有效调控了 Ang II 诱导的高血压及靶器官损伤, 是高血压治疗的新靶点。

在此研究的基础上, 团队正在探究调控 miRNA-31 表达的前体编码多肽 miPEP-31 对高血压病程的影响及调控机制, 并将力争使 miPEP31 最终成为一种质量可控、纯度高、副作用低, 有明确靶点和明显疗效的治疗高血压的原创性多肽类药物, 为高血压的治疗提供一种新的手段。

·高血压研究所 供稿·



MiR-31基因缺失在 Ang II 诱导的高血压小鼠模型中的作用示意图。

## 意籍专家莅临我院心内科学学习左心耳封堵新技术



本报讯 6月13日上午, 吉林心脏病医院意大利籍心内科专家 Francesco 及影像科专家 Paolo 一行莅临我院心内科进行了左心耳封堵术的学术交流和手术观摩。我院心内科主任张瑞岩与意籍专家交流了国内外左心耳封堵

的最新进展; 心内科副主任医师丁风华和方跃华就此项新技术在操作及超声评测等方面的应用做了详细讲解和答疑。

左心耳部被认为是房颤患者导致栓塞事件的血栓形成的主要部位。非瓣膜病房颤患者左心房

栓九成以上存在于左心耳, 而左心耳中血栓形成可使脑卒中发生率增加5倍; 而且即使恢复窦律后, 左心耳收缩顿抑, 仍有可能再形成血栓。

左心耳封堵术是经股静脉途径的微创手术。一次成功的微创封堵手术从源头上堵住了血栓形成的部位, 达到不需长期服用抗凝药就能预防血栓和脑卒中的目的, 相比传统抗凝药物华法林, 也降低了近40%的相关风险, 能够用于替代传统抗凝药物华法林, 同时也减少甚至避免了长期口服抗凝药的出血风险。

手术结束后, Francesco 与 Paolo 两位意籍专家表示收获颇多, 对我院心内科在此领域的领先技术赞不绝口, 并热情邀请瑞金医院左心耳封堵团队前往进行更进一步的学术交流, 为更多的房颤患者带来福音。

·心内科 供稿·



5月31日, 中国红十字总会赈济救护部李立东部长一行莅临我院, 探望正在血液科移植病房进行造血干细胞移植的广西地中海贫血贫困患儿们, 并就广西地贫儿童救助项目召开京沪桂三地座谈会。李立东部长对我院在地贫患儿救助过程中所做的大量工作表示肯定和赞扬, 并就项目的进一步推进和完善进行商讨。上海市红十字会副会长程国樑、广西红十字会副会长吴强、红十字会工作人员及我院血液科专家、院办等相关职能部门负责人共同参加会议。该项目是在全国人大常委会副委员长、中国红十字会会长陈竺的努力和积极倡导下, 由中国红十字会、广西壮族自治区政府联合我院等三家医院, 并由中国红十字基金会资助的专项救助行动。截至目前, 我院共收治广西地贫儿童8名, 其中, 4名患儿已顺利出院, 其余4名已完成干细胞回输正在恢复中。

·记者 唐文佳·



为推进长三角医疗“一体化”发展, 了解当代医疗形势下非公立医院如何落地生根, 在民进上海市委副主委、瑞金医院骨科主任张伟滨的牵头下, 由民进上海市委医疗卫生委员会副主任、我院特需中心副主任阎骅带领参政议政课题组, 于6月10日至无锡新瑞医院(瑞金医院无锡分院)调研。课题组成员在参观后, 围绕非公立医院的发展及非公立医院助力长三角一体化医疗建设进行了座谈交流。

·党办 供稿·

## 晚期喉癌复发也能手术治疗

□通讯员 吴继昌

本报讯 日前, 我院耳鼻喉科与胸外科首次合作, 为晚期喉癌术后复发累及食道患者成功开展手术治疗。耳鼻喉科向明亮主任与胸外科李鹤成主任带领团队, 共同为1名晚期喉癌术后复发、侵犯舌根、颈胸段食管及颈部皮肤的患者, 成功施行了全下咽全食道部分舌根切除+胃咽吻合+双侧颈淋巴结清扫+胸大肌皮瓣修复术, 手术历时12小时。术后2周, 患者拔除胃管开始经口进食, 术后3周, 出院行术后辅助性放疗, 目前随访情况良好。该手术的成功, 标志着我院耳鼻

咽喉科对晚期喉癌的治疗上了一个新的台阶。

喉癌是头颈部常见的恶性肿瘤, 占全身恶性肿瘤的1%-5%, 近年来还在呈上升趋势。根据国际抗癌联盟(UICC)和美国癌症联盟(AJCC)肿瘤分期, 晚期喉癌指分期为T3-T4的喉癌。晚期喉癌的治疗手段目前主要是手术+放化疗的综合治疗。如果经过治疗后出现复发, 特别是当累及食道时, 则很多情况下只能选择姑息性治疗, 包括气管切开解决通气问题, 胃造瘘或空肠造瘘解决进食困难等。此类患者不仅生存率大大下降, 生活质量也很差。

其实, 如果患者没有出现全身多处转移, 手术切除肿瘤还是治疗的首选, 关键问题是如何修复手术切除后的缺损。

此次病例中的患者食道广泛受累, 团队因此为他实施了全下咽全食道切除胃上提代食管术。此外, 这位患者复发肿瘤已侵犯颈部皮肤, 在切除受累皮肤及颈部肌肉组织后, 颈部皮肤及肌肉的缺损则由胸大肌皮瓣来修复。经过这样一次特大手术, 不仅切除了患者肿瘤, 同时还保全了患者吞咽进食的功能, 术后生活质量得到了一定的保证。希望此类手术的开展能重燃晚期喉癌复发患者对生命的希望。

## 生殖医学中心获赠先进设备

□记者 唐文佳

本报讯 六一国际儿童节来临之际, 胚胎差时检测项目捐赠仪式在我院院史馆举行。爱心人士范振华先生向我院捐赠了价值500万元的医疗设备, 用于生殖医学领域的临床工作和科学研究, 包括胚胎差时检测系统、压电注射仪和PH值检测系统等目前在国际辅助生殖技术领域的顶尖设备。

据介绍, 此次捐赠的胚胎差时检测项目在全国仅少数生殖中心在用, 它不仅有很强的

稳定性, 利于胚胎体外发育, 更可以动态检测并分析胚胎发育全过程; 对于反复移植失败的不孕患者, 利于发现原因, 提高临床妊娠率。生殖医学中心常务副主任张爱军表示, 中心在致力于临床医疗服务的同时, 也不断追求学科的纵深发展, 以期把更多科研成果转化到临床应用。此次获赠先进仪器, 将进一步提升中心的医疗科研水平, 为更多疑难不孕患者带来福音。会上, 我院副院长陈海涛与范振华先生进行了捐赠签约。院党委书记杨伟国向范先生颁发捐赠证书。

□记者 唐文佳

## 急诊绿色通道有速度, 更有温度

本报讯 “我这次能够大难不死, 可以用一句话形容, 就是‘我有运气, 医生有水平, 医院有担当’!”日前, 年近六旬的王先生(化名)在家中因大量呕吐鲜血, 被送往医院紧急救治, 因没有家属签署手术知情同意书, 医院紧急开启绿色通道, 为王先生进行手术治疗。

据我院急诊科副主任盛慧球介绍, 王先生入院时出血量较大, 经内科保守治疗仍有活动性上消化道出血, 医院急诊创伤外科和消化科紧急会诊, 决定对患者行急诊剖腹探查。然而让医护人员

犯难的是, 王先生虽然当时意识尚清, 但由于病情危重, 已出现失血性休克, 连写字签名的力气都没有了; 而且他只身一人在上海生活, 没有直系亲属能够到场签署手术知情同意书。

时间就是生命, 为了抢占救治的黄金时间, 急诊科毛恩强主任主持了紧急评估, 急诊部协调开启绿色通道——由2名主治医师以上资质的医生签名, 患者按下手印, 快速办理住院手续并启动急诊手术流程, 确定手术方案。

“患者在手术前, 出血已近

2000毫升——近乎人体总血液量的五分之一, 血色素也降到六克左右, 血压降到80/50mmHg, 情况一度十分危急, 幸好救治及时。”王先生的主刀医生, 急诊科主治医师韩意回忆道。手术是由消化内镜术和外科手术同时进行的, 医生通过胃镜仔细观察食管和胃体胃底各处粘膜, 排除静脉曲张出血、贲门撕裂等出血病因, 结合幽门处大量血块, 考虑十二指肠球部出血。韩意当机立断把胃打开, 随即顺利找到动脉出血点, 立即缝扎止血, 并做了胃大部

切除。整个过程内外科医生配合默契, 一气呵成, 为患者的救治争取了宝贵的时间。

“在性命攸关的时刻, 非医疗因素可能是影响预后的关键因素, 我们不能让救治耽误在这一点上, 急诊救治要有速度, 更要有温度!”毛恩强如是说。

那么十二指肠球部溃疡为何会如此凶险呢? 为王先生行胃镜术的消化科主治医师陈颖说, 当消化道溃疡发生后, 在引起消化道黏膜糜烂的同时还会侵袭到周围的血管, 引发消化道出血。出血量较少

的时候, 一般仅表现为大便潜血阳性或者黑便; 但是当溃疡侵犯到消化道管壁上的大动脉时, 出血不仅量很大, 还会很急, 患者会出现呕血甚至还会因为失血过多出现头昏、心悸和乏力等休克的表现, 情况就比较凶险了。陈颖提醒大家, 十二指肠球部溃疡发作时胃脘正中偏右部位会有胀满或刺痛感, 具有空腹痛和夜间痛的特点, 当发现类似症状时需要提高警惕, 及时到消化内科进行检查和治疗。而吸烟、饮酒、熬夜、服用阿司匹林镇痛药物等都是引发十二指肠球部溃疡的主要原因, 王先生就是一位典型的长期爱好大量饮酒导致发病的患者。



## 我院积极落实开展“不忘初心、牢记使命”主题教育

□记者 唐文佳

**本报讯** 为落实“不忘初心、牢记使命”主题教育，院党委聚焦贯彻“守初心、担使命、找差距、抓落实”的总要求，第一时间传达学习、动员部署，制定施行计划、组建领导机构和工作机构，确保取得扎实成效。

6月10日，院党委组织召开医院落实主题教育工作会议，对开展此次主题教育的具体工作进行了分工部署，我院“不忘初心、牢记使命”主题教育工作小组成员参加此次会议。

6月10日至20日，组织各党（总）支部党员，分批分次参观上海展览馆“城市荣光—庆祝上海解放70周年”主题展览。展览系统回顾了党的领导下70年来上海发展的重要历史时刻，让大家感触颇深。

6月13日，完成医院官网内、外网首页图文更新，并建立网页专栏，进行主题教育宣传。同时，为了在院内营造良好的学习氛围，对医院环境进行了规划布置，在门急诊、住院部、科技楼、临床模拟中心等处均设有主题教育展示内容。

同时，为使主题教育相关精神更加深入人心，整理



“主题教育相关问答”供大家学习，内容包含主题教育重要意义、根本任务、总体要求、具体目标等。

此外，今年6月至9月期间，医院各部门工会与党支部还将联合实施“不忘初心、牢记使命”主题教育，敬佑生命助健康”思想引领主题教育活动，力争将主题教育活动深入基层，落到实处，有效引领广大医务人员的工作，更好地为患者服务。

## 药剂科到嘉兴开展学习交流及科普讲座活动

**本报讯** 近日，药剂科工会组织了“不忘初心、牢记使命”主题教育活动，数百名药师分两批来到中国革命的源头追寻初心，学习“红船精神”。嘉兴市第一医院医疗副院长王正安等共同参加了此次活动。

活动第一天上午，嘉兴市第一医院临床药学室组长周美华副主任就医院临床药学工作进行了介绍。我院刘洪奕药师重点介绍了瑞金药学信息化建设方面的成果和设想，之后双方深入沟通了在临床药学工作方面的经验以及对未来药学发展的憧憬，

开拓了药学高质量一体化发展的新思路，不时碰撞出药学思维新火花。随后，在嘉兴市第一医院药学部人员的带领下，我院药师们参观了药学部门诊药房、临床药学等部门。

活动第二天上午，我院药剂科许倍铭、周金晶、徐文筠药师在嘉兴市图书馆举行了名为“药品的基本知识”、“常用呼吸系统吸入剂的正确使用”以及“益生菌的使用与注意”大型科普讲座活动，很多患者慕名而来，现场气氛活跃，患者与药师互动频繁，积极提问。

下午，药师们在南湖革命纪念馆聆听中共“一大”的故事，纷纷表示一定会不忘初心，牢记白衣天使的神圣使命。此次思想引领主题教育活动，以职业精神学习和科室文化建设为起点，将理论学习与实践教育相结合。在药学服务新转型的前进道路上，药剂科将始终牢记医务工作者的使命，发扬改革创新的精神，扩展药学发展的视野、开拓药学服务的境界，努力做到新时代有新作为，展现药学工作者的崭新形象！

·药剂科 供稿·

□通讯员 周剑平

**本报讯** 5月28日，由市卫健委、解放日报·上观新闻共同主办的上海市健康大讲堂暨第四十一届解放健康讲坛在我院举办。5月31日是世界无烟日，“天花板下全面禁烟”深入人心，成绩斐然，上海市人民政府被世界卫生组织授予“2017年世界无烟日奖”。2019年是上海立法控烟的第十年，也是我院呼吸与危重症医学科开设戒烟专病门诊的第十个年头。上海控烟工作虽取得巨大成就，但任重道远，吸烟行为呈现年轻化趋势等问题仍然亟待解决。

**禁烟大行动，医生帮您忙**

2009年，我院呼吸科开设戒烟专病门诊，至今迎来第10个年头，总计为3000多名主动吸烟者或被动吸烟者提供个性化戒烟方案以及制造烟草病防治策略。2018年戒烟门诊全年就诊人数再次突破千人，年戒断率达到80%以上。该门诊已逐步发展为具有专业特色和广泛影响力的戒烟门诊之一。

戒烟门诊火爆的背后传递出一个强烈信号，许多人已经开始愿意放弃吸烟。随着越来越多戒烟者的加入以及综合性戒烟方法的应用，我院特色控烟门诊也被越来越多的民众所知晓和认同，其显著的戒烟成效和积极的社会反响让戒烟专病门诊变成了“网红”。同时，戒烟门诊也积极做好戒烟的健康宣教工作，深入浅出地将戒烟方法、控烟理念植根于生动有趣的科普作品之中，使受众对戒烟宣教产生共鸣，并对传播科学正能量产生了积极而深远的意义。

**道理我都懂，就是戒不了？**

有别于一般门诊，戒烟门诊需要医生花大量时间和患者沟通，进行心理上的辅导。所有患者初诊时，医生都会为他们进行尼古丁依赖程度评估、血压和呼气一氧化碳测试，根据测试结果制定规范的戒烟方案，确定适合的戒烟周期，并在实际戒烟过程中做合理的调整。

48岁的徐军曾经是戒烟群里的积极分子，如今他已经成功戒烟。徐军以前也曾尝试过各种戒烟的办法，都没成功。“道理我都懂，可就是戒不了啊！”后来也是听朋友介绍来看的戒烟门诊，没想到成功了，而且过程也不痛苦。“戒烟以后最直观的感觉是我的嗅觉，听觉灵敏多了，呼吸也顺畅很多。这感觉就像脏了几十年的玻璃突然被擦亮了。”徐军说，他也在动员身边的亲友来专病门诊，让他们早日告别吸烟，健康生活！

随着上海禁烟令的推广，以及人们对健康生活的追求，戒烟门诊也迎来了新变化。问诊者中既有面临健康危机的中年人，也不乏为了生育做准备的年轻人，还有不少是离退休的长者。

## 上海市健康大讲堂无烟日活动在我院举办

## 羽球季落下帷幕 瑞金羽毛球球队获多项佳绩

□通讯员 龚君豪

**本报讯** 羽毛球运动在我院有着良好的群众基础，医院于2018年获得上海市医务职工羽毛球基地的称号，同年，医院羽毛球社获评市医务工会四星社团。从今年5月份开始，瑞金医院羽毛球队陆续参加了各级各类比赛，并斩获多项佳绩。

5月18日，上海交大2019年教职工羽毛球团体赛开幕式及小组赛在闵行校区霍英东体育中心、气膜体育运动中心拉开帷幕。来自各院系、机关部处、直属单位、医学院和附属医院共45支代表队，500余名教职员工的参赛。经过数轮角逐最终我院问鼎甲级队冠军。

5月25日，第二届中国银行杯上海交大医学院青年羽毛球比赛在交大医学院体育馆举行，来自医学院本部及各家附属医院的共14支代表队参与比赛，最终我院荣获本届比赛亚军。

为了促进医院群众性体育活动的开展，引导职工树立健康生活的理念，5月31日，由院工会举办的第一届瑞金医院“瑞羽杯”羽毛球团体赛在卢湾体育馆火热开赛。本届比赛以部门工会为单位组织参赛，共26支队伍，145名运动员参加。共设男单、女单和混双三个项目，最终由机关部门工会摘得桂冠。

6月9日，上海市卫生健康系统第六届“医工杯”羽毛球混合团体赛在静安区全民健身中心隆重举行，共有53家单位代表队的430余名运动员参加，我院代表队酣战数轮，最终获得本次比赛乙组第七名。



5月31日下午，由医院工会主办，萌娃社和潮童社承办的“迎六一亲子水影画团扇”活动在职工俱乐部顺利举办，吸引了来自萌娃社和潮童社共33组家庭参加。活动邀请了专业的水影画老师现场向孩子和家长们教授水影画的技巧，神奇的颜料点滴进投射有白光的装满水的透明容器里，用针笔进行引导塑形，形成不断变化的美轮美奂的形象或者唯美的花纹。随后，每个孩子化身魔法小画家，用团扇轻铺水面，将水面上的画进行拓印保存。一幅幅独特又绚烂的水影画呈现在大家面前，带给在场的孩子和家长无比震撼的视觉体验和超唯美的艺术享受。

·龚君豪 摄影报道·

## 北院呼吸内科成功为脑梗死患者取出气管内蛀牙

近日，北院呼吸科接诊了脑梗卧床多年的病人黄先生，他因呼吸衰竭被收入呼吸科病房，但广谱抗生素治疗下仍然反复发热，并喘鸣呼吸困难，有痰无法咳出。

为了观察肺炎变化，医生给老黄做了胸部CT检查，细心的床位医生发现老黄一侧主支气管内有一块“钙化点”，比较几次CT，“钙化点”出现在不同的位置，说明其在不断移动，怀疑为异物可能。但究竟这是个什么东西呢？进到老黄气管里多久了？老黄本人不能表达，家属也未能

提供任何线索。

医生讨论后明确几点：异物具有可移动性，说明落下时间不长；异物阻塞气道，引起肺炎，反复发热，如不取出则后患无穷；但老黄近期肾衰、心衰，气管镜检查风险极大。经呼吸内科讨论，决定争取局麻气管镜下取异物，同时获得气道分泌物行病原菌培养，一举两得，但所有操作的前提是尽量把风险降到最低。

充分评估患者状态并积极处理后，在家属理解同意后，在医务处、麻醉科的保驾护航及内镜中

心的护士们精心配合下，确保气管镜器械、各种异物钳、给氧、负压吸引、监护及抢救设备正常，6位医护协同努力40分钟后，神秘的异物终于现身：原来是一颗长约2厘米、且牙冠已经严重损坏的牙齿。

建议老年人及特殊的人群，应多多关注牙齿健康，若是损坏松动应尽早到口腔科就诊，以免发生误吞或呛咳。

·北院宣传科 供稿·

# 这几点没注意 眼药水可能白滴了

□ 药剂科

刘晓雪



日常工作离不开电脑、手机，休息时追剧、游戏停不下来，眼睛不舒服是常有的事，这时，很多人第一反应就是滴眼药水。其实如果这几点没注意，眼药水很可能白滴了！

## 1、眼药水不是万能的，不建议自行选用

眼药水有很多种，很多滴眼剂有禁忌证和毒副作用。不能出现“红眼”就以为眼睛发炎，自行使用抗菌药，自行选用眼药水，可能会耽误病情。使用眼药水时应了解自己的疾病史和过敏史。如有支气管哮喘、心动过缓等疾病应慎用噻吗洛尔滴眼液；对磺胺、喹诺酮类药物过敏的人禁用含此类成分的眼药水。所以，建议在医生或者药师的指导下使用眼药水。

## 2、共用、混用等都不行，眼药水使用很讲究

为避免交叉感染，不能和他人共用一支眼药水。也千万不要为了节约，使用过期眼药水。一般来说，眼药开封之后接触空气，会产生细菌，因此开封1个月之后就不能再用了。

同时贮存时应注意以下几点：

①一般放在阴凉、干燥、通风处，避免阳光照射，如有要求请放在冰箱冷藏室里(2~8℃)保存，不要冷冻。

②每次使用后要把盖子拧紧，以减少污染和外漏的机会。

③要与其他液体药物分开存放，并在滴眼液瓶上写明用药者名字，以免他人误用。

## 3、正确的滴眼药方法

使用前：要先核对药名，确定药品在有效期内，同时确认有无变色、浑浊、异味等情况；要洗干净手，然后坐下或躺下，头向后仰。

使用时：

①用拇指和食指轻轻地向下眼脸下拉，形成小囊，将滴眼瓶接近眼脸，但不要触及，挤规定量的药液，然后轻轻闭上眼睛，尽量不要眨眼；

②用一个手指轻轻按压鼻侧眼角1-2分钟，防止药液通过鼻泪管流入鼻腔和口腔。

③此外，还有以下几点要注意：混悬性的滴眼液使用前应先摇匀；当需要使用多种眼药水时，建议间隔5-10分钟；双眼点药时，要先滴健眼后滴患眼；若需合并使用眼药水和眼药膏，应先用滴眼剂后用眼药膏；水溶性、混悬性和油性眼药合用时，先用水溶性的，再用混悬性的，最后用油性的。

使用后：要用干净的纸巾将多余药液擦去；在重新将滴眼瓶放回前不要冲洗或擦拭，以免污染药液。

# 球星杜兰特倒在总决赛赛场！他还能恢复吗？

□ 骨科 叶庭均

6月13日NBA球队金州勇士发布官方申明：全明星球员凯文杜兰特在纽约接受了核磁共振检查，确诊为右脚跟腱断裂(Suffered a Ruptured Achilles)，已在纽约接受手术，手术很成功。自从2019年NBA总决赛第5场，杜兰特倒地并退场以来，他手捂跟腱的图片即由社交网络传遍世界。人们关注的重点主要在于以下几点：杜兰特伤后强行复出为何导致灾难性后果，他的跟腱能否治疗好，以及——杜兰特还能恢复运动状态吗？

## 1、跟腱受伤为何不该强行复出？

杜兰特在本次复出前已经因为小腿和跟腱伤势伤停4周，在2019总决赛G5开赛前NBC体育采访了杜克大学脚踝和足部医学专家帕尔克，想问问他对杜兰特复出的意见。帕尔克开篇第一句话就是：“我相信杜兰特是跟腱损伤。”果不其然，该场比赛第二节灾难降临，杜兰特随后确诊跟腱彻底撕裂。很明显他根本不应该复出。

“受伤”的跟腱真的有“撕裂”风险吗？答案是“Yes”。从解剖结构和生物力学角度，人体的每一步行走，每一次发力起跳都离不开跟腱的牵拉。牵拉的力量主要来自于强壮的小腿腓肠肌。当跟腱的完整性被破坏后，例如跟腱上出现微小撕裂，继续运动和反复牵拉会使微小撕裂逐步放大，最终可能引起完全性跟腱断裂。即使短时间内不造成完全性撕裂，微小损伤的炎症刺激也可能导致跟腱出现疤痕、水肿、钙化，最终也会导致不良后果。短跑名将刘翔就是因跟腱慢性伤病退役的典型病例，令人惋惜至今。

## 2、杜兰特的跟腱能治疗好吗？

手术治疗依然是跟腱断裂后的主流方案——勇士队官方已确认凯文杜兰特在纽约接受了手术治疗，杜兰特今日在Instagram上宣布自己已经成功接受手术，修复断裂的右脚跟腱。不过从一名运动医学医生的角度来看，目前的手术成功只能代

表暂时的缝合修复，杜兰特在术后恢复期还有几个重要关口要过：

首先是跟腱伤口的愈合问题和预防感染。跟腱位于小腿后方，非常贴近皮肤，缺乏肌肉组织的覆盖，也没有足够的血液供应。因此跟腱手术后的皮肤伤口有一定概率会愈合不良，继而导致感染，感染甚至可能影响跟腱。

其次是跟腱结构的愈合问题，手术医生虽然可以用一些牢固的缝线将跟腱断端缝合，但不代表断裂的跟腱一定会愈合，一旦跟腱出现不愈合情况，缝线在随后也会出现疲劳性断裂，手术也就可能失败。跟腱的愈合周期一般需要6周以上，甚至超过12周。因此杜兰特的跟腱能否长好，还需要等到2-3月后才能真正揭晓。

第三，跟腱即使愈合，断端局部形成的是疤痕愈合。由于疤痕组织缺乏弹性，一部分跟腱断裂病例会在术后恢复运动过程中出现再次断裂，这些病人只能接受二次修复手术或者肌腱转位等退而求其次的方法，无论是对于运动员本人，还是对于球迷而言，都将是令人非常沮丧的结果。

## 3、伤后的杜兰特还能恢复运动水准吗？

这不仅是广大球迷关心的问题，而且是很多年轻的跟腱断裂病人关心的问题。遗憾的是，在职业体育界，跟腱断裂后恢复巅峰水准的病例少之又少。跟腱受伤后的运动员，闯过我们前文提到的这些难关后，还有很漫长而痛苦的康复过程在等待他们，心理上的阴影也是不可忽视的问题。

当然能完全恢复的也不是没有，我国花样滑冰名将赵宏博就成功从跟腱伤病中恢复，并夺得奥运金牌。同为篮球运动员，“人类电影精华”威尔金斯在91-92赛季中段遭遇了毁灭性的伤病跟腱断裂，直接赛季报销，但92-93赛季威尔金斯强势复出拿下场均29.9分6.8篮板的数据，成为了少数从这种伤病中复活的人。或许我们也可以期待杜兰特重塑神话。



本文的主要内容或许会令勇士球迷以及杜兰特球迷感觉到一丝悲观，但作为病患和运动爱好者的读者们或许可以从中吸取到一些知识和教训：

①当发现跟腱疼痛或不适，请及时到医生处就诊，千万不可勉强运动

②跟腱手术后的恢复过程非常漫长，充满未知风险，请遵从医嘱并配合医生，不可掉以轻心

③运动康复治疗对于跟腱功能的恢复至关重要

前段时间，南京公交车上一名乘客突发癫痫晕倒，热心司机和乘客都赶来救人，但尝试了掐人中、掐虎口等方法后，都不见效。有人突然想起家人发生类似状况后，咬患者脚后跟刺激神经帮助苏醒，于是赶紧咬了几下，10多分钟后，这名乘客终于苏醒。那么遇到癫痫患者，正确的施救方法是什么样的？癫痫发病原因是什么？会遗传吗？如何治疗？

## 1、遇到有人突发癫痫，该如何正确施救？

一旦发现有人突发癫痫，应让他顺势躺倒，防止意识突然丧失而跌伤，并迅速移开周围硬物、锐器，以免碰伤；然后，迅速松开患者衣领，使其头转向一侧，以利于分泌物及呕吐物从口腔排出，防止流入气管引起呛咳窒息。另外，不要向患者口中塞任何东西，不要灌药，防止窒息。也不要去掐患者的人中，避免造成二次伤害。

还要注意，不要在患者抽搐期间强制性按压患者四肢，过分用力可造成骨折和肌肉拉伤，增

# 掐人中、掐虎口？你知道的癫痫急救方法对不对？

□ 神经内科 邓钰菁

加患者的痛苦。癫痫发作一般在5分钟之内都可以自行缓解。如果连续发作或频繁发作时再迅速送医。所以，“咬脚后跟”的施救方法并不科学。

## 2、所有累及大脑的疾病都可引发癫痫

几乎所有影响大脑的疾病都可以引起癫痫，常见病因有：产伤，脐带绕颈导致宫内缺氧，幼儿高热惊厥，脑外伤，脑肿瘤，脑梗塞，脑出血等等。对大多数癫痫患者来说，如果完善颅脑检查后没发现问题，可能是目前的检查手段无法探测到脑中微小的病灶，或者脑电图难以捕捉到的大脑深部的异常放电。除了颅内疾病外，有些代谢性的因素，如高血糖、低血糖、电解质紊乱、中暑等也会引起癫痫样的发作，但临床并不诊断为癫痫病。

## 3、癫痫患者都有遗传吗？

目前，我们认为大多数癫痫不会遗传，有家族史的患者仅有5%。想怀孕生子的患者，如果确认自己的直系亲属没有癫痫，那么将癫痫遗传给子代的几率并不高。如果是有其他明显病因引起的癫痫，比如有明显的头部摔伤史、有颅脑肿瘤病史、脑出血等，那么这类癫痫患者明显就不是遗传引起的，遗传给子代的概率几乎没有。

## 4、避免癫痫的诱发因素

(1)睡眠：形成规律的睡眠周期，每天按时按点睡觉、起床，这样大脑可以有充分的恢复时间，又不会耽误服药。要注意睡觉、过度睡眠都可能引起癫痫发作。

(2)不要长时间待在密闭、闷热环境中。

(3)不要接触会让人兴奋的食物，如咖啡、人参。

(4)防寒保暖，避免感冒。因

为发烧、腹泻，服用其他药物，都可能会影响到抗癫痫药的药效，诱发癫痫发作。必要时，可以在医生指导下，做药物调整。

(5)尽量避免接触闪光的东西，比如烟花、闪电。

(6)避免过度通气、吹气，这些动作可能会诱发癫痫发作。

(7)保持心态平和，避免情绪波动。

## 5、癫痫患者都有遗传吗？

目前，癫痫的治疗效果不错，对于依从性好的患者来说，50%-60%经过3-5年的抗癫痫治疗，就可以达到临床治愈的标准，在医生的指导下缓慢减药、停药，就可以达到临床康复。另有约30%的病人在吃药的过程中，癫痫很少发作，对正常生活和工作影响不大。还有一小部分人在服药过程中仍发作频繁，其中部分会影响正常的上学和工作。



一些患者一开始用药疗效不错，但后来会很快降低，这些患者一般表现为难治性癫痫，需要在治疗中根据病情及时调整药物，关注他们的长期生活质量等。所以是否停药，要在全面检查后遵从医嘱。另外，有些特殊人群不建议立即停药，比如青春前期患者、高空作业的人、司机等。癫痫治疗的目的就是希望患者不再复发，回归正常的工作和生活。