



广博慈爱 追求卓越

第 648 期

2023 年 4 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

我院召开学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育动员大会

4月13日上午，我院召开学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育动员大会。我院党委书记、主题教育领导小组组长瞿介明作动员部署，上海市委第二十巡回指导组组长郑沈芳出席会议并讲话。上海市委第二十巡回指导组副组长王宏及组员，我院院长、主题教育领导小组组长宁光及党政领导班子成员，各党支部书记、中层干部、科主任、护理督导等参加会议。会议由党委副书记俞立巍主持。

根据上海市委的总体安排，我院是第一批主题教育参加单位。瞿介明书记代表医院党委对开展好主题教育作出部署。

一要充分认识开展主题教育的重大意义。在全党深入开展学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育，是党中央作出的重大决策，是贯彻落实党的二十大精神的重要举措。习近平总书记在主题教育工作会议上的重要讲话，为开展主题教育指明了方向，提供了

根本遵循。我们全体党员干部要充分认识，把开展主题教育作为瑞金医院当前的首要政治任务。

二要准确把握主题教育的总体要求和目标任务。按照习近平总书记对开展主题教育的十二字总要求“学思想、强党性、重实践、建新功”，坚持学思用贯通、知信行统一，把习近平新时代中国特色社会主义思想转化为坚定理想、锤炼党性和指导实践、推动工作的强大力量，使全党始终保持统一的思想、坚定的意志、协调的行动、强大的战斗力。瑞金医院作为上海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，必须担当起办好人民满意的医疗卫生事业的使命责任。要抓住这次开展主题教育的重要契机，牢牢把握主题教育的总要求和具体目标，坚决把党员的先锋形象彰显出来，把党组织的战斗堡垒作用发挥出来，在更好服务全市和全国发展大局中创造新的业绩。



三要主题教育各项工作要求落到实处。要紧密联系医院实际，切实增强主题教育的针对性、实效性，让党员干部真正在思想上受教育、能力上有提升、工作上见实绩。把理论学习、调查研究、推动高质量发展 and 检视整改、建章立制等贯通起来，有机融合、一体推进。

四要加强组织领导，确保主题教育有力有序推进。医院党委要扛起主体责任，牢记使命担当，周密安排部署，精心组织推动，切实抓

紧抓好主题教育。把主题教育与深化医疗卫生体制改革相结合，与加强公立医院党的建设相结合，切实提高运用党的创新理论谋划推进医院高质量发展实践的能力。

瞿介明书记强调，医院党委将根据市委的部署和要求，努力把开展主题教育同推动医院的中心工作结合起来，做到两手抓、两促进。医院广大党员、干部要紧紧围绕主题教育的总体要求、目标任务，把高标准树立起来，把严要求落下去，以锐意进取、开拓创新的精气神和埋头苦干、真抓实干的自觉行动，把主题教育的成效落实到推进各项工作、解决突出问题和促进医院发展建设上。

郑沈芳同志代表市委第二十巡回指导组作重要讲话。她指出，巡回指导组将围绕学习贯彻习近平总书记重要讲话和重要指示批示精神，按照中央部署和市委要求，从提高政治站位、把握好总要求、紧盯根本任务、聚焦具体目标、贯通重点措施五个方面对瑞金医院主题教育加强督促指导，与医院党委和全体党员干部同题共答。同时要把指导工作寓于帮助服务中，深入了解情况，提出工作建议，做到到位不越位、指导不包办，并在全程指导、全面指导的同时，突出重点对象、重点措施、重点要求，并注意发现和总结典型，确保主题教育重点措施贯穿始终并取得成效。

□撰文 | 唐文佳

本版责任编辑 李 东

《细胞简史》入选“中国好书” 陈竺陈赛娟院士联袂推荐



4月25日，我院召开新闻发布会，由上海交通大学出版社出版，上海血液学研究所程林所著的《细胞简史》入选2022年度“中国好书”榜单。

“中国好书”由中宣部出版局指导、中国图书评论学会组织评选，已成为全国最权威、最专业的图书榜单之一，是领航全民阅读的风向标。本次共42种图书入选，其中科普生活类5种。

程林是上海血液学研究所、医学基因组学国家重点实验室课题组

家，不仅要做好科学研究，也要学会做科普的推动者，通过科普讲好疾病和医学的知识，切实帮助人们“预防为先”，造福人类健康。中国科学院院士陈竺推荐此书时指出：“一个个小小的细胞，孕育了生命的起初，且发育分化为数百种组织，形成了多个生命器官。不但掌控了生老病死，更是维护健康的新利器。本书带你发现细胞、解密细胞，探秘光怪陆离的细胞世界。”

新闻发布会上，陈赛娟院士和交大出版社总编陈华栋向上海交通大学、上海市向明中学、上海市立达中学、上海黄浦区卢湾一中心小学赠书。“瑞金医院有着科普医学的传统，各学科全面推广医学科普，发挥了权威专家做专业科普的有效作用。”我院党委副书记俞郁萍说，“瑞金医院将以全国科普教育基地为契机，打造立体多维的科普教育体系和以百姓需求为中心的健康大教育平台，让健康理念深入人心。”

□撰文 | 祁洁

4月23日上午，我院举办援疆干部欢送会，麻醉科陶国荣副主任医师作为上海市第11批援疆干部，将于今日启程前往新疆喀什，开展为期一年半的医疗援建任务。我院党委副书记俞立巍、副院长陈尔真以及麻醉科和相关职能部门负责人参会。

□撰文 | 朱凡



喜讯

- 4月19日，上海市医学会公布了2022年度上海医学科技奖获奖名单，骨科王蕾主任团队的项目《肩关节损伤精准微创治疗技术的基础与临床应用》荣获一等奖。
- 4月27日，2023年上海市五一劳动奖表彰大会隆重举行，胸外科主任李鹤成荣获上海市五一劳动奖章。

4月12日下午，中国医师协会毕业后医学教育工作调研会在我院举行。中国医师协会常务副会长兼秘书长于竞进，中国医师协会毕业后医学教育综合部主任吴振龙、住培部主任柳琪林、住培考评部主任李鸣莉、专培部主任李明霞、信息部主任荆涛、毕业后医学教育综合部干部陈宇泽，上海市卫生健康委员会科教处副处长姚丽霞等一行前来调研。我院院长宁光院士，副院长胡伟国以及来自相关职能部门负责人和医院各专业基地主任、教学主任代表参加了此次调研会。会议由胡伟国副院长主持。

院长宁光院士表示，医学教育是终身的，毕业后医学教育是培养满足社会需求医学人才的重要方式。此次调研，既是对瑞金该项工作深入推进的指导，更是一种激励，在建立起一套完整医学大教育体系的基础上，努力将瑞金医院打造成为社会亟需医学人才的培训地，源源不断地为国家为社会输送胸怀苍生、医术精湛的医学人才。

于竞进副会长充分肯定了我院的毕业后医学教育工作。他希望通过此次实地调研能够不断开拓思路、优化举措，进一步完善信息化、数字化等管理建设，不断推进毕业后医学教育工作再上新台阶。

胡伟国副院长汇报了我院毕业后医学教育工作的整体情况。他提出，医院正对照2022年中国医师协会发布的新版《两个标准》，形成毕业前-毕业后-继续教育的医学人才全生命周期培养模式。我院作为全国首批住院医师规范化培训示范基地，将联合、协同上海各兄弟单位，继续通过规范化、高质量培训模式，培养一批批高素质的临床医师队伍，努力将瑞金建设成为社会亟需医学健康从业者培训地。

交流讨论后，中国医师协会一行专家参观了我院指挥舱和医学模拟中心，深入了解医院信息化系统建设和临床技能中心建设情况。

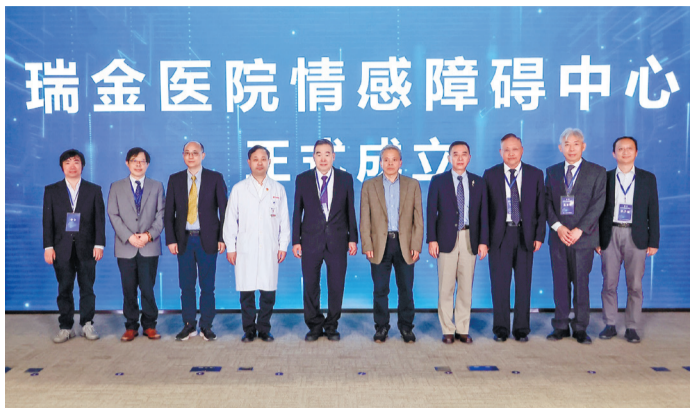
□供稿 | 医学教育处

中国医师协会专家组赴我院调研毕业后医学教育工作

我院正式成立情感障碍中心

4月19日，我院情感障碍中心正式成立，成为沪上首个专门设立情感障碍中心的综合医院。情感障碍中心主任方贻儒表示，随着社会的发展，人们面临的压力和挑战越来越多，情感障碍疾病的患病率也在逐年增加，世界卫生组织估计全球大约有2.8亿人患有抑郁症，我国成人抑郁障碍终生患病率为6.8%，过去情感障碍疾病主要发生在中老年人中，但现在越来越多的年轻人甚至青少年也开始出现情感障碍疾病的症状。他指出，由于患者对情感障碍的认识存在误区，很多人没有及时就医，导致病情加重；再者，情感障碍症状诊疗服务往往在专科医院，人们常因病耻感不愿前往。针对患者的实际需求，同时响应国家脑计划战略需求，完善脑疾病临床诊疗体系，经过两年酝酿，情感障碍中心正式成立。

我院将整合综合学科实力，聚焦老年脑和慢病相关情感障碍，



在抑郁障碍、双相障碍、焦虑障碍以及躯体疾病合并的情感障碍疾病的病因机制研究、创新治疗、定量评估、健康科普等方面开展工作。中心将在新型数字医学工具及无创脑机接口方面进行深度拓展，为用户及患者提供科学、安全、可靠的诊疗服务。此外，中心还将重心延伸到健康管理领域，在脑健康的科普与风险预警

方面进行攻关。成立仪式由中科院院士蒲慕明教授、中科院院士段树民教授、我院党委书记瞿介明教授、交大医学院松江研究院执行院长徐天乐教授、副院长沈柏用教授等专家出席见证。仪式上脑病中心咨询委员会同时成立，蒲慕明院士和段树民院士分别担任委员会正副主任。 □撰文 | 张陈诚

微创手术成功治愈胃食管反流

内镜下胃底折叠术是一种内镜治疗的新技术，从口腔进入，经过食道，无需任何切口，通过三个或三个以上的钉合点将胃底部分钉合在食管下端，重建胃食管瓣膜，建立阻止胃食管反流的有效屏障。4月8日，57岁的老钱成功在我院做了此项手术，术后恢复良好。

从老钱40岁开始，晚上“躺平”安静地睡一觉竟成了奢望，2006年，老钱偶尔会出现烧心的感觉，开始没当回事，但后来严重起来，去看医生后，吃了一段时间药，情况好转，可药一停，那种灼烧的感觉又会卷土重来。医生诊断说，这可能是胃食管反流造成的。

事实上，像老钱这样的胃食管反流患者并不罕见，发病率在我国呈逐年上升趋势，总体患病率为8.7%。单纯服用药物只能缓解症状，无法根治，且停药后容易复发，约30%的患者只能通过手术治疗。不久前，听说我院正在开展一项临床研究，不需要开膛破肚，老钱决定试一下。

接诊的是消化内科主任医师姚玮艳，经过评估，老钱内镜下反流性食管炎(LA-C)级，胃和食管的房门无法闭合，食管长期浸泡在酸水里，使得他食管内60%的黏膜

受损。问题不止于此，老钱还存在食管裂孔疝，简单的说就是胃的一小部分被“吸入”胸腔内，形成了会跑的“胃”，这被称为食管裂孔疝。进入临床研究，必须经过严格的评估，姚玮艳找来了胃食管反流病MDT小组的成员，胃肠外科薛佩医生，从内外科的角度展开仔细讨论。

由于老钱的胃底主体仍位于胸腔内，未见明显疝入胸腔，通常这类患者可考虑行腹腔镜食管裂孔疝修补。但考虑到老钱裂孔疝缺损不大，选择内镜下胃底折叠术能够实现很好的反流效果，而且属于腔内手术，创伤比传统的腹腔镜更加小。4月8日一早，在麻醉科宋小星医生的保驾护航下，姚玮艳主任和团队给老钱实施了手术，术后48小时，老钱出院了，整个人如获新生。

据了解，正在进行的这项上市前临床研究，旨在验证内镜下胃底折叠术的安全性和有效性，项目将在全国开展55例手术。消化内科主任邹多武介绍说，在胃镜下实施的胃底折叠术是一种新的治疗方式，创伤更小，避免了胃底和食管下段带来的创伤，全程国产化后，费用相比进口设备也可大大降低。

□撰文 | 李东

喜讯

VTE项目获“创青春”大赛优秀奖

4月中旬，我院陆勇教授主持的《AI-CDSS助力院内静脉血栓栓塞症智能防控》项目荣获“创青春”首届全国卫生健康行业青年创新大赛优秀奖。

“转移性肝癌肝移植多中心合作项目研讨会”顺利召开

4月16日，我院召开“肝移植热点论坛暨转移性肝癌肝移植多中心合作项目研讨会”，多维度、多层次、多方面地讨论转移性肝癌肝移植的标准和规范，以期有序、规范地开展临床试验。作为国内最早关注转移性肝癌肝移植的资深专家，傅志仁教授倡议并邀请中国肝移植的领军者郑树森院士领衔，并得到新一届中华医学会器官移植学分会候任主任委员徐骁教授，副主任委员夏强教授和杨扬教授，以及国内20余家顶级肝移植中心学科带头人的积极响应与热烈讨论。

傅志仁教授首先代表上海器官移植界同仁以及大会组委会向全国专家的到来表示热烈欢迎，并介绍了转移性肝癌肝移植多中心合作项目的由来和前期筹备工作。中国工程院院士、中华医学会和中国医师协会副会长、中国医师协会器官移植医师分会会长郑树森院士做《肝癌肝移植的最新进展》的报告，介绍多个原创性理念以及关于中国转移性肝癌肝移植高屋建瓴的规划。两位青年骨干宋少华副教授和滕飞副教授分别做了《原发性肝癌肝移植标准的制定背景及演变》和《以规范化临床研究推动转移性肝癌肝移植》的报告，分别由杨广顺教授与齐海智教授主持。

现场围绕“可考虑肝移植治疗的转移性肝癌类型”、“结直肠癌肝转移(CRLM)肝移植的筛选标准”、“CRLM肝移植的围手术期处理和随访治疗”、“在国内开展转移性肝癌肝移植的实施细节”这四个议题进行了热烈讨论，与会专家均表达了对“转移性肝癌肝移植多中心合作项目”的浓厚兴趣，并签署了纸质意见征求稿。郑树森院士最后进行了大会总结，鼓励瑞金团队持续推进，呼吁各中心通力合作。 □供稿 | 肝移植科

第一届瑞金胸部肿瘤论坛成功举办 瑞金胸外食管亚专科正式成立

4月8日，我院成功举办第一届瑞金胸部肿瘤论坛，在开幕式上，国家癌症中心主任、中国医学科学院肿瘤医院院长赫捷院士介绍，“如何将最新的治疗技术和理念融入到规范化、个体化诊疗体系，是提高我国胸部肿瘤整体疗效的关键。”国家癌症中心主任、中国医学科学院肿瘤医院院长赫捷院士、上海市医师协会会长徐建光、我院院长宁光院士、党委书记瞿介明教授、上海市医学会胸外科分会主任委员赵珩教授、上海市医师协会胸外科分会会长高文教授分别进行了致辞。

胸外科李鹤成教授表示，希望通过此次论坛，大力推进胸部肿瘤早期治疗、规范治疗、精准治疗。在此次论坛上，包括瑞金医院、上海市公共卫生临床中心、上海市东方医院、江苏省张家港市第一人民医院、浙江省海宁市人民医院、安徽蚌埠医学院第二附属医院等在内的34家医院成立了瑞金医院胸部肿瘤长三角联盟。论坛开幕式上，还举行了瑞金胸



外食管外科成立揭牌仪式，食管亚专科的成立，意味着瑞金胸外将进一步推动食管癌治疗个体化、精准化。

除此之外，论坛还分设第四届瑞金胸外科青年论坛、瑞金医院胸部肿瘤长三角联盟论坛和多中心临床研究研讨会三个分论坛。在论坛上，二十余位专家针对胸部肿瘤的手术术式、综合治疗策略进行了探讨。在

多中心临床研究研讨会上，与会专家分别就PALACE研究、DRIVATS研究、POINT研究、TERMGGOs研究以及COVIDLungSurg研究进行了阶段成果展示和分析讨论。首届瑞金胸部肿瘤论坛的成功举办，标志着我院胸外科在胸部肿瘤领域追求创新、追求卓越的新起点。

□撰文 | 沈天正 曹羽钦 祁涪

术后一周，54岁的腹腔镜结直肠癌患者邱阿姨顺利康复出院，这次手术的成功，源于我院胃肠外科团队革新与改良了微创手术“入路方式”。通俗讲，手术就像打仗，而创新的“入路方式”，有利于在保证疗效的基础上，提高肿瘤切除质量，改善保护术后患者功能，提高患者生活质量。

2021年6月开始，邱阿姨经常出现呕吐的症状，邱阿姨赶紧做了胃镜检查，结果显示邱阿姨结肠近肝曲有一巨大肿物。为了寻求更好的治疗，邱阿姨来到我

院胃肠外科臧璐主任的专家门诊，并被立即收入病房。术前CT检查发现，肿块长达8.5cm，侵犯侧腹壁、后腹膜，向后挤压输尿管及腰大肌。

综合邱阿姨的病情，臧璐主任决定先植入输尿管支架，后做腹腔镜。8月27日，医生为邱阿姨右侧输尿管置入D-J管，防止术中输尿管损伤，8月30日，臧璐、蔡正昊医生为邱阿姨进行手术，但传统的结肠尾侧入路手术方式，难以游离肿瘤，医生们便从结肠头侧入路寻找手术层面，扩

展手术空间，再采取中间入路解剖血管，完成淋巴结的彻底清扫，同时与头侧入路确认的解剖间隙，明确后腹膜输尿管走行，加以保护；在前两种入路游离出足够空间的基础上，完成对肿瘤的包围，最后从尾侧入路，将肿瘤连同侵犯的部分侧腹壁完整切除。

臧璐主任介绍，“安全、恢复快、预后好，是创新手术入路的最大优势。”普外科主任郑民华介绍，“个性化组织手术入路是在保证患者疗效的基础上，帮助很多超低

位、困难骨盆条件下的直肠癌患者保留肛门功能。”胃肠外科团队总结出一系列手术入路的方式，包括：腹腔镜右半结肠CME术“翻页式”中间入路、腹腔镜右半结肠CME术“尾侧-中间联合”入路、头侧中间联合入路腹腔镜直肠癌手术、经括约肌间切除术(ISR)、经肛门全直肠系膜切除术(TaTME)等。对规范淋巴结清扫范围、寻找正确解剖平面，优化简化手术操作过程，提高肿瘤切除标本质量，改善保护术后患者功能等方面具有重要意义。

□撰文 | 张子晴



我院举办春季慈善健步走暨第十四届文化艺术节开幕式

4月22日上午，我院春季慈善健步走暨第十四届文化艺术节开幕式在徐汇滨江隆重举行。中国工程院院士、院长宁光，上海市医务工会常务副主席何园、上海交通大学工会副主席郭俊华，长江商学院上海校友会执行秘书长夏磊、执行秘书长毛翔宇，以及部分医院党政领导、职工代表以及“瑞二代”等350余人参加活动。

宁光院长在致辞中指出，116年来，善爱文化一直牢牢根植在每一个瑞金人的心中，瑞金人也一直用实际行动在传承和发扬这一理念。今天，我们将运动与公益结合，为爱奔跑、为健康助力，就是希望尽我们所有的能力去传递生生不息的爱与善意，让更多人感受到慈善的力量。在



此，也非常感谢长江商学院上海校友会的拳拳善意。瑞金人会一直铭记，是许许多多像你们一样

了不起的社会爱心人士与我们一起形成合力，将健康和爱的火炬传递得更远。

作为本次活动的重头戏之一，与会领导与特邀嘉宾共同上台，为瑞金医院第十四届文化艺术节启动揭幕。瑞金文化艺术节自1990年起举办，迄今已有三十三年历史。作为深受职工喜爱的医院品牌文化活动，她记录和见证了一代代瑞金人风华正茂、向善、向上、向发展的飒爽英姿。

活动现场，我院党委副书记、工会主席俞郁萍为新成立的气排球社、网球社和赛艇队授牌。交大工会副主席郭俊华为获得交大2023年教职工乒乓球比赛甲级队冠军的乒乓球社社长、临床输血科主任邹伟颁奖。

在原创的工位健身操热身运动后，院长宁光院士与何园副主席共同鸣笛发令，健康走活动正

式开始。参赛者分为不同小组，在主办方精心设置的各种趣味关卡中团结协作、齐心闯关、一路前行。在大家的共同努力下，此次活动共汇集步数150万余步，执行秘书长夏磊代表长江商学院上海校友会捐赠善款300万元。据悉，善款将汇入瑞金医院“广聚善爱”慈善基金，用于贫困患者帮扶。

院长宁光院士为长江商学院上海校友会颁发捐赠证书，为此次健康跑组获得名次的选手颁奖。眼科张泽伟、普外科谢俊杰、院长办公室罗浩彰分别荣获男子组前三名，急诊规培基地王国鑫、重症医学科朱敏、远洋院区门诊部李抒颉分别荣获女子组前三名。

□撰文 | 唐文佳

一岁一追思，我院举行清明祭扫活动

4月4日清晨，我院举行了一年一度的清明祭扫活动。陈赛娟院士、李宏为教授、朱正纲教授等老领导、老专家，院党委书记瞿介明教授、院长宁光院士等医院党政领导及各科室医护人员代表一起，在邝安堃教授和傅培彬教授两位医学大家的铜像前献花，深情缅怀前辈。

副院长沈柏用在主持中说道，我们聚在一起是一种传承，傅培彬老师的精神对整个外科的理念有着重要的影响，我们要把它传承下去；我们聚在一起是对自己的内省，我们都有一些什么样的进步，对瑞金医院的外科建设都做了什么贡献；我们聚在一起更是一种力量，在未来的发展当中，我们一定会将傅医生开创的外科的理念和瑞金医院外科的格局发扬下去，把它建设得更好。

院党委副书记、副院长毕宇芳表示，今天我们在这里共同缅

怀我们的邝安堃老师。邝老师是大内科各个专科以及中西医结合领域在瑞金发展和传承的奠基者和创始人。临床科研与教学的发展与传承需要不断的创新。作为瑞金医院大内科的学生，要始终牢记邝老师为我们奠基扎实的大内科基础，学习邝老师带给我们的勤奋、刻苦、认真、在工作中不断思考和创新的精神。

当天上午，由我院普外科发起的张圣道教授追思会在医院科教楼二楼报告厅庄重举行。张圣道教授生前的至亲好友、瑞金医院终身教授、医院党政领导、医护人员及诸多学生悉数到场。

在庄严肃穆的气氛中，大家共同缅怀张圣道教授“一切为病人”的高尚医学人生，追忆他的学术成就、优秀品格和杰出贡献。我院终身教授李宏为、华中科技大学同济医学院附属同济医院邹声泉教授、复旦大学附属华山医

院蔡端教授、上海交通大学医学院附属新华医院全志伟教授、上海交通大学医学院附属仁济医院刘颖斌教授，我院终身教授汤耀卿、朱正纲、彭承宏，以及张圣道教授生前的同行、同事、学生以及家人都纷纷深情讲述他们眼中可敬可爱的张教授。

会上，张圣道教授的家人还将精心铸造的张教授铜像及其生前所藏医学书籍捐赠给普外科和医院图书馆，以纪念和传承先生的医者“圣道”。普外科主任郑民华教授与张圣道教授之子共同为铜像揭幕；副院长沈柏用教授为其颁发捐赠证书。

院党委书记瞿介明教授表示，今天我们在这里深切缅怀张圣道教授，更要在追思中汲取不竭的精神力量，将张圣道教授的品格与风范薪火相传，永远铭刻在瑞金医院普外科的血脉之中。

□撰文 | 温兆琦 唐文佳



我院乒乓球队、羽毛球队在交大比赛中荣获佳绩

4月上旬，由上海交通大学工会、体育系主办的上海交通大学2023年教职工乒乓球比赛在闵行校区霍英东体育中心举行。我院乒乓球队从38支参赛队中脱颖而出，荣获甲级队冠军。据悉，在此前进行的第十一届教职工羽毛球团体赛中，我院共派出17位“羽坛高手”参赛，瑞金一队荣获甲组亚军、瑞金二队荣获甲组并列季军。

□图/文 | 赛君豪

我院举行关爱难治性抑郁症公益音乐会

让善爱流淌在心间

4月6日下午，广聚善爱·瑞金医院关爱难治性抑郁症公益音乐会在医院报告厅举行，用音乐的方式传递善爱、洋溢善爱、汇聚善爱。

院长宁光院士代表医院致辞。他说，功能神经外科近年来在神经调控领域，特别是在精神疾病的神经调控治疗方面成效显著，开创了多项新的医疗技术。我院将从专业角度致力于解除病人的病痛，也呼吁社会各界能共同关注这部分特殊的群体，共同为生命健康做出应有的贡献。

临床心理科的副主任医师金海燕作《认识难治性抑郁症》科普。她希望此次的临床研究能给更多有抑郁症疾病困扰的患者带来福音。

功能神经外科中心、脑机接口神经调控中心主任孙伯民医生介绍脑机接口神经调控治疗难治性抑郁症临床研究。2020年12月，瑞金医院脑机接口及神经调控中心成立，同时启动了难治性抑郁症脑机接口神经调控治疗临床研究。目前研究已入组23位患者，术后患者抑郁症状的平均改善超过60%，患者的生活质量也显著提高，而且研究团队在抑郁症的发病机制、神经环路和神经递质研究方面获得了重要发现，并在国际高水平期刊上发表。

患者代表也来到现场表达谢意，并献歌一首《月半小夜曲》，用歌声为这场音乐会拉开了序幕。上海歌剧院著名歌剧表演艺术家迟立明等多位艺术家来到现场，用优美的音乐和歌声为抑郁症患者加油，为白衣天使们点赞。在场观众感叹，这是一场艺术盛宴，更是一次心灵的洗涤。

□撰文 | 祁洁

37年前来我院进修的德国医生回来了

4月18日，曾在我院烧伤科进修学习的德国教授奥古斯汀·巴德重回我院，如今他是德国莱比锡大学干细胞生物学与细胞技术教授。“瑞金医院的变化很大，发展越来越好，看到熟悉的老房子和老朋友，我感觉自己的心愿总算实现了。”巴德教授激动不已。

“当时国际上没有一个国家、一所医院能像瑞金医院这样成功救治如此大面积烧伤病人。”巴德教授回忆当年求学的初衷：“我想这里的方法一定是最先进的，所以一看到有机会我就立刻报名来

瑞金医院学习了。”

1986年，27岁的奥古斯汀·巴德慕名来到瑞金医院烧伤科深入学习。期间，他像瑞金医院的普通医生一样，在科主任史济湘的指导下，每天积极参与会议讨论和日常工作，并作为史济湘教授的助手参与手术。这趟瑞金求学之旅让他收获满满：瑞金医院烧伤科的处理方法原则和技术理念都使他受益匪浅；瑞金严重烧伤治疗的三大法宝——“瑞金公式”“冬眠疗法”“皮肤混合移植”技术使他大为震撼，埋下了深深的研究兴趣和灵感，对其学术生涯起到了很大的启发。

沈柏用副院长对奥古斯汀·巴德教授的来访表示欢迎。他指出，希望双方能在细胞生物学研究、青年医生进修培养等多方面密切交流，进一步加深合作，互相学习。

随后，巴德教授参观了院史陈列馆、临床医学模拟实训中心，实地了解瑞金数字化和临床科研工作运行及管理模式。在灼伤整形科，巴德教授走进病房，重温求学记忆，并与灼伤整形科主任刘琰教授深入学术交流。

□撰文 | 祁洁

联组共学共成长 我院青年医生参观中国商飞

3月31日，我院住院医师和交大医学院临床医学五年制瑞金班的学生，在医学教育处组织下前往中国商用飞机有限责任公司祝桥基地进行参观学习。

在共建交流的环节，制造支

持工程部党总支书记王镭发表了热情洋溢的致辞，部长陶金亮赠送了C919飞机模型等纪念礼。青年医生们与商飞的工程师们进行了沟通交流，并为他们进行了体检报告和健康问题的解答服务。大家深入了解C919飞机制造的奋

进故事，感受商飞“航空强国、长期奋斗、长期攻关、长期吃苦、长期奉献、永不放弃”的大飞机精神，纷纷表示要立足专业，奉献青春，为祖国的卫生事业发展作出贡献。

□供稿 | 医学教育处



不胖也有脂肪肝？有可能逆转吗？

体检发现脂肪肝，有点小慌张。听说这病“是个人都有”？听说脂肪肝专找肥胖的人？真的是这样吗？听听医生怎么说~

“脂肪肝没事，很多人都有”？

大家口中的脂肪肝，是广义上的脂肪肝。从专业角度来说，全名叫非酒精性脂肪性肝病（Nonalcoholic fatty liver disease, NAFLD）。它已成为我国第一大慢性肝病，也是体检时发现肝脏生物化学指标异常的首要原因。

按照严重程度，国际上将NAFLD依次分为四类：单纯性脂肪肝、脂肪性肝、NAFLD相关肝纤维化、肝硬化。

单纯性脂肪肝是最轻的一种，表现为B超或磁共振提示脂肪肝，但肝功能指标基本正常。在此基础上进展，当肝脏出现炎症，则进入脂肪性肝炎期，表现为肝酶升高，主要是丙氨酸氨基转移酶（ALT）和γ谷氨酰转氨酶（GGT）的异常。这时如果不加以控制，病情持续进展，则逐渐进入NAFLD相关肝纤维化和肝硬化阶段。

从单纯性脂肪肝到脂肪性肝炎的阶段，因为两者的10~20年肝硬化发生率明显不同，需引起足够重视，尽早干预。所以患了非酒精性脂肪肝要引起足够重视！

哪些人容易得非酒精性脂肪肝？

首先，需要明确，肝脂肪化程度不完全与体重相关。也就是说，“胖子”和“瘦子”都可能患上非酒精性脂肪肝。

1. 肥胖和超重者

没事吃吃喝喝，还热衷高糖、高脂等高热量食物的群众，另外，还秉承“能不动就不动”的生活理念，运动困难者，这部分人群，非酒精性脂肪肝君表示特别喜欢。

2. 减肥不合理或者偏食的人群

过度节食、过度偏食（例如只吃水果）或长期吃素，会导致必需营养素缺乏，激发体内脂肪代谢紊乱，也会发生营养不良性脂肪肝。

3. 代谢异常的“瘦子”

较瘦的患者多合并胰岛素抵抗和体脂分布异常，其代谢综合征即高血压、高血糖、血脂异常和腹型肥胖的罹患率和“胖子”几乎没有差别。

4. 男性

男性患者发生晚期纤维化的风险远高于女性，推测可能与雌激素有关。

发现脂肪肝，有可能逆转吗？

目前，国内外尚无针对NAFLD的特效药，治疗NAFLD仍以改善生活方式为主。肥胖患者主要是减重，瘦人则改善代谢，但这必须是个持久的过程。

1. 调整饮食习惯

适当控制膳食热量摄入，建议每日减少500~1000kcal热量。限制含糖饮料、糕点和深加工精致食品，增加全谷类食物、ω-3脂肪酸以及膳食纤维摄入。

吃饭定时。一日三餐定时适量，严格控制晚餐的热量和晚餐后进食行为。

2. 坚持运动

比如快走、慢跑、游泳、骑车等。运动贵在坚持，只要坚持一个月就可以初步养成习惯。

3. 及时就医

对非酒精性脂肪性肝，特别是合并显著肝纤维化患者，则需应用保肝药物治疗。所以体检发现非酒精性脂肪肝后，要及时就医，遵医嘱治疗。

□撰文 | 卞冬生 庄焱

长期吃降脂药，注意这几点

有些患者看到血脂化验单中没有超标的箭头，就觉得万事大吉，有时不能仅凭化验单上的数值来判断。血脂正常了，为什么还要继续吃他汀？

复查血脂正常了，可以停药吗？

即便一次检查指标正常，高危人群仍需要服用降脂药物，因为此类人群服用降脂药物不仅是为了降脂，更是为了预防心脑血管病。一旦停药，血脂指标反弹，仍然对血管会造成不良的影响。

因此，即使血脂正常，也应在医生指导下，继续以适当剂量的维持，使血脂达到一个相对较稳定的状态，这样才会对血管有好的保护的作用。

此外，还有研究显示，如果中途停药，再次发生心脑血管病的风险就大大增加。也可以说，咱们看病看的是“病”，并不是单纯的“指标”。

长期吃降脂药，注意这几点

长期临床观察发现，他汀类药物总体是安全的，服用期间只需注意监测肝功能和血清肌酸激酶，如果没有肌肉酸痛等不适，无需过度担心其副作用。

服用他汀类药物期间要避免同服柚子。因为柚子含有抑制肝酶的成分，合用后可增加他汀的血药浓度，更容易引起不良反应的发生。

服药期间注意生活方式干预：维持合理膳食，避免多吃高脂肪、油腻、高胆固醇食物，控制盐和糖的摄入，少吃刺激性食物，多吃新鲜水果蔬菜，补充优质蛋白，控制热量的摄入。

□4A病区（嘉定）| 朱西琦



痛风半夜被痛醒？一起来看看如何预防痛风

痛风是指急性痛风性关节炎，是尿酸沉积在关节引起关节无菌性炎症，中青年男性多见。

典型过程：上床好好的，后半夜脚痛，活活痛醒的那种，并且越来越重，关节红、肿、热、痛，疼痛不能忍受。严重者发热、白细胞升高，容易误诊为感染。绝大多数痛风发生在第一跖趾关节，天下第一痛，痛过的人都知道！

一、痛风为啥容易发在脚上

痛风根本原因是高尿酸血症。血尿酸越高，痛风发作越频繁，而且发病年龄也越早。

发病在脚上的原因是：第一，足部血液供应较差，皮温较低，组织液pH低；第二，趾骨关节承受压力大，容易损伤，尿酸容易在足部关节形成结晶。

二、痛风发作的诱因有哪些？

1. 饮酒：乙醇导致尿酸升高诱发痛风，无论白酒、啤酒、黄酒、洋酒都一样
2. 暴食：1次吃大量的高嘌呤食物（肝、肾等动物内脏，海鲜、牛羊肉、肉汤等）
3. 高汤：有痛风倾向的少喝高汤！羊杂汤、涮锅汤等等汤类，都是高危！
4. 着凉：冬天气温低，夏天吹冷空调，关节局部温度降低，尿酸盐结晶就析出来啦！

三、急性痛风发作如何处理？

相关人群可以在医生或药师的指导下，常备秋水仙碱、非甾体类消炎药、激素等药物；或是及时到医院就诊。

四、如何预防痛风？

1. 严格限制动物内脏、海产品和肉类等高嘌呤食物，鼓励多吃新鲜蔬菜，适量食用豆类及豆制品。
2. 多喝水：钾离子和维生素C，可降低痛风发作。
3. 多饮水：维持每日尿量2000~3000ml，可促进尿酸排泄。
4. 不饮酒：酒精干扰尿酸代谢，可增加血尿酸水平和痛风发作的风险。
5. 降尿酸：遵医嘱使用别嘌醇、非布司他，苯溴马隆等药物。

□骨科 | 胡牧

支气管哮喘是一种非常常见的呼吸系统疾病，以反复发作的喘息、咳嗽、胸闷、气促为主要表现，尤其是在天气变化、吸入过敏原时容易发生，往往给患者的日常生活带来明显困扰和影响。哮喘治疗的关键在于规律使用吸入用药和定期随访复查，但是对于“民以食为天”的广大“吃货”而言，不仅要用药，还特别关心的是自己的美食食谱是不是要遭受巨大损失。

什么样的饮食习惯对于哮喘的控制有利？

与一般人群类似，哮喘患者的饮食也应营养均衡合理，应包括蛋白质、脂类、碳水化合物、矿物质、膳食纤维、维生素和水等七大营养素，而其中尤其需要重视的是足够的膳食纤维摄入和总热量摄入的控制，避免肥胖和代谢综合征，从而改善肠道菌群紊乱和机体免疫功能，降低哮喘急

性加重风险，促进哮喘症状的控制。

哮喘患者还能吃海鲜么？

海鲜作为众多“吃货”难以割舍的美食，往往是哮喘患者最为关心的饮食禁忌种类之一。按照中医的理论，哮喘的病理基础为宿痰伏肺，易因外邪、饮食、情志、劳倦等因素而诱发，导致痰壅气道，肺气宣降功能失常，而饮食不当主要指多食酸咸甘肥或海腥发物等易生痰的食物，此外，在生活中海鲜过敏的人群也较为常见，而避免过敏食物能够降低哮喘急性加重风险，因此海鲜常常成为许多哮喘患者的饮食禁忌。但是现代医学的研究显示，对过敏食物的完全避免并无必要，特别是对于那些规律用药、哮喘控制良好的患者，其对食物的过敏性往往会有所下降，因此对于那些并无明确海鲜过敏的哮喘患者，并不需要特别限制海鲜的摄入，

而那些曾经发生海鲜过敏的哮喘患者，则需尽量避免进食海鲜，若实在难以拒绝美食也应在哮喘充分控制情况下稍稍解馋。

哮喘患者哪些食物不能多吃？

整体而言，哮喘患者饮食需清淡饮食，避免辛辣刺激食物导致气道不适而诱发哮喘加重。此外，某些含有亚硫酸盐的食物如加工后的土豆和小虾、干果、啤酒和葡萄酒也容易诱发哮喘急性加重，平时需少吃或不吃。

总之，支气管哮喘是一种慢性气道疾病，有效控制哮喘的关键是长期规律用药和定期随访复查，对绝大部分患者而言，并不需要非常严格地控制饮食，但是对于有明确过敏和辛辣油腻的食物仍需尽量避免，同时也需增加水果蔬菜的摄入，从而促进哮喘的有效控制。

□呼吸与危重症医学科 | 杜威

经期前的腹痛可能是因为这个

说到妇科疾病，大家首先想到的就是子宫肌瘤、卵巢囊肿、阴道炎症等。但实际上，被称为“青春杀手”的黄体破裂是最常见的妇科急症之一，好发于14~30岁的年轻女性。

什么是黄体？

女性进入青春期后，卵巢每个月都会排卵，卵子成熟之后被排出，原先的卵泡壁就变成了一座空房子，然后各种结缔组织、毛细血管等就迅速占领高地，在黄体生成素的带领下形成了黄色的细胞团，故名“黄体”。

黄体的作用是提供孕激素帮助怀孕。未受孕成功时，黄体维持14天左右会自行萎缩消失；受孕成功后，黄体会生长壮大转为妊娠黄体。但黄体的意外破裂让女性承受着难以承受的痛！

黄体为何破裂？

黄体位于卵巢表面，内富含丰富血管，当黄体增大形成囊肿时，壁薄易破裂，外力、剧烈运动等可导致黄体破裂。一般分为以下两种情况：

(1) 受到剧烈的外力冲击：剧烈运

动、性生活粗暴、憋尿、咳嗽、便秘等行为都有可能导导致黄体破裂。

(2) 自动破裂：并不是不运动，黄体就不会破裂，黄体破裂是一种常见的妇科急腹症，有时候在什么都没做的情况下也有可能破裂。如女性的凝血功能不是很好或者出血量增多，就会导致内部压力增大而发生破裂。

黄体在什么时间段最容易破裂？

成年女性的月经周期平均持续28~35日，其中黄体期约14日，排卵后一周左右，也就是下一次月经来临前一两周左右，这时候的黄体最成熟，也最脆弱，大部分黄体破裂都发生于这个时间段。

发生黄体破裂有什么表现？

腹痛是黄体破裂的主要症状。部分女性可能表现为一侧突然轻微下腹痛，一般情况下，毛细血管会自行愈合，无需治疗。如果腹痛剧烈，黄体内的血管破坏使得血液流向腹腔并在盆腔积聚，甚至会发生出血性休克，如果没有得到及时治疗，可能会危及生命。

由于黄体破裂的血液不会流出体外而

是会一直堆积在盆腔，如果发现自己腹部疼痛，但没有来姨妈，请及时去医院就诊。

如何治疗黄体破裂？

黄体破裂的治疗包括保守和手术治疗。

(1) 保守治疗：适用于出血少，生命体征平稳者，主要措施包括卧床休息，必要时应用止血药物。

(2) 手术治疗：适用于出血多者，首选腹腔镜手术，吸净积血后缝合止血。若出血迅猛或不符合腹腔镜手术条件，则需要开腹手术。

如何避免黄体破裂？

(1) 青年女性必须学会保护自己，尤其在月经周期后，应注意适度运动，不负重物。

(2) 日常规律作息，调节饮食，改善便秘、憋尿等不健康的习惯。

(3) 黄体成熟期，最好避免腹部受到撞击和剧烈的运动。

(4) 及时治疗咳嗽、便秘等容易引起腹压升高的疾病。

□撰文 | 叶琴 朱晓宁