



广博慈爱 追求卓越

第 671 期

2025 年 3 月 30 日

瑞金医院

资讯
内部资料·免费交流

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>

瑞金医院国家紧急医学中心正式开工

3月17日，瑞金医院国家紧急医学中心正式开工兴建，作为国家紧急医学救援基地的配套项目，该中心的启动标志着我院在紧急医学救援领域又迈出重要一步。

2023年6月，国家发展和改革委员会和国家卫生健康委员会联合发文将瑞金医院在内的12家机构纳入国家紧急医学救援基地项目第二批储备库，瑞金医院作为上海市唯一入选单位，将承担国家紧急医学救援基地（上海）的建设工作。

瑞金医院国家紧急医学中心选址位于原瑞金医院老门诊大楼旧址，这里将矗立起一座总建筑面积达7.35万平方米的现代化医学救援综合体。规划设置600张医疗床位，配备急救综合大楼、多模态医技平台及智能化转运系统，空中连廊系统将实现各功能单元的无缝衔接，为立体化救援提供硬件支撑。

瑞金医院国家紧急医学中心是为响应国家重大战略部署而建的，

是上海唯一的国家级紧急医学救援基地。该项目自获批以来，我院就开始着力构建“海陆空”一体化紧急救援体系，为突发紧急救援做好一切准备。

据了解，根据横向铺开、纵向深入的原则，瑞金医院国家紧急医学中心将整合急诊、重症、灼伤、感染等多学科资源，建成全方位、全链条、全覆盖的紧急医学救援体系。构建人才培养、伤病员转运、仓储配送等七大中心。位于市中心的黄浦区将建成中心城区核心救援基地，位于上海北部的嘉定院区将建成以传染病、交通伤救治为特色的紧急医学救援基地；位于上海南部的金山院区则建成以核化伤害救治为特色的救援基地。通过多院区协同联动构建起覆盖上海市、辐射长三角地区的分层分级的紧急医学救援网络。

宁光院士表示，老门诊楼转型建设现代化医学救援综合体是医院发展新里程碑。作为全国唯一非委属综合类国家医学中心，我



院将打造覆盖长三角的全天候救援网络，预计2028年建成含600张床位、七大功能中心的智慧化医学救援综合体，通过黄浦/嘉定/金山三院区协同实现分层分级应急响应。

上海建工四建集团董事长沈军表示，承诺将延续百年合作传统，以建筑匠心打造国家医学中心新标杆，确保高质量完成项目建设。

中国工程院院士、上海交通大学医学院院长范先群院士指出，该

中心是落实国家应急能力建设的重要部署，瑞金医院作为上海唯一国家级救援基地，已在综合类国家医学中心建设、区域医疗中心布局及重大公共卫生事件处置中展现“国家队”担当。交大医学院将整合优势资源全力支持，期待瑞金医院在践行“健康中国”战略中持续发挥示范引领作用。

随后，我院还举行了消化道肿瘤临床诊疗中心启用活动。该中心聚焦消化道肿瘤精准诊疗，整合多

学科资源，致力于提升早筛、诊断及综合治疗水平。新中心的启用进一步强化了我在重大疾病领域的综合救治能力，为“健康中国”战略注入新动能。

出席当天活动的领导和嘉宾有：上海市人大常委会副主任宗明，上海市市政府参事顾洪辉，中国工程院院士、国家转化医学研究中心（上海）主任、瑞金医院终身教授陈赛娟，上海申康医院发展中心主任王兴鹏，上海市应急管理局党委书记、局长马坚泓，上海市国防动员办公室党组书记、主任钟杰，黄浦区委书记杲云，上海市卫生健康委员会副主任陆稻宏，交通运输部东海救助局副局长蒋文辉，交通运输部上海打捞局纪委书记宗爱君，上海市公安局警务航空队队长陈琪，上海市卫生健康委医政处处长、二级巡视员吴宏。国家紧急医学中心开工仪式由我院党委书记胡伟国主持。

□撰文 | 李东

本版责任编辑 李 东

我院党委召开专题会议部署推进深入贯彻中央八项规定精神学习教育工作

3月20日下午，我院党委召开专题会议，传达学习中央党的建设工作会议、市委常委会扩大会议暨市委党的建设工作会议和市教卫工作党委党的建设工作会议扩大会会议精神，部署推进医院学习教育工作。我院党委书记胡伟国主持会议并讲话。

会议指出，在全党开展深入贯彻中央八项规定精神学习教育，是党中央作出的重大决策。瑞金医院各级党组织、全体党员、干部要学深悟透中央和市委有关会议和文件精神，充分认识开展学习教育的重要意义，进一步提高政治站位。深

入学习习近平总书记关于加强党的作风建设的重要论述和中央八项规定及其实施细则精神，推进作风建设常态化长效化。深刻领悟“两个确立”的决定性意义，坚决做到“两个维护”，将学习教育切实融入到医院的日常工作与发展之中。

会议强调，要全面准确把握学习教育的目标要求，坚持聚焦主题，一体推进学查改。把学习研讨、查摆问题、集中整治、开门教育等融入日常、抓在经常，着力提高全院职工的思想认识，解决医疗领域的突出问题，锤炼坚强党性，激励担当作为，持续改进党风政风、师德师风、医德医风。把干净和干事、减负和担责更好统一起来，结合推进健康上海建设以及医院自身发展的重大任务，确保学有质量、查有力度、改有成效，为提升医院整体医疗服务水平提供坚实保障。

会议提出，我院党委将强化责任担当，加强分类指导，增强学习教育的针对性，做好宣传引导工作，确保学习教育高标准高质量开展，切实将学习教育的成效转化为推动发展的内在动力，为全面建成亚洲一流示范性医院的目标提供有力保障。

□撰文 | 李东



3月5日，我院举办援滇医疗队员欢送会，骨科张强、感染科汤伟亮、耳鼻喉科徐赫、神经外科钟志宏4位医生作为上海市“组团式”援滇医疗人才，将前往墨江哈尼族自治县人民医院，开展为期一年半的援建任务。

艺术与医疗深度融合 瑞金系列艺术展温暖启幕

近日，我院在艺术与医疗融合领域创新探索，先后举办两场艺术展，为患者与医护人员打造充满人文关怀的空间。

3月18日上午，上海市政协书画院携手我院，开启“专题创作作品捐赠仪式暨艺术疗愈臻品展”。仪式上，我院党委书记胡伟国指出，融入艺术作品是为患者与医护营造温暖宁静环境，践行“广博慈爱”精神。宁光院长强调艺术抚慰心灵、助力缓解患者情绪，“善爱共生”理念在此彰显。上海市政协副主席金兴明表示，此举融合书画意境与医疗人文关怀，提升医院文化氛围。活动现场，我院为捐赠方颁发感谢状与《收藏证书》，同步发布画册。

3月27日，“共生之诗·雕塑

季”艺术展开帷幕。作为“善爱·共生”系列公益艺术展之一，十余件雕塑、油画作品置于我院草坪、花丛、大厅，打破传统布展局限。宁光院长阐述医学与艺术共生关系，强调医院应传递幸福，将持续拓展艺术空间。活动汇聚各界善爱人士，上海世纪出版（集团）有限公司党委书记黄强、著名雕塑家陈占魁、著名作家毛尖与医院领导共同揭幕。现场，医院为艺术家及捐赠人颁发公益、捐赠证书，凝聚爱心力量，使展览成为社会善意汇聚的象征，深度诠释医学人文精神。 □撰文 | 李东 张子晴

喜讯

3月31日，人力资源社会保障部、国家卫生健康委、国家中医药局、国家疾控局联合发布《关于表彰全国卫生健康系统先进集体、先进工作者及“白求恩奖章”获得者的决定》。其中：

- 上海交通大学医学院附属瑞金医院海南医院（海南博鳌研究型医院）作为海南唯一一家三级医院，获得全国卫生健康系统先进集体。
- 上海交通大学医学院附属瑞金医院党委书记、主任医师胡伟国荣获全国卫生健康系统“白求恩奖章”。

瑞金召开会议传达学习全国两会精神

3月20日下午，我院召开2025年全国两会精神传达学习会，全国人大代表范先群、全国政协委员张伟滨受邀传达两会精神。院党委书记胡伟国主持会议。医院党政领导班子成员、党支部书记、中层干部等参加。

范先群代表从大会概况、重要讲话等四方面系统传达全国两会精神，重点解读了习近平总书记看望相

关委员时的重要讲话。他介绍了《政府工作报告》等主要内容，并分享参会感想。作为医学教育专家，他在今年两会提出关于医工交叉创新人才培养、老年人群健康管理等建议。

张伟滨委员分享了其提交的关于推动老年人时间银行发展、完善医疗纠纷鉴定制度体系的两份提案，并提出针对性改进建议。他认为高质量提案离不开充分调研，今后将

继续加强学习，提升协商能力。

胡伟国书记就学习贯彻两会精神提出三点要求：一要坚持学思用融合，深刻领会两会精神的核心要义；二要坚持创新驱动，深刻锚定全面深化改革的攻坚任务；三是坚守公益初心，牢记公立医院公益性办院宗旨，以核心任务检验初心，向党和人民交出“瑞金答卷”。

□撰文 | 李东

我院嘉定院区泌尿外科成功开展10例术锐单孔蛇形臂机器人手术

2025年伊始，国产术锐单孔蛇形臂机器人手术系统在我院嘉定院区正式投入使用，标志着我院在高端微创外科技术领域迈出重要一步。1月21日，普外科赵任教授完成院区首例机器人辅助结肠癌根治术，拉开了“单孔时代”的序幕。

2月6日，我院嘉定院区泌尿外科执行主任邵远应用该手术系统，成功为左肾重度积水合并输尿管狭窄的24岁小吴实施机器人辅助肾盂输尿管成形术。至嘉定院区就诊前，小吴经多次手术未愈。此次手术突破黏连严重、狭窄段长、



术野局限等技术难点，术后小吴恢复良好。在随后的两周内，王先进副主任医师连续完成单孔机器人辅助前列腺癌根治术、肾部分切除术、肾上腺全切及部分切除术等6例高难度手术；潘隽玮副主任医师成功开展首例机器人辅助全膀胱切除术及尿道切除术。科室团队进一步拓展技术应用，覆盖泌尿外科多种常见复杂病种。

该手术系统的“蛇形臂”采用仿生学设计，具备360度多关节灵活旋转功能，可绕过人体复杂结构精准到达狭窄区域，搭配3D高清影像、动作缩放及震颤过滤，实现

高精度操作，极大提升手术安全性和恢复效率。邵远主任指出，这一系统特别适合泌尿外科如前列腺癌根治、肾部分切除、膀胱全切等复杂手术。

“国产单孔蛇形臂机器人手术的成功，是国产高端医疗装备的重要里程碑。”赵任副院长表示，我院嘉定院区作为国产机器人手术创新中心，已在普外科、泌尿外科及妇科实现突破，未来将推广至胸外科、耳鼻喉科等更多科室，持续拓展适应症范围，推动微创外科迈入新纪元。

□ 供稿 | 嘉定院区泌尿外科

MMC启动妊娠糖尿病多学科协作管理，守护母婴健康

3月6日，国家标准化代谢性疾病管理中心（MMC）在我院成功举办“MMC-妊娠糖尿病管理研讨会”。此次会议汇聚众多专家学者，正式宣布MMC针对妊娠期糖尿病患者的多学科协作管理方案将在MMC产科门诊启动，旨在提升母婴健康水平。

面对妊娠糖尿病发病率不断上升的挑战，MMC整合产科、内分泌科、营养科等多方力量，构建涵盖孕前检查、孕期监测、产后随访与新生儿营养护理的全链条管理体系。我院内分泌代谢科主

任王卫庆教授指出，依托先进技术与临床经验，MMC将为血糖异常孕妇提供精准、个性化服务，切实守护母婴安全。

会上，与会专家一致强调跨学科协作的重要性。首批试点将在全国十家MMC医院同步开设产科门诊，通过数据互联、资源共享，实现管理模式标准化。专家们也深入探讨了新生儿护理问题，认为其健康状况与母亲孕期管理密切相关，亟需制定科学合理的照护与营养方案。

研讨会还计划发布妊娠糖尿病管理

共识指南，融合国内外研究成果与临床经验，推动管理标准化。中国工程院院士、我院院长宁光表示，该指南将助力提升妊娠糖尿病管理水平，降低母婴并发症，为各级医疗机构提供重要参考。他强调：“母婴健康是‘健康中国’的基石。MMC的多学科协作与标准化建设，旨在让每一个新生命拥有更健康的起点。”

此次会议标志着MMC在妊娠糖尿病管理上的重要突破，未来将持续优化服务模式，为更多孕妇与家庭带来希望与健康。

□ 供稿 | MMC

全国首例新技术，这群医生在钥匙孔里『搭积木』

凌晨，42岁的章先生（化名）突然感到胸口一阵撕裂般的剧痛，吃了止痛药也无法缓解，坐立难安。辗转多家医院，他找到了我院心脏外科。

主动脉CTA检查结果显示为“主动脉夹层（DeBakey III型）”。章先生的血管内膜从胸主动脉撕裂到左髂总动脉，假腔如同“溃堤的洪水”，压垮了肠系膜上动脉、左肾动脉等关键分支。“就像一段年久失修的高速公路，突然塌方，还堵住了所有匝道出口。”心脏外科王哲主任医师形容，若不及时疏通“塌方段”，随时可能因血管破裂导致猝死。但传统手术需开胸、重建血管，创伤极大；而常规支架像“一根直钢管”，无法贴合弯曲的主动脉弓，更难以重建分支血管。经过一番评估，得到患者和家属同意后，赵强教授团队决定为章先生选择全新的“胸主模块化单分支支架（TBE）”技术，以微创方式实现“血管修复+分支重建”，打开生命通道。

一切就绪，在麻醉科、手术室配合下，在心脏外科赵强主任指导下，王哲主任医师、徐旖炜医生仅通过股动脉穿刺，为章先生顺利实施手术。手术团队首先通过股动脉插入导管“探路”定位，通过高清造影锁定血管“塌方区”，释放远端限制性支架“打地基”，稳固血管基础，防止夹层进一步撕裂；随后，团队小心翼翼导入并释放主体支架，支架近端紧密贴合主动脉弓小弯侧，严丝合缝架好“主梁”；紧接着导入并释放TBE分支支架，它与主体无缝衔接接好“支路”，自带肝素涂层可以降低血栓风险，抗折设计构造就像“弹簧”，即使血管扭曲成“麻花”，也能保持分支长期通畅。

术后造影和检查，章先生恢复良好，血管“交通网”完全重建，很快就出院了。“胸主模块化单分支支架（TBE）专为累及主动脉弓分支的复杂病变设计，如夹层、动脉瘤患者。”我院副院长、心脏外科赵强教授介绍。“虽然这种技术突破对医生的经验和团队配合提出了更高的要求，但为复杂主动脉弓病变患者提供了更安全、高效的新选择。用最好的手术技术，给患者带来最佳的服务，这是心脏外科始终秉持的初心。”赵强说。

□ 撰文 | 祁洁

不用开刀？七旬老人“无痕”击退肺部结节！

3月5日，我院胸外科成功完成一项特殊手术，73岁的张伯接受了名为“红袖刀”的冷冻消融技术治疗肺癌。张伯在半年前接受了左侧肺癌根治术，但右肺的9毫米磨玻璃结节仍需处理。由于左肺已经切除，再次传统手术风险较大，胸外科主任李鹤成提出了使用新技术的方案，避免了传统手术的创伤。

当天，李鹤成主任与韩丁培副主任

医师带领团队使用电磁导航支气管镜，沿着支气管的“天然隧道”精确定位结节。通过导航系统，冷冻探头成功到达结节位置并启动冷冻消融。探头在数秒内降至-150℃，通过冰球扩展作用，肿瘤细胞在极寒中被彻底破坏，完成了精准治疗。手术全程无创，无需开胸或穿刺。

“红袖刀”技术不仅通过冷冻消融直接杀死肿瘤细胞，还能激活患者的免疫

系统，帮助清除残余病灶。李鹤成主任指出，这项技术为部分早期肺癌患者提供了新的治疗选择，尤其适合那些无法耐受或拒绝外科手术的患者。然而，他也强调，肺结节的治疗需要量体裁衣，每种治疗方法有其适用范围，不能盲目追求新技术。张伯的治疗方案经过团队精确评估，确保了最佳疗效。

□ 撰文 | 李东

感染流感的肺部还会“发霉”？

52岁的朱先生因“胸闷气促7天”至外院就诊，诊断为甲流，但治疗无效，病情加重，紧急转至我院嘉定院区急诊就诊。入院时，朱先生病情危重，出现高热、急性呼吸衰竭、电解质紊乱和休克等症，急诊科主任陆一鸣立即决定将其收入重症监护室。患者体重近300斤，血压低至60/40mmHg，心跳150次/分，全身花斑，血糖22mmol/l，PH值6.9，呈现严重酸中毒和休克。

陈旭光主治医师迅速分析出患者危

重病情的关键点：糖尿病酮症酸中毒，感染性休克，甲型流感病毒性肺炎等，并针对性地启动目标导向性液体复苏，控制血糖，连续性血液肾脏替代治疗（CRRT），调节酸碱平衡等等综合治疗。同时进行脉搏指示连续心输出量监测（PICCO）和床旁心脏超声，监测心功能及指导液体复苏。

经治疗后，朱先生的酮症酸中毒、感染性休克有好转的迹象，但如何控制重症肺炎和急性呼吸衰竭等成为了主要矛盾。陆一鸣主任凭借丰富的临床经验，在

仔细分析病情和影像学检查后，高度怀疑朱先生可能合并侵袭性肺曲霉病感染，立即安排行床旁纤维支气管镜检查及肺泡灌洗液查病原体，终于揪出“真凶”：流感相关性肺曲霉病（IAPA），随后立刻针对该患者调整治疗方案，启动抗霉菌治疗。

在急诊重症监护室经过近1个月的治疗后，尽管朱先生有冠心病心肌梗死支架植入术史等多种基础疾病和不利因素，病情还是逐渐稳定并康复出院。

□ 撰文 | 汤一鸣 余洁

王老伯因声音嘶哑就诊，1个月前在当地医院做了电子喉镜检查，发现声带上长了一个肿物，初步诊断为良性肿物，于是做了经口支撑喉镜手术切除。然而，术后病理结果竟是喉癌，这让王老伯和家属深感担忧。由于王老伯合并严重冠心病并曾做过冠脉搭桥手术，他对是否需要再次手术充满疑虑。同时，网上得知喉癌手术需做气管切开，且部分患者术后可能无法说话，王老伯没有识字和写字能力，若失声，将极大影响生活。经多方咨询，

他们了解到我院耳鼻咽喉科向明亮主任可实施经口微创手术治疗喉癌，便立即前往就诊。

与此同时，48岁的李先生也因右侧咽喉部异物感未愈而来我院就诊。通过电子喉镜检查，发现其右侧咽喉部有新生生物，经活检确认是喉咽癌。李先生和家人得知病情后，对需要进行气管切开的手术十分焦虑。

经过全面检查后，向主任判断王老伯为早期喉癌，李先生为早期喉咽癌，两人

均可通过经口微创手术治疗根治肿瘤。向主任为王老伯采用激光进行喉癌根治术，为李先生则采用等离子技术进行喉咽癌根治术。两位患者术中未做气管切开，且未插胃管和导尿管，术后均能正常进食，术后第三天顺利出院，并无需放化疗。定期复查显示恢复良好。

在喉癌和喉咽癌患者中，早期病例约占30%。传统治疗方法包括根治性放化疗和颈外径路开放性切除手术。相比传统方法，早期喉癌和喉咽癌患者采用经口

微创手术（激光/等离子射频）具有明显优势。二氧化碳激光能够精确切除肿瘤，等离子射频则具有良好的止血效果，几乎无盲区，降低了复发风险，确保肿瘤彻底切除。此外，经口微创手术减少了传统手术的创伤，缩短了手术时间，降低术后并发症发生率，住院时间短，经济负担轻，患者的嗓音恢复较快，呼吸和吞咽功能不受显著影响，生活质量得到了较好的保障。

□ 撰文 | 张子晴



我院举行庆祝第115个国际劳动妇女节主题活动

3月6日，第115个国际劳动妇女节来临之际，我院以“瑞彩熠熠，善爱成金”为主题，在科教楼二楼报告厅举办庆祝活动。院领导、终身教授、各界嘉宾与百余名女性医护代表齐聚一堂，共同致敬这份“她力量”。

活动在旗袍社与诗歌社联袂演绎的诗朗诵《生命的织锦者》中拉开帷幕。院长宁光院士致辞称赞：“你们用专业治愈病痛，以

温度抚慰人心，患者的每一份信任都镌刻着你们的付出。家庭责任与社会使命的双重担当，让你们的光芒更加耀眼。在此诚挚感谢瑞金女同胞的付出！”面向未来，他期待与大家共同探索：如何在精湛医术之外，打造更多触手可及的温暖？或许是一杯热水、一口热饭、一方歇脚的“温馨之角”，让患者在瑞金不仅获得治疗，更感受到家的关怀。空间虽

小，但心意无界，如果能用你们独特的细腻体贴的态度，对待每一位患者、对待每一个家庭、对待您在医院面对的一切，医院就会更加安宁而幸福。

副院长邱力萍宣读女性奖项名单。院领导、终身教授与交大妇委会常务副主任张丹丹、交大医学院妇委会常务副主任诸海英、凡尘基金捐赠人孙敏分别为获奖者颁奖。

上海交通大学三八红旗手、皮肤科主任潘萌作为先进代表发言，分享了从医多年的成长感悟，“除疾救心，迎难求真”——愿每位女性都在自己的星辰大海中熠熠生辉！

党委书记胡伟国讲话，他表示女性不仅是“广博慈爱”精神的践行者，更是“向善、向上、向发展”理念的传递者。他代表医院男性医务工作者，向大家深深致谢：

“你们是医生、护士，也是女儿、妻子、母亲。愿你们在守护生命的同时，亦能照顾好自己，你们是瑞金珍贵的‘她力量’！”

活动尾声，凡尘瑞金最美女性获奖者代表共同献唱央视春晚曲目《世界赠予我的》。悠扬的歌声传递出对生命的热爱与对未来的期许，瑞金女性对医疗事业的热忱与追求永不停息。

□ 素材 | 妇委会

获奖名单

2024年度上海交通大学三八红旗集体

代谢病防控临床研究团队

2024年度上海交通大学三八红旗手

皮肤科 潘萌

2024年度上海交通大学医学院三八红旗手

党委办公室 吴蓓雯

2024年度黄浦最美巾帼奋斗者

乳腺疾病诊治中心 张男

2024年度凡尘瑞金最美女性

（按姓氏笔画排序）

手术室 王晓宁

神经外科 王蕾

工会 韦益敏

后勤保障处 李莉

灼伤整形科 刘琰

外派瑞金海南医院 陈伟红

嘉定院区医疗业务部 陈芸

广慈纪念医院 汤荟冬

皮肤科 曹华

嘉定院区呼吸与危重症医学科 程齐俭

2024年度凡尘瑞金最美女性提名奖

（按姓氏笔画排序）

检验科 丁秋兰

老年病科 于岚

远洋院区内分泌与代谢病科 沈亚萍

血液内科 汪靖

呼吸与危重症医学科 严天骊

消化内科 何相宜

妇产科 谷敏智

上海市伤骨科研究所 阮慧瞳

科技发展处 周志红

嘉定院区重症医学科 顾芸芬



我院国际医疗部与太平洋健康险达成深度合作，推出“线上诊疗+商保直付”一体化创新服务模式，实现三甲公立医院国际部互联网门诊与商业保险数据直连，首开公立医院互联网保险直付服务新篇章，为患者提供更高效、便捷的高品质就医体验。

□ 素材 | 国际医疗部



3月26日，“荣昶·医瑞同行”——瑞金“邝傅计划”、交医“荣昶-博医”卓越医学生培养计划学子交流会于我院顺利举行。百余人齐聚一堂，围绕职业规划、国际视野、医学领导力、人工智能等方面展开深度研讨，共绘医学教育与青年成长的未来蓝图。

□ 素材 | 临床医学院

无锡分院，6岁生日快乐！

3月26日，瑞金医院无锡分院建院六周年，六年的创新发展，无锡分院用“新瑞速度”，书写了一部扎根无锡、敢闯敢为的医院发展奋斗史。

技术平移，实力筑基。六年来，无锡分院以瑞金总院为坚实后盾，平移核心技术152项，白血病“上海方案”、重症胰腺炎瑞金诊疗路径等落地生根，让“家门口的瑞金”实至名归。“过去要坐高铁去上海挂专家号，现在家门口就能解决。”一位老患者的感慨，道出了技术平移的深意。

科研破冰，创新立标。六年来，无锡分院以瑞金总院为依托，获批国家胸痛中心认证，成功申报“江苏省博士后创新实践基地”，国家自然科学基金项目、国家重点研

发计划等科研项目实现“零的突破”，无锡分院用创新成果树立了事业发展的新高度。

信息赋能，服务焕新。六年来，无锡分院以智慧医疗为刃，打造互联网医院，引进AI辅助诊断系统，开通跨院“信息绿色通道”，让沪锡医疗无缝衔接；开设特色专科门诊，开展“一号管三天”服务，建立“一站式”服务中心，破解就医堵点，患者满意度得到显著提升。

资源下沉，健康可及。六年来，无锡分院以患者体验为尺，推动医疗资源下沉。“自从新瑞专家工作室入驻后，我再不用请假去市区排队了。”患者老李笑着说。医联体检验报告单上“新瑞医院”的印章，成了基层百姓的“定心丸”。□ 素材 | 无锡分院

“蓝小医”执公益之笔，绘善爱暖春

“这轮椅推得稳当，问候也暖心！”一位拄拐老人颤巍巍地道谢。清晨七点的瑞金二路，寒风裹挟着初春的凛冽，有一群“蓝衣天使”已穿梭于人流中：协助患者提拎行李、安全快速上下车，为腿脚不便患者提供公益轮椅，为患者提供导诊和咨询服务……他们是瑞金医院“蓝小医”迎宾导诊小分队。这样的场景，不过是“蓝小医”迎宾导诊小分队的日常一瞬。还有一群“蓝小医”啄木鸟分队利用休息时间穿梭于楼宇间，捡起一片纸屑、扶正歪斜的标识，将“环境整治”刻进每一处细节；清点雨伞、报修轮椅……公益物品的整齐排列，是医院给患者爱的无声拥抱。

“志愿服务并非一开始就一帆风顺。我们希望帮助所有‘蓝小医’克服害羞畏难等情绪，知道做什么服务，怎样做服务。”我院团委书记杨溢介绍，从克服青涩到精进技能，迎宾导诊小分队以“五个一”行动准则铸就服务底色，即拉一次车门、挽一把手臂、拎一件行李、送一句问候、指一条明路。将善意凝

于指尖，让温暖浸润细节，这也是“蓝小医”不变的宗旨。自2021年建党百年时正式成立，“蓝小医”至今已累积开展超过12000小时的志愿服务。今年瑞金公益年，服务再升级：迎宾导诊小分队织就就医“暖心网”，啄木鸟小分队守护环境“文明线”，公益服务小分队架起便民“连心桥”，在瑞金的晨昏中，开启善爱之心，从点滴公益开始，温暖生命的每一程。

“谢谢‘蓝小医’来看我，让我感受到家人般的温暖！”全国劳动模范、“七一勋章”获得者黄宝妹紧握“蓝小医”志愿者的手，连连表示感谢。自2024年起，我院与各区工会携手启动“劳模健康护航计划”，瑞金“蓝小医”青年志愿者与90岁以上全国劳模结对，高龄劳模的生命中多了一群“全天候的健康管家”。

“从为病人看病的专科医生，转变为全生命周期医疗健康支持的‘小管家’，怎样提高服务意识和服务能力，我们还在不断自学。”“蓝小医”青年服务队队长、肾脏内科

高琛妮医生讲道，从医疗咨询到全程陪诊，从住院关怀到出院随访，从健康档案到专属微信群，我们希望用四个“一”爱心服务，即一份劳模健康档案、一个专属微信群、一份志愿服务日志、一项全程就医护航为结对劳模提供最优质的服务，编织出一张温暖的守护网。

今年，这支队伍更将“医疗+人文”双维关怀推向纵深，让服务超越技术，成为心灵的抚慰，在陪伴和服务中表达敬意，用爱与专业守护劳模们的暮年安康。“蓝小医”们坦言：“他们的坚韧与奉献，教会我们何为真正的匠心。我们守护他们的健康，他们守护我们的精神。”这份双向奔赴的情谊，将劳模精神与医者善爱熔铸成永恒的勋章。

2025年瑞金公益年，全院“蓝小医”从晨光初露时的导诊到星夜值守时的关怀；从举手之劳，到点滴公益，用实践诠释着：公益不是高悬的明月，而是俯身时沾上的尘土；善爱不是嘴边的口号，而是紧握手传递的温度。

□ 撰文 | 祁洁

100例！这项公益救助，我们坚持了9年

“谢谢你们救了我孩子，你们救的不只是一个人，更是拯救了我们这个家，让我们看到了希望。”烧伤患儿小汐（化名）的父亲激动表示。小汐是我院与上海天使宝贝公益基金会共同救助的第100名意外伤害儿童。

3月7日，年仅两岁的小汐在玩耍时不小心跌落滚烫的开水中。我院灼伤整形科副主任医师原博接诊后发现孩子烫伤创面已经达

到深Ⅱ度、部分甚至接近Ⅲ度，病情危重。在他和医护团队不懈努力下，小汐得到有效救治，逐渐好转。更惊喜的是，家庭贫困的她在医院社工部的帮助下，顺利申请了上海天使宝贝公益基金会的帮扶项目，解决了燃眉之急。

9年来，我院携手上海天使宝贝公益基金会，已帮助了100个像小汐这样家庭困难的烧伤患儿重获健康，其中51人接受入

院急救，49人完成瘢痕整形手术，均恢复良好。同时，医院设立的“广聚善爱”振益患者援助基金下设救助专项19项，目前累计资助困难患者已超千万元，为许许多多困难家庭带去希望的曙光。交流现场，双方就新阶段合作意向进行了探讨，将携手为更多意外伤害儿童的健康成长保驾护航。

□ 素材 | 社工部



起猛了！一站起来头晕怎么办

体位性低血压，是一种很多人都经历过的“小毛病”，但又往往不被重视。你可能没有听说过这个词，但如果你在猛地起身时眼前一黑、头晕得像坐过山车，那你已经和体位性低血压打过交道了！

体位性低血压，又被称为“直立性低血压”。当我们突然站立时，重力将血液“拽”向下半身，导致上半身（特别是大脑）暂时出现缺血的情况。导致血压骤降，引起头晕、眼前发黑，甚至有时会直接晕倒。

为什么会发生体位性低血压？

1. 血液循环的问题：当血液循环系统运转不畅，比如血容量不足，血压调节自然会受到影响。血液循环差的人往往会出现起身后血压低，导致体位性低血压。
2. 血管弹性问题：随着年龄的增长，血管弹性逐渐减弱，对血压的调节变得迟钝。此外，一些慢性病比如糖尿病、高血压，可能导致自主神经功能失调，使血管无法快速适应姿势的变化。
3. 药物因素：有些药物会引起体位性低血压，比如降压药、利尿剂和抗抑郁药。这些药物可能会抑制心率或扩张血管，使血压更难以迅速调整。

迅速调整。

体位性低血压的表现

体位改变时：如蹲一站，坐一站，卧一站，起身时会突然感到头晕，甚至感觉眼前有小星星。

心慌因为血压骤降，心跳加速以补偿血液循环，导致患者出现心慌的感觉。

眼前发黑：是一种因为脑部暂时性供血不足导致的现象。

晕倒：当体位性低血压严重时，可能会导致直接昏厥，跌倒在地。

体位性低血压的诊断

医生会让患者从平躺位置迅速站立，通过连续测量血压，观察血压变化情况。

如果站立1~3分钟后收缩压下降至少20毫米汞柱（mmHg）或舒张压下降至少10毫米汞柱（mmHg），即可以判断为体位性低血压。

预防和治疗

1. 慢慢起身：不要一骨碌地从床上或椅子上站起来，试着先在坐姿或半坐姿停留一会儿，再慢慢起身。
2. 保持水分充足：多喝水可以

增加血容量，减少体位性低血压的发生。

3. 增加盐分摄入：盐分可以帮助身体保持水分，从而增加血容量。但高血压患者需在医生指导下进行。

4. 穿弹力袜：弹力袜可以帮助防止血液滞留在下肢，有效提高血压稳定性。

在站立症状开始时可以采用一些物理反压操作：交叉手臂和腿时绷紧下半身肌肉，将腿抬高到椅子上和下蹲等，都可以增加静脉回心血量并升高血压。

尽量避免在炎热环境下站立过久，避免饮酒，因为这些因素会使血管扩张，加重体位性低血压的症状。

另外，过于激烈的运动、剧烈的情绪波动也可能诱发症状。

急救措施

切忌不要突然坐起或者站起，应该缓慢、逐渐过渡体位，一旦出现，立即平卧，抬高下肢。

体位性低血压听起来似乎只是起身一瞬间的“小毛病”，但它可能带来的后果不容小觑。

早发现、早预防、早治疗才是对待体位性低血压的最佳态度。

□重症医学科 | 武佐君



如何科学战“痘”

青春期的你，是不是正和脸上的“小痘痘”斗智斗勇？别担心，你不是一个人在战斗！青春痘，这个让人又爱又恨的“青春印记”，其实并不可怕。

青春痘，也就是所谓的“痤疮”，是一种累及毛囊皮脂腺的慢性炎症，好发在皮脂分泌比较旺盛的部位，如面部、胸部、背部，一般是青春期多见。青春痘造成的皮损通常可分为炎症性和非炎症性两类。其中，炎症性皮损主要表现为丘疹、脓疱、结节和囊肿，非炎症性皮损主要指的是粉刺，后者可分为闭合性和开放性的粉刺。

为什么会长青春痘？

1. 油脂分泌过多：青春期时，雄性激素水平增高，导致皮脂腺增大、油脂分泌增加。皮脂排出不畅时，会堵塞毛囊口，形成粉刺，并诱发炎症反应。
2. 毛囊皮脂腺导管角化异常：毛囊皮脂腺导管角化过度会导致管口变小、狭窄或堵塞，影响皮脂的正常排出，进一步加重痤疮的发生。
3. 细菌感染：皮脂在痤疮丙酸杆菌等微生物的作用下，会发生水解反应，产生游离脂肪酸，刺激产生毛囊及毛囊周围炎。
4. 炎症反应：在炎症介质等的作用下出现炎症反应。
5. 其他因素：高糖、高脂、乳制品饮食，不正确的皮肤护理，彩妆，日晒，不良情绪，熬夜等均是痤疮的诱发因素。

青春痘如何治疗？

1. 外用药物：如维甲酸类（维A酸软膏等）、过氧化苯甲酰凝胶、抗生素软膏（克林霉素凝胶）等。这些药物能够溶解粉刺、抑制微生物生长、减轻炎症反应。
2. 口服药物：对于中重度痤疮，可选用抗生素（如米诺环素、多西环素等）、维甲酸类（如异维A酸）及激素治疗。但需注意，口服药物需在医生指导下使用，并注意其可能的不良反应。
3. 物理与化学治疗：包括针清、化学焕肤（刷酸）、光子嫩肤、点阵激光、黄金微针等。可以改善粉刺，炎性丘疹，红色、黑色痘印，痘坑、痤疮疤痕等。

首先是刷酸，主要是水杨酸和果酸。刷酸通过降低角质形成细胞的粘着性、加速表皮细胞脱落与更新、刺激真皮胶原合成和组织修复，控制油脂分泌，改善炎性丘疹和粉刺，减轻痘印，缩小毛孔，最终可在减少痤疮皮损的同时改善皮肤质地。

其次，我们可以用强脉冲光，即光子嫩肤来达到改善红色黑色痘印，控油，治疗痤疮的疗效。

再次，针对毛孔粗大和痘坑，我们可以选择黄金微针、CO2点阵激光等手段来改善。通过点阵模式的能量，磨削表皮，刺激真皮胶原增生从而达到疗效。

以上的治疗方法医生会根据痤疮的皮损形态、严重程度、结合患者的诉求，联合或者序贯治疗。

健康习惯

日常生活中要保持良好的生活习惯。要保持营养均衡，充足的睡眠，良好的心态。每日用温水洗脸2次，选择温和的洁面产品。避免使用碱性强的肥皂和油脂类、粉类护肤品。还有，不要用手挤痘痘，避免留疤。

青春痘并不是成长过程中必须忍受的“痛苦”，只要采取科学的管理方法，就能让皮肤少走弯路。早期发现、早期治疗很重要。及时规范的诊治，可以避免或减少皮肤感染留下的色素和瘢痕。

□皮肤科 | 陈小英

助听器怎么选，一文读懂



随着社会老龄化和噪音污染的影响，耳聋的患者越来越多，助听器作为“耳聋神器”，也被广泛关注着。网上一搜助听器，跳出来了许许多多形形色色的词条，让人眼花缭乱。

目前，我国市场上的助听器主要有挂线盒式助听器、耳背式助听器、耳内式助听器、耳道式助听器、完全耳道式助听器等类型。

1、挂线盒式助听器：

优点：功率大、价格低。

缺点：由于有一根耳机线与其盒体相连，不便于佩戴者进行大幅度的运动。

2、耳背式助听器：

优点：携带方便、功率多样、价格适中等优点。

缺点：必须挂在佩戴者的耳背上使用。

3、耳内式助听器：

优点：是一种微型助听器，可

放入佩戴者的耳甲腔（耳廓与外耳道接壤的平台区域）或外耳道内使用。

缺点：容易产生声反馈（俗称助听器啸叫）、隐蔽性不强。

4、耳道式助听器：

优点：比耳内式助听器的体积更为小巧，可放入佩戴者的外耳道内使用，且不易产生声反馈。

5、完全耳道式助听器：

优点：是一种隐形助听器，可放入佩戴者的外耳道内使用。

缺点：价格比较昂贵。

耳内式助听器、耳道式助听器和完全耳道式助听器又叫做定制型助听器（佩戴者可根据自己耳道的形态定制机身），具有密封性好、佩戴方便、声音清晰、不影响佩戴者活动等优点，是助听器中的较好选择。

使用助听器会越戴越聋是误

区！对于听力损失的患者，使用助听器并不会越戴越聋。老年性耳聋患者听力进行性下降与是否使用助听器并无关系。但不使用助听器，会导致听觉功能、言语理解能力和大脑功能减退则是肯定的。所以一旦发现听力下降，就要尽早使用助听器，以维持听觉功能和大脑言语中枢的功能。

助听器一定要到医院耳鼻喉科及专业听力机构验配。验配师会在检查、评估后为您选择合适的助听器，并做好调试及复诊。如果贸然去网上买，可能会买到不合适、不正规的助听器，从而导致钱花了，听力反而下降了的不良后果。

当耳聋出现时，我们要予以重视，及时就诊，尽早干预，必要时选择合适自己的助听器进行佩戴，以免造成更严重的后果。

□嘉定院区5B病区 | 顾婧怡 俞黎

春分至，养生黄金期这样做就对了！

春分这一天太阳直射地球赤道，南北半球季节相反，北半球是春分，在南半球来说就是秋分。古言云：“春分者，阴阳相半也，故昼夜均而寒暑平”。中医认为在春分时节正是调理体内阴阳平衡，协调机体功能的重要时机，因此我们要注意餐饮，防病治病，把握好养生的好时机。

春季重在养肝

传统中医理论认为，春季是肝病的高发季节，需要注意养肝，协调肝的阴阳平衡。甘味食物能补肝益肾，如枸杞、核桃、花生、大枣、桂圆等，菊花茶、薄荷水能起到清除肝热的作用。而酒会伤肝，春季不宜多饮酒。

每个季节都有符合其气候条件而生长的时令菜，得天地之精气，营养价值高。吃有养阳功效的韭菜，可增强人体脾胃之气；豆芽、豆苗、莴苣等食材，有助于活化身体生长机能；而食用桑椹、樱桃、草莓等营养丰富的晚春水果，则能润肺生津，滋补养肝。

为什么会“春困”？

“春困”不是病，但也会影响人们日常的学习和工作。春困主要是由于气温回升，血液循环加快，大脑的血液和氧气供应相对减少，因而人们就会产生懒洋洋、无精打采的感觉。

此外，缺乏维生素B族与饮食过量也是

诱发“春困”的重要原因。所以饮食上不能吃得过饱，影响气血运行。

头部按摩利于健康

《黄帝内经素问》的“脉要精微论”称：“头者，精明之府”，头部不但穴位丰富，而且是人体经络汇集的重要部位，“五脏六腑之精气皆上注于头面”。

研究表明，梳头时梳齿与头发的频繁接触摩擦，头皮末梢神经受到刺激后可产生电感应，通过大脑皮层，使头部神经得到舒展和松弛，有利于中枢神经的调节，能加速血液循环，改善和增强头皮及脑细胞的血氧供应，消除大脑疲劳，增强脑功能，使人思维敏捷，记忆力增强，从而延缓大脑衰老。因

此，春季早起时适当梳梳头，刺激头部诸多经穴，能让体内阳气升发舒畅，令气血流通，使人神清气爽。

适当运动保证睡眠

在思想上要保持轻松愉快，乐观向上的精神状态。在起居方面要坚持适当锻炼，保持正常睡眠时间。

春分天气状态不稳定，早晚气温偏低，对于长期处于高强度工作状态和高压力状态下的“亚健康人群”，要注意防范未来可能出现的“未病”。如尽量少到人群密集的场所，注意温差增减衣物，可利用居住环境进行简单的健身运动。

□中医科 | 应海峰