



仁爱 敬业

务实 创新

嘉兴一院

院报



“健康嘉兴”微信平台

jxdyyy20082937
嘉兴市第一医院微信公众号

2021年3月 第3期

(总第102期)

主办单位:嘉兴市第一医院 地址:嘉兴市中环南路1882号 总机:0573-82082937,82519999 门诊预约电话:0573-82153018 医院地址:www.jxdyyy.com E-mail:wmyy2004@163.com

“奋斗百年路 健康中国行”专列,早春三月从嘉兴始发

在纪念中国共产党成立100周年诞辰,全党正在开展党史学习教育的重要时刻,在这春意盎然的初春时节,3月5-7日,由中华医学会健康管理学分会、中国健康促进基金会、中华预防医学会卫生保健分会主办,浙江省医学会健康管理学分会、嘉兴市医学会健康管理学分会、浙江清华长三角研究院职业健康与社区卫生研究中心联合承办的“奋斗百年路 健康中国行——纪念中国共产党成立100周年系列活动”在中国共产党诞生地——嘉兴,首站启动。

以“星火传承百年华诞,砥砺前行铸千秋伟业”为主题,3月5日下午,在中华医学会健康管理学分会主委郭清教授的引领下,来自全国健康管理界的百名中共党员齐聚嘉兴南湖革命纪念馆,重温入党誓词、聆听党史、瞻仰革命红船,拉开了本次活动的序幕。

3月6日上午,“奋斗百年路 健康中国行——纪念中国共产党成立100周年系列活动”开幕式在嘉兴龙之梦酒店举行。

中共嘉兴市委常委、宣传部部长祝亚伟,嘉兴市卫生健康委党委书记、主任王伟,中华医学会健康管理学分会主任委员、中华预防医学会卫生保健分会主任委员郭清,中华医学会健康管理学分会候任主任委员刘玉萍,中华医学会健康管理学分会的多名副主任委员、常委、顾问专家,嘉兴市医学会健康管理学分会主任委员、我院党委书记钱钢,清华大学生命科学院副院长、浙江清华长三角研究院生物医药研究所所长张荣庆等出席。开幕式由中国健康促进基金会常务副



理事长兼秘书长、原军事医学科学院副院长徐御古主持。来自全国各地的100多名健康管理专家参会。

嘉兴市委常委、宣传部部长祝亚伟,中华医学会健康管理学分会主委郭清教授分别致辞。中国健康促进基金会终身荣誉理事长、中华医学会健康管理学分会终身荣誉主任委员白书忠教授发来祝贺视频。

会议邀请了浙江红船干部学院副院长、中共嘉兴市委党校副校长徐进林作“一大‘南湖会议’与党的创建”党史讲座。跨度两天的会议专题报告,由来自全国的专家围绕健康管理学科建设、理念转变、临床实践、产学研发展等进行精彩讲座,并展开深度探讨交流。

3月7日,在本次大会午休期间,嘉兴市医学会健康管理学分会以此为契机,召开了年度工作

会议。嘉兴市医学会秘书长陈林华主持健康管理学分会委员增补、选举常委及补选副主委。

嘉兴市医学会健康管理学分会主任委员钱钢作2020年度分会工作总结,并以本次“奋斗百年路 健康中国行”大会精神为指引,组织研讨部署2021年分会工作的开创性推进。

钱钢表示,“奋斗百年路 健康中国行——纪念中国共产党成立100周年系列活动”的首站放在嘉兴,对于承办方之一嘉兴市医学会健康管理学分会及承担了主要会务工作的嘉兴市第一医院来说,是一个极大的鼓舞,也对下一步工作起到了积极的推动作用。自2016年8月习近平总书记在全国卫生与健康大会上指出“要把人民健康放在优先发展的战略地位”“要为群众提供全方位全周期健康服务”,到《“健康中国2030”规划纲要》出台,再到党的十九大提出实施健康中国战略,十九届五中全会提出了“全面推进健康中国建设”的重大任务,一系列举措让“没有全民健康就没有全面小康”的理念深入人心。嘉兴市委市政府提出,嘉兴要“打造健康中国样板地”,对于嘉兴市医学会健康管理学分会来说,使命光荣、责任重大、任务艰巨。如今,在政策的支持下,嘉兴正通过建立健康管理的专业队伍,推进全民健康素养的提升,让“每个人是自己健康第一责任人”的理念得到普及。同时,通过完善分级诊疗体系,提升基层力量,构建强大的基层医疗保障体系等举措,为“健康嘉兴”建设打下坚实基础。

嘉兴学院党委来院调研党风廉政与清廉医院建设相关工作

3月11日下午,嘉兴学院党委委员、纪委书记、省监委驻嘉兴学院监察专员陈新友,党委书记、副校长张琦,纪委副书记、纪检监察室主任黄金球等领导一行来我院开展党风廉政及清廉医院建设相关工作调研。我院党委书记钱钢,副书记、院长姚明,党委委员、纪委书记、副院长王正安,党委委员、副院长周清河及党政综合办、党建工作部、纪检监察室、科研与学科建设部、教学培训部负责人参会。

会上,纪委书记王正安作医院党风廉政及清廉医院建设工作汇报。

院长姚明介绍当前医院在三级公立医院绩效考核中的相关情况,医院全面高质量发展面临的新

形势和困难,以及二期工程推进情况等。

党委书记钱钢介绍了实行党委领导下的院长负责制以来,医院加强党建工作相关情况,包括完善组织架构、探索党支部参与科室管理、打造党建品牌等及2021年医院党建工作思路。

嘉兴学院副校长张琦肯定了附属医院党风廉政建设工作有特色、有亮点。也简要介绍了国家对高校分级分类考核中关于党建工作的相关要求,强调作为附属医院,除了加强教学工作外,也要更加关注“立德树人”教育。

嘉兴学院纪委书记陈新友肯定附属医院在党风廉政及清廉医院建设方面作出的努力,也希

望进一步加强院校对接、信息互通。同时对附属医院相关工作提出三点要求:一要高起点做好“十四五”规划,创有特色的、善创新的一流应用型综合大学附属医院;二要高标准抓好巡视巡查问题的整改;三要高水平展现开局之年的工作新气象,提升“政治三力”,全面落实从严治党的政治责任,强化政治监督,推进清廉医院建设的落实落地等。

钱钢表示,院党委将继续全面压实从严治党的政治责任,充分发挥基层党组织的战斗堡垒作用和党员的先锋模范作用,切实以党建引领医院高质量发展,抓实抓牢各项工作,朝着优秀大学附属医院的目標不断努力。

我院医疗分组及医疗组长遴选工作圆满结束

为进一步贯彻公立医院改革、国家三级公立医院绩效考核的目标要求,推动医院高质量发展,尤其是医疗核心工作整体能力与水平的提升,我院启动新一轮临床医疗组设置与医疗组长遴选工作。

截至3月2日,我院2021年医疗分组及医疗组长遴选圆满结束。共有各临床科室146人报名参选,最终产生医疗分组112组,医疗组长124名。

通过前期充分的认证以及调研,本次医疗分组及组长认定工作,首次将医疗能力与效率控费、教学能力、科研能力、管理能力等多项指标综合评定。对于完成医院的各项医疗工作,实现医院高质量发展目标起着至关重要的作用。

据悉,医疗组长遴选工作在2017年医

疗分组规定的基础上,重新制定医疗分组及医疗组长遴选办法,充分考虑新形势下医院高质量发展要求,医疗组及医疗组长在完成医疗任务的同时,也要完成科研、教学、管理等方面的任务。要向医教研管四个方面的综合能力发展,真正把德才兼备、认真负责、能干肯干的业务骨干遴选认定为医疗组长。

以“突破”为今年关键词,我院将深入实施“腾飞计划”,全力打造学科高地。本次医疗组长遴选工作的圆满完成,将对提升学科临床水平与学术地位,力争省级重点学科和重点实验室有突破,国家自然科学基金项目(面上项目)有突破,省部级科研成果奖励档次有突破,高层次学科带头人引进有突破起到积极推动作用。

“长三角名医馆”正式启用

为进一步积极推进融入长三角一体化步伐,切实对接优质医疗资源落地,3月9日上午,我院“长三角名医馆”正式启用。

嘉兴市卫生健康委副主任李金大,院党委书记钱钢,院长姚明,副院长李平扬,来自沪杭的五位知名专家出席揭牌仪式,医务部、护理部等相关科室负责人参加。

院长姚明致辞。他表示,医院一直高度重视融入长三角一体化工作,在市卫生健康委的正确领导下,抢抓发展机遇,积极开展和落实融入长三角一体化战略的各项举措,努力打造融入长三角一体化发展示范单位。当前接轨沪杭基本实现全科全覆盖,医院学科建设和综合实力得到快速发展,百姓就医获得感得到提升。长三角名医馆是医院今年践行融入长三角一体化战略的重要举措,以此为契机,医院将进一步加强与国内知名医院、专家的对接,深化MDT多学科会诊模式,同时积极培育院内名医队伍,全方位、多维度满足嘉兴百姓的不同层次的健康需求。

市卫生健康委副主任李金大代表市卫生健康委对长三角名医馆的正式启用表示祝贺,感谢各位沪杭专家教授长期以来对嘉兴医疗卫生事业的帮助和支持。他指出,医院要以此为契机,不断拓展与长三角知名医院合作的深度和广度,加快推进MDT远程会诊,加强交流、补齐短板,不断提升综合诊疗水平和服务能力,更好地为嘉兴百姓健康谋福利,让群众享受到“名医到嘉”的便捷服务,

打造长三角地方医疗卫生协同发展的典范。

梅长林教授(上海长征医院肾内科)、王林辉教授(上海海医院泌尿外科),市卫健委副主任李金大、医政医管处副处长陆小波,院党委书记钱钢、院长姚明共同为名医馆揭牌。

揭牌仪式后,在门诊管理办公室主任杨林斌引导下,专家教授及领导共同参观名医馆。当天,梅长林教授、王林辉教授、傅小龙教授(上海胸科医院放疗科)、周华博士(浙江大学医学院附属第一医院呼吸科)、冯刚博士(浙江大学医学院附属第二医院骨科)5位专家及王宏智(风湿免疫科)、杨新妹(肿瘤内科)、黄菊明(神经内科)3位本院专家首发坐诊长三角名医馆。

“手机上挂个号就行,也不用跑到上海去,方便不说,专家和服务都提高了一个档次!”前来就诊的刘大爷(化名)称赞道。

“长三角名医馆”的建立旨在集聚名专家,扩大品牌影响,进一步推进医院与长三角名院、名专家的密切合作。此后,我院也将继续深化融入长三角一体化,通过“引进来、走出去”,借助上级医院优质医疗资源,培养一支带不走的专家队伍。不仅让嘉兴群众就近享受到便捷、优质的名医资源,更切实提升医院综合救治能力,更好地服务当地乃至周边地区群众,为群众健康保驾护航。

校对:严晓文

研究型医院学会成立并举办2021年医院发展论坛

2021年,是中国共产党成立100周年,也是“十四五”规划的开局之年。为全面贯彻“一切为了人民健康”的初心使命,适应新时代卫生健康事业发展要求,3月13日,由我院牵头,嘉兴市第二医院、嘉兴市中医医院、嘉兴市妇幼保健院等全市30家各级医疗机构,80名会员参加的研究型医院学会,经嘉兴市科学技术协会批复同意、市民政局批准,正式成立,在嘉兴市晶晖酒店召开学会首届大会,并主办了2021年医院发展论坛,这也是全国首家地市级研究型医院学会。

在嘉兴市研究型医院学会成立大会上,国家卫生健康委医管中心医患体验研究基地、中国研究型医院学会医患体验管理与评价专委会委员李展飞作《嘉兴市研究型医院学会筹备工作报告》,他指出:研究型医院是以新的医学知识和新的医疗技术的产生与传播为使命,坚持临床和科研并举,在自主创新中不断催生高层次人才和

高水平成果,推动临床诊疗水平持续提高。本次嘉兴市研究型医院学会的成立,为地市级研究型医院学会成立提供了组织依靠和发展方向,对深化医疗改革,创新发展现代化医院管理和研究型医院的建设都有长远的推动作用,对提高人民健康水平,提升群众就医满意度、幸福感和获得感有着深远的意义。

大会选举产生了嘉兴市研究型医院学会首届理事会理事、常务理事名单,我院院长姚明当选首届嘉兴市研究型医院学会会长,李展飞为常务副会长,刘杰(嘉兴市中医医院副院长)、汤焕亮(嘉兴市第一医院副院长)、许胜峰(嘉兴市妇幼保健院副院长)、韩炳江(嘉兴市第二医院副院长)为副会长,汤焕亮兼秘书长,并聘请中国研究型医院学会副会长刘希华等9人为嘉兴市研究型医院学会顾问。

上午10点,嘉兴市研究型医院学会第一届第一次会员大会正式举行。浙江省卫生健康委医政医管与药物政策处副处长陆海军,嘉兴市卫生健康委党委书记、主任王伟,嘉兴市卫生健康委党委委员、副主任李金大,嘉兴学院副校长张琦,中国研究型医院学会、国家卫健委医患体验研究基地、武汉大学医院管理研究所

等领导,嘉兴市科学技术协会秘书长、学会部部长曹阿超,我院党委书记钱钢,嘉兴市民政局社会组织管理局局长钱熠,嘉兴市医学会秘书长陈林华,以及来自全国各医院的多名管理专家出席。

中国研究型医院学会副会长、浙江大学医学院附属第一医院党委书记梁波发来贺信。中国工程院院士、医学博士、清华大学教授董家鸿,中国工程院院士、一级教授、博士生导师廖万清分别来视频致辞。

来自全国的9位专家分别就相关热点问题作专题报告,传授先进管理理念和方法,嘉兴市各级医疗机构管理人员近300人参与听课,为今后医院全面高质量发展指明了方向。

未来,嘉兴市研究型医院学会将通过强化、宣传转化医学发展的理念、建立医院的交流平台、开展研究型医院的创建活动、培养研究人才队伍、培养转化医学管理人才等方面,助推本市各级医院进一步深化改革,综合提升区域内医院的整体医疗服务质量与技术水平,朝着医院治理体系现代化不断迈进。

国产单孔机器人首例外科手术在我院完成



3月9日,由上海长海医院泌尿外科主任暨嘉善市泌尿外科名誉主任王林辉教授主刀,我院泌尿外科主任何屹主任医师担任助手,江苏省中医院单孔腹腔镜专家朱清毅教授团队协助,在我院手术麻醉团队的紧密配合下,成功完成了国内首台完全自主知识产权的国产单孔机器人首例泌尿外科手术。术后患者恢复顺利,并于3月12日下午出院。

68岁的患者邵先生(化名)因体检发现PSA(前列腺特异性抗原)升高,到医院检查诊断为前列腺癌,为求进一步诊治和手术,来到我院泌尿外科。专家组进行详细会诊和术前充分讨论,并经患者及家属知情同意,决定使用自主研发的单孔腹腔镜手术机器人实施

纯单孔下的机器人前列腺根治术。手术前,何屹主任医师及手术麻醉团队反复演练,熟练掌握每项操作步骤,并详细制定术中应急预案。医院成立围手术保障团队全力支持,经过细致周密的前期准备,确保了整台手术顺利、安全、高质量完成。

在泌尿外科的手术中,前列腺根治术属于比较复杂的手术之一,不仅手术过程步骤多,操作精细程度要求高,既要彻底切除肿瘤,又要保留好患者的排尿功能和性功能。“在完整切除前列腺及肿瘤后,需要将膀胱和尿道残端进行吻合,在狭小的男性盆腔内进行如此精细的操作和缝合,对外科技术是很大的挑战。”王林辉教授说。术后尿失禁也正是由于尿道

周围肌群和神经的损伤才出现的并发症,而利用此台单孔腹腔镜手术机器人,也为解决这一难题迈出了新的一步。

手术中,王林辉教授远程操作,机器人挥舞着“连续体蛇形手术操作臂”,通过患者腹部一个3厘米的小切口,将单孔机器人特有的“连续体蛇形手术执行臂”进入了患者腹腔内,机器人在狭小的手术区域内灵活自如,精准地对病变前列腺进行分离、切除,然后进行尿吻合、重建,最终干净利落地完成了前列腺根治术。据悉,这是国内首例具有完全自主知识产权的、真正意义上的纯单孔机器人完成的外科手术,标志着国产手术机器人技术有了新的突破。

手术过程顺利,术后第一天邵先生就能下床活动,开始进食,三天后顺利出院。邵先生在出院前也表达了他的喜悦之情,祝愿医学科技发展造福更多的患者。

近年来,作为世界外科学最前沿微创技术之一,机器人手术为广大患者带来更精准、更小创伤、更快恢复的治疗体验。我院泌尿外科自2013年起开展接轨沪杭工作以来,得到上级专家团队的指导帮助,在医、教、研、管一体的学科建设上取得了长足进步。

“此次国内首台完全自主知识产权的国产单孔机器人首例外科手术在本院获得成功,也标志着我院泌尿外科融入长三角一体化发展取得重大的历史突破。”何屹主任说。

正确面对肾病 过精彩人生

3月11日是第十六个世界肾脏日,为提高全社会对慢性肾脏病的认识,帮助患者积极面对肾病,拥有更高的生活质量,我院肾内科联合神经内科、内分泌科和心血管内科开展“世界肾脏日”义诊活动。

义诊活动中,我院的医护人员不仅为前来参加义诊的市民答疑解惑,还提供血压、血糖测量以及用药指导和健康宣教等服务。

慢性肾脏病已经成为威胁人类健康的主要疾病之一,在我国,其致残致死率增速位居慢性病之首,患病人数已经过亿。因此,提高全社会对慢性肾脏病的认识刻不容缓。

慢性肾脏病患者尤其是中、晚期肾脏病患者,其日常生活及生活质量会受到不同程度的影响。“今年的主题是‘积极面对肾病,共享精彩人生’,目的就是告诉慢性肾脏病患者,尤其是中、晚期肾脏病患者,在得到系统的治疗下,仍然可以拥有较好的生活质量,享有精彩人生。”肾内科副主任吴恒兰副主任医师指出,广大慢性肾脏病患者要树立正确心态,积极面对疾病,学会与之共处;配合医护,遵照医嘱,形成合力;同时还要适当运动,监测血压血糖,避免乱吃药。

简讯

▲2月26日,嘉一“新冠”科技应急攻关重点项目通过验收(科研与学科建设部)

▲2月27日,我院在报告厅举行2020届住培学员结业典礼。(教学培训部)

▲3月5日上午,复旦大学附属中山医院长三角感染控制联盟嘉兴分中心在我院成立。(感控与公共卫生部)

▲3月15日,在首届浙江省护理创新大赛上,我院6个项目(人员)从近400个选手(团队)的500多个参赛项目和评选对象中脱颖而出,分获创新培育类项目三等奖、护理创新人才奖、创新转化类优秀奖参赛奖。(护理部)

▲3月中旬,在市委组织部、市委宣传部、市委直属机关工委和市委老干部局开展的离退休干部“百年百佳”培育和选树活动中,我院“夕阳红”志愿服务队荣获双十佳“红船银晖”志愿服务队,退休1党支部荣获优秀“红船银晖”党支部,退休3党支部沈林斌同志荣获优秀“红船银晖”最美志愿者。(党建工作部)

▲3月27日上午,由医院感控与公共卫生部主办的“健康嘉一智慧科普——2021年健康科普讲师能力提升培训班”在学术报告厅举行(感控与公共卫生部)

全省首家! 我院智能减免无偿献血者诊查费用

“真的吗?我都没注意到”。3月18日,第一位享受到“智能减免无偿献血者诊疗费用”服务项目的徐先生惊讶地表示,“虽然知道累计献血4000毫升到医院看病有减免挂号费的政策,但没想到不用出示献血证件,医院就已经直接帮我减免了。”

据悉,我院于3月18日正式上线“智能减免无偿献血者诊疗费用”服务项目,收费系统通过后台数据分析,“自动”为符合条件的患者(持

献血荣誉证书即累计献血达4000毫升及以上者)减免普通门诊诊查费。

医院信息技术部副主任董轶介绍,“智能减免无偿献血者诊疗费用”是在一站式“用血直免”的基础上再开发,进一步落实“用血服务不用跑”的一项便民举措。”

以往持献血荣誉证书的患者,如需减免门诊诊查费,要在挂号前,主动到医院门诊挂号窗口出示相关证件,由工作人员进行认证后手动减

免。

“智能减免无偿献血者诊疗费用”上线后,医院依托浙江血液云平台,实时共享全省献血荣誉证书获得者名库,在其就诊时,信息系统自动读取匹配信息,为符合条件者智能减免门诊诊查费,真正做到“让数据多跑路,让患者少跑腿”,这也是我院作为公立医院响应献血“三免”政策的一项实措。

胃里长肿瘤,专家隧道内镜下“挖地雷”

“挖地雷”大家都不陌生,但在胃里面“挖地雷”,您听说过吗?

3月6日,我院消化内科首席专家冀子中主任医师成功完成一例隧道内镜下胃肿瘤切除术。这种技术可形象地比喻为在胃里面“挖地雷”。

今年58岁的王阿姨(化名),因腹部不适到我院进行胃镜检查,无意间发现了胃黏膜下肿物,这可让她犯了愁——传统的外科手术需要在王阿姨肚子上开刀,创伤大,恢复慢。有没有什么更好的办法能够解决呢?

在了解到王阿姨的担忧后,冀子中主任医

师建议其行STER(Submucosal Tunneling Endoscopic Resection)技术。

STER即经内镜黏膜下隧道肿瘤切除术,这是消化科一项微创操作技术,为内镜黏膜下剥离术(ESD)的衍生技术。通过内镜微创技术,在食管或胃表层(黏膜)开一个“小口”,沿食管或胃夹层(黏膜下层)开辟一条黏膜下隧道,并在内镜直视下切除黏膜下病变,再用金属夹缝合黏膜层切口。STER既能完整切除肿瘤,又能保持消化道的完整性,降低了术后消化道瘘和胸腔感染继发感染的概率,具有安全、微创、恢复快、并发症少等优点。

标记、建立隧道、剥离瘤体、创面止血、关闭隧道开口,术中冀子中主任团队精细操作、有条不紊,术后王阿姨恢复良好,目前已顺利出院。

作为省市共建医学重点学科,我院消化内科在本地区率先开展内镜黏膜切除术(EMR)、内镜下黏膜剥离术(ESD)等内镜微创技术,至今已积累十余年的丰富经验。此次STER的成功开展,又一次填补技术空白,也标志着消化内科的内镜治疗水平迈上新台阶。

视频“面对面”,线上“看”名医

在互联网+医疗时代,远程会诊不再那么陌生,患者不用搭乘交通工具,就能实现与千里之外的名医进行面对面交流。3月24日下午,我院远程会诊中心通过互联网与上海东方肝胆外科医院顺利完成首次远程视频会诊,真正实现患者足不出“嘉”,线上“看”名医。

患者张女士(化名)今年1月在体检时发现肝腹部疼痛,希望得到上海专家的评估与建议。前段时间,由于疫情期间交通管制未能赴上海就诊。如今得知上海专家可以对其进行远程会诊,免于奔波,十分欣喜。

本次视频会诊连线我院肿瘤中心特聘主任、上海东方肝胆外科医院肝胆外科专家程树

群教授及其团队,通过网络平台实现影像学、病理资料等实时上传共享,与患者面对面交流。结合患者病情,程树群教授与我院医疗团队进行详细分析,深入探讨,完成病历分析及下一步治疗方案制定。

自2017年,我院与上海东方肝胆外科医院合作成立“肝胆外科联合诊疗中心”以来,东方肝胆外科医院多次派遣专家来我院坐诊、会诊、开展学术讨论以及指导科研立项,推动了我院肝胆胰外科学科进一步高精尖发展。

据外科主任许洲主任医师介绍,以往的专家远程会诊是通过电话交流,并通过聊天软件

传递患者疾病信息,如今视频会诊大大提高了诊疗效率,使专家更直观地了解病情,也可与患者直接互动交流,本院医生再也不用当“传声筒”了。通过视频网络平台,还可以促进与国内名家交流学习,有利于提升医院学科诊疗水平。

5G+时代已经来临,改变单一的医疗服务模式,让患者在家门口就能享受上级医院专家的医疗服务,实现了患者少跑腿、就医更满意。未来,随着我院远程视频会诊系统普及和发展,将更有力推动紧密型城市医共体医疗资源的互联互通,促进长三角优质资源共享,惠及广大基层群众。

漫谈消化

做个肠镜可管 17 年无忧? 破除肠镜检查的那些“谣言”



去年 8 月,年仅 43 岁的“黑豹”扮演者查德维克·博斯曼在与结肠癌抗争 4 年后,最终因救治无效去世。如果你是漫威迷,就一定不会对这位镜头前英姿飒爽、威风凛凛的“超级英雄”感到陌生。惋惜之余,不禁让人感叹生命的脆弱以及早期健康检查的重要性。

话说回来,近年来肠镜检查在肠道肿瘤防治中的价值受到越来越多民众的认可。但检查的普及,却伴随着出现一些新的问题。前些天一位朋

友向我抱怨,新闻里说“做个肠镜可管 17 年无忧”,报纸上“专家”说“5-10 年里你都不用复查肠镜”,门诊医生却又说“你每年都得做个肠镜”,到底该信哪一个呢?

无独有偶,门诊常听到患者咨询,“肠镜检查固然滋味难受,但打麻药听说会变笨、记忆力会变差啊,这是真的吗?”

那么本期漫谈消化,我们就将目光锁定到肠镜检查那些“谣言”。

谣言一:没有症状,不用做肠镜

这个恐怕是最容易被大家认可接受的“谣言”了。拿数字说明,“中国中晚期结肠直肠癌患者诊疗现状调查”中期报告有三组数字:97%的结肠直肠癌患者患病前未做过肠镜;85.5%的患者首次就诊原因是出现了便血、严重腹痛等症状;83%的患者确诊时已经是中晚期,接近一半患者已经出现肿瘤转移。

透过这组数据我们可以看到,大多数结肠直肠癌患者,发现的时候已经是中晚期,错过了最佳诊疗时机。

那是什么原因导致的呢?人们不重视,有了不舒服才去看病?恰恰相反,胃肠道恶性肿瘤在起病早期通常没有特异性症状,甚至有时没有任何症状!

腹胀腹泻、大便不规律这些表现会引起你的格外重视吗?再正常不过了,谁没个肚子不舒服的时候。但正是利用你这样的想法,披着看似“肠胃不好”的外衣,结肠癌一步步发展而来。

因此国内外专家大声疾呼,即便没有任何消化道症状,超过 40 岁人群也应至少做一次肠镜检查!

谣言二:做个肠镜管 17 年?

任何医疗建议,都不能抛开个性化的分析而直接下结论。换句话说就是四个字——因人而异。

“做个肠镜管 17 年”这个结论来自一项英国的大型临床试验,通过长达 17 年的随访研究发现,在一开始肠镜检查正常的人群比从未行肠镜的人群结肠癌检出率明显降低。

所以研究者想表达的是,肠镜检查是结肠癌早诊早治的重要手段,但并不是指做了肠镜就能确保 17 年内没问题。

“5-10 年内你都不需要复查肠镜”其实也是类似的道理。结论来自于专家团队的调查以及大数据分析,正确性无可争议。事实上,作为一个整体性的医疗决策,要做到面面俱到很难,只能是根据疾病发生发展的普遍规律,利用大数据分析,综合给出最优答案,这也是上述数字的由来。但临床中实际情况复杂,你属于哪一类人群?你的肠镜情况具体如何?专家推荐是否在你身上适用?这都是值得商榷的问题。

所以换句话说就是,那些研究结论拿来作为参考,提供国家层面的医疗决策没问题,但针对个体的医疗建议需要因人而异。

绕了一圈,我们回到本文最开始的问题,该信谁呢?当然是那个全面了解你病情,并基于此给出医疗建议的医生。

谣言三:无痛肠镜做完会变“笨”?

大家都知道做无痛肠镜需要静脉注射麻醉药物,而所谓变“笨”的争议关键点就在于麻醉药物本身。

事实上,目前无痛胃镜肠镜所使用的静脉麻醉药一般是丙泊酚,因为呈乳白色,故常被麻醉医师戏称为“牛奶”。

每次麻醉用药前,麻醉师都会根据患者的体重、身体素质、基础疾病等因素确定麻醉药物用量。在麻醉刚苏醒的时候,人体的确会伴随认知功能减退、定向力障碍等情况,但伴随着麻醉药物在体内的代谢分解,上述症状也会很快消失,机体逐渐恢复正常。

所以总的来说,无痛肠镜的麻醉用量对人体影响微乎其微,而“记忆力减退、智力下降”等大家想当然的副作用更是无从谈起!

(消化内科 王霄腾)

“薏苡明珠”:中药中的一颗“明珠”

“薏苡明珠”这个成语出自《后汉书·马援传》:东汉名将马援率兵攻打南疆,然军中士卒受瘴气影响染病者众多,寻访当地百姓后得知服用薏苡可治瘴,疗效斐然。于是在班师回朝的时候带回了几车薏苡种。因薏苡外形酷似珍珠,有人诬告这是马援搜刮来的民脂民膏,而使马将军死后蒙冤。诗人白居易也曾有“薏苡谤忧马伏波”的诗句。故后人用“薏苡明珠”形容无端受人诬告、蒙受冤屈。

虽然薏苡仁确实不是珍珠,但它却是中药中的一颗“明珠”,具有很高的药用价值。《神农本草经》记载:“味甘微寒,主筋

急拘挛不可屈伸,风湿痹,下气”。薏苡仁临床运用十分广泛,具有利水渗湿、健脾止泻、除痹排脓、解毒散结的功效,可治疗水肿、脚气、小便不利、脾虚泄泻、湿痹拘挛等症。比如临床上常见的食少、消化不良、大便溏泻等消化系统疾患以及在肢肿、关节屈伸不利、关节酸胀疼痛等症状中均可用之。

此外,薏苡仁还是一味药食同源的好物。现代研究表明,薏苡仁富含蛋白质、维生素及丰富的水溶性纤维,能预防人体心血管疾病的发生、帮助消化脂肪、降低胆固醇和血脂等,薏苡仁油还可抑制肿瘤细

胞生长,提高机体免疫力,具有抗癌的功效。所以,在平日里适当多吃些薏苡仁对健康很有益处。

常见的吃法比如薏苡仁、大米各 50 克,白糖适量,加水煮成粥后食用,对脾虚泄泻、小便不利、筋脉拘挛等均有好处;薏苡仁、绿豆、大米各 30 克加水煮粥,适用于粉刺、痤疮、疖肿疼痛等;薏苡仁 30 克,百合 30 克煮水服用可用于久咳胸痛,痰浓味臭等。需要特别指出的是因薏苡性滑利,对子宫平滑肌有兴奋作用,故孕妇慎用。

(中医针灸科 钱夏琪)

健康有道,睡出健康

偶尔打鼾不是病,但睡眠时常打鼾、鼾声较大、并伴有不喘气(即呼吸暂停)就要引起注意了,医学上称阻塞性睡眠呼吸暂停(OSA),不仅严重影响睡眠质量,还能诱发一系列疾病。我院呼吸内科、耳鼻咽喉科于 3 月 19 日,在门诊大厅联合举办义诊活动。

据呼吸内科主任吕晓东主任医师介绍,阻塞性睡眠呼吸暂停可造成间歇性睡眠低氧和睡眠结构的破坏,极易发生心脑血管等多系统合并症,但常常被人们忽视,有的人即便睡足了时间还是很累,甚至出现血压升高或者控制不佳,其实是“睡出来的病”。

“我孩子今年 6 岁,晚上睡觉时发现孩子经常打呼噜,一直以为孩子睡得香甜,原来这是一种误区,一定带他来好好看一看!”李女士感叹道。

一位患者问道:“医生,我的老公睡觉总打呼噜,还时不时的突然没有声音了,会不会得了这个病啊?我应该做什么检查呢?”

“多导睡眠图监测是诊断阻塞性睡眠呼吸暂停的金标准,可以前往我院呼吸内科的睡眠监测中心,在那里睡上一觉便可明确诊断。当然,也可以选择便携式睡眠监测,在家中简单的初步筛查。”呼吸内科副主任马肖龙副主任医师耐心地解释道。

阻塞性睡眠呼吸暂停如何防治?耳鼻咽喉科主任司马国旗主任医师表示,肥胖、呼吸道结构狭窄、年纪大肌肉松弛、扁桃体增生、下颌短小或长期抽烟导致呼吸道水肿的人,均是此病的高危人群。因此,控制肥胖,注意增强身体抵抗力,减少各种急慢性呼吸道感染病的发生,避免炎症引起的上呼吸道阻塞是十分重要的。

目前尚无疗效确切的药物,对于肥胖导致的中重度睡眠呼吸暂停首选呼吸机治疗,对于一些咽部组织松弛,腭垂、扁桃体或腺样体肥大导致呼吸道阻塞者,可在医生的充分评估下手术治疗。

健康有道,睡出健康。人的一生中有三分之一的时间在睡眠中度过,良好的睡眠有助于消除疲劳、恢复体力,提高自身的免疫力。希望更多人对阻塞性睡眠呼吸暂停这一威胁睡眠的疾病有充分的认识,让我们共同关注睡眠,健康生活! (宣传中心 诸胜涛)

每天去角质? 角质层也会很“受伤”

别的小姐姐都是水润光滑的瓷感肌,你的皮肤像砂纸?拿起去角质产品,疯狂搓搓搓?手下留情!你觉得角质层藏污纳垢,不好清理,可你不知道,角质层也很容易“受伤”。

角质是某些动植物体表皮的一层组织,质地坚韧,是由壳质、石灰质等构成,有保护内部组织的作用。毛发、指甲、皮肤表面的角质层都是角质。它是表皮细胞不断再生的最后产物,皮肤表面角质层厚,皮肤会失去光泽,灰暗、脱皮、产生皱纹、生长痘痘等。而皮肤角质形成的周期是一个月左右,所以 28 天去除一次角质较为合适。

爱美的小姐姐们现在要多注意啦,过度清洁如使用洁面仪、按摩、磨砂,使用含酸类的护肤品如水杨酸、杏仁酸、果酸,皂基含量过于丰富的清洁类产品,医美不当等都有可能损伤角质层。

要想皮肤通透,请务必谨记:护肤≠去角质。很多小姐姐认为角质层是皮肤粗糙、黑头粉刺、阻碍吸收的“元凶”,频繁去角质。角质层越来越薄,继而引发泛红、毛细血管扩张、老化加速、干燥痒痒等多种皮肤问题,最终变成了敏感肌。一旦出现以上情况,各位小姐姐要赶快提高警惕啦!

角质层有什么作用呢?

角质层的屏障功能:角质层如同一道



大量紫外线将直接进入真皮层,引发皮肤晒伤、斑点。

角质层与肌肤外观:角质层的厚薄直接影响着皮肤外观,它可以润湿营养肌肤,保证了表皮间的良好黏附,当角质层含水量较多时皮肤就看起来明亮有光泽,反之则会暗沉粗糙。

如何修复已损伤的角质层?

及时止损:首先当然要停止或减少损伤角质的行为。停用含酸类、酒精等刺激性成分的护肤品。用简单温和的弱酸洁面产品代替皂基洁面。促进表皮生长,增厚角质层,修复舒缓血管压力。所以,不合适的清洁方法要及时停止!

保湿:肌肤喝饱水,才能散发光彩,锁住水分不仅能减少营养物质的流失,还有利于表皮细胞的新生,维生素 E、甘油等都是常见的保湿成分,经济实惠,还不赶快行动起来!

防晒:防晒是一年四季任何时候都不能缺少的护肤步骤,要使用温和、无负担的,带有一定防晒系数的面霜,可随季节转换,调整防晒系数。想要健康肌肤,防晒一定要做起来!

饮食控制:刺激性食物和酒精饮品会造成皮肤毛细血管的扩张,加重皮肤发红的现象,脆弱的毛细血管一旦长期处于这种环境,就难以恢复啦!爱美的小姐姐一定要管住嘴巴哟! (皮肤科 李莹洁)



十年两次配对成功,今天他如愿送出一份“生之礼”



陈一鹏成功捐献造血干细胞(右:妻子张红燕)

3月22日一早,经过了近半年的科学饮食、加强锻炼……我院消化内科陈一鹏副主任医师,踏上杭州,以最佳的身体状态捐献自己的造血干细胞,去完成十年前那个未完成的心愿。

陈一鹏和妻子张红燕均为我院医护人员,夫妻俩在临床工作多年,见过太多的生离死别,也深知造血干细胞对白血病患者的意义。早在2010年,两人就双双报名成为捐献造血干细胞志愿者。2011年12月,陈医生接到一个令他期待已久的电话,电话里,工作人员告诉他,他与一名白血病患者初配成功了。然而后来得知,由于找到更为匹配的对象而无需捐献时,他笑着对妻子说:“想不到这个还要竞争上岗。”

一晃十年,当他以为自己的血样会在中华骨髓库一直“沉睡”下去,没想到,2020年10月,他再次接到了来电,告知他的血型与远方城市的一名幼童初配成功,他按捺不住激动的心情,立马分享给妻子。妻子听完之后,笑着“调侃”道:“这次肯定能成,祝你好运!”终于,在生机盎然的2021年春天,陈一

鹏踏上了捐献造血干细胞之旅。在经过为期5天的住院准备,注射了9针动员针之后,3月26日上午,医生从陈一鹏体内采集了108毫升造血干细胞,为千里之外的患者送去了延续生命的“礼物”。据悉,他是嘉兴市第60例,浙江省第664例,也是我院第7例成功捐献造血干细胞志愿者。

捐献当天,副院长顾爱明、工会副主席倪峥嵘、消化内科护士长陶春燕等代表全院干部职工前往慰问,同行的还有嘉兴市红十字会党组书记、常务副会长吴海松等。当问及身体情况时,陈医生笑着说:“之前稍微有点担心,因为父母年纪大了不放心我,现在都采好了,采集过程非常顺利,没有什么不舒服。我很开心,挽救了一条不可重来的生命,也圆了自己的心愿。”

病魔无情人有情,爱心捐献暖人心,一位位“嘉一人”用实际行动诠释着红船旁白衣战士的责任与担当,传扬“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的新时代医疗卫生职业精神。

(宣传中心 吕慧)

感谢周学章老院长家人捐赠珍贵资料

微风煦,细雨斜,又到一年江南春。

3月16日一早,我院党委书记钱钢、党建工作部与院史编纂办工作人员一行来到已故老院长周学章的家中,接过老院长的夫人——李慧慈女士向医院捐赠的珍贵历史资料。

周学章(1917-2008),是我国著名的血吸虫病防治专家,享受国务院特殊津贴,历任嘉兴市第一医院院长、嘉兴副市长、卫生部医学科学委员会委员、全国血吸虫病研究委员会副主任等职务。周老将毕生精力奉献给医疗卫生事业,为嘉兴消灭血吸虫病做出卓越贡献,树立了血防史上不朽的丰碑,1998年被嘉兴市卫生局授予卫生系统有突出贡献老专家“终身荣誉奖”。

2020年是我院百年华诞,在院党委的重视和推动下,宣传统战部及院史编纂办组织走访、采访了医院发展各时期的职工代表,编著《百年圣心——嘉兴市第一医院百年史话》《院志》两书,并召开发布会,邀请老职工代表及家属参会,向他们赠书。《史话》以职工的集体记忆为内容,生动再现了医院发展各时期的人文故事,发布后收获了良好的院内外反响。李慧慈女士及子女在接到医院赠书后,阅读其中由职工集体回忆的周学章院长的点点滴滴,深受感动,经家人商议,决定向医院捐赠老院长生前珍贵的论文选集、奖状、影集等物品。

党委书记钱钢代表医院接受捐赠,对老



院长为医院和地方医疗卫生事业发展作出的贡献致以崇高的敬意,对家人的无私捐赠表示感谢,特向李慧慈女士和家人颁发捐赠证书和感谢牌匾,并回赠所捐物品电子文档。

钱书记表示,周学章院长家人的义举,对医院百年发展史的追溯和文化传承具有重

要意义。医院正启动历史文化长廊建设,将以实物展出的形式,缅怀老周院长的历史功绩,激励后来人传承发扬他为医学进步、为人民健康鞠躬尽瘁的精神,把医院建设得更好,把队伍建设得更好!

(宣传中心 吕慧)

征集百年“嘉一”历史资料的公告

各位“嘉一”职工、家属及社会各界人士:

每一次历史的回望,都是情感的共鸣,更是对未来的激励。当前,嘉兴市第一医院迈上越百年后新征程,正在建设文化长廊,以及为二期工程筹建院史馆做准备,现向更多亲历或见证过嘉兴市第一医院发展历史的各年代职工及家属、社会各界人士发出征集历史资料的公告。希望广大“嘉一人”及爱院人士积极向医院提供珍贵的历史资料,具体包括:照片、信件、书籍、医疗文书(病历本、处方笺等)、新闻报道、器械、用品等各类实物。不同受理方式可通过电话洽谈或来院面谈。

联系人:院史编纂办公室蒋老师、谢老师。
联系电话:0573-89995322。医院地址:嘉兴市中环南路1882号。

此致
敬礼!

嘉兴市第一医院
2021年3月16日

病房里的温暖故事

——唱响长亭外,离别总关情

初冬的早晨很美丽,阳光洒在身上,温暖、舒服。透过玻璃窗照进病区长长的廊道,犹如一道光影伴随着我们忙碌的步伐。一个看似平常的工作日,却是大家口中的“黑色星期五及双号”——接收门诊病人及急诊病人的日子,注定是繁忙的一天。但这并不影响病区里病人之间和睦融洽,护士站姐妹们热情耐心地接待着新病人,一个温暖的微笑,一个抚背弯腰的姿势,一声“请坐”,一声“来,爷爷请跟我到病房”“小心,您慢点,我牵着你走”,显得格外暖心。

就在这忙碌的工作中,病房里突然传来了悠扬动听的歌声“长亭外,古道边,芳草碧连天。问君此去几时还,来时莫徘徊……”。随着歌声的飘荡,将陈老师带入到如梦如幻一般的病房里。她走进病房一看,是一位慈祥和蔼的老人,正在用那颤抖而无力的双手写歌词,用那嘶哑的嗓音喘着气和子女哼唱这首《送别》。陈老师走到老翁面前,湿润了眼眶,看到他瘦弱的脸颊,拖着憔悴的身子依靠在床头,

面色苍白,看不到一丝血色,刀刻般的皱纹里,流淌着的是岁月的长河。但那对浓浓的眉毛,像两只弯弯的月牙,两只深陷的眼睛,深邃明亮,闪烁着迷人的光芒。

老翁很温和,他那嘶哑的声音不靠近真的很难听出他讲什么。他用满是褶皱,粗糙的双手握着陈老师的手,轻轻地在她耳边提及“小陈,我有一个小请求,这是我写的一首《送别》歌词,希望你们在床头交接的时候唱给我听。它表达了你们对我的照顾,明天出院,我希望录下来,回家放给自己听一听,永葆留念,或许明天出了14B病区之后,我已无力再返院,希望能够带着你们的照料铭记一辈子。”陈老师一边回忆着老翁说的话,对着我们说道,一边已潸然泪下。姐妹们纷纷开始看着老翁有神的字样,练起了歌曲,只希望能用我们的歌声,让其扬起嘴角的一抹微笑。

老翁是我们病区的一位住院老患者,在家也是长期需要制氧机支撑着。由于病痛的折磨,今年已来我们病区数次。每次他来,见到我

的第一句话就会说“我又要来麻烦你们了,医院就是我的娘家,辛苦你们又要来照顾我了”。“这是我们应该做的,只要您不放弃,我们就不会放弃,您会越来越好吧”。一句温暖安慰的话语,我们从他眼神里读出了一股别样的暖流。他常常和我们提到,生病的几年里,将老伴也拖得憔悴不堪,子女也为他操碎了心,有时候真的感觉很对不起他们。作为医护的我们,有时去治愈,常常去帮助,总是去安慰是我们的职责使然。“老翁,岁数大了难免会生病,但我们要努力去克服。人生就是这样,一个循环,只要放开心态,您的病会好起来的,子女的成长离不开您辛勤的栽培,而如今年近,是他们应该为您尽孝的时候了,您别多想。老伴就是余生一起做伴,您坚强了,全家就会安心。”经历多年,老翁也接受了自己的病情,很乐观。

随着时间的转动,那天,护士长及姐妹们一同进入老翁的病房,我们在他病床前围成一圈,他用嘶哑的声音说:“身旁被满面笑容

的医护人员簇拥着,我很幸福,谢谢你们。”护士长一边轻轻地搭在老翁的肩上,一边抚摸着他瘦弱的双手,说道:“老翁,您好好养病,会好起来的。”当病房里飘扬出优美的歌声时,“天之涯,地之角,知交半零落;人生难得是欢聚,惟有别离多……”,湿润了所有人的眼眶。

老翁很坚强,也很和气。作为一名护士,每天面对着不一样的场景,只要善于观察,生活处处充满了感动,人与人之间的距离会随之拉近,只要心中有爱,就有爱洒满人间。

一位哲人曾经说过“生命的美不在于它的绚烂,而在于它的平凡;生命的动人不在于它的激情,而在于它的平静。唯平和才见生命的伟大,唯平静才见它的深远”。我们在这平凡的岗位上实践、奉献,践行护理工作“救死扶伤,全心全意为患者服务”的职责与使命,不忘初心,砥砺前行。让嘉一的爱传承下去,让科室的人文走入每一位患者的心中!

(14B 朱国红)