



上海市同济医院
同济大学附属同济医院

同济医院报

TONGJI HOSPITAL NEWS

2024年9月12日

第 314 期

(本期 4 版)

■地址:上海市新村路 389 号

■www.tongjihospital.com.cn

■tjyyxcb@163.com

■邮编:200065

■电话:66111307

全国优秀医院报

崇尚人文精神 彰显医者仁心

我院召开第五届汇济大讲堂暨 2024 年中国医师节庆祝活动

本报讯 为庆祝第七个中国医师节,大力弘扬“敬佑生命,救死扶伤,甘于奉献,大爱无疆”的医师职业精神,围绕今年医师节“崇尚人文精神,彰显医者仁心”的主题,8月16日下午,第五届汇济大讲堂暨 2024 年中国医师节庆祝活动在学术报告厅举办。中国科学院院士,同济大学生命科学与技术学院院长高绍荣作为授课嘉宾参会。普陀区东部医联体单位领导及成员、院领导班子、院聘干部、支部书记、党员代表、医师代表、科室宣传员、医学生代表等近 300 人参加。会议由党委副书记吴登龙主持。

党委书记许树长首先代表医院党政班子及全院职工向高绍荣院士以及参会的各位嘉宾表示衷心的感谢和热烈的欢迎,向始终奋战在临床第一线的医师同志们表示节日的祝福和慰问。自 2019 年起,我院便通过“汇济大讲堂”这一平台,汇聚医疗界精英,促进学术交流,提升专业素养,深化医源文化的传承,颂扬“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的崇高职业精神。医院先后邀请到陈义汉、张文宏、葛均波、王彤、范先群、李兆申等顶尖学者来到汇济大讲堂,就医学前沿、医院管理、文化建设

等议题进行交流,为医院高质量发展贡献了宝贵智慧,五年来,汇济大讲堂已成为我院文化建设的一张亮丽名片。许树长指出,我们要把中国医师节的庆祝活动与医务工作者思想教育工作紧密结合,引导广大医务工作者自觉担负起党和人民赋予的时代重任,结合国家卫健委对各医疗机构要组织广大医务工作者深入学习贯彻党的二十大精神三中全会精神的各项要求落到实处。

高绍荣院士精心准备了《干细胞与再生医学》的相关内容,阐述了关于干细胞和克隆技术领域研究现状,以及这些研究对于患者诊治的重要意义。他指出,干细胞和克隆技术的深入研究有望在遗传性疾病、退行性疾病以及组织器官损伤等领域发挥更大的作用,他也希望这些基础研究能结合临床需要,造福更多的患者。会议结束后大批的科室主任及临床医师主动请教高绍荣院士,对高院士研究的内容表现出了浓厚的兴趣和合作的期待。

此次活动还表彰了 2024 年度十位优秀医师,他们以实际行动诠释了医者仁心,展现了在医疗前线的担当与大爱。(宣传处、医务处)



赋能强基,奋楫笃行

我院举办 2024 年中层干部培训班



本报讯 为切实提高医院中层干部履职能力,我院于 8 月 9 日—11 日成功举办了 2024 年中层干部管理能力提升培训班。此次培训旨在通过系统学习推进医院中层干部队伍建设,打造一支高素质专业化干部队伍,为医院高质量发展奠定坚实基础。培训班由党委副书记、纪委书记花艳主持,医院领导、中层干部、支部书记、挂职人员等 150 余人出席。

培训开班仪式由党委书记许树长致辞,他强调,中层干部作为医院管理的中坚力量,要深入学习领会习近平总书记在 2024 年春季学期中央党校中青年干部培训班开班之际作出的重要指示精神,将“五个自觉”入脑、入心、入行,将所学知识内化于心、外化于行,把学习成效转化为做好本职工作、推动事业发展的生动实践,在推动医院高质量发展中明确责任,发挥作用,提升医院管理工作上一个新的台阶。

本次培训班采取集中学习与实践考察相结合的方式,围绕“兴学科、强人才、精管理、树品牌”主题,特别邀请了中国浦东干部学院副院长郑金洲、上海市委党校党的建设教研部副主任周建勇、上海申康医院发展中心规划绩效部副主任华莹奇、复旦大学附属中山医院科研处副处长程蕾蕾、同济大学技术转移中心副主任翟智,分别做了《领导力的开发与提升》《为全面从严治政提供纪律保证——2024 版〈中国共产党

党纪处分条例〉解读》《上海市医院临床专科能力评价》《复旦中山科创·转化探索之路》《同济科技成果转化服务模式及案例》专题报告。报告紧密结合党纪学习教育、围绕公立医院高质量发展要求,为学员们作了详细阐述和解读,并分享了实践经验和成果,使学员们进一步增强了“四个意识”,坚定了理想信念,强化了政治素养,提升了履职尽责的能力,为医院的党建、管理、学科发展、医疗服务质量、科技创新与转化、服务人民健康等各项工作的顺利开展指明了方向,明确了要求。

为深刻理解城市发展的脉络与未来规划方向,医院分批组织学员前往上海革命历史博物馆、上海城市规划展示馆开展实践考察。对上海这座国际大都市历史与未来的深度探索,使大家对上海这座城市有了更加全面而深刻的认识。此次实践考察激发了大家对推进健康上海贡献自己的力量提供了新思考和新动力。(组织处)

本报讯 近期,2024 级住院医师规范化培训入院教育顺利进行。规培入院教育旨在帮助新培学员了解培训基地和相关规章制度、认识基地环境和流程、明确培训目标和具体要求、熟悉临床工作规范、结识新伙伴、融入新集体。入院教育是新培学员从医学生迈入医生阶段的起点,是住院医师角色转变至关重要的一步。

本次入院教育由教育处精心设计,参照《住院医师规范化培训入院教育指南》,结合医院和学员特点,采用专题讲座、实践训练、特色活动相结合的方式展开,内容丰富、形式多样。

副院长高源在入院教育启动仪式上代表医院向 2024 级规培学员的到来表示热烈欢迎。高源向学员们全面介绍了医院发展历史、医疗工作、科研成果、教学成效、文化建设等,鼓励规培学员们在医院搭建的平台上充分发展,走好职业第一步。在后续的讲座环节中,医务处、院感疾控处、医保、干保管理办公室、纪检监察处、信息处、保卫处等职能部门负责人从多个角度为同学们解读了法规、政策和各项规章制度、规范守则,帮助学员们牢固树立了规则意识。教育处规培办公室主任焦锐、住培专管员胡予老师为学员们详细解读了住院医师规范化培训相关制度与培训内容,介绍了住院医师轮转计划和培训考核要求,评优评先规则和沟通反馈机制等内容,让学员们在进入规培开始即知晓目标与节奏,做好个人规划。

为帮助规培学员顺利转变角色,教育处邀请院内多个科室教师从临床思维、病情评估、急救技能、无菌操作等临床识记内容进行临床核心能力培训,有效增强了学员进入临床轮转的信心。医患沟通和“以患者为中心”理念的建立是医生执业的关键素养之一,来自精神医学科、全科医学科、医学伦理办公室、体检与健康管理医学中心等科室的各位老师举行的人文教育讲座进一步强化了学员的职业素养,促进学员努力成为“有温度”的医生。

向阳而行,路在脚下。入院教育是规培学员迈向人生新序章的第一步。充实丰富的培训,寓教于乐的活动助力 2024 级规培学员振奋起步,坚定向前,努力成长为未来的优秀医生!(教育处)

我院开展 2024 级住院医师规范化培训入院教育

梦自医始,「医」路向前

心身共融·健康未来·探索现代化科学融合之路

我院承办中国医药卫生文化协会心身医学研究分会 2024 年会

本报讯 8 月 3 日,由中国医药卫生文化协会心身医学研究分会主办、精神医学中心承办的 2024 年中国医药卫生文化协会心身医学研究分会年会在上海召开。此次年会以“心身共融·健康未来·探索现代化科学融合之路”为主题,旨在解决临床实践中躯体疾病伴发或所致心理健康等问题,推动心身医学领域的学术交流与发展。

本次年会以线上、线下相结合的形式正式拉开帷幕,来自全国各地的专业领域专家、临床医务工作者及相关领域行业代表共襄盛举,包括 8 位分会副会长、36 位常委、106 位委员共计 6000 余人参加了会议。中国医药卫生文化协会会长、原国家卫生计生委药政司司长郑宏会长,中国医药卫生协会心身医学研究分会名誉会长赵靖平教授参加开幕式;副院长高源致欢迎辞;中国医药卫生协会心身医学研究分会会长、精神医学中心主任陆峥教授主持大会,并对各位专家、学者在百忙之中莅临本次年会致以衷心地祝贺和热烈地欢迎。

高源在欢迎辞中表示,我院在 20 世纪 90 年代初成立了上海首家心身医学科病房,开展心身疾病的诊疗和研究工作,始终坚持精神与躯体并重,心理与生理同治的理念。经过几代



同济人的不懈奋斗,我院心身医学事业实现了跨越式发展。作为上海市重中之重临床重点学科、上海市临床重点专科,30 多年来为推进上海乃至全国综合医院精神医学和心身医学的发展发挥了重要作用。未来,精神医学中心将以更加开放的姿态,广泛开展海内外交流与合作,在人才互访、联合攻关、资源共享等方面精诚协作、互利共赢,愿与全国心身医学同仁携手并进,为推动学科建设和创新发展贡献同济力量。

陆峥受赵靖平教授委托转达其致辞。心身医学作为医学领域里跨越了传统医学界限的一门学科,将心理健康与身体健康视为不可分割的整体,在过去几年里,分会致力于推动心

身医学的研究与实践,不仅在学术上取得了显著进展,更在临床应用中为患者带来了实实在在的福音。赵靖平提到:“我对心身医学的发展充满信心,随着科技的进步和社会的发展,人们对健康的认知将更加全面,对心身健康的需求也将更加迫切。在此,赵靖平对各位同仁提出几点期望:一是要继续加强学术研究,勇于创新,不断推动心身医学理论的创新与发展;二是要注重临床实践,将科研成果转化为实际的医疗效果,为患者提供更加优质、高效的医疗服务;三是要加强跨学科合作与交流,共同应对复杂的心身问题;四是要关注社会热点和民生需求,积极传播心身健康知识,提高公众对心身健康的认知度。”

郑宏指出,中国医药卫生文化协会是国家民政部批准于 2014 年成立的国家一级协会,其心身医学研究分会于 2018 年正式成立,秉承协会宗旨,在名誉会长赵靖平教授和会长陆峥教授的带领下,多年来致力于搭建多学科心理管理平台,倡导精神心理专科与综合医院各临床科室的业务交流与合作,解决临床实践中躯体疾病伴发或所致心理健康等问题,在连接心身与文化领域的各项工作中都起到了重要的作用。(下转 2、3 版中缝)



责任编辑 谢壮刚
王啸飞

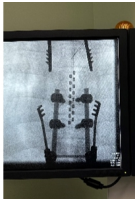


新技术新突破！我院完成上海市首例“BurstDRTM 脊髓电刺激”植入术，解决患者多年顽疾

□ 神经外科中心 骆纯 专家门诊:周一上午

近日,我院神经外科中心在骆纯主任的指导下,由副主任医师王麒和主治医师朱俊乐成功完成了上海市首例“BurstDRTM 模式脊髓电刺激”植入术。术后经 CT 复查,电极位置精准,患者疼痛症状显著改善。

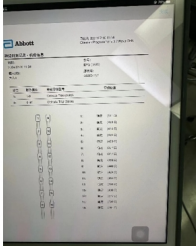
该患者为 60 岁男性,4 年前因外伤致胸 8-12 椎体爆裂性骨折,双下肢感觉运动受累,二便障碍,多年忍受腰腹部撕裂性疼痛。曾接受胸 8- 12 椎体骨折内固定术、脊髓神经根射频消融术等手术治疗和口服普瑞巴林、度洛西汀等药物治疗,但镇痛效果均不理想。经神经外科中心系统评估, 患者符合脊髓电刺激(SCS)植入适应症。



在骆纯教授的牵头部署下,联合上海市脊柱脊髓疾病研究中心、我院医学影像科、麻醉科及手术室等多学科团队, 成功实施了 BurstDRTM 脊髓电刺激植入术。针对患者陈

旧性胸 8-12 椎体爆裂性骨折的复杂病情,骆纯与王麒两位教授充分沟通手术计划,精准规划电极放置点,以确保手术方案能最大程度覆盖患者疼痛区域,带来显著疗效。

患者在全麻下进行手术, 术中选择双排 8 触点片状外科电极放置到 T7-T9 节段, 术中通过影像确认电极位置无误,并通过医生程控仪测试确认电极覆盖区域及阻抗正常。



一周后,通过医生程控仪对该患者进行了开机测试,经 BurstDRTM 刺激模式全触点测试后,参数反馈一切正常。开机后,患者腰腹部疼痛覆盖完全, 背部撕裂性疼痛改善明显,术前 VAS 评分 9 分立即下降至 VAS 2 分, BurstDRTM 刺激模式下患者无异常不适,感觉良好。

目前, 国内外通过脊髓电刺激(Spinal

Cord Stimulation,SCS)治疗脊髓损伤后疼痛已被广泛应用,研究证实脊髓电刺激不仅可以缓解损伤后的神经病理性疼痛,还有助于恢复运动功能。



既往 SCS 疗法治疗采用的是 Tonic 刺激,通常会有异常的刺激感觉,并且只能刺激到大脑外侧通路。而我院神经外科中心采用的新一代 BurstDRTM 脊髓电刺激,模仿人体神经系统的通用语言发放 Burst 刺激波形,通过同时刺激激活大脑外侧和内侧通路,进而改善患者疼痛情绪;在整个刺激过程中,无异常刺激感觉。因此,Burst 刺激模式可通过极小的电量产生极强的疼痛抑制效果且不发生传统治疗中刺激的酥麻感, 患者使用反馈更舒适。最重要的是, BurstDR? 刺激模式是第一个建立慢性腰痛 1A 级证据的波形,其对疼痛控制的临床结果稳定、卓越。

胰腺和代谢外科中心为高龄旅日华侨成功完成高难度胰腺癌手术

□ 胰腺和代谢外科 姚国相 专家门诊 周二全天和周六上午,大华部周一全天 特需门诊 周五上午

胰腺和代谢外科 滕罗军 隋媛

近日, 我院胰腺和代谢外科中心完成 1 例高难度胰腺癌手术。姜先生是上海人,今年 78 岁,跟随大女儿在日本生活,几个月来出现上腹部疼痛,食欲下降,大女儿领着姜先生到日本当地的医院就医,经过血液生化、血常规和超声检查,并未发现异常。随着病人症状不断加重,影响饮食和睡眠,最终在小女儿的陪同下,来到我院胰腺和代谢外科中心就诊, 胰腺和代谢外科中心副主任姚国相在仔细问诊和体查后, 发现病人明显消瘦, 上腹部可以触及一个鸭蛋大小的肿块,于是马上安排病房。

入院后,即刻进行紧急化验和检查,发现姜先生血和尿淀粉酶显著升高, 也发现胰腺肿瘤标志物——糖类抗原 CA19-9 显著升高,超出正常上限。在高度怀疑胰腺癌的情况下,为患者预约增强 CT 和磁共振, 结果考虑患者为胰头恶性肿瘤,姚国相立刻组织科室讨论,请兄弟科室会诊, 在第 3 天就在全麻下为姜先生做了胰头十二指肠切除、门静脉部分切除和右半结肠切除。手术中见肿瘤很大,约 8 厘米大小,侵犯

门静脉、侵犯结肠中动脉,局部因阻塞性胰腺炎导致组织肿胀,很多新生血管,导致分离困难。手术小组认为病人虽然肿瘤局部切除有困难,但是尚未发现肝脏和其他部位转移, 手术小组决定排除万难,去争取手术的成功,在手术中,手术组首先分离重要的血管的血管, 并分别悬吊,结扎血管向胰腺的分支,同时保护变异的肝右动脉,在离断胰腺颈部后,发现肿瘤侵犯门静脉,于是切除被侵犯的一段门静脉,重新做吻合恢复门静脉的通畅, 因为肿瘤侵犯结肠中动脉的中段,也做了右半结肠的切除。手术后经过围手术期精心的救治,恢复良好,已经顺利出院。

胰腺肿瘤发病隐匿,上腹部不适经常被误以为胃病被忽略,一旦确诊,往往病情已经较晚,手术切除率仅有 15%。本例病人在术前明确可以切除,但是因为肿瘤较大和并发胰腺炎,手术非常困难,同时做了门静脉部分切除和右半结肠切除,手术后病理报告胰腺癌,达到根治性切除,已属非常幸运。这当然和医护人员的艰辛努力,是分不开的。同时,姜先生的两位女儿,为了父亲的健康,不

远千里,返乡求医,救了老父亲的生命,如汉代贾谊所言,“ 雏既壮而能飞兮,乃衔食而反哺”,她们的一片孝心,也让治疗组的医生深受感动。

我院胰腺和代谢外科中心成立 1 年多来,在医院领导和同志们的关心下, 特别在我院名誉院长、中国科学院陈孝平院士的指导下,中心副主任姚国相带领员工克服诸多困难, 为很多胰腺和代谢性疾病(疑难重症)病人解除了病患,受到广大群众的好评。中心医务人员在工作中脚踏实地、全心全意为周边和全国各地的病人服务,开展了多例扩大胰十二指肠切除、保留十二指肠的胰头切除、保留脾脏的胰腺切除和肝胰联合切除等大型手术,手术安全性高,而且在重建上采用陈孝平院士的“陈氏胰肠吻合技术”,使得胰头十二指肠切除手术后并发症的发生率大为降低,保证了病人的安全。科室同时开展腹腔镜联合胆道镜的胆囊切开取石手术 (保留胆囊)、摘除息肉(保留胆囊)、显微镜下异物取出术和其他疑难疾病的手术治疗, 受到上海和全国各地病人的欢迎。

膈肌——生命呼吸守护者

□ 重症医学科 张磊 专家门诊:周五上午

在城市繁忙的街头, 一场突如其来的车祸让所有人的心瞬间紧绷。李先生今年 52 岁,作为一名外卖员,每天工作非常辛苦,起早贪黑、日晒雨淋。不幸的是就在 8 月 9 日中午,李先生在争分夺秒为顾客送餐的途中,不幸遭遇意外,倒在了冰冷的马路上。李先生骑着电动车与一辆快速行驶的小汽车相撞,重重的摔倒在地,导致四肢、躯干多处皮肤软组织挫伤,额头疼痛出血,腹部、胸部剧烈疼痛,由 120 送入同济大学附属同济医院急诊创伤救治中心。由于李先生全身多处损伤,急诊创伤救治中心医生立即对其进行了详细的检查,发现他不仅有全身的多处擦伤,还有急性硬膜下出血、颅底骨折、多发肋骨骨折、肺挫伤、创伤性肝破裂、右肾上腺血肿。于是立即联系了胸外科、神经外科中心、普通外科等科室进行多学科协作诊疗。考虑到患者病情危重, 对其开放性伤口进行了清创治疗后,转入重症医学中心继续治疗。

在重症医学中心内, 李先生虽然神志清楚,但心率快、呼吸非常急促,氧合不能维持,于是医生立即对其进行了气管插管,并叫来了重症医学科副主任(主持工作)张磊,张磊查看病人后考虑患者急性呼吸窘迫、创伤性肝破裂、多发肋骨骨折,病情危重,需组织多学科协作治疗,于是立即再次联系相关科室进行全院会诊。经过讨论,确定患者由手术指征,普通外科主治医师滕世峰与

胸外科主治医师谢士梁联合上台对患者进行“胸腔镜辅助下剖胸探查术”,术中见右侧膈肌破裂,肝脏突入胸腔内,肝脏嵌顿膈肌破裂口,右侧胸腔部分血性积液。于是先由普通外科行“膈肌修补术”,再由胸外科行“血胸清除+ 部分胸廓成形术”,术后继续重症医学中心监护治疗。

李先生虽然进行了膈肌修补,但术后仍然呼吸急促,无法脱离呼吸机。考虑到患者膈肌功能差,短期内无法脱离呼吸机,于是对其进行了“经皮气管切开术”, 并开始早期脱机锻炼及康复训练。经大家的共同努力,李先生现在已经完全清醒,成功脱机呼吸机,逐渐开始恢复正常饮食。

膈肌是谁? 默默无闻的守护者

想象一下, 你的身体里藏着一个弹性“橡胶垫”, 它不仅分隔了胸腔和腹腔这两个重要的领地,还悄无声息地参与着每一次呼吸。这位低调的守护者,就是我们的主角——膈肌。它位于胸腔和腹腔之间,形状酷似一顶倒扣的伞,中央是肌肉纤维交织的致密区域,边缘则附着在胸骨、肋骨和腰椎上。在平静呼吸时,膈肌缓慢而规律地收缩和舒张,当膈肌收缩时,它会向下移动,使得胸腔容积增大,外界的空气便顺着呼吸道涌入肺部,完成吸气动作。而当膈肌放松,恢复原位时,胸腔容积减小,肺部的空气被挤出,完成呼气。

另外,膈肌还有许多不为人知的“副业”。比如,膈肌能参与声音的调节,当你想要发出低沉有力的声音时, 膈肌会配合腹部肌肉一起用力,增加胸腔内的气压,使得声音更加浑厚有力。膈肌还参与了呕吐和排便等生理过程。在这些关键时刻,膈肌会用力收缩,帮助腹腔内的压力增加,推动食物或粪便排出。

幕后英雄也有烦恼:膈肌的问题

长期的不良生活习惯、压力过大、外伤或疾病等因素,都可能让膈肌出现问题。一些慢性疾病如肺气肿、心力衰竭等,也会影响到膈肌的功能,使得它的工作效率大打折扣。另外一些先天性因素如膈肌发育不全、膈疝等也可影响膈肌功能。

膈肌功能障碍常见临床表现与症状: ①呼吸困难:膈肌功能障碍直接影响呼吸,表现为呼吸急促、费力。②胸痛或腹部不适:尤其是膈疝患者,可能出现上腹部疼痛或压迫感。③消化系统症状:如恶心、呕吐、腹胀等,常见于膈疝导致的腹腔脏器移位。④持续性呃逆:膈肌痉挛的典型表现。

养护膈肌:你的健康小贴士

首先,保持良好的呼吸习惯是关键。尽量采用腹式呼吸法——在坐直或者平躺的姿势下,一只手轻放在腹部,另一只手放在胸部,以感受

便秘,这个看似是个小问题,其实对人们的生活质量有着不小的影响。那么,便秘到底是怎么回事?它有哪些危害?我们又该如何应对和预防呢?接下来,我院消化内科护士长单娟和护士程玲将带大家一起了解它、战胜它!

什么是便秘

便秘主要是指排便频率减少,每周大便次数少于 2-3 次,出现粪便量少、干结,排便费力等症状。判断是否便秘,还需要综合考虑粪便的性状、个人平时的排便习惯和排便是否困难。

便秘的原因

- 功能性便秘:
 - (1)饮食不节:如饮食过多、过食辛辣、肥甘厚味或进食生冷。
 - (2)情志失调:忧愁思虑过度、久坐少动导致气机郁滞。
 - (3)年老体虚:老年人气血亏虚,气虚大肠无力传送,血虚肠道失于濡润。
 - (4)生活习惯:如饮水量不足、缺乏运动、排便习惯不良等。
- 器质性便秘:
 - (1)肠道病变:如结肠肿瘤、炎症、结核、结肠扭转等。
 - (2)全身性疾病:如糖尿病、甲状腺疾病、电解质紊乱等。
 - (3)药物性因素:如补钙药物、阿片类镇痛药、抗胆碱类药物等。

长期便秘的危害

- 1、导致肛肠类疾病。便秘患者一般大便干燥使排便困难,会导致痔疮,直肠炎等肛肠疾病的发生。
- 2、便秘会影响人的容貌。那些长期便秘的人群,他们面色晦暗,还会出现痘痘,黄褐斑等表现,这就是由于便秘导致肝脏负担加重, 毒素不能被及时排出体外,使内分泌系统受到影响造成的。
- 3、胃肠神经功能紊乱。大便不能被及时排出去,导致有害物质在体内堆积,会影响胃肠的神经功能,引发患者食欲不振,腹胀等现象。
- 4、诱发心脑血管疾病。尤其是老年人,由于便秘时用力过度,很有可能会诱发心脑血管疾病,脑出血等。

便秘的预防

- 1、摄入粗纤维食物:
 - (1)高纤维的水果:如梨、苹果、香蕉、橘子、草莓等。
 - (2)高纤维的蔬菜:如萝卜、白菜、芹菜、西兰花等。
 - (3)高纤维的粗粮:如麦麸、藜麦、燕麦、糙米、红薯等。
- 2、增加饮水:体内缺水的时候,身体就要求大肠从食物残渣中榨取更多水分,供其他器官使用,从而加剧了粪便的干硬,导致排便困难。对症补水,有助于湿润胃肠道、软化粪便。
- 3、适度运动:进行适度的运动锻炼,如散步、瑜伽、打太极拳等,可以促进胃肠蠕动。
- 4、腹部按摩:取仰卧位或半卧位,双腿稍屈曲,腹部放松,从右下腹开始向上、向左、再向下顺时针方向按摩顺时针揉肚子,按摩 15-20 分钟。
- 5、养成良好排便习惯:有便意就要及时去排便,定时排便,可以在早上起床后养成相对固定的排便习惯。
- 6、心理调节:保持心情愉快,避免过度紧张和焦虑。

预防便秘,让肠道畅通无阻

□ 消化内科 单娟 程玲

秉承援外医疗传统,拓展同济援摩新技能

本报讯 日前,我院派遣的中国第 196 批援摩医疗队普通外科医师王晖同志,在摩洛哥工作已经超过 8 个月。王晖除完成医疗队针对当地的医疗援助工作以外,积极结合自己的专业领域,发挥临床优势开展了更深入的中摩医疗合作探索。摩洛哥 SEMA 协会 (Solidarit   Euro-Marocaine M  dical Association) 执行主席 Mohamed Herrou 教授邀请王晖参加即将在苏斯-马萨大区 Ouled Te  ma 市举行的、该联合会第 39 届手术巡诊活动。该活动由摩洛哥皇家医学会认证,旨在推动摩洛哥与欧洲外科医师团体手术展示与交流,每年举行两次外科巡回义诊手术展示,至今已评估、认定并邀请了来自法、瑞、德、比、摩等六个国家和地区的二十余位外科医生参加并开展手术。十余年间在摩洛哥各省级医院开展各级手术近 600 台次,伴随了摩洛哥外科各大区医院的发展和进步,推动了摩洛哥地区内的外科医师间交流和人员流动,遗憾的是至今尚未有来自东方的医师参与该项手术巡诊。

王晖获得该组织邀请是援摩工作中充分展示了严谨作风与临床技能的结果,他到达摩洛哥卡萨-塞达特大区医院之初,很快调整状态,克服生活中的困难和当地客观医疗条件限制,积极因地制宜开展临床工作,受到当地手术科室一线工作者的一致好评。



2023 年末 SEMA 协会通过当地卫生厅,巡诊至王晖所在的 H  pital Hasson II (Centre H  pitalier Provincial, CHP),恰逢医疗队工作起始阶段,与摩方同道尚需磨合的状态下,分队的队员与巡诊医生交流遇到一定的障碍,此时他知道要在不利的环境下保证医疗安全,展现援摩医疗队的实力和功力,即使在常规手术中他也秉持严谨的手术解剖、谦虚的工作作风,给该组织专家留下了深刻的印象。因此,2024 年 5 月在摩洛哥南部索维拉省立医院进行的巡诊中,王晖以非执照医师受邀前往观摩。在手术巡诊中,来自巴黎 H  pital Simone Veil, Eaubonne France

的 Pr.El Arbi 教授和来自 Bern university hospital surg. 的 Kessler Ulf 教授带领摩洛哥当地外科医生进行了胰腺和疝外科手术。在一台胆道手术中,微创手术设备突发失灵状况,胆道动脉快速出血,患者面临出血性休克风险,主刀医生邀请中国医生临危上台,王晖果断建议开腹并凭借在国内工作中积累的经验,接手操作,快速处理,化解了一场危机。手术后,法籍和瑞士籍医师团队高度赞扬这位来自东方的同道。

自此,摩洛哥 SEMA 协会执行主席 Mohamed Herrou 教授终于向这位中国医生发出了作为巡诊手术医生的正式邀请。同时,摩洛哥

首都 Institute national oncology, Hospital of Rabat university (Centre H  pitalier universitaire, CHU) 微创外科 Faysal AL azaoui 医师和摩洛哥边境省首府所在地 Centre H  pital de universitaire Mohammed VI, Oujda (CHU), D  partement d'oncologie chirurgicale 的系主任 Pr. serji badr 教授也对王晖和我院专家发出了参观邀请。相信随着交流和临床工作的深入,我院援摩医疗队医师一定会在服务好当地病患的同时,也积极探索架起一座中摩友谊和技术建设的桥梁。

(普通外科)

探寻红色纺织历史 深化党史学习教育——内科第五党支部联合职能第三党支部开展实践活动



本报讯 为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想及党的二十大精神,深化党史学习教育,增强党员的使命感和责任感,8 月 6 日,我院内科第五党支部

联合职能第三党支部赴上海纺织博物馆开展“探寻红色纺织历史 深化党史学习教育”实践教学活

动。上海纺织博物馆坐落于拥有 130 年历史的原上海申新纺织第九厂旧址,在这里曾发生过工人运动史上著名的申九“二二”大罢工。

上海纺织博物馆满载着上海“母亲工业”——纺织业的历史厚度、时尚温度和科技高度,也见证了我国纺织工业从古代兴起至现代繁荣的辉煌历程。通过实物、场景和多媒体等的展示参观,党员们详细了解了

上海纺织业的发展历史,大家被古老的织布机、精美的马面裙以及那些记录着纺织技艺发展历史的珍贵文物所深深地吸引,倍感震撼。

此次参观学习,党员们切身领略了璀璨夺目的中国纺织文化,感悟前辈们的坚定信念和工匠精神。内科第五党支部书记乔晓红交流体会时表示,纺织工人们默默无闻、辛勤耕耘的精神,正是我们党员应该学习和传承的。在新时代的征程上,我们要发挥“一名党员就是一面旗帜”的先锋作用,担当使命,守正创新,奋发有为。

我院党委副书记、纪委书记花艳以普通党员身份参加了此次支部实践活动。她寄语党员同志们,要立足本职岗位,以饱满的热情、高昂的斗志积极投身到改革创新、攻坚克难中,用实际行动践行党的二十大精神,编织好属于我们自己的这面旗帜,围绕实现新时代新征程各项目标任务踔厉奋发、勇毅前行。

(内科第五党支部)



本报讯 为进一步加强医疗领域的交流与合作,提高基层医疗服务水平,近日,我院外科第一党支部书记李新平率队,携同肝胆外科中心主任谭蔚锋教授等一行专家,前往安徽省来安县人民医院进行学术交流与指导工作。

此次交流指导活动旨在通过分享先进的医疗技术和经验,推动来安县人民医院在医疗、教学、科研等方面的全面发展。谭蔚锋为来安县人民医院的医护人员分享了结肠癌肝转移的诊治经验,通过大量的经典病例充分论证了结肠癌发生肝转移并不是不治之症,在现有医疗技术及药物治疗下,结肠癌肝转移可以取得非常好的疗效。谭蔚锋作为肝胆外科领域的知名专家,不仅带来了最新的医疗技术成果,对临床实践中遇到的疑难病例进行了深入的剖析和讨论。

在交流会上,谭蔚锋向来安县人民医院的医护人员介绍了我院肝胆外科中心的先进技术和治疗理念。他强调,医疗技术的创新和发展离不开临床实践的积累,希望双方能够加强合作,共同推动医疗技术的进步。

随后,李新平、谭蔚锋及我院肝胆外科中心护士长顾海燕等人深入来安县人民医院的普通外科病房,与当地的医护人员进行了面对面的交流和指导。他们仔细查看了患者的病历资料,针对患者的具体病情提出了切实可行的治疗方案和建议;同时还就手术操作、术后护理等方面的问题进行了详细的解答和指导。

此次交流指导活动得到了来安县人民医院的高度评价和认可。医院领导表示,通过此次交流活动,不仅提高了医院的医疗技术水平,也促进了双方医院的友好合作和共同发展。他们希望未来能够进一步加强与我院的交流合作,共同为人民群众的健康事业做出更大的贡献。此次活动不仅展示了我院在医疗领域的先进技术和实力,也为来安县人民医院的医护人员提供了一个难得的学习和交流机会。相信在双方的共同努力下,未来的医疗合作将更加紧密和深入。

(肝胆外科中心)

携手来安 共谱医疗新篇章

远离“肝”扰——我院举行健康促进公益行活动

本报讯 8 月 29 号下午两点,我院体检与健康医学中心联合普通外科和消化内科,在长宁区富贵东道 118 号古北美好生活服务站举办“远离‘肝’扰——健康促进公益行活动”。

此次活动以认识肝癌,早筛早诊为主题,面向社区居民开展肝脏健康和肝癌防治知识的普及和宣传,旨在提高公众防癌抗癌意识,深入推进肝癌早期筛查和早诊早治。

参加此次公益行活动的专家有我院普通外科主任医师陈泉宁、消化内科副主任医师孙会会、体检与健康医学中心副主任丁可可、体检与健康医学中心护士长顾晓涛、崇明石榴籽公益发展中心主任黄亮。活动开场由丁可可主持并对此活动做出了相关介绍,现场迎来了近百名社区居民朋友们前来参加。接着由陈泉宁对肝癌早期筛查方法及疾病的预防做了医疗科普知识的介绍;孙会会通过科普讲座,巧妙地疏解了老百姓“谈肝色变”的恐惧心理,让居民朋友

们刷新了对病毒性肝炎等问题的认知。

此次公益行活动除了科普医疗知识外,还给居民朋友们带来了福利——免费检测肝癌早筛标志物;现场发放检测小卡片,居民纷纷前来领取。专家们为现场的每位居民提供健康咨询问诊,现场解读体检报告;顾晓涛为居民朋友们提供血压检测,对于血压偏高的居民,有针对性的给居民提出科学合理的健康生活建议等。

活动历时 2 个多小时,在长宁区虹桥街道社区办事处的大力支持下,石榴籽公益事业发展中心的精心组织下以及我院医护人员的积极参与下,赢得了社区居民的一致好



评;社区居民们在家门口就享受到了健康医疗的贴心服务,我院的医务人员们真正地把健康送到居民手中。

(体检与健康医学中心)

庆四十载师恩,致敬教师节