



我院召开2019年度全面从严治党工作会议

5月23日,我院召开2019年度全面从严治党工作会议。全体院领导、院党委委员、院长助理、院纪委书记、党总支书记、党总支纪检委员、党支部书记、中层干部、正副主任、正副护士长、正副班组长、特邀监察员、专职纪检监察干部参加了会议,会议由院长陈德玉同志主持。

党委书记尹志国同志代表医院党委作了题为《准确把握全面从严治党新要求,推动全面从严治党向纵深发展》的讲话,就贯彻落实习近平总书记在十九届中央纪委三次全会上讲话和会议精神、十三届省纪委四次全会精神,贯彻落实省委关于落实全面从严治党党委主体责任、纪委监督责任的意见,以及学校全面从严治党工作会议精神,深入推进医院全面从严治党向纵深发展,提出了三点意见:一是准确把握全面从严治党新形势新要求;二是以贯彻落实中央、省委关于加强公立医院党的建设工作的意见和实施办法为抓手,推动全面从严治党向纵深发展;三是以永远在路上的执着,一体推进不敢腐、不能腐、不想腐。尹志国同志指出,不敢腐是基本前提,蕴含的是强高压的震慑;不能腐是关键要义,蕴含的是严规矩的保障;不想腐是根本目标,蕴含的是立政德的操守,三者构成紧密相连、相互贯通的有机整体,贯穿全面从严治党从治标为主到深化治本、坚持标本兼治的全过程。尹志国同志强调,风清气正的政治生态和良好的干事创业环境,是落实学校第四次党代会、医院第三次党代会决策部署提供坚强保障,全院上下务必准确把握全面从严治党新要求,立足新时代,奋力新作为,扎实推动全面从严治党向纵深发展。

党委副书记、纪委书记兰登明同志作了题为《推进党风廉政建设,营造风清气正环境,为新时代医院事业高质量发展提供坚强保障》的工作报告,报告回顾了2018年党风廉政建设和行风建设工作:“两个责任”扎实推进;作风建设持续深化;行风建设不断深入;廉洁行医渐入人心;监督执纪更加有力;队伍建设全面加强。报告分析了当前面临的形势、存在的问题以及肩负的责任,并对2019年的重点工作进行了部署:一是以政治建设为统领,推进全面从严治党,营造良好的政治生态;二是健全完善“六大机制”,深入整治行业不正之风,努力办好人民满意的卫生健康事业;三是着力打通党风廉政建设最后“一公里”,一体推进不敢腐、不能腐、不想腐;四是持续推进“打铁必须自身硬”专项行动,从严从实加强自身建设。

院长陈德玉同志要求全院各科室要在会后认真学习工作报告,深刻领会大会精髓和要义,做好会议精神传达学习,要深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,树牢“四个意识”,坚定“四个自信”,做到“两个维护”,紧紧围绕学校第四次党代会和医院第三次党代会确立的目标任务,团结一心、奋勇争先、实干担当,为加快推进新时代医院事业高质量发展营造风清气正的政治生态,以优异成绩庆祝中华人民共和国成立70周年。

会前,出席会议人员集中观看了警示教育专题片《把纪律和规矩刻印在心上》。会上,党群部门负责人、党总支书记代表及行政部门负责人、业务科室负责人代表分别向党委书记、院长递交了《2019年度党风廉政建设行风职业道德建设责任书》。



数据多跑路、患者少跑腿 我院引入5G技术 让医疗更高效

5月17日上午,我院与中国联通镇江分公司签订5G医疗战略合作协议,镇江市副市长许文、副市长吴春笃、镇江市卫健委主任胡云霞等有关部门领导现场见证签约。伴随着双方的签约,5G医疗进校园进社区活动同步开启,当天上午,我院与校医院(社区卫生服务中心)开展了5G远程医疗,多名医生借助5G技术,为一名患者进行了网上会诊。

院长陈德玉在签约仪式上表示,在开展互联网远程诊疗中,基层医院与三级医院之间有庞大的数据传输,实时性、准确性、高速性非常关键。由于5G网络具有高速率、低时延、大容量等特点,有助于信息实时传输,视频“卡顿”等问题迎刃而解,能为远程医疗提供强有力的技术支持,医生可以更快调取图像信息、开展远程会诊以及远程手术,给生命赢得更多“加速度”。

为充分利用5G网络优势,我院与中国联通镇江分公司达成战略共识,将前端的通信技术与优质的医疗资源整合,提升患者就医体验。

陈德玉透露,“未来我们还将充分运用5G网络、物联网、大数据、人工智能等信息技术手段,在优化服务流程、加速医联体建设、构建急救网络、探索居家养老的医疗服务等方面不懈努力,以更智慧、更优质、更贴心、更便捷的服务满足人民群众多层次、多元化的健康需求。”

通过5G网络,将基层医院患者各类动态的检查影像、检验信息、诊疗过程等实时传输到该医院的远程医疗中心,中心专家可以在院内远程指导检查、会诊和抢救。通过5G远程医疗,还能对各类重症患者进行实时监测,远程指导现场救治与手术。

17日上午的签约仪式结束后,许文、吴春笃、胡云霞等有关部门领导来到医院网上江滨医院医疗中心,观看我院与校医院(社区卫生服务中心)开展的5G远程医疗,感受5G带来的全新医疗体验。

“后边是前列腺吧?”“量个(前列腺)大小,就在这吧。”“(探头)回来一点,竖起来。”“(探头)放到膀胱那一侧”……

医疗中心里的医生通过校医院传回来的画面,不时和校医院里的医生交流,并指导对方做B超。10分钟左右后,医生就给出了这名男子的腹部B超检查的诊断结果:肝囊肿、肾结石、右肾囊肿、前列腺肥大。在给出了该男子的治疗方案后,医疗中心里的医生们又指导校医院的医生,给该男子做颈部B超检查,诊断出颈动脉硬化、双侧颈动脉斑块等结果。

“5G对未来医疗影响蛮大的。”远程会诊结束后,参与会诊的附属医院超声医学科主任陈宝定分享了这次5G远程医疗的感受,他认为,随着我国人口老龄化进程的加快,社区医院和移动医疗的结合将对老人带来很多便利,很多老人不方便到大医院就诊,在种情况下,他们就可以到社区医院检查,借助远程就诊,享受大医院的医疗服务。

副院长吴春笃指出,5G技术在院前急救、远程诊断、远程会诊、远程查房、手术



指导示教,甚至是远程操作手术等方面大有可为。尤其是在远程医疗领域,能够让更多优质资源通过5G网络下沉,服务更多基层地区,消除城乡和不同地区间的医疗资源“鸿沟”。吴春笃介绍,江苏大学校医院同时也是江苏大学社区卫生服务中心,服务江大4万师生和周边7万百姓。“作为5G医疗进校园进社区第一站,为全校师生和周边群众带来了福祉,不出校门即可享受到三甲医院的医疗资源,在网上即可实现健康咨询、复诊患者在社区问诊、线上开药、云药房送药到家等服务,真正实现让数据多跑路、让百姓少跑腿,让人民群众在信息化发展中有更多获得感、幸福感、安全感。”

我院与正大天晴签署药物临床试验战略合作协议

5月29日,我院与正大天晴药业集团股份有限公司药物临床试验合作协议签署仪式在行政楼三楼会议室举行。院长陈德玉、副院长李遇梅及正大天晴总裁王春善出席仪式,医院药物临床试验专业组负责人和机构办工作人员、正大天晴药业集团股份有限公司相关领导参加会议。会议由药物临床试验机构办主任李遇梅副院长主持。

院长陈德玉对王春善总裁一行的到来表示欢迎,并介绍了医院的基本情况:我院作为研究型大学附属医院,是镇江市唯一一家拥有药物临床试验资质的三级甲等医院。王春善总裁说,正大天晴是国内医药百强企业,药品研发创新综合实力居全国前列,建有一个拥有千余名科研工作者的研究院,包括肿瘤药物在内的六大研发平台。正大天晴始终将科技创新作为企业发展的重要战略,是国内创新药物研究投

入较多的药企之一。陈院长希望双方能够在临床研究、人才培养、科室建设和临床试验等领域开展战略合作,共同发展,实现双赢。

李遇梅副院长介绍了我院临床试验工作的开展情况。我院有十一个科室是药物临床试验专业组,部分项目入组数和质量在业内排名靠前,赢得了申办方的称赞和信任。去年11月我院启动了一期临床研究中心,运行良好。目前,机构办正在积极筹备新专业申报的工作,提高临床试验科室在全院的覆盖率,满足更多药物上市对临床试验的要求,和优秀药企进行多元化合作,为临床试验在我院的开展搭建更广阔的平台。正大天晴医学部经理介绍了目前在研项目,公司在抗肿瘤药和非抗肿瘤药的研发领域都成绩斐然,临床研究项目50余项,临床前研究项目10余项,多个项目契

合医院科室的适应症,非常适合和医院进行深入合作。

在讨论与交流环节,院方代表与正大天晴团队进行了深入交流。内分泌科主任杨玲说,临床试验是一件多方获益的事业,医生的医疗、科研思维得到培养和升华,患者在研究中获益,促进医院的发展和建设。呼吸科钱粉红主任说,虽然呼吸科还不是GCP科室,但科内医生对临床试验热情很高,他们会积极响应医院号召,申报新专业,早日加入医院临床试验的团队。

院长陈德玉总结:药物临床试验合作协议签署将是我们双方优势互补、互利双赢的开始,我们将努力构建双方合作发展的新平台、新机制,进一步深化资源利用、业务整合,促进双方进行全方位的合作与交流,提升战略协同层次和水平,提升创新能力,实现战略发展中新的跨越。

我院召开党外人士座谈会

5月16日,我院党委召开党外人士座谈会,围绕医院事业发展听取党外人士的意见和建议。我院党委书记尹志国,党办主任王宏,农工党、致公党、九三学社、民革、民盟、民建等民主党派代表及无党派人士代表参加了会议。

会议由尹志国主持。会上,代表们围绕医院事业发展,从专科发展、医保和经管、岗位设置及绩效分配、耗材管理、综合保障等多个方面提出了很多建设性的意见和建议。听了大家的发言,尹志国表示,这

次座谈会收获很大,大家提出了许多真知灼见,充分体现了大家的主人翁精神,这些意见和建议对于推动医院高质量发展将会起到重要作用。

最后,尹志国指出,新时代下要解决医院高质量发展难题,最重要的是要在正确把握宏观政策取向的前提下,努力做好“自己的事”,具体讲就是要做好“四篇文章”:一是聚焦内涵提升,做好“增能”文章;二是聚焦成本控制,做好“增收”文章;三是聚焦绩效考核,做好“增效”文章;四是聚焦任务

落实,做好“增彩”文章。这就要求全院上下一定要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面而完整地理解和认识当前的宏观政策配置,统筹处理好总量与结构、当前与长远的关系,按照学校第四次党代会和医院第三次党代会确定的奋斗目标,加强全院协同,聚焦内涵发展、精细管理、质量提升精准发力,确保当前以及今后一个时期医院的经济运行保持在一个合理的区间,专科学水平稳步提升。

我院首次开展 ERAS 全腹腔镜下全胃切除术



胃癌根治术的切口可以比常规阑尾手术还要小？近日，我院胃肠外科开展的一例手术，专家对这一疑问给出了肯定回答——我院开展的首例ERAS全腹腔镜下全胃切除术，让患者在避免“大创伤”的前提下，用小切口就完成了根治术，而这一手术的成功开展，也改变了人们对胃癌根治术这种传统意义上的“大手术”所存在的创伤大、恢复慢等典型特征的认识，患者术后第二天就在家人的搀扶下下床行走，术后一周即康复出院。

74岁的丁老先生在上月初开始出现胃部不适症状，一直没有缓解，

去医院做了胃镜检查确诊为胃体低分化腺癌，随后在我院胃肠外科住院治疗。副院长、胃肠外科主任医师陈吉祥介绍：“由于患者就诊比较及时，疾病尚在早期，所以非常适用于全腹腔镜下全胃切除术，能够在小切口的基础上达到根治及快速康复的双重效果。”

此次手术切口仅4cm，比常规阑尾手术切口还要小，大小约7.0cm×4.0cm的肿瘤被完整切除，患者术中出血量很少。陈吉祥表示，腹腔镜是外科手术的大势所趋，目前胃癌手术方式已经基本从常规开腹手术转型至腹腔镜辅助下的胃癌根治

术。传统的胃癌手术需要在腹部切一个近20cm的切口，腹腔镜辅助胃癌根治术虽比传统的开腹手术创伤小，但仍然需要做一个6-8cm的小切口用于进行直视下操作，完成吻合。全腹腔镜下胃癌根治术则是腹腔镜辅助胃癌根治术的“升级版”，创伤更小，手术切口在4cm左右，比常规阑尾手术切口还要小，但是完全可以达到根治的效果。在康复提速的同时，有效降低了手术并发症的发生率。

该项手术技术虽然优点颇多，但也有其局限性。首先，它对手术医生的技术有很高的要求。以丁先生的手术为例，实施手术的副院长陈吉祥、主任医师黄润生、柳益书，都有着丰富的腹腔镜及开腹手术经验，手术的一切操作均在腹腔镜下进行，包括肿瘤的切除和消化道的重建。最核心的技术考验在于成“π吻合”技术，过程极为细致、缜密，没有扎实的腹腔镜基础和开腹经验，无法顺利开展。其次，该种手术方式一般适用于胃癌早期患者，晚期患者并不适用。

黄润生提醒，胃癌的高发与生活习惯息息相关，早期发现与治疗是防治的关键。40岁以上人群建议将胃镜纳入每年体检的项目，如果有胃部的不适反应及时去医院就诊。目前我院胃肠外科全面推广了ERAS(快速康复)模式下的手术方式，让胃肠肿瘤这类“大手术”彻底告别“大创伤”，为患者的康复提速。

“世界哮喘日”，专家引导市民走出误区

只有呼吸困难、气喘不上来才是哮喘？哮喘不能用激素，因为副作用大？治疗过程中，只要不喘了就可以停药？今年5月7日是第21个“世界哮喘日”，我院于当天组织呼吸内科、儿科呼吸专科专家，在医院门诊大厅开展“全程管理，控制哮喘”主题义诊、公益讲座活动。

呼吸内科主任钱粉红介绍，哮喘是一种呼吸道慢性炎症疾病，由遗传和环境两方面因素共同作用，尘螨、食物、花粉、动物毛皮屑、冷空气、空气污染、“二手”烟等均是诱发因素。

钱粉红坐诊时，常听患者及其家属提及一些关于哮喘的认识误区，其中出现频率最高的，当属“只有呼吸困难，喘不上气，喉咙里有哮鸣音的，才是哮喘”，其实不然。钱粉红说，有些病患只咳不喘、干咳不断，甚至不咳只是胸闷不适的人也可能患有哮喘。

“对于哮喘，我们首先要做的是正确认识它，摒弃错误观念，才能更好地配合治疗，取得更佳疗效。”儿科呼吸专科主任医师忻悦表示，担心激素治疗产生巨大副作用的患儿家长不少，其实，吸入性糖皮质激素直接作用于肺部，剂量小，起效快，全身不良反应少，哮喘患儿长期使用是安全的。此外，还有家长在患儿治疗过程中“见好就收”，一旦病情缓解就擅自停药，等到哮喘急性发作时再开始治疗，这也是不可取的。

“哮喘患者呼吸道炎症程度越重，正常呼吸就越困难，如果没有采取任何抗炎措施，就会导致支气管管腔狭窄或挛缩，甚至可能因呼吸困难而危及生命。”哮喘的控制是令呼吸科医生普遍忧心的问

题，有统计数据显示，市区哮喘患者的控制率不足三成，很多患者没有进行正规检查和诊断，确诊后接受正规治疗的也只在少数。

“哮喘治疗，发现越早，治疗难度越小，效果也会更好。”钱粉红表示，随着检查手段的不断更新，目前通过“吹一口气就能知道是否患上哮喘”的FeNO检测就能了解病情程度，对后续用药剂量提供参考，建议经常胸闷、咳嗽、气喘的小朋友和成人进行该项检查。

“哮喘作为一种可发生猝死性的疾病，一旦急性发作，几秒钟就可以呼吸窘迫，严重可致昏迷、死亡，因此生活中需要特别注意。”钱粉红建议哮喘患者，尤其是近期仍有哮喘发作的患者，要随身携带急救药，家里、办公室等地点最好都备一瓶。此外，有些患者认为急救药效果来得快，比控制药有效，就擅自停用了控制药，钱粉红提醒，如果长期使用急救药，会导致气道炎症进一步加重，气道也会更狭窄，甚至引发猝死，因此切不可将急救药代替控制药使用。

“控制哮喘是一场持久战，患者配合医生治疗，做到坚持用药，坚持峰流速和肺功能监测，定期随诊，写哮喘日记等，对治疗都是有利的。”钱粉红说，只要坚持规范治疗，病情完全可以得到良好控制，不影响正常生活。



镇江版“生门”！二胎妈妈遭遇致命三重关，我院四科联动保母子平安

纪录片《生门》中的种种分娩险情震撼了众人，而近日，镇江版的“生门”就在我院的手术室内上演。中央性前置胎盘、瘢痕妊娠、植入性胎盘及膀胱，二胎产妇小然（化名）遭遇了致命三重险，术中输血4000多毫升，产科、泌尿外科、麻醉科、新生儿科四科联动，3个多小时的救治最终换得“母子平安”。

高危产科门诊里的重点关照对象

28岁的小然来自扬中，去年顺利怀上了二胎。孕早期在当地医院做B超提示双胎妊娠，2月余查B超证实只有一胎存活，并诊断为中央性前置胎盘、瘢痕妊娠，医生当即建议她转往我院进一步检查治疗。

我院产科主任赵小苏每周五的高危产科门诊一直是“门庭若市”，接诊到小然时，赵主任十分重视。“这名产妇来找我时已经是孕中期了，如果是早期，那么可以考虑终止妊娠，但已经是中期了我们只能尽最大努力做好全过程的监护”。

在后续的产检中，小然一直是赵主任的重点关照对象。“要严格控制饮食，避免孩子过大过重，平时要注意监测胎心，有任何异常立即来医院”，一直到孕34周，小然的状况都很平稳，胎儿大小也在理想范围内。

孕34周+时，小然突然开始出现激惹性宫缩，有了早产征兆，赵主任立即为其办理了住院手续。一周后，小然开始出血，真正的危险来

临。

犹如“生死劫”，幸亏他们……

中央性前置胎盘是产科医生最怕面对的情况之一，但这次他们面对的远不止一个，中央性前置胎盘、瘢痕妊娠、植入性胎盘及膀胱，这三个诊断无异于三个致命炸弹集中轰炸。产科主任赵小苏、主任医师周红林、副主任医师徐正芳立即召集多科会诊，泌尿外科主任医师潘鹏、麻醉科主任阎明秀、副主任蒋鹏、主治医师马鹏，儿科主任卢红艳迅速到位，制定手术及后续救治方案。

产妇是AB型血，本就比较稀缺，考虑到术中极大可能会出现的大出血，医院输血科迅速向血站调配血源。产妇的胎盘植入面积较大，大量的血管怒张，紧紧地粘住了相邻的膀胱，这是“红色预警信号”，情况非常凶险，赵主任向家属交代了病情，如果要保证母子平安，切除子宫的可能性很大，家属当即表示认可。

4月26日上午11:20，小然被紧急送往手术室。产科、麻醉科、泌尿外科、儿科严阵以待，但术中的情形还是让在场的所有人倒吸了一口凉气。打开腹腔后，子宫下段膨大，密布怒张的血管，胎盘穿透宫颈达到膀胱。医生避开胎盘选择子宫体部横切口，迅速娩出女婴，体重为2910g，儿科主任卢红艳迅速接手送往新生儿科监护。

由于胎盘完全附着在子宫瘢痕处，完全覆盖宫颈内口，胎儿娩出后

胎盘部分剥离，子宫出血喷涌状出血，数分钟内出血量即达到2000多毫升。赵主任在指挥输血抢救的同时，迅速用止血带捆绑子宫下段，改全麻行子宫切除术。完成切除后，由泌尿外科主任医师潘鹏行双侧输尿管支架植入术及膀胱修补术，术中输血达到4000多毫升。

历经3小时，手术顺利完成。一句“母子平安”让在手术室外焦急等候的家属欣慰不已。

二胎妈妈，请一定要认识“前置胎盘”

前置胎盘一般要20周以后才能下诊断，20周之前只知道是胎盘前置状态。如果一旦发现孕妇有前置胎盘，在妊娠期要注意以下几点：

- 1、前置胎盘患者很容易出现无痛性阴道流血。家里要有人陪伴，不能让孕妇独自一人。
- 2、饮食方面更为讲究，避免便秘导致腹部压力增加而引起胎盘剥离而出血。
- 3、孕产妇绝对不能有性生活。
- 4、前置胎盘孕产妇还要注意不能剧烈运动，加强产检。
- 5、注意卫生防止感染。

赵主任建议，一胎选择剖腹产，怀二胎时在孕12周以前就要上正规医院做B超检查，了解孕囊与子宫瘢痕的关系。如果是瘢痕部位妊娠的，除了要排除胎盘植入，同时还要做好可能发生产后大出血的心理和抢救的准备，一定要到正规大医院去，否则容易有生命危险。

简讯

我院脑卒中医药成果再获国家脑防委肯定

为集中展示我国脑卒中基础与临床的科研成就，今年，国家卫生健康委脑防委办公室组织了第六届“中国脑卒中防治百篇优秀论文”征集评选活动。在近12000篇卒中及其相关专业的学术论文中，经专家评审，评出100篇优秀论文，我院神经内科于明主任参评的论文“Hyaluronic acid-functionalized Gadolinium doped iron oxide nanoparticles for atherosclerosis-targeted Mr imaging (IF=5.068)”荣获司南奖二等奖，这是我院自2013年获“国家卫生计生委脑卒中筛查与防治基地”后第6次获此殊荣。本次活动所评选的论文客观地反映了目前我国脑卒中基础与临床科研水平，得到了各基地医院专家及广大医务工作者的一致好评，能再次获奖也充分肯定了我院在脑卒中防治领域所取得的明显成效。

我院临床营养科获评全国首批“注册营养师实践教学基地”

5月10日，2019全民营养周暨“5.20”中国学生营养日启动会在北京举行。国家卫生健康委员会、教育部、工业和信息化部、市场监管总局等国民营养健康指导委员会成员单位、相关学术机构、行业协会、新闻媒体以及社会公众、学生等各界代表近千人出席大会。会上，中国营养学会注册营养师工作委员会举行了注册营养师实践教学基地授牌仪式，我院临床营养科获评全国首批“注册营养师实践教学基地”。

注册营养师实践教学基地是指具备注册营养师实践教学指导能力的单位，主要职责是通过加强基地自身建设，建立一套规范管理、责任清晰、保障安全的实践教学机制，完善营养师职业实践培训计划，并在培养注册营养师工作中注重发挥基地的实践培训、教育育人和社会服务功能，加强技能培训，不断提高实践教学及培训质量，以培养合格的注册营养师后备人才。

寻访三八红旗手精神

钱粉红：筑杏林之梦 展巾帼风采

三八红旗手是我国妇女界的最高荣誉，旨在表彰各条战线上涌现出的岗位建功典型。1960年，在庆祝三八国际劳动妇女节50周年之际，全国妇联首次开展三八红旗手评选活动。60年来，这项活动始终保持着勃勃生机，选树了一批又一批各个历史时期、各条战线的巾帼楷模，向社会展示了女性自立自强、拼搏创新、勇于奉献的精神和风采。

为高扬巾帼旗帜，致敬巾帼楷模，点赞巾帼力量，今年，我市各级妇联联动开展“寻访三八红旗手精神”活动，挖掘展示1960年至今不同时期、各行各业三八红旗手的故事，对话楷模，接力奋斗，引领追梦，推动巾帼精神在新时代发扬光大，向新中国成立70周年献礼。

钱粉红，博士研究生、主任医师，我院呼吸内科科主任。投身医疗事业20余年来，她怀着对党的无限忠诚，对患者的无比关心，立足岗位，勤奋工作，无私奉献，赢得了患者的肯定和信赖，获得江苏大学先进工作者、江苏大学优秀党员、镇江市三八红旗手等多项荣誉。

大医精诚， 做民众健康的好卫士

医生职业责任重大、使命光荣，没有过硬的专业技能不能胜任这份工作，也对不起患者的信任和重托。钱粉红始终把牢理论基础，提升实践技能作为不变的追求，增强学习主动性，不断改进医术水平。她克服家庭负担重、孩子尚年幼等诸多困难，攻读了医学硕士、博士。2011年、2013年先后赴台湾荣民总医院、意大利锡耶纳大学附属医院进修学习，同时常年自费订阅购买国内外呼吸科书籍和杂志，从书本中汲取营养，在实践中不断探索呼吸科新领域，恰当地运用于临床，得到患者的赞誉。对年轻医生的指导，她也倾己所有，毫不保留，把自己的经验和心得无私地传授给每一位学生，更好地发挥“传帮带”作用。

勤于科研， 做学科建设的排头兵

作为大学附属医院的医师，仅有扎实的临床工作是远远不够的，还需要优秀的科研教学来支撑，才能跻身省内先进方阵。在繁忙的临床工作之余，钱粉红利用点滴空余时间阅读文献，指导研究生实验，先后发表SCI10余篇，主持多项国家自然科学基金项目，实现了镇江市呼吸病学国家级课题零的突破，多次获省市新技术引进奖及科技进步奖。她还当选了江苏省医学会呼吸病学分会委员、省康复医学会呼吸康复专委会常委，中华医学会变态反应学会呼吸学组委员，镇江市医学会呼吸病学专业副主任委员。2015年带领呼吸科同仁重新获得了江苏省重点专科荣誉。

医者仁心， 做病患群体的贴心人

作为科主任，钱粉红坚持换位思

考，想患者所想，急患者所急，用全部热情和一颗真诚的心实现自己的人生价值观。下班后，节假日，病房内经常见到她忙碌的身影，即使是骨折期间，她也坚持上班。今年春节期间，病房收治了一例老年重症肺炎患者，整个假期钱粉红每天不是赶到病房查看患者，就是电话不断询问病情，指导临床诊治方案。辛苦付出终于得到了回报，患者体温渐转正常，病情一天天改善好转直至康复出院，患者家属非常感激，送来了锦旗和表扬信。类似这样的事情还有很多，对钱粉红来说，多做一些工作虽然意味着多辛苦、多付出，但病人的信任就是对医生的最好回报、最高荣誉。

严以律己， 做廉洁行医的践行者

作为科室负责人，钱粉红在工作中恪守医德，清正廉洁，遵守不收红包、不收礼品、不去游玩的廉洁规则。就诊中遇到家庭贫困的患者，钱粉红还经常捐款，并资助了一名藏区高中孩子上学。

健康所系，生命相托。钱粉红牢记使命责任，在技术上精益求精，为护人民群众生命健康不懈追求，在服务上全心全意，为医疗事业发展中发挥自己的光和热。



医者无界： 我是80后针灸医生，我要去非洲！

根据江苏省卫健委的要求，第30期援桑给巴尔医疗队由镇江市组建，其中我院选派11名医疗骨干组成医疗队赴桑岛工作。援非任务下达后，医院立即掀起一股报名热潮，短短一月内，即以1比3的比例确定了33人组成的援非医疗队候选人名单。

在这些候选人名单中，不乏很多青年医生的身影。针灸科主任王一茗，是一名80后女医生，援非任务下达后，她第一时间向组织表达了意愿。“我知道将面临的困难，但医者无界，我想要去这个世界任何需要我的地方！”

去非洲， 不是头脑发热， 而是满腔热情

王一茗，针灸专业的博士，80后的东北女孩，医院里有名的美女医生。身材高挑瘦弱的她表达援非意愿后，多的是周遭不理解的声音。“你一个女孩子，柔柔弱弱的，跑去非洲干嘛？”、“你才结婚，就算现在备孕也是高龄产妇了，培训一年，援非一年，再要孩子都四十了！”、“援非任务重，还是让科里的男生去吧！”……



“我不是头脑发热，我是下定了决心要去非洲！”王一茗说，援非是国之重任，是和年代接轨祖国的途径，是自我提高、丰富人生的机会，作为一名青年医生，我想去这个世界任何需要我的地方！非洲的条件如何艰苦，她说还是未知数，但要去那儿做些什么，自己已经了然于胸。

我院的援非地点在桑给巴尔，王一茗做了很多功课。她了解到当地中风、面瘫的患者较多，还有很多当地人爬树采摘丁香，经常摔伤需要做后期康复，这都是她可以大施拳脚的地方。作为江苏省“六大人才高峰”培养对象，镇江市“169工程”科技骨干，江苏省针灸学会理事，世界中医药联合会中医药文创产业发展委员会智库专家，荷兰学术医疗中心(AMC) LEICA实验室访问学者，她在心脑血管疾病的针灸及后期康复治疗方面颇有建树，已经为很多患者解除了病痛。

“我想去非洲，

想为非洲人民做些实事，想把针灸这门祖国传统医学传承到世界各地。

刚结婚， 丈夫双手赞成， 还想跟她一块儿去

出生于1981年的她，已经算是一名不折不扣的大龄女青年了。刚刚新婚不久的她，就要面对因为援非而必然导致的两地分居，这给夫妻俩的压力不言而喻。要参加国内为期一年的培训，再在非洲援助一年，一来一去就是整整两年，再要备孕生孩子就是40岁了。想去非洲，这些顾虑就不得不面对。

丈夫是台湾人，江苏大学材料学院的教授。王一茗说，别看他是个理工男，心思却格外细腻。自己说了援非的想法后，丈夫当即表示赞成，但也表达了自己的担忧。倒不是为了生孩子，而是担心她的身体吃不消。得知医疗队还需要一名随行翻译时，丈夫立即递交了申请表。他有多国外学习生活的经历，英语说的都比汉语好了，如果能参加医疗队一块儿援非，不仅能帮助医疗队承担翻译工作，还能照顾好妻子的生活起居，可谓一举两得。

虽然不知道申请是否能通过，但王一茗说了，丈夫不论结果如何都支持她的决定，这也让她倍感温暖。

我院徐飞、徐艳龙同志荣获全国无偿献血奉献奖铜奖

2018年10月30日，国家卫生健康委、中国红十字会总会、中央军委后勤保障部卫生局联合发文(国卫医发[2018]42号)《关于表彰2016—2017年度无偿献血奉献奖金奖等获奖者的决定》，我院后勤集中供氧徐飞、门诊院前急救徐艳龙两位同志荣获全国无偿献血奉献奖铜奖。

据悉，1998年10月1日《献血法》正式施行，20年来，在各级党委

政府和相关部门的组织领导和有力推动下，在广大群众的积极参与下，我国无偿献血制度全面建立。社会各界大力践行社会主义核心价值观，弘扬献血救人的无私奉献精神，各地涌现出了一大批先进个人、单位和部队。

多年来，我院高度重视无偿献血工作，始终坚持弘扬救死扶伤的人道主义精神，在广大干部职工中积极倡导“为他人着想，捐献热血，

分享生命”的理念，每年认真组织、发动与落实无偿献血，为推动社会文明进步和实施健康中国战略贡献了应有的力量。徐飞、徐艳龙两位同志就是其中的杰出代表，他们已累计无偿献血4200毫升以上。为此，镇江市献血办公室专门发来喜报，感谢他们为推动我市无偿献血事业所奉献的力量。

我院与中国能建江苏电建三公司 联合开展“益起青春”青年交流合作项目

3月5日，我院团委、中国能建江苏电建三公司团委“益起青春”青年交流合作项目在中国能建江苏电建三公司举行签约仪式。双方将结合各自优势和行业特点，联合开展符合青年需求、展示青年风采、促进青年交流的各类青年联盟主题活动。我院党委副书记、副院长殷朝峰，中国能建江苏电建三公司党委委员、工会主席章利生见证签约，并就深化青年合作深入交换意见。

随后，双方参会人员一同参观中国能建江苏电建三公司荣誉展馆。参观结束后，由我院心内科、

内分泌科、消化科、全科医学、一站式服务中心等科室组成的医护专家团队为中国能建江苏电建三公司的员工们开展了一场健康义诊和心肺复苏培训活动，受到他们的

热烈欢迎和一致好评。

我院健康服务中心、一站式服务中心、中国能建江苏电建三公司党建工作部、医务室等部门的负责人参加了座谈。



我院援藏医疗队组织巡回义诊活动

为认真贯彻落实达孜区委、区政府及区卫健委对健康促进医院及医疗人才“组团式援藏”工作的重要指示精神，4月28日，达孜县人民医院启动五乡一镇巡回义诊服务活动及健康促进与健康教育工作。2019年“组团式”援藏医疗队队长王晓涛带领援藏专家与达孜县人民医院业务骨干首站赴邦堆乡开展义诊活动。

义诊活动现场，挤满了来自各

村的农牧民群众。在邦堆乡人民政府、卫生院工作人员的协助下，援藏专家们热情为群众开展健康宣教、诊治病症、免费送药、解答疑惑，并结合各自病情提出了相应的诊疗建议。此次活动结合“打击欺诈骗保 维护基金安全”宣传月活动集中宣教56人。据统计，免费诊疗128人次，检查腹部B超32人，开具处方76张，发放健康教育处方76份、《打击欺诈骗保维护基金安全》

宣传册28份，接受群众咨询达70余人次，免费发放西药30种价值人民币2000余元。

此次义诊不仅搭建了区乡两级医疗援藏的交流平台，为乡镇医务人员提供了一次良好的学习机会，加强了卫生援藏工作的宣传，使当地老百姓进一步了解到医疗援藏的惠民政策，同时通过健康宣教进一步提升了达孜区健康促进能力和医保政策知晓率。

高血压不能忽视， 须与不良生活习惯“说再见”

受访医生：心内科主任医师 刘培晶

目前，中国已经成了高血压的患病大国，平均每4个成年人中就有1个是高血压患者。患上高血压并不可怕，只要坚持定期服药，并养成良好生活习惯，就能有效控制高血压。

高血压患病后，必须遵医嘱按时服用药物。很多人不愿意坚持服药的主要原因是相信“降压药毒性大，会把肾吃坏”，其实这个观念是错误的。不能否认，降压药是有副作用，但是副作用的发生只是少数，真正肾坏的原因并非是药物影响，而是长久不控制血压，会造成多种并发症，心脑血管都会被拖累成疾。所以，高血压不能忽视，也不能大意，关于服用药物出现的任何副作用都应该及时就医，咨询医生调整药物，切勿随意停药。

除了定期服药外，养成良好的生活习惯非常重要。

研究显示，睡眠少于6.5小时或者高于7.5小时的人死亡危险会增加，少于4.5小时或超过9.5小时的人，死亡率会翻倍。而睡眠控制在6.5-7.5小时的人，死亡率最低。也就是说，睡眠不能太少也不能太多，控制在适量的时间才是最安全的。但目前按照人们的生活现状来看，睡眠时间超过9.5小时的人毕竟是少数，而绝大多数年轻人或中老年人由于不良生活习惯和年纪的问题，睡眠不足6.5小时。

长期睡眠不足的人处于情绪波动、

神经紧张的状态，人体得不到放松，会造成血管收缩异常，进而导致高血压，诱发心脑血管疾病。所以杜绝熬夜，杜绝睡眠不足，保证每天有适当时间让身体休息，可以调节机体环境。

我们都知道，长期坚持运动对身体好。运动不仅可以控制体重，还可以让身体协调达到一种平衡状态。年轻人运动并非是剧烈或长时间就好，可以在平时选择适合自己的方式运动。比如放弃开车或坐车，步行上下班，不仅环保，还在不知不觉中锻炼了身体。也可以坚持每周不少于5次运动，每次不低于30分钟。想要控制高血压的，最好给自己设定一项长久的运动方案。

对于中老年人，由于年龄的增长，身体会大不如年轻时，所以运动要选择相对缓和一些的，例如太极拳、太极剑等轻柔有氧运动的方式来锻炼身体。

大部分高血压男性患者还有吸烟和喝酒的习惯，无论是烟中含有的尼古丁成分，还是酒精成分都会对血管造成刺激，从而导致降压药失去药效，血压波动大，导致动脉硬化，甚至会增加高出血的风险。所以患者已经确诊高血压后，就必须管控好自己的生活。

对自己情绪的把控是高血压患者需要学习的事情。如果生活中易怒、易悲伤，情绪就会左右血压的升降，导致药物也无法很好控制血压。要知道不良情绪是很多疾病的源头，所以保持开朗和豁达，也是治疗高血压的一种方式。

胆固醇高了 到底能吃啥？

受访医生：营养医生 潘瑞蓉

伴随着夏天脚步的临近，一道家常凉拌菜悄悄爬上家庭的餐桌，那就是皮蛋豆腐。不过很多人并不知道，在皮蛋当中含有非常高的胆固醇。胆固醇升高，会使血液粘稠度增高，脂类物质在血管壁内膜沉积，发生动脉粥样硬化，形成斑块。这些斑块增多、增大，逐渐堵塞血管，至致使血管腔狭窄，血液流通不畅。如果重要器官动脉供血不足，就可能诱发冠心病、脑卒中等严重后果，另外，斑块破裂还可能发生肺栓塞、脑栓塞等血栓性疾病，甚至危及生命。

什么是胆固醇呢？血脂是血液中的脂肪，它就主要包括胆固醇、甘油三酯、磷脂和游离脂肪酸等，所以胆固醇是血脂的重要组成部分之一。胆固醇并非是对人体有害的物质。它是动物组织细胞不可缺少的重要物质，不仅参与构成细胞膜，而且是合成胆酸、激素的原料。可见，胆固醇在体内有着广泛的生理作用。但是胆固醇有一个参考范围，一般来说，血清总胆固醇保持在5.18mmol/L以下较为合适，当胆固醇大于5.72mmol/L就会被诊断为高胆固醇血症。

因此胆固醇较高的人在日常饮食中一定要严格控制胆固醇的摄入。胆固醇

存在于动物性食物之中，不同的动物以及动物的不同部位，胆固醇的含量不一样。

总体来说，食物胆固醇含量可以有这样一个公式，那就是肥肉>瘦肉>禽肉；贝壳类和软体类>一般鱼类；而蛋黄、鱼籽、动物内脏（尤其是动物脑）中胆固醇含量相对更高。

◆ 低胆固醇的食物

通常，将每100克食物中胆固醇含量<100毫克的食物称为低胆固醇食物，如鲫鱼、鲑鱼、鲤鱼、猪瘦肉、牛瘦肉、羊瘦肉、鸭肉等。

◆ 中度胆固醇的食物

每100克食物中胆固醇含量为100-200毫克的食物称为中度胆固醇食物，如草鱼、鲫鱼、鲑鱼、黄鳝、河鳊、甲鱼、蟹肉、猪排等。

◆ 高胆固醇的食物

每100克食物中胆固醇含量高于200毫克的食物称为高胆固醇食物，如猪肾、猪肝、猪肚、蚌肉、蛋黄、蟹黄等。

炎症性肠病知多少？

受访医生：消化内科主任医师 吴莺

炎症性肠病并不少见，在临床上，越来越多的十几到四十岁的青年男女，因为出现便中带脓和血、便次增多、腹痛等前来看病，经内镜等检查后诊断溃疡性结肠炎。而这只是炎症性肠病的一种，另一种克罗恩病就更加狡猾。开始可能没有特别明显的症状，直到出现明显的腹痛、腹部鼓包、肠子堵住、吃的东西排不出来甚至手术后才得以诊断。

炎症性肠病是一类慢性病，像高血压、糖尿病一样，没有治愈的方法，但有药物可以控制病情减少复发。据统计，全世界约有1千万人患有炎症性肠病，且这个数字仍在不断上升中。

没有人知道炎症性肠病的确切病因，但这类疾病是伴随工业革命、农村城镇化出现并迅速增多的，最早报道于1859年的欧洲。随着经济水平的发展，我国尤其在沿海地区、经济发达地区患病人数近年迅速增多。

随着生活水平的提高，我们的饮食结构逐渐远离素食，从粗茶淡饭到大鱼大肉，抛弃了东方传统的低脂、高纤维、富含维生素的饮食习惯，而逐渐高脂、高糖、高蛋白。殊不知，这些食物正是肠道那些“有害”细菌的最爱，它们好吃懒做，在这些食物的滋养下，挤走了对健康有益的正规军，肠道的炎症随之而来。

在我们的日常食物中，食品添加剂（如各式乳化剂，常用于饮料、冰淇淋、烘焙食品、巧克力等）非常常见。食品中的添加剂浓度虽然很低，但长期食用可以在肠道内的集合淋巴结内聚集，引起菌群的变化，而菌群变化和炎症性肠病的发生有着千丝万缕的联系。不难发现，在人均食品乳化剂消耗大的国家，也是炎症性肠病发病率高的国家。

除了饮食、卫生条件等环境因素，也有遗传的因素，有5%的患者直系亲属（如父母/孩子，兄弟姐妹）患有炎症性肠病。

那么，该如何爱护我们的消化道呢？

首先，爱护我们的肠道要从爱护我们的肠道菌群开始。对健康有益的菌群喜欢“两多两少加一低”的饮食结构，即多蔬果、多高纤、少调味、少加工、低油脂。

其次，爱护我们的肠道要从保持健康稳定的情绪开始。消化道受大脑司令的支配，精神紧张、焦虑、郁闷都会引起肠道的不适，甚至改变菌群的构成。稳定的情绪可以让我们的消化道充满快乐积极的细菌。

再次，爱护我们的肠道要从运动开始。规律的运动，健康的饮食结构、愉悦的情绪都是我们肠道万亿有益细菌的最爱。