

国庆中秋双节附院人以不同方式守护健康、致敬祖国



金秋十月,我们迎来了祖国的71岁华诞。附院人以不同的方式欢度国庆中秋双节,致敬祖国,祝愿祖国繁荣昌盛,国富民强!

第一缕阳光中,江苏援桑给巴尔医疗队升起国旗

10月1日,当地时间06:10,迎着清晨的第一缕阳光,第30期江苏援桑给巴尔岛医疗队全体队员在驻地举行了隆重而庄严的升旗仪式。此时是北京时间11:10,医疗队员在国内的家人们已经开始迎接双节。

这是江苏医疗队抵达桑给巴尔岛的第11天,9月21日当地时间12:40(北京时间17:40),经过14小时长途飞行,三次转机加一次经停乞力马扎罗,援非医疗队桑岛队员于顺利抵达桑给巴尔岛。

9月22日当地时间8:00,第30期援桑医疗队队长王一茗从第29期援桑医疗队队长杨小冬手中接过国旗,也接过了这份助力受援国卫生事业发展的责任。

王一茗说,这个国庆中秋注定特别,他们先是在双节前一天收到医院给医疗队的慰问信,信中写到“我们在北固山下期待你们凯旋”,

让队员们在异国他乡感受到家乡的温暖。

据悉,我院援桑医疗队目前已顺利完成各项交接,诊疗工作有序进行,国庆期间还先后为江苏省建筑工程集团有限公司、中铁建工东非有限公司、中国水利水电第九工程局、中国广播电视国际经济技术合作总公司、正太集团有限公司等多家驻桑企业开展防疫宣传义诊活动。

义诊送到藏民门前,希望留下一支带不走的医疗队伍

10月1日一早,我院援藏医生华晔、徐霞,工程师石磊和同事来到拉萨市达孜区的一家养老院内,为当地的藏族老人进行爱心义诊。

为提升居民健康意识,让患者都能看上病,援藏半年来,华晔和医疗队成员的脚步已经遍及达孜区五乡一镇。有的乡镇相距很远,单次车程就要2个小时,可是队员却总是

主动请缨“下乡送健康”。今年趁着“双节”假期,他们再次将义诊服务,送到了当地藏族老人的门前。

华晔说,援藏后,他们针对医院病历质控不足,首创了达孜医院住院病历终末质控制度,为医院的医疗质量进一步改善提供了制度保障。为解决医院新院区建设中所遇到的诸多问题,他们积极联系后方单位我院检验科、总务科、新生儿室和院感科等部门,为新院区建设者提供解决方案和科学建议。前不久,江苏大学附属医院互联网医院—达孜区人民医院接诊点顺利落地,有力地提升了这里的医疗资源。他们希望能够通过强帮带、育人才,增强当地医院“造血”功能,促进这里的医疗人才队伍建设,留下一支带不走的医疗队伍。

守护健康不打烊,用辛劳护航生命助力发展

今年的国庆遇上了中秋,家国同庆,但附院干部职工并未顾得上沉浸在欢乐祥和的节日氛围中。他们肩负着责任与使命,放弃了与家人团圆的机会,坚守医疗与保障一线,做好常态化疫情防控,时刻为健康站岗。节假日期间,共完成门诊诊疗15000人次,急诊诊疗3000人次,住院总人次近1000人。

10月1日上午,医院主要领导张济建书记、陈德玉院长带队走访慰问了坚守一线的广大职工,并就节日期间的医疗安全等问题展开巡视督查。10月7日,为推进医院重点工作,院领导班子与相关职能部门负责同志放弃休息就岗定编,绩效考核、欠费收缴、病床调配、疫情管控、门诊急症布局调整、静脉配置中心建设、停车场等地八个专题进行调研。

10月8日恰逢第23个全国高血压日,心血管内科在门诊大厅举办义诊活动,医务人员为来往市民提供免费诊疗服务,答疑解惑,让市民收获满满的健康大礼包。

市政协来我院开展加快医联体建设专题调研

10月10日下午,市政协二级巡视员蒋宁带领市政协教卫体委和部分委员来我院开展加快医联体建设现场调研。市政协常委、我院副院长李遇梅一同调研。

我院党委副书记、副院长徐岷向调研人员介绍了我院医联体发展概况,调研人员参观了互联网医院的诊室,现场观摩与西藏达孜区人民医院和京口区健康路社区卫生服务中心互联网医院接诊点连线实

况。调研人员还参观了放射科影像远程会诊中心的影像远程阅片系统等。



院领导走访慰问部分在院老专家

在重阳节和全国第8个老年节到来之际,10月22日上午,院领导王祥、吕霞带领离退休党总支、离退休办公室等部门负责人,分别看望慰问了在院老专家张兰石、顾兆坤同志,送上节日的祝福与问候。

医院的发展和进步,离不开一代又一代医院人的心血和汗水,凝聚着老同志们的辛劳和付出。老同志是医院的宝贵财富,也是医院事业的开拓者和奠基人,为医院的建设发展建立了不可磨灭的功勋。

尊老敬老是我们中华民族的传统美德,院领导表示,要高度重视老同志的离退休生活,相关职能部门要以一贯之地用心做好各项为老服务工作。

院领导向老同志们致以真诚的慰问,希望他们在颐养天年的同时,能够老有所乐、老有所为,充分发挥资深专家优势,积极支持医院的建设和发展,为新时代医院高质量发展建设发展献计献策。

简讯

护理防栓专学组科普抖音视频比赛圆满落幕

下肢深静脉血栓是一种由于血液于深静脉腔内出现异常的凝结,引发血管腔阻塞,进而导致静脉回流受阻的深静脉功能性不全性疾病。病情严重者可引发肺栓塞等严重并发症,直接影响患者预后。为了让医护人员高度重视,积极预防下肢深静脉血栓的发生,我院防栓学组在院工会及护理部的大力支持下,于10月26日成功举办了以“预防下肢深静脉血栓”为主题的科普抖音视频比赛。比赛设一、二、三等奖及优秀奖。

此次比赛面向全院各个护理单元征集作品,选手们结合日常的护理工作,针对下肢深静脉血栓的形成和危害,用抖音短视频向病人展

现了基础预防、物理预防、药物预防等措施,寓教于乐、内容丰富、形式多样,获得了住院病人及评委们的一致好评,最终遴选出12份优秀作品参加决赛。

经过评委们的认真评判,最终老年科获得一等奖,烧伤中医外科、呼吸普外1科获二等奖,妇科、放化疗、血液科获三等奖,肝胆外科、产科、手术室、脊柱一、心内二、消化科获优秀奖。

此次比赛鼓励医护人员利用线上媒体,生动活泼、趣味的形式为患者进行科普宣教,让更多的人群受益,获得了良好的效果。通过比赛,提高了护士科普宣传的积极性,值得在今后工作中进一步推广。

老年学组举办老年安全护理个案比赛

随着我国人口老龄化进程的加速,为提升临床护士风险管理能力,保障患者护理安全,提高老年专科护理质量,近日,院工会、护理部、老年学组联合举办了全院老年安全护理个案比赛。院工会副主席恽端,护理部副主任曹松梅、主任护师朱丽群、干事阎蕾担任评委。全院老年学组信息员观摩比赛。

来自不同专科的14名参赛选手,通过院内初赛取得了本次竞赛资格。比赛现场,她们以PPT汇

报的形式,针对不同疾病中的老年病人安全护理问题,从重点、难点、体会、教训等进行阐述,个案汇报精彩纷呈,不仅展示了自己的魅力,也让在场的观众学到了很多专业知识。

经过两个多小时的激烈比拼,最终老年科赵雪晴获得一等奖,神经外科陈梦梦、神经内科秦洁获得二等奖,内分泌科姚开、消化内科董茹雪、肝胆外科韩笑、急诊科沙小妹获得三等奖。其余选手获得优秀奖。

我院多学科联合门诊 让患者“最多跑一次”

大医院里,往返多个科室找专家看病,令疑难杂症患者感到很苦恼。始于今年7月起,旨在助推我市医疗卫生服务领域“最多跑一次”改革,我院开设的“多学科联合门诊”,有效破解了患者这一“痛点”。

一站式服务的多学科联合门诊,就是从以前的“患者逐个找专家”就医模式,转变为“专家组团看患者”,大大缩短了患者就诊等候和多次往返各门诊的不便,提高了复杂疾病临床诊疗水平。

节约患者时间提高诊疗效果

50岁的张先生是一位肿瘤术后患者。不久前他又被检查发现肺结

节,担心是肿瘤转移的他,十分纠结要不要再开刀治疗。为了让张先生安心,我院肺结节多学科联合门诊内多位专家为其进行了会诊,并调出他在本院治疗5年间的所有片子,最终一致建议他以“动态观察”为主,暂不开刀。张先生说,有了这么多专家的意见,他总算放心了。

我院呼吸科主任医师丁明是为张先生会诊的专家之一。丁明介绍,随着检查和治疗手段的不断丰富,肺结节的发现率逐年增高。肺结节是需要即时手术还是随访观察,是困扰患者的普遍问题,“很多患者会辗转多个科室、多家医院甚至多座城市寻医问药,而不同的专家给出的建议也不尽相同。”现在有了多学科联合门

诊,患者只需挂一个号,就能获得来自相关专科的“专家团队系统”诊疗服务。

多学科联合门诊是以疾病为中心的诊疗模式,由来自多个学科的多位专家会诊讨论出最佳治疗方案,既节约了患者的时间,也能弥补单一治疗的不足,提高疑难病例的诊疗效果。例如,“肺结节多学科联合门诊”就是由呼吸科、胸外科、肿瘤科、影像科四大专科强强联手组成的联合体。

门诊部主任朱蓓介绍,目前该院开设的多学科联合门诊已有4个,除上述肺结节门诊,另有不孕不育门诊、安宁疗护门诊和骨质疏松门诊。从7月开展至今,已经诊疗过数十例疑难杂症患者。(下转A3版)



318斤孕妈产子,手术床躺不下! 诞下10斤多大胖仔, 镇江医护用实力守护母子平安

318斤超重孕妇产子,到底有多难?近日,我院产科迎来一位超重准妈妈,体重高达159公斤,七八个人合力才能将她抱上手术床。

这名“超级妈妈”的超级体重,带来的是一系列超级麻烦:妊娠合并肥胖症、糖尿病、巨大儿……各类问题接踵而至,医护团队如何接招?用实力解难题!我院产科、麻醉科、新生儿科多学科医护携手,最终拼得母子平安。参战医护不约而同感叹:太艰辛!我们真的“太难了”。

孕前体重已达250多斤 孕期又暴涨60斤

26岁的陈冉(化名)孕前已属肥胖体质,250多斤的她,怀孕后在饮食上也没有节制,肚子一天天大了起来,体型也日渐“膨胀”。7月底产检时,又查出妊娠期糖尿病。在产科主任医师张群的密切关注和管理下,陈冉平稳进入孕后期。

“何时终止妊娠,是我们遇到的第一个难题”,张群主任说。妊娠合并肥胖症、糖

尿病并非儿戏,两者大大增加了流产、早产、死胎、死产、巨大儿、肩难产、出生时损伤、以及胎儿先天性异常(特别是神经管畸形)、自闭症、成年后肥胖及相关代谢性疾病的发生风险。

经过讨论和评估,最终决定在孕37周时为陈冉行剖宫产分娩术。而此时的陈冉,体重已经达到了318斤。

超级体重引发超级难题 这群医护各展绝技,轻松“接招”

手术床睡不下,怎么办?手术室“私人订制”专用床。陈冉入院后,第一个问题抛给了手术室。300多斤的体重,手术床可以承受,但床的宽度并不足以让陈冉躺下,怎么办?

既然宽度不够,那就手动给床“加宽”。工作人员找来两块手术护板,固定在床的两侧。经过反复试验,确定其牢固性和稳定性后,该问题得以解决。

但另一个问题,接踵而至。脂肪过多堆积,麻醉医生难辨椎间隙,又当如何处

置?新技术加持,麻醉关一次过。

麻醉科李志庆主任医师与陈利主治医师介绍说,陈冉的麻醉难点在于,如何将穿刺针的针尖准确穿刺到充满脑脊液的蛛网膜下腔。对于体型正常的患者,腰椎穿刺针只需刺入约4-6cm深,就可到达蛛网膜下腔。但陈冉超声下测量深度大概为8.5cm,由于脂肪的过多堆积,造成麻醉医生辨别椎间隙困难。如采用常规“经验性穿刺”法,不但穿刺次数多、病人痛苦大,且最终失败的风险高。

如此一来,麻醉医生只能冒险“盲穿”吗?当然不是!超声技术的引入,让这类棘手的问题也能迎刃而解。期间,利用超声技术对产妇的椎间隙进行B超定位,找出合适的椎间隙,并通过B超持续引导穿刺针,成功对产妇实施腰椎麻醉操作。

据悉,目前超声技术已经在院麻醉科推广应用,成为麻醉科医师的另一双“眼”,为多种手术提供了麻醉及镇痛需求。

太胖手术切口容易裂开,怎么办? 考验技术的时候到了

对于这种超重的孕妇而言,切口横开还是竖开?怎样防止切口裂开?都是头疼的问题。产科张群主任医师和马小艳副主任医师反复沟通,最终制定了手术方案。

首先,切口还是选择竖开,这样暴露会

更方便一些。其次,是切口的愈合问题。对于这种重度肥胖症合并糖尿病的产妇而言,伤口难愈合,也极易裂开,要规避这些问题,非常考验术中的技术和术后的管理。手术中,张主任采用了减张缝合技术,

减轻伤口的张力,从而保证组织的愈合。术后,产科医护团队每天勤观察陈冉的伤口愈合情况,做好伤口护理工作。在团队的努力下,陈冉伤口愈合情况非常好,感激不已的家属直言:“太不容易了!”

如何防止隐形杀手“血栓”找上门? 产科专家未雨绸缪提前干预

对于陈冉而言,最危险的莫过于静脉血栓栓塞症。人体的静脉是将血液送回到心脏的血液管道,深静脉血栓,是指血液在深静脉内不正常地凝结、阻塞管腔,就像水管被水垢堵塞一样,导致静脉回流障碍,好

发于下肢(左下肢多于右下肢)。如果治疗不及时,血栓脱落可致肺栓塞,危及生命。血栓性疾病已成为孕产妇死亡的重要原因之一。

糖尿病、肥胖症等,都是静脉血栓栓塞

症的高危因素。早预防、早诊断、早治疗是降低静脉血栓栓塞症的主要措施。基于此,张主任早就对陈冉进行了前期干预。

通过使用气压棒、抗血栓药物等,大大降低了血栓的发生几率。

十斤多的大胖儿子出生就低血糖 新生儿科接力宝宝康复出院

在多学科医护的共同努力下,陈冉顺利产下一名男婴,体重达5250g。并且,出生即伴有低血糖症状,当即被送往新生儿科治疗。

为什么刚出生就会得低血糖呢?马小艳副主任医师介绍,这是巨大儿的典型症状之一。准妈妈的体重直线上升,血糖偏高,而这些糖会通过胎盘进入胎儿体内,胎

儿正常胰腺组织分泌的胰岛素将这些糖转化为多余的脂肪和蛋白质,导致胎儿体重增长比正常体重孕母所生的胎儿快,到足月分娩时就长成了巨大儿。一旦孩子娩出,与母亲关系断绝,糖分的供应就会中断,但宝宝体内的胰岛细胞仍在不断地分泌胰岛素,过多的胰岛素将消耗掉孩子体内的糖分,孩子会很快出现低血糖。

低血糖可使孩子出现精神萎靡、无力、汗多、呼吸困难,甚至抽搐。若巨大儿低血糖严重而又持续时间长,则会引起神经精神方面的后遗症,如智力低下等。

有的巨大儿还容易并发低血钙,黄疸或畸形。而由于治疗及时,陈冉的孩子很快恢复了健康,现已康复出院。

怀孕不是吃的越多越好 孩子也不是越大越好

参战的医护人员警示,像陈冉这样的超重产妇,已不是个例。产科收治的肥胖症、妊娠高血压、糖尿病等产妇数量呈明显上升的趋势,专家提醒,孕妇真的不是吃的越多越好,孩子也不是越大越好。

不少人怀孕后为了增加营养,拼命地摄入大量的高热量、高蛋白物质。最终,体重“蹭蹭”上去了,血糖、血压等问题也随之而来,这样极易产下巨大儿。都说生个大胖小子好,殊不知,巨大儿患上代谢性疾病、心脏畸形、智力障碍甚至脑瘫等风险都远高于正常孩子。

孕产妇在备孕、产检的过程中,都应当

做好体重管理。在医生的指导下健康饮食,合理安排作息,将体重控制在理想的范围内。

需要着重提醒的是,不少准妈妈也知道控制饮食,就想当然选择少吃主食,多吃水果,甚至喜欢用水果代替主食,这也是极不可取的。

“水果是好东西,但也不能放肆吃。血糖高的时候尽量不要选择水果,可吃少量生黄瓜和生西红柿”,张群主任说,如果血糖稳定,可以选择一些低糖分的水果,如橙子、猕猴桃、桃子等。尽量避免一些高糖分水果的摄入,如桂圆、荔枝、甘蔗、火龙果、

葡萄等。

准妈妈们完全没必要大肆进补,适当补充孕期所需的食物和营养,保证优质蛋白、维生素、矿物质、微量元素的摄入即可。同时,碳水化合物的摄入应控制在总能量的55%左右,避免精制糖(白糖、红糖、蜂蜜、果酱、巧克力、各种糖果、含糖饮料、冰淇淋及各种甜点心)的摄入。

此外,张群说,孕妇还可以把一些根茎类的蔬菜归于主食,如土豆、山药、芋艿、藕和红薯,但主食量控制在5-7两,不宜过少,也不宜过多。(该稿件刊发于《扬子晚报》、《现代快报》、《京江晚报》等媒体。)

零食做蛋糕,棉签当蜡烛 血透病房里的生日 有爱又暖心

“祝你生日快乐”“希望你身体越来越好,大伙还能一起血透几十年”……10月6日,是肾病患者曹艳(化名)48岁的生日,也是她“血透生涯”的第8年。护士和病友偶然得知后,共同奉上惊喜,陪伴她在病房里度过了一个难忘的生日。

6日,大多数人还沉浸在双节长假的喜悦中,我院血液净化中心病房已经开始忙碌起来。早上九点多,血透患者陆续上机治疗,病房医护人员开始了第一轮查房。

四号病房一共有8名血透患者,他们之中,大多因为严重的肾功能异常,需要接受每周3次,每次4个小时的血透治疗。与普通“看好病走人”的就诊方式不同,肾病患者治疗往往需要伴随终身,医患之间,也因此有着更多的接触与了解。

在查房的过程中,护士盛英发现34号机旁病床上,以往治疗从不化妆的慢性肾病五期患者曹艳化了妆,这一反常的举动引起了大家的好奇,笑着问道:“今天是什么好日子呀,怎么还化妆啦?”反复追问下,曹艳才吞吞吐吐道出了实情,原来,当天是她48岁的生日。

血透患者治疗时间长,尤其对于糖尿病肾病患者来说,由于肾功能差、胰岛素降解减少,无糖透析时最易出现低血糖反应,引发低血糖甚至昏迷,因此不少患者常会提前准备些食物。得知曹艳过生日,另一名正在接受血透的病友拿出自己的蒸蛋糕递了过来,而他的这一举动,也很快在病房内引发了“连锁反应”:护士接过蛋糕,插上两根干净的棉签,剪下三段医用胶布,分别写上象征年龄的“4”“8”和寓意健康的“再做48年”的祝福语;同病房病友虽然都躺在病床上无法走近祝贺,但是都纷纷“隔床”献上自己的生日祝福。

接收到大家心意的曹艳非常激动,眼泪在眼里打转,嘴里一直反复地说:“谢谢!谢谢!”

“长期血透治疗,无论对于患者的心理还是生理,都是非常大的挑战。”血液净化中心护士龚舒说,为了减轻患者的心理压力,为患者提供更舒适的服务,医护团队除了在院内陪伴患者完成血透治疗,帮忙清理大小便、呕吐物等,还通过网络、电话、“肾友会”活动等方式,提供医患、患者与患者之间的交流平台,帮助患者建立健康的日常生活习惯及自我管理,增强他们对抗疾病的信心。

“今天虽然我们只是给患者送上了一个小小的蒸蛋糕,几句短短的祝福语,但这其中却包含了医护人员和患者之间满满的、真挚的爱。”龚舒说:“大家都说陪伴是最长情的告白,这句话也同样适用于我们。医患是同一个战壕里的战友,我希望医护与患者之间,能够更多理解与体谅,无论遇到什么样的风雨,大家都能够相依相伴,携手创造更多生命的奇迹。”

(该稿件刊发于《现代快报》、《京江晚报》等媒体。)



援非期间父亲突然离世

医生陈兵海面朝东方，
在沙滩写下“I LOVE YOU”

一个多月前，我院泌尿外科副主任医师陈兵海，将缠绵病榻多年的父亲托付给家人后，随江苏省第30期援桑给巴尔医疗队远赴非洲支援当地医疗事业。可未曾想，这一走，竟是天人永别。10月24日，陈兵海的父亲因病与世长辞，得知这一噩耗，这位敬业的医生强忍内心的遗憾与悲痛，在海边沙滩写下一句“I LOVE YOU”遥寄思念。经过短暂的调整，他化悲痛为力量，凭借过硬的技术，实现了桑给巴尔无创输尿管镜手术的“零”的突破。

我院此次援桑医疗队支援的纳兹摩加医院，医疗环境和设备都极其简陋，在陈兵海所在的泌尿外科，一间病房就能挤进十多名患者，其中很多都席地而坐。病房内不仅没有监护设备，甚至连抢救的设备和药品都奇缺。就是在这样的工作环境中，陈兵海每天都要接诊大量患者，种种考验不言而喻。

同在纳兹摩加医院开展援非工作的放射科主任医师张礼荣是陈兵海的好“战友”，在他看来，陈兵海带人桑岛的，除了高超的技术，还有认真负责的工作态度和坚韧的意志力。

“陈兵海是最常来纳兹摩加医院放射科的外科医师之一，每次手术前，他都会在当地医师陪同下，来与我们一起，认真研读CT或磁共振片子，以决定具体的手术方式。”张礼荣说，当地医院泌尿系统手术大多数是开放手术，而我国援建的腹腔镜微创手术中心是纳兹摩



加医院的金字招牌，陈兵海在该院工作一个多月来，就在原有中国医疗队的基础上开展了尿道狭窄、前列腺微创手术。

在全力支援桑岛医疗工作的同时，陈兵海心中始终留有一份惦念：陈兵海的父亲患重病已有四年多，在镇江时，一直都是他亲力亲为，带父亲看病，给父亲尽孝。援非前，老人的病情又不太稳定，但是得知江苏省将派医生赴非支援当地医疗事业时，这位心怀大义的老人虽然心中万般不舍，但依然支持儿子的工作，坚持要他去。

然而，就在刚到桑给巴尔不久，老人的病情就开始恶化，父子二人之间的牵挂和想念，只能通过一通通越洋电话来传递。就在陈兵海到达桑岛的第33天，家中还是传

来了他最不愿听到的坏消息，他的父亲与世长辞。

得知这一噩耗，陈兵海在忙碌一天之后，缓步来到海边。看着茫茫大海，陈兵海朝着东方，面向父亲和家人所在的方向，将思念凝聚成沙滩上的一句“I LOVE YOU”，希望海水能将自己的思念带给天上的父亲。

深知此次肩头担负的援非任务之重，陈兵海强忍悲痛，调整好情绪，之后不仅为医疗队应对新冠疫情和桑岛大选等复杂情况出谋划策，而且更努力用自己的医疗技术为桑给巴尔人民服务，完成了桑给巴尔首例无创输尿管镜手术，用实际行动践行着“不畏艰苦，甘于奉献，救死扶伤，大爱无疆”的国家援外医疗队精神。

医技党总支与京口区检察院联合举办
“倡法治·行医德·强党风”主题党日活动

为推动检医共建主题党日活动深入开展，提高我院医务人员防腐拒腐决心，丰富党员学习教育活动形式，29日下午，京口区检察院党总支副书记、政治部副主任张波，刘海涛、蔡慧一行3人受邀来访我院。为我院的党员同志们开展“倡法治·行医德·强党风”专题教育。

会议由医技党总支书记赵蓉主持，院党办、纪委办、组织统战科、宣传部以及医技党总支的各位党员同志积极参会学习。院党委副书记、纪委书记吕霞到会指导。

知法懂法方能敬法守法，心存敬畏方能行有所止。张波书记就“浅谈新形势下医院党风廉政建设工作的开展”进行了深入浅出地讲解。通过剖析案件当事人律己不严

的严重后果，揭示了医务人员中某些掉队的党员干部利用职务之便，从小贪日积月累到大错的深层原因，以“身边事”敲响“警示钟”，通过以案说纪，以案示警的方式提醒大家要时刻保持自省、自警，筑牢“常思律己之心，常怀从医之德”的思想防线。

医务人员对患者的健康负责，检察院也在为医务工作者的“健康”负责，此次的党课就像是为我院广大党员同志接种了一剂预防职务犯罪的疫苗，让廉洁的抗体由心而生。吕书记表示，检医共建的党日活动丰富且有意义，希望各党总支努力拓展党员教育的新形式，让党日活动走出框架，走进每位党员的心里。

医院召开
《疑难复杂病例汇编(2020)》
编委会会议

我院《疑难复杂病例汇编(2020)》编校工作日前启动。为进一步提升本书专业水准和内涵质量，10月22日下午，医院在党建活动室召开首次编委会会议。受医院党委行政和主要领导委托，院领导王祥、袁国跃、徐岷出席会议。医务处、党委宣传部、护理部等职能部门负责人以及来自相关科室的专家编委济济一堂，交流沟通，建言献策，研讨安排编校出版工作。党委宣传部部长羊城主持会议。

医院高度重视《疑难复杂病例汇编(2020)》编校出版工作，组建了由党政主要领导担任主任委员、分管领导和有关专家为副主任委员、相关职能部门负责人为执行编委的编委会，并聘请儿科专家顾兆坤担任主编，17位专学科专家担任编委。会上，羊城就编撰内部交流的2018版、2019版《典型病例汇编》有关情况作了介绍，并就编校出版《疑难复杂病例汇编(2020)》背景、目的等作了简要说明。顾兆坤对病例的筛选原则、写作规范、编委分工等工作进行了详细安排，并与专家编委们充分交换意见，交流拟定了时间进度等安排。

徐岷在发言中表示，编校出版《疑难复杂病例汇编(2020)》既是文化传承又是经验总结，组建专门编

委会充分体现了医院党政的重视。他希望各位编委动员本科室和联系科室，积极参与投稿，共同努力做好编撰工作。袁国跃认为编校出版《疑难复杂病例汇编(2020)》很有意义，体现了高水平三甲医院和大学附属医院的实力。他希望大家进一步发动，提高投稿数量，加强质量把关，规范体例格式，有意识地参考借鉴同行编撰样本，提升总体编撰水平。两位院领导和与会专家编委就做好编撰工作提出了诸多富有建设性的意见和建议。

王祥代表医院党政和主要领导，向长期以来理解、支持、参与病例汇编编撰工作的广大专家、学者、同事表示衷心感谢，向不顾年迈、坚持牵头病例汇编编撰工作的老专家顾兆坤以及以不同方式支持医院建设发展的老专家们表示崇高敬意。他表示，编校出版《疑难复杂病例汇编(2020)》是我院推动文化建设和业务工作融合的一项重要品牌，既是提升医学内涵、传承医学文化的具体举措，也是对科学分析处置、精湛临床经验的梳理、总结和沉淀。王祥希望大家，抓住“典型”做工作、抓住“科学”做工作、抓住“细节”做工作，共同把汇编打造成传承临床经验、启发诊疗思路、彰显业务水平、展示精神风貌的精品力作。

离退休党总支开展“进课堂、送健康”主题活动

金秋十月，丹桂飘香，又迎重阳。10月19日上午，我院离退休党总支联合健康服务中心组织专家团队走进市穆源民族小学，开展“进课堂、送健康”主题义诊活动。

来自中医内科、消化内科、心血管内科、内分泌代谢科、儿科的专家们为穆源小学的教职工开展健康义诊咨询服务，零距离解答他们有关健康方面的疑惑。儿科、手术室的护士走进教室，为学生们科普了有关秋冬季新型冠状病毒感染肺炎预防知识，并演示了七步洗手法。一站式服务中心的姜梅主任为退休老教师演示了家庭急救技能。这些健康知识让教职工、学生们获益匪浅。

穆源小学创立于1906年，是全国第一所回民学堂，目前有在岗教师60余人，学生近700名。“穆如清风，源远流长”，学校“弘扬民族精神，传承民族文化，凸显民族教育，培育民族新人”的办学理念，给参加义诊



活动的专家们留下了深刻印象。义诊结束后，大家一同观摩了学校庆重阳活动，精彩的节目弘扬着中华民族孝亲敬老的传统美德。

医院党委常务副书记、副院长王祥，纪委书记吕霞等领导参加活动。

我院多学科联合门诊 让患者“最多跑一次”

(上接A1版)

“最多跑一次”改革“仍在路上”

患者来院可以看到，医院多学科联合门诊宽大明亮、干净整洁的会诊室内，放置着一张大桌，旁边是患者入座的沙发，靠着墙角还有一张诊疗床，供专家现场为患者查体使用。

与传统的会诊不同，多学科联合门诊有固定的团队成员、时间和

地点。其会诊流程为：相关科室医生推荐有必要获得此项服务的患者，或患者方通过电话、网络、院内现场挂号进行预约后，多学科诊疗中心护士会与患者进行电话沟通确认，并通知预诊专家到场。

“预诊专家相当于每个团队的秘书，他会第一时间与病人进行沟通，看一下之前的诊疗过程，以及是否还需要做相关检查。”朱蓓介绍，预诊专家会帮病人事先把相应的检查单都开出来，最终，团队参与会诊

的医生至少是5名以上专家——副主任医师职称以上。

“最多跑一次”的多学科联合门诊，以其优化流程、简化手续、细化管理、强化服务的“四化”，真正做到了让患者少排队、少跑腿，获得更好的就医体验和诊疗水平保障。

据介绍，继目前已有4个联合门诊后，我院下一步还将相继开通胃肠道肿瘤和脂肪肝多学科等更多的多学科联合门诊。

明明是顺产，为何还要来一刀？

受访：产房团队

我们都知道，自然分娩不管对宝宝还是孕妈都有很大的好处。软产道是决定自然分娩的重要因素之一，然而在实际分娩的过程中，产妇常常会发生软产道损伤，其发生率高53%—79%，其中以会阴裂伤最为常见，约占83.5%，也就是我们常说的“会阴撕裂”。为了给胎儿通过产道提供一定的空间，避免会阴撕裂影响产妇的其他器官，在符合手术指征的情况下医生会对产妇行会阴侧切术。

顺产时侧切，是很多孕妈都在纠结的问题。她们对会阴侧切充满了恐惧和疑惑，明明是顺产，为何还需要来一刀？难道没有办法避免吗？

那么问题来了，侧切与撕裂，到底哪个恢复得好，恢复得快呢？二者又有什么区别及影响呢？为什么会发生“会阴撕裂”？在分娩时，女性的生殖器官会扩张到原来数十倍的宽度，以便让胎儿顺利通过娩出，是不是很不可思议？

其实到怀孕末期，孕妈的外阴部和宫颈会逐渐变得柔软而有弹性，这种变化会让宫颈、产道和会阴在出现宫缩时很好地扩张，以便让胎儿通过。在分娩时，助产士会用手控制着胎头娩出，等待着阴道充分的扩张，这叫做会阴保护。如果孕妈的产道、会阴弹性比较好，往往不会撕裂，或者有时候会通过自然撕裂来扩大一点出口，但并不严重，一般是Ⅰ、Ⅱ度撕裂。与侧切相比，这种程度的自然撕裂对于盆底肌的伤害更小、愈合也更容易。也就是说，这种情况是不需要侧切的。但如果孕妈的产道弹性不好，胎头很大，或者分娩的速度很快，产道还来不及充分扩张时胎儿就出来了，往往就会导致阴道、会阴和肛门括约肌的严重

撕裂。在医学不发达的年代，产妇一旦发生了这种严重的会阴撕裂伤，不仅容易感染，而且会遗留下不同程度的后遗症。虽然现在医疗条件比较好，但缝合参差不齐的伤口仍然是很艰巨的任务，而且伤口愈合慢，会阴损伤导致的后遗症也会增加。在这种情况下，医生如果能及时做会阴切开术，侧切的伤口整齐、清洁，缝合较为简单，更容易恢复，而且能够加速胎儿的娩出，对产妇和胎儿都有好处。

顺产一定要侧切吗？有经验的助产士会在接产前评估会阴条件以及胎儿大小，有没有可能造成严重撕裂等，再决定要不要动刀。那么，到底哪些情况才需要侧切？

- 初产头位分娩时会阴较紧、会阴体长，组织硬韧或发育不良、炎症、水肿或遇急产时会阴未能充分扩张，估计胎头娩出时将发生Ⅱ度以上的裂伤。
- 各种原因所致头盆不称。
- 曾作会阴切开缝合的经产妇，或修补后瘢痕大，影响会阴扩展者。
- 产钳助产、胎头吸引器助产或初产臀位经阴道分娩者。
- 巨大儿、早产、胎儿宫内发育迟缓或胎儿宫内窘迫需减轻胎头受压并尽早娩出者。
- 产妇患心脏病或高血压等疾病需缩短第二产程者。

如何避免撕裂和侧切？实际上，想要避免侧切或撕裂也不是不可能的，但就算最后避免不了，这些产前的准备也是有利于顺产，而在产后也是有利于恢复的。

重视孕前妇科检查。孕前要排查宫颈、阴道疾病，经过合理安排才怀孕。目前太多女性带着炎症怀孕，当然会影响分娩。孕期也要配合医生做好检查，有些孕妇不重视产前的妇科检查，私处有炎症而没有及时治疗，这样的产妇产时更易造成阴道口撕裂，伤口不齐，影响伤口缝合。

合理饮食，避免胎儿过大。孕期控制饮食，均衡营养、避免胎儿过大，胎宝宝的

体重一定要在适当的范围内增长，也需要孕妈通过科学合理的膳食，达到良好效果。

凯格尔运动训练。凯格尔运动的目的在于借着伸展骨盆底的耻骨尾骨肌来增强肌肉张力，有助于生产。

- 平躺、双膝弯曲。
- 收缩臀部的肌肉向上提肛。

- 紧闭尿道、阴道及肛门（它们同时受到骨盆底肌肉撑），此感觉如尿急，但是无法到厕所去，需做闭尿的动作。
- 先想象从阴道入口开始上提，再逐渐沿阴道上升，并支持3秒钟。重复10次为一组，每日3组以上，逐渐增加到25次为一组。也可以用手指插入阴道，检查这一过程的效力。

- 使阴道下降，就像将某种东西挤出阴道。支持3秒钟即放松，重复10次为一组，每日3组以上，逐渐增加至每组25次。
- 保持骨盆底肌肉收缩五秒钟，然后慢慢的放松，五到十秒后，重复收缩。

- 运动的全程，照常呼吸、保持身体其他部分的放松。可以用手触摸腹部，如果腹部有紧缩的现象，则运动的肌肉为错误。

简易的骨盆底肌肉运动可以有地地进行，以收缩五秒，放5—10秒的规律，在步行时、乘车时、办公时都可进行。

分娩时学会正确用力。待产过程中，千万不要乱喊乱叫，可以喝点能量饮料，吃点清淡易消化的流质饮食，注意保存体力。分娩前最好到孕妇学校、孕妇课堂等，参与实战练习，学会配合医护人员，不要过早用力，引起难产；也不要乱使劲，白费力气。最重要的是孕妈在分娩时千万别紧张，放松才是最好的状态。整个产程，助产士在帮助胎儿娩出的同时，保护好会阴。

相信在了解了自然裂伤和会阴侧切的各种知识后，孕妈们对于侧切也不会那么恐惧了，如果做好了充分准备，还是有机会不侧切的。不过要提醒大家，最重要的还是要听取医生们的专业建议，选择最适合自己的方式，毕竟母婴安全才是最重要的。

秋冬的正确打开方式，从一剂好膏方开始

受访医生：中医内科 钱华 主任中医师

你的秋天是如何开启的？有人喝了秋日的第一杯奶茶，有人穿上了久违的风衣，还有人开启了秋冬养生计划……

秋冬进补，总和“吃”有关。有人煲羊汤，有人泡枸杞，有人煮枣茶，林林总总，名目繁多。这其中稳居C位的，是中式养生的代表——膏方。

膏方并非单纯补剂。既然是滋补良药，那是不是往膏方里放的名贵药材越多越好呢？答案是否定的。江大附院中医内科主任钱华解释，膏方与人参、鹿茸等补药只顾一面不同，它遵循“治病求本”的原则，通过辨别病人体质，详察其阴阳虚实，同时兼顾其原有的旧疾，通过辩证，制定最适合每个个体的滋补膏方，能使阴阳平衡，从而达到防病祛病之目的。因此，膏方不仅是滋补强壮的药品，更是治疗慢性疾病的最佳制剂。膏方如果只是贵重药材的简单堆砌，往往会导致脾胃不堪重负，出现纳谷不香、腹胀腹泻等不良反应，因此需要在医生的指导下，辨证论治，“量体裁衣”，配制适合自己的膏方，只有对症下药才能取得满意的疗效。

钱华介绍，中医膏方应用广泛，主要适用于慢性病、手术恢复期、亚健康、体质偏颇等人群。受现代生活和工作方式的影响，来配膏方的已经不局限于中老年人，不少学生和上班族也加入中医调理的队伍。

病例一 神经性头痛

“前几年的膏方门诊中，曾遇到一名女性患者，多年来备受神经性头痛的折磨，严重时甚至会用手撞墙的方式来缓解痛苦。”钱华介绍，通过膏方调理后，其症状明显缓解，几年来，这名患者已经成了“忠粉”，每到膏方门诊开诊时，便会拉着全家来挂号配膏方。

病例二 扁平苔藓

来自丹阳的一名口腔扁平苔藓患者，因进食刺痛感、口干等症状加重，辗转治疗无效后，尝试在江大附院膏方门诊寻求帮助，经过调理，她的症状明显好转，口腔黏膜基本恢复正常。这几年来，她也坚持每年来配膏方巩固调理，收效显著。

哪些人适合吃膏方？

1. 慢性病患者

冬季可以一边施补，一边治病，这样对疾病的治疗和康复作用更大。从目前临床应用膏方的情况来看，不但内科病人可以服用膏方，妇科、儿科、外科的病人都可服用膏方药，气血阴阳津液虚弱的病人也可通过服用膏方来达到除病强身的目的。

2. 亚健康者

现代社会人们工作、生活压力大，精神紧张，脑力透支，同时不良的生活习惯造成人体的各项生理机能发生变化，使机体处于亚健康状态，这就非常需要适时进行整体调理，膏方疗法就是最佳的选择。

3. 病后、手术后、产后者

此类人群体质虚弱，全身器官的功能减退，胃肠消化力降低，需服调补药，膏方不仅营养丰富，而且容易吸收，又能补充能量，使

机体尽快康复。

4. 中老年人

步入中老年，人的各项生理机能都趋向衰退，冬令进补，能增强体质，延缓衰老。

5. 体弱多病者

膏方可以起到增强体质，提高免疫功能的作用，有利于疾病的控制和缓解。

6. 女性

由于生育、月经等生理因素，女性更易出现气血亏损、脾胃虚弱、元气不足及过早衰老，进补膏方是保健养颜的方法之一。

7. 儿童

小儿根据生长需要可适当进补，尤其是有反复呼吸道感染、厌食、贫血等症的体虚患儿宜于调补。

服用膏方需要忌口吗？

在服用膏方期间，如误食所忌饮食，常使膏方的疗效降低，或引起不良反应。如服含有人参、黄芪等补气的膏方时，应忌食生萝卜，因萝卜是破气消导之品。服膏方时，一般不宜用茶水冲饮，因茶叶能解药性而影响疗效。如患者属阳虚有寒者，应忌食生冷饮食；如属阴虚火旺者，则忌辛辣刺激性食物；如为哮喘患者，宜忌食虾蟹腥味等。

此外，在服用膏方期间，如遇感冒发热，伤食腹泻等，应暂时停药，待上述急性疾病治愈后，再恢复服用，以免“闭门留寇”。

糖尿病人能吃膏方吗？

甜甜的膏方糖尿病患者能吃吗？有些糖尿病患者也想服用膏方，但考虑到大部分膏方配有糖类物质，怕服用后会导致血糖升高。

其实不然，糖尿病属于代谢类疾病，需要长期防治，其病情在一个阶段内较为稳定，可用一种治法进行较长时间的调治，针对糖尿病患者，膏方会采用吸收率极低的替用品木糖醇代替糖类，不会导致血糖升高。

何时服用膏方最好？

一般来说从冬至日起大约50天左右的时间，也就是冬至以后的“头九”到“六九”，或服至立春前结束。如果准备一冬服二料膏方，服用时间可以适当提前。服用膏方药时还需要配合饮食调理、劳逸适宜、运动保健等，这样才能使膏方药的作用发挥至最佳。一般来说，服膏方应从小剂量开始，逐渐加量。如成人每日清晨空腹服，约15—20克，如果消化功能正常，1周后改为1天服两次，清晨及晚上睡前空腹各服一汤匙，用温开水冲服。原有胃病者可在饭后服用。少数膏质黏稠难化，可装于小碗内，隔水蒸热烊化后服用。如果出现胃纳不好、腹胀、腹泻，个别出现鼻出血等，可减半用量、延长服用时间等。

膏方不含防腐剂，江南地区气候偏暖，稍不注意就会有霉变，造成浪费。因此必须妥善保管。可以放于冰箱或阴凉干燥的地方，不要放在炎热潮湿的环境中。