



秉恒致医 和精生命
仁德筑基 利民为本



扫码关注南阳市第一人民医院
医院微信公众号

卧龙区医疗健康服务集团

南阳市第一人民医院信息

2022年12月30日 星期五 第13期 总第464期 (内部赠阅)

南阳市第一人民医院主办 地址:南阳市人民南路 网址:www.nymmy.com 急诊急救电话:0377-63310120 医院咨询电话:0377-63310070

卧龙区委书记吕志刚深入我院专题调研优化疫情防控措施落实情况

12月25日,卧龙区委书记吕志刚到我院专题调研优化疫情防控措施落实情况。他强调,要切实思想和行动统一到上级关于疫情防控措施“新十条”的决策部署上来,进一步强化物资保障,着力提升救治能力,科学统筹全区医疗资源,用心用力提升服务保障水平,坚决守护好人民群众生命健康安全。副区长冯自敬参加。

我院是卧龙区疫情防控和医疗救治工作的主力军。吕志刚走访慰问奋战在医疗救治一线岗位的医务人员,详细了解我院急诊医学科、重症医学科接诊流程、床位使用、药物储备、医疗设备配置及发热门诊和急诊就诊量,叮嘱医护人员要加强自我防护,以更加饱满的状态投入到疫情防控工作中。

在疫苗接种室,吕志刚还实地查看雾化吸入式新冠疫苗接种情况,了解接种人群及接种方式。吕志刚指出,当前疫情防控面临新形势、新任务,要以更加谨慎的态度,把工作重心从防感染转到医疗救治上来,做好患者就诊形势的分析研判和应对措施,健全完善分级分类诊疗服务体系,加强医疗力量配备和物资储备,优化诊

疗流程,提升医疗服务能力,全力以赴守好保健康、防重症防线,最大程度保护人民群众生命安全和身体健康。

吕志刚勉励大家持续发扬吃苦耐劳精神,发挥专业优势,并指出南阳市第一人民医院在党委书记窦晓蓓、院长马磊的带领下,举全院之力救治病患,党员干部职工用行动做出了表率,多个岗位医护人员坚持留守,挽救生命,帮助患者重回家庭和社会,高高筑起阻挡在危重患者和死神间的堡垒。他要求全体医护人员继续秉持“人民至上、生命至上”的原则,大力弘扬伟大抗疫精神,一起迎接春暖花开。

(宣传科 韩佳芮)



提振精神鼓干劲 全心全意为患者

我院多措并举全力提升医疗救治能力

年关将至,面对疫情防控新形势,我院积极优化各项疫情防控措施,将重症患者救治工作作为当前工作的重中之重,切实解决群众急难愁盼问题,全力保障医院医疗救治工作平稳有序开展。

我院党委书记窦晓蓓、院长马磊向全院职工发出倡议书,要求全院提高政治站位,全员统一思想,提振精神,鼓足干劲,认真做好各项医疗保障工作,面对广大患者给予及时有效的治疗和照护。同时,我院启动应急模式,组建多学科诊疗小组,对危重症患者开辟就医绿色通道,切实提高危重症抢救成功率。

除此之外,我院积极对临床各科室医护人员开展相关专业培训,要求广大医护人员在做好日常工作的前提下,利用一切时间来积极学习、交流内科知识,提升专业技能和综合能力,确保患者能够得到科学合理的救治。同时,医护人员24小时在岗在位,全力撑起守护人民群众健康的坚强防线。

面对日益繁重的医疗救治任务,我院始终坚持“人民至上、生命至上”,不断优化和调整诊疗方案与流程,保证医疗救治有序进行,全力以赴做好新阶段医疗救治工作,用心守护南阳百姓的生命安全和身体健康。

(宣传科 刘玲瑜)

追忆院史汲取力量 展望未来砥砺前行

我院第四期文化讲堂开讲

为促进医院的文化建设,提升广大职工“爱院如家”的凝聚力和向心力,12月28日,由我院内科三支部承办的第四期文化讲堂开讲,全院各支部支委及党员参与其中。

本次文化讲堂内容丰富,意义特殊。内科三支部特别邀请了我院几位资历较深、学识广博并且亲身见证了医院七十周年发展变迁的退休职工代表马成业、刘海林、王小平等老师,从建院至今的一张张新旧照片中,深情回顾医院多年以来的发展历程。

通过几位老师的讲述,各支部支委及年轻党员了解了医院七十年来发展历史。与此同时,我院年轻党员纷纷表示,今后将深入学习医院文化,赓续前辈医者精神,不断提升综合能力,在各自的专业领域奋勇拼搏,厚积薄发,为医院今后的蓬勃发展助力添彩。

我院将以此次文化讲堂为契机,把医院的历史学习好、传承好、发扬好,进一步树立“院兴我荣”的主人翁精神,努力把医院的中心任务与自身工作实践相结合,为开创医院高质量发展的新局面作出更大贡献。

(党办 王琳)

近日,河南省教育厅、河南省学位委员会下发《关于公布2023年河南省研究生教育改革与质量提升工程项目立项名单的通知》(教研〔2022〕398号),根据文件公示,我院成为省级研究生质量工程项目立项合作单位。

为深入贯彻落实全国研究生教育会议精神,《河南教育现代化2035》,河南省教育厅和河南省学位委员会在全省各研究生培养高校中组织开展河南省研究生教育改革项目申报评选工作。

我院科教科积极组织项目申报,经过个人申报、学校推荐、专家评审和网上公示等环节,最终获批新乡医学院研究生联合培养基地立项合作单位1项,成为“河南省研究生联合培养基地项目”立项合作单位之一。据悉,该“基地项目”建设周期为3年,我院将从经费投入、资源配置、制度保障等方面加大基地项目建设支持力度。

(科教科 周丽娜)

我院获批「新乡医学院研究生联合培养基地」立项合作单位

医院·光影

情暖一线 守护健康

南阳市第一人民医院慰问临床一线医护人员



为持续做好医护人员的关心关爱工作,切实把党组织的关怀和温暖送到抗疫一线,12月30日,南阳市第一人民医院党委书记窦晓蓓、党委副书记张琳琳、工会主席杨付莲等院领导亲切慰问一线医务人员,对大家的无畏坚守和辛勤付出表示衷心的感谢和敬意。

(宣传科 朱霖)

医院新闻

●12月1日,我院晚间课堂邀请医院纪委书记、神经内科学术带头人张钦昌为医护人员开展《疫情期间的心理调适》知识讲座。讲座采用钉钉线上直播的方式,可供数百名职工参与、聆听,有助于增强大家的心理健康意识,提升专业技术知识,更好地为广大患者服务。

●日前,由我院工会主办、院团委承办的主题为“我心中的市一院”庆建院70周年短视频大赛,圆满落幕。本次比赛得到了广大职工的广泛关注和积极参与,线上总浏览数5万余人次,总投票数2万余人次。根据网络投票结果,最终评选出一等奖2名、二等奖3名、三等奖5名、优秀奖15名。

●12月15日,我院晚间课堂邀请甲状腺乳腺外科副主任医师徐秋为医护人员开展《围手术期处理》线上知识讲座,旨在为大家培训相关专业知识,提升技术水平,为患者提供更为优质高效的医疗服务。

●12月23日,我院泌尿外科主任何长海带领科室资深医护团队在2号楼门诊大厅举行健康义诊活动,为大家普及相关健康知识,将关爱和温暖送到患者身边。

技术强院

编者按:

为进一步解放思想、更新观念、转变作风、提质增效,持续优化营商环境,改善患者就医体验,我院成立专班,制定详细方案,推动“四个一”(患者第一、服务第一、岗位第一、能力第一)活动落到实处,取得了显著成效。如今,全院各部门积极响应院党委号召,积极开展各项新业务、新技术,不断优化服务质量,提升患者就医满意度和幸福感,为助推南阳卫生健康事业高质量发展贡献力量。

患者颅内藏“炸弹”专家妙手解危难 我院神经外一科独立完成多例颅内动脉瘤介入栓塞术

日前,我院就上演了一场“拆弹风云”,神经外一科独立完成的颅内动脉瘤神经介入栓塞术,回访获赞。

患者李女士因“突发头晕、头痛1天”入住我院,检查头部MRI+MRA显示,右侧颈内动脉交通段局部膨出,考虑动脉瘤可能,经头颅CTA检查发现,右侧颈内动脉交通段动脉瘤及右侧颈内动脉交通段钙化斑块

伴管腔轻度狭窄,患者脑动脉瘤诊断明确。经神经外一科会诊评估病情,告知患者家属脑动脉瘤因为高血压、情绪激动、过度用力等原因随时可能破裂出血。针对颅内动脉瘤主要有开颅夹闭及介入栓塞两种有效治疗方式。详细介绍两种方法的利弊后家属选择介入治疗。

神经外一科全体医护人员对李女士的病情进行深入讨

论,对手术的风险、并发症及预后等情况进行了全面的评估后,为其制定了科学、周密的手术方案。随后,张涛和曹红磊为李女士行颅内动脉瘤支架辅助弹簧圈栓塞治疗。手术顺利,即刻复查造影动脉瘤消失,载瘤动脉通畅,成功摘除了李女士颅内的“不定时炸弹”,术后第二天患者恢复良好出院。

(神经外科 和振娜)

我院这项技术 为患者轻松“读”脑

日前,李先生(化名)在骑电动车出门时,突然发病倒地,四肢抽搐,口吐白沫...吓坏了陪同出行的朋友们,紧急将其送入我院。我院神经内三科医生接诊后,立刻为其进行抢救,先给与镇静止抽治疗,待其病情稍微稳定些,马上对其进行抽血化验,并用长程视频脑电图检查技术为其查明病因,将其确诊为癫痫。随后,我院医生为其使用抗癫痫、营养脑神经等药物,帮助其逐渐恢复健康。如今,李先生已顺利出院。

长程视频脑电图检查技术是我院神经内三科诊断的一项专业技

术。为此,该科室不仅引进了专业设备,还安排了专业医护人员前往北京、郑州等医院进修学习。

此项检查是将脑电图描记技术和摄像技术结合起来,应用电子计算机技术,可以长程同步监测病人和临床活动与脑电图情况,为鉴别诊断和癫痫分型提供可靠资料。根据临床发作的特点和脑电图改变可以区分癫痫的临床类型,以指导用药。

如今,我院神经内三科已熟练开展此项检查2年有余,救助了无数患者,受到了患者及家属的一致好评。

(神经内三科 孙伶俐)

二胎妈妈凶险性前置胎盘 多学科协作 护佑母婴平安

怀胎十月的二胎孕妈小乔孕36+3周,瘢痕子宫,B超显示胎盘位于子宫前壁,完全覆盖宫颈内口,是典型的凶险性前置胎盘。

为保障母婴安全,我院召集产三科、麻醉科、介入科、血管外科、新生儿科、输血科等相关科室专家共同为小乔进行术前MDT会诊,对手术过程进行充分的评估讨论,做了周密的术前准备。

11月22日,多学科医

师团队为小乔进行剖宫产手术。为减少术中胎盘剥离面出血,介入科为患者预置了腹主动脉球囊暂时阻断,剖宫产手术正式开始。

产三科刘彩玲医师打开腹腔,最短时间内避开胎盘组织切开子宫壁,迅速娩出一名男活婴。台下等候的新生儿科医师团队立即为早产的新生儿进行复苏。

虽然胎儿顺利娩出,但危机也随之降临。胎儿取出后,盆腔立即被喷涌

而出的鲜血填满,提前放置的腹主动脉球囊随即被打开,血供阻断,出血明显减少,主刀医生立即给予双侧子宫动脉结扎后,果断切除被胎盘穿透植入的子宫前壁,行宫颈提拉缝合术,腹主动脉球囊减压后无活动性出血……90分钟的手术过程惊心动魄,最终在大家共同努力下,母子平安,产妇也成功保留子宫。

(产三科 刘彩玲)

抗疫日记

“疫”不容辞 温暖随行

自我市疫情发生以来,我院闻令而动,积极响应组织号召,无数医护人员白衣执甲,星夜奋战,用速度、力度和温度迅速筑牢疫情防控严密防线,守护无数南阳百姓的健康安全。

在隔离点、封控区、方舱工作的日子里,他们用质朴的语言记录真实的工作状态,用细微的文字表达内心真切感受,凝结成一篇篇鼓舞人心的战疫日记。今天,让我们翻开日记本,一起去了解下这些令人感动的温暖瞬间吧!



隔离点日记:

心内一科 魏明明

刚到隔离点时,每天都是紧张而有序的。我们的任

务,主要是做好隔离点患者的各项保障。每天坚持为大家采集核酸,发放早饭,送药,消杀,垃圾收取,日常消毒。同时,应对突发事件,

还要积极做好患者的心理护理,保证环境的安全。休息之余,医院还安排了专业的老师对我们反复进行各项培训操作,让大家熟练掌握所有操作流程及细节,确保将后面的工作做得更好。

虽然工作压力大,强度高,但我和身边的同事积极配合,互相鼓励,始终坚信能好好完成任务。我们医护人员是身后万千患者的保护屏障,必须迎难而上,哪怕遇到患者不理解的情况,也不能辜负身上圣洁的一袭白衣。

医者仁心,大爱无言。无论何时何地,只要群众有需要,我们市一院人始终会召之即来,来之能战,战则必胜,全力以赴为大家撑起一片健康而有温度的蔚蓝晴空!

封控区日记:

心内二科 陈亚楠

记得主动申请回医院待命那天,我院安排了众多医护人员前往封控区域采集核酸,作为其中一员,我深感自己身

上责任重大。静默的城市里,守护万家灯火需要很多医护人员的努力付出。我和身边的同事们,也愿意像聚光的萤火,为守护人民群众的生命健康多作一些力所能及的贡献。

大巴车到达封控小区后,我们迅速穿戴好防护用品,开始入户采集核酸。凛冽寒风中,晦暗的楼道里,我们和社区志愿者一起戴着小头灯,敲响小区里每户居民的家门,耐心说明来意,认真采集核酸。

在此过程中,很多人都会真诚地说一句“谢谢你,辛苦了”。看似简单的一句话,却让大家感觉所有的辛苦和坚持都值得!

白衣执甲,逆行出征。去时无畏,归来无恙。祝愿身边所有的南阳同胞健康无恙,也希望我们能够尽快恢复正常的生活,让这个冬天的南阳城变得更加温暖!

方舱日记:PICU 韩虹

在方舱工作的这些日子,令我印象最深刻的是身边护

士同志奔波忙碌的身影,在12月的寒冷天气里,她们不辞辛苦地坚守在工作岗位上,从不叫苦叫累,热情服务患者,令我满心敬佩。

一次,由于突然收治了许多患者,原先存储的被子和床垫不够,我和身边的女护士李娇、高亚玲、付明月,一趟一趟地把沉重的床垫和被褥运到五楼六楼,穿着笨重的防护服,累得气喘吁吁,浑身湿透,毫无怨言。

其实,在方舱里,还有一些其他岗位的医护人员像我们一样,时刻未曾松懈,心系患者安危,有时顾不上吃饭、休息,就全神贯注地投入到各自的工作当中。

有人说,我们是抗疫战斗中白衣执甲的逆行者,也有人说,我们是星夜驰援、满腔热忱的爱心战士。但在我心中,义无反顾地抗击疫情是我们义不容辞的责任和使命,团结协作,甘于奉献是我们市一院人多年凝聚起来的不朽灵魂。

医共体之窗

●12月23日,卧龙区医疗健康服务集团党政办公室在集团办公场所2楼会议室召开科务会。会议要求,近期工作重点以做好危重症患者的救治为主,各相关部门要根据医院的统筹安排,提高政治站位,严格落实分片包干巡诊机制,切实做好各项医疗保障工作,使危重症患者能够得到及时有效的救治。

●12月27日,卧龙区卫健委召开全区医疗机构医疗救治工作视频会议。卫健委党组书记、主任张继中出席会议并讲话。会议传达了《关于转发做好元旦春节期间农村地区疫情防控和健康服务工作的通知》和《关于印发对新型冠状病毒感染实施“乙类乙管”总体方案的通知》,要求医疗救治工作要坚持人民至

上、生命至上,坚持科学防治、精准施策,完善应对准备,工作重心从“防感染”转向“强救治、防重症、防死亡、保健康”上来。与此同时,会议邀请卧龙区医疗健康服务集团总院呼吸科主任陈飞以《新冠肺炎重症的早期筛查和识别》为题,对参会人员进行了专业知识培训,提升大家的防病意识和健康知识。

●12月30日,卧龙区医疗健康服务集团党政办公室在集团办公场所2楼会议室召开科务会。会议要求,根据医院需要,计划抽调本科室有护理经验人员前往临床科室工作,积极协助临床科室医护人员,倾尽全力服务于广大患者。

人才兴院

肿瘤学博士学成归来！涇水河畔，心安所在……



走出去，是为了更好地归来

2004年，姚传山本科毕业后进入南阳市第一人民医院肿瘤科工作，在肿瘤科前辈的带领下，他迅速成长起来，在十余年从医生涯中，为无数肿瘤患者制定个性化诊疗方案，帮助他们摆脱病魔纠缠，告别了梦魇般的日子。他严谨的治学之道，精益求精的医学态度以及精湛的技术实力有口皆碑。

十几年如一日，姚传山坚持不懈地钻研医学知识，对掌握先进技术有着强烈的使命感和紧迫感。胰腺癌是“癌中之王”，恶性程度极高，5年生存率不足9%，一旦发生肝转移，5年生存率不足2%，目前对于胰腺癌肝转移尚无有效的临床治疗方案。“面对一些肿瘤患者常常感到束手无策，我觉得还需要再提高自己。”他一直记得上班伊始，院长马磊对他们的要求，“临床工作要更精进，必须坚持理论提升。”直面职业瓶颈，为了寻找胰腺癌新的治疗靶点，他决定赴南开大学攻读肿瘤学博士。

姚传山，南开大学肿瘤学博士研究生，在外求学三年后，他选择回到曾经就职的南阳市第一人民医院，这里有需要他的患者，有他敬重的前辈，有熟悉又默契的团队和他亲爱的家人……

博士期间，他师从留学瑞典和美国的王丰导师，如饥似渴的学习，和团队一起通过对数百例胰腺癌患者基因测序数据进行大样本分析，并在动物和细胞实验中进行反复实验论证，参与完成多项研究课题，接连发表了3篇SCI论文，3年便完成了通常4年、5年才能完成的博士学业。

攻读完博士的他受到多家单位的邀约，他也曾萌生过在医学院校当教师的想法，但这个念头很快就被自己否定，“当医生能直接解决更多人的病痛困扰，更能体现治病救人的价值”。在他看来，借助南阳市第一人民医院肿瘤专业强大的软硬件实力和自己的技术，帮助肿瘤患者找到最适合的治疗方案，花最少的钱让患者得到最大的收益，让更多家庭渡过难关是件极有意义的事。2022年8月，这颗冉冉升起的一颗“博士新星”重新回到他最熟悉的地方——南阳市第一人民医院。现在，在肿瘤中心病房里、诊室内，以学识与经验为桨，奋力推动生命之舟的姚传山步履坚定，眼里有光。

凭着一身“犟劲儿”治愈生命，影响生命

回顾从医路，姚传山用“热爱、勤

奋、执着”来概括，选择做一件事便毫不犹豫地走下去，哪怕前路漫漫，荆棘丛生，只因那份热爱已深入骨髓。

他还是古训“见贤思齐”的践行者和受益者，只要认为对的事，或遇到深切想要追随的优秀品质，便自觉学习践行。终身名誉院长贺利民、马磊院长、赵旭林主任、仲立新主任，这些肿瘤学前辈都对他产生了深远的影响。马磊院长要求的“处变不惊”“不畏不惧”“游刃有余”的医者状态、赵旭林主任的规范严谨作风等都已内化为他自己的优点，闪闪发光，现在他又开始影响更多的人。他对自己的评价耿直又幽默，“我就是个一身犟劲儿的人，我认为对的就会坚持。”

临床方面，他一直有着自己独立的思考，致力于在规范化的前提下为肿瘤患者制定最个性化的治疗方案。2013年，一位77岁原发病灶不明的腹壁肿瘤患者出现大量腹水，病情十分危重，姚传山结合病人情况，每天定量放腹水，并给予药物灌注治疗，腹水控制后针对腹壁肿块病理特点给予全身化疗，老人很快恢复了正常生活，至今还在定期复查。印象最深的是一位宫颈癌术后复发侵犯泌尿系统的患者，通过医院多学科诊疗，患者泌尿系统功能恢复，并且肿瘤完全控制。如今，曾经的肿瘤患者已

再次回到工作岗位上6年有余，谈到这些，姚传山脸上满是自豪。

破解肿瘤密码 助力癌症防治

随着医疗水平的提高，通过靶向、免疫治疗及综合治疗等手段，有些癌症患者生存期已提升至3—5年甚至更久。癌症患者早期诊断早期治疗是提高患者生存时间和生活质量最有效的方式。

姚传山说：“对于普通人，肿瘤的预防和早期发现非常重要，癌症越早发现，越快加以干预和治疗，患者的治愈率才会越高，治疗的痛苦也会减少很多。对于已确诊的癌症患者，没有哪种治疗手段是最好或是万能的，只有根据不同肿瘤的特点和不同的患者，将各种手段有机地整合应用，制定出个体化、规范化的治疗方案，才能获得最佳的治疗效果。”

“我现在最想做的，就是把对癌细胞分子生物学特征的研究和临床诊疗工作实践联系起来，转化为先进的癌症治疗理念，服务于更多癌症患者。”姚传山已为自己和团队明确了未来的目标和方向，并将为之继续奋斗。

(文/图 朱珂珂 朱霖)

名医心声

陌笑阡歌 DNA 敏思慧耕分子间

2022年南阳市第一人民医院省重点实验室工作随想

虎年下山去，玉兔报捷来。2022年，光阴如白驹过隙，但蓦然回首，我们研究室工作可谓内容丰富，开展项目较多；经济效益明显提升，实际研究价值可观；有开创性研究意义的课题思路开阔了，研究的手段与方法也更深入了；海内外学术交流没有停歇，院内外学术交流频次增加；同事们精神抖擞，家庭事业虽然受疫情无情地冲击着，但我们收获满满，其乐融融。

经历了疫情的劫难，使我们变得更具有免疫力。经历了生活的磨砺，使我们变得更为坚强！

2022年，肿瘤分子生物学医学重点实验室的同仁们，作为研究人员，在奔向科研专业化道路上，以临床实用和原理探索为前提，已经迈过了初级的科研意识培养、基础研究方法巩固阶段，开始了具有生产力价值的项目的探索。

我们看到了一个有组织、有纪律、有思想、有理想的充满着希望和活力的队伍！

可以说，到目前为止，我们真正入围了一个叫做“研究室”的范畴，即便我们没有做出客观的全面评估，哪怕是“溜票”入场也是真实的、令人欢欣鼓舞的！

丁炎、建东等关于藏红花素的抗

辐射性炎症、抗肿瘤机制中的信号通路、应答机制、作用靶点与位点的研究已经步入了发现之路；脂质体装载藏红花酸属于我们自己的技术创新；媛媛、全晓、丽柯、杨卫等研究的“囊泡荷载”技术、人体肺腺癌P549细胞的培养以考察藏红花酸对放疗后免疫功能影响和抗炎机理的研究开创了医院新项目研究的先河；还有我们的干细胞、免疫细胞学、病原微生物检测等等众多的项目在全晓、晓玲的支持下、全咏、史芳瑜和全研究室同志们共同努力下的技术成熟性发展，从效果上看，都超出了预期。

不能忘记的是，这一年，医院对实验室的工作有了新的认识，在设备配置和运营管理上都给予了默许的支持。

社会学研究是发明的科学，而自然科学是发现的科学。

就我们的肿瘤分子生物学而言，我们除了完成医院行政指令性任务之外（如抗疫等），现在正在做着两方面的工作：

一是检验工作（这符合医院对临床工作需要的要求）；

二是探索与发现工作，这符合真正研究意义上的需要，尽管不是“短平快”，但符合我院制订的“科研为明天”

“建设研究型医院”的总方针。

第一项是技术性工作，第二项是研究性工作，它是研究室的灵魂。

肿瘤分子生物学的研究，就研究的内容从路径上来说，必须明确方向、位点、通路、靶点、机理、机制、箱体、正负反馈、干预因素及其影响干预因素、物理性能、化学性能、结构学、数学计算规律……等等，怎么样确立这些内容的相互关联和规律，一个真正的“大家”，必须是一个哲学家和数学家，尤其是哲学家。否则，做点小实验可以，要真正做研究就难了。

我们现在正在进行的像培养科研意识和培养基础研究方法一样的工作，认真地修炼哲学观、数学方法论，这是研究学者终身必修课。从这一点而言我们需要立灵魂。

我们学习哲学的目的不是成为哲学家，而是用哲学原理和方法论来指导我们的研究工作，避免走弯路，走错路。我们学习数学的目的也不是成为数学家，而是用数学算法去找出规律和客观存在。

从实验室近期周工作总结中“间充质干细胞促进放射性肠损伤修复”的课题和“藏红花酸放射性鼠细胞的免疫保护”以及“体外建模的人肺癌细胞培养”

三个课题的阶段性研究思路、设计思路痕迹复原分析、实验数据多变量纠缠厘清和实验过程规划都看出哲学思想在实验设计中的重要性……但我们还需要把数学算法融入到研究中去，如果我们驾驭了这些工具，我们将会做出更大的成效和升华与跨越。

以上是方法论内容，我们在实际工作中，还需要毅力、手段和技巧。

我的体会是不管对待什么样的事情，如果我们想完成它，做好它，深入地研究它，就要注意以下三个方面：

一、顽强与锲而不舍的精神，矢志不移，穷追不舍。

二、用“两个脑袋”工作：战略脑袋和战术脑袋。

三、重视冥冥中的感觉和稍纵即逝的念头，有些灵感很重要，但稍纵即逝。

过去的2022年疫情阴霾密布，却没能阻挡我们研究室毅然决然前进的步伐；工作中困难重重，更加历练了我们坚韧不拔的精神！

2023年，我们更加充满豪情，道路长且阻，大地向天歌。希望如东方日出，阳光普照出万丈光芒！

祝大家2023年家庭幸福！事业发展！

(研究室 贺利民)

宝宝得了鹅口疮 妈妈这几件事要做对

宝宝嘴里长了一片白白的东西,用棉签擦也擦不掉,宝宝还不停哭闹和厌食,这是怎么了?不要担心,可能是鹅口疮在作怪。

鹅口疮主要是由真菌感染引起的,是2岁以下儿童的一种常见口腔疾病。主要在上颚、舌头、颊黏膜等处出现白色乳凝块样物,不易被擦拭掉,是白色念珠菌感染所引起,当婴儿营养不良或身体衰弱时易发病。新生儿多由

产道感染或因哺乳时污染的奶头和乳具获得感染。

那么,宝宝得了鹅口疮后,该如何治疗呢?

1. 通常可用2%碳酸氢钠溶液在宝宝哺乳前后清洁口腔。
2. 喂奶后口腔局部涂抹10万~20万U/ml制霉菌素鱼肝油混悬液,每日2~3次。用药2~3天白斑就消失了,这时再坚持用2%碳酸氢钠溶液清洗口腔。

3.如果鹅口疮的程度较重(鹅口疮面积占整个口腔面积的50%以上),且使用制霉菌素没有效果时,必要时可口服氟康唑治疗。

特别注意:以上治疗在执行时,建议在专业医师指导下进行。同时,建议哺乳期母亲在喂奶前用温水清洗双手、乳晕和乳头。日常勤洗澡、换内衣、剪指甲。人工喂养的婴儿奶瓶、奶嘴应充分清洗,并定期煮沸消毒。(NICU 周曼丽)

新手爸妈如何应对宝宝吐奶

大多数新生儿吐奶为生理反应,由于胃容量小,一次摄取太多食物就会出现吐奶现象,也被称为溢奶。同时,如果孩子患有某些疾病导致消化功能不足、食欲不振、精神异常、哭闹等,都可能会引发吐奶。除此之外,喂养不当也会导致婴儿吐奶频繁或吐奶量多,如:喂奶过快、喂奶量过多,频繁更换奶方,喂奶前较长时间哭闹,喂奶时吞入大量空气等。

如果新生儿各项生理指标正常,一般考虑为生理性吐奶。如果宝宝吐奶频繁,同时伴有腹胀、腹泻、发热等症状,应送医院做进一步的检查、

治疗。

那么,怎样避免新生儿吐奶呢?

- 01.帮宝宝轻柔肚子,通过按摩的方法帮助孩子消化,改善孩子吐奶问题。
- 02.注意给宝宝保暖,人工喂养时要避免奶粉过凉,喂奶前要避免宝宝过度饥饿或哭闹。
- 03.母乳喂养的宝妈饮食要清淡易消化,人工喂养则要给宝宝适量喂水,避免宝宝上火。
- 04.喂奶后,让宝宝竖直趴在大人肩上,轻拍宝宝背部,帮助其排出吞入胃中的空气。

(NICU 李莹)

每年都有人中招

冬季警惕无形的「杀手」

几天前,我院急诊医学科接诊了一位年近90岁的老大爷。老人入院时双目紧闭、呼之不应、四肢瘫软,可是却口唇红润,面部甚至有点喝醉酒的红晕。

据家属说,老大爷既往有高血压和糖尿病,平素还爱喝两盅。是这个季节多发的高血压和脑血管病造成的昏迷?是过量饮酒造成的酒精中毒?是糖尿病控制不佳引起的高血糖或低血糖昏迷?酮症酸中毒?还是长期酗酒造成肝硬化和肝性脑病昏迷?经过相关检查,竟然一一排除。

难道是CO中毒?经验丰富的医生再次追问家属,一位家属疑惑地提到,由于夜里太冷,她当晚把一盆已经“不冒烟”的火盆子放在了老大爷门口。

考虑周到的医生其实早已根据病情按照疑似中毒给予了高流量氧疗、脑保护等治疗,确认诊断后,又立即安排了高压氧疗等治疗措施。2天后,老大爷在医护精心治疗下,逐渐恢复意识。

原来,这位老大爷的病因,恰恰是因为那盆不冒烟的火盆子仍不完全燃烧引起的一氧化碳中毒。在此,我院专家特别提醒:建议室内不要摆放火盆煤炉,如果家人出现一氧化碳中毒情况,请及时拨打120急救电话入院治疗。

(急诊医学科 罗凯)

天气变冷 有好胃才能品尝好滋味

冬天来临,许多吃货朋友们十分关心冬季怎样吃得肠胃健康?别着急,今天就让我院消化内科医生为大家送上一份冬季肠胃保护宝典吧!

注意日常保暖,避免肠胃受凉

冬季肠胃怕凉,对寒冷的刺激十分敏感,相信很多朋友都有受凉后胃痛、拉肚子的经历。建议慢性胃炎的患者适当添加衣服,注意日常保暖,不要让腹部受凉。

饮食要选暖、软、鲜、淡

冬季是老肠胃病友们保养肠胃的重要时机,在日常生活中,建议吃点温暖的、软的、新鲜的、清淡的食物。

烹饪应多采用蒸煮、熬烩,少吃煎炸、烧烤的食物。买菜时选择新鲜、有营养、健康的食物。油、盐、糖的摄入量应适度,避免腌制、过夜、油腻及重口味食物。

吃饭要细嚼慢咽

吃饭速度宜慢,禁忌急躁,食物在口腔中的咀嚼可与唾液充分混合,利于消化和吸收。进食避免过快、过热、过烫、过辣。

养成健康饮水习惯

冬季干燥,建议每天至少引用2000ml左右的温水,避免凉水、冰水。晨起空腹饮用200-300ml温水,养胃又护肠,利于大便的排出。另外,餐前饮用50-100ml温开水利于消化和控制体重,餐后不宜饮水,因为餐后饮水会稀释胃液,影响食物的消化。

(消化内科 魏晓广)

冬季来临 如何预防呼吸道疾病高发

冬季来临,随着气温的下降,呼吸道疾病如感冒、肺炎、慢性阻塞性肺疾病、支气管哮喘等的发病率也迅速上升,尤其是北方,天气又冷又干,此类疾病的发病率更高。那么,冬季该如何预防呼吸道疾病呢?今天我院呼吸科专家就来跟您聊聊这个话题。

1、加强房屋通风换气,尤其是幼托机构及学校,更应定时通风换气,以减少病原体的传播。

2、注意个人保暖,维持身体抵抗力,尤其是年老体弱及患有慢性呼吸道疾病的患者,更应注意保暖,避免劳累熬夜,注意合理膳食、适当运动,以免身体抵抗力下降而导致感染。

3、减少冷空气吸入,增加室内湿度。患有慢性呼吸道疾病家庭尽量采暖,并加强室内保暖。

4、戒烟。戒烟及避免被动吸烟常常是减少某些慢性呼吸道疾病急性加重的重要因素。

5、对于一些患有呼吸道慢性疾病如支气管哮喘、慢性阻塞性肺疾病,规律吸入支气管扩张剂可有效减少该病急性加重几率。

(RICU 陈璐)



冬天气候寒冷,是各种疾病的多发季节。不仅容易诱发呼吸道感染,还有可能一不小心就引发心脑血管疾病。因此,大家在冬季一定要做好防寒保暖,千万别被“冻”出病。

其实健康过冬,首要的就是一个字:暖。尤其是老年人,预防心脑血管疾病,更要防寒保暖,具体我们可以这样做:

1、日常穿暖和一些,及时增减衣服。遇到风雪天气,出门前请戴好帽子、围巾、手套等保暖衣物。回到暖气房或有空调的室内,及时更换合适的衣物,避免过热捂汗。

2、适当活动,注意劳逸结合。每天晨练之前,晚上睡觉之前最好喝一杯温开水。同时,建议畏寒的老年人养成睡前泡脚的好习惯,泡脚时揉搓脚心,有利于促进血液循环,帮助睡眠。

3、饮食不要过于油腻,进食少胆固醇的食物,多吃富含纤维素的食物,保持大便通畅,防止便秘。

4、有糖尿病、高血压等基础疾病的老人,要遵医嘱按时服药,不可突然减量或停药。

(全科医学科 张新贵)

想要提升免疫力 专家为您送上营养小妙招

近日,国家出台了防疫“新10条措施”。新措施的出台,标志进入后疫情时代,也就意味着病毒依旧存在,比拼“免疫力时代”到来。免疫力与营养的关系密不可分且相互关联,合理营养能促进免疫系统全面有效运行,有助于人体更好地预防疾病、克服环境污染和毒素的侵袭。

合理营养关键是吃好一日三餐,均衡饮食。中国居民膳食指南(2022)建议食物多样化,平均每天摄入12种以上食物,每周25种以上,合理搭配,每天食物安排谷薯类、蔬菜水果类、畜禽鱼蛋奶和豆类食物。

- 1、建议以谷类为主,增加薯类和杂豆类的摄入(谷类:200-300g/天),多吃新鲜蔬菜水果。
- 2、适量吃鱼、禽、蛋和瘦肉(120-200g/天)。
- 3、每天1杯奶(300ml)、1份坚果。
- 4、控油少盐,少糖(油25-30ml/d,盐<5g)。
- 5、规律进餐,足量饮水。
- 6、主张不抽烟,不喝酒。
- 7、保持规律休息及充足睡眠、维持健康体重。
- 8、吃动平衡,合理安排每日运动。

(临床营养科 耿雪峰)

科学稳住血压 让居家生活更健康

居家期间,高血压患者尤其需要维持良好的生活方式,避免血压波动。今天,就让我院专家为广大患者送上居家健康指南,帮助您科学稳住血压。

01. 按时测量血压、坚持服用降压药。

居家期间,建议高血压患者每日测量血压2次,早晚各1次,每次测量3遍,取后2次血压的平均值。若平均血压超过135/85mmHg,或血压波动大,可电话联系主管医生调整降压方案。若血压稳定,就坚持之前的方案,不要随意减药或停药,降压药长期服用,不会产生耐药。

02. 保持健康的生活方式。

在饮食方面,建议大家合理搭配膳食,尽量做到低盐、低脂,多吃蔬菜水果。同时,高血压患者要注意戒烟、限酒。

在日常作息和运动方面,建议养成早睡早起的作息习惯,居家健身可选择太极拳、八段锦、广播体操等节拍不是很快的非剧烈运动。

在心理健康方面,建议大家保持平和的心态,避免因情绪波动引起血压升高。

在此,我院高血压诊疗中心专家马金霞特别提醒广大患者:如果居家期间,患者身体出现血压波动较高并且伴有意识模糊、突发胸痛、下肢水肿等特殊情况,请及时拨打120急救电话,前往医院就医,千万不要因为一时大意,贻误病情。

(高血压诊疗中心 陈亚楠)