







# 传承雷锋精神，我们在行动

本报讯（通讯员 高婧雯）今年是毛泽东同志为雷锋题词并发出“向雷锋同志学习”号召61周年。为深入学习宣传党的二十大精神，进一步贯彻落实习近平总书记关于弘扬雷锋精神的重要指示，持续深化虹口区新时代文明实践和学雷锋志愿服务工作，弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神，上海市中西医结合医院的党员志愿者、共青团员、医疗业务骨干等积极组织了各项学雷锋志愿服务活动。通过实际行动，向社会传递着关爱与温暖，展现着医务工作者的责任与担当。



“学雷锋”斯凯洛斯关爱小组进病房送温暖



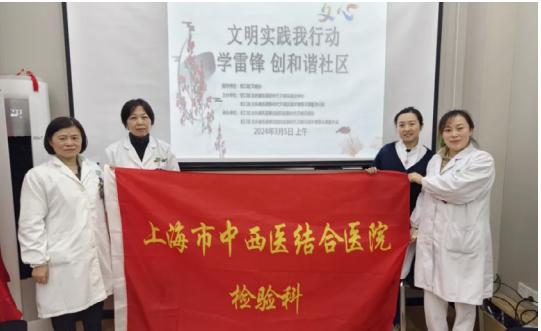
“爱耳日”听力健康咨询活动



“学雷锋”进社区，健康常伴你左右



虹口区3.5学雷锋文明实践志愿服务活动



检验科进社区开展“雷锋精神伴我行”活动



“学雷锋”进楼宇，健康走进你身边

## “学雷锋”斯凯洛斯关爱小组进病房送温暖

2月27日上午，风湿病科副主任王蕾带领医生们与社工科的同志一起在查房的同时将温暖实用的“手套”、寓意平安吉祥的“手工香囊”等礼物送到患者们的床前。当天下午，在风湿病科教室召开了“关爱罕见病”科普志愿讲座，病人们都表示收获非常大。

## “爱耳日”听力健康咨询活动

3月1日上午，上海市中西医结合医院在门诊大厅举办了主题为“科技助听，共享美好生活”的爱耳日公益活动。耳鼻咽喉科主任薛明带领专家团队开展健康咨询活动，为前来的市民朋友们免费提供耳鼻喉科相关疾病的咨询，开展了免费的听力检查，细心讲解如何进行日常护耳、爱耳技相关保健知识，并提供了免费的助听器试戴服务。

## “学雷锋”进社区，健康常伴你左右

3月5日上午，我院脾胃病科主任戴彦成到凉城公园参加了“3.5”学雷锋大型为民服务活动。活动现场，戴主任耐心地询问居民身体状况，解答居民的各种疾病问题，对其健康症状进行相关的讲解并给予饮食建议，让他们及时了解自己的身体状况及相关疾病的预防。

## 虹口区3.5学雷锋文明实践志愿服务活动

3月5日上午，“文明实践我行动，学雷锋树新风共创虹口文明城”虹口区3.5学雷锋日暨属你最“虹”——幸福直通车活动在鲁迅公园举行，区委常委、宣传部部长吴强出席活动并致辞，区人大常委会副主任、区总工会主席谢海龙，市文明办副主任郑英豪，市退管会副主任、市总工会副主席赵德关等领导出席本次活动，并为我院社工科科员高婧雯颁发第六届中国国际进口博览会优秀志愿者证书。活动现场，80余支志愿者服务队参与文明集市，为居民提供各类便民利民志愿服务。我院普外科杨孙虎主任、脉管病科彭林峰医生在现场提供健康义



第三党支部践行雷锋精神

诊服务，受到广大居民的欢迎。

## 检验科进社区开展“雷锋精神伴我行”活动

3月5日上午，我院检验科在陆群主任的带领下到惠民居委，组织开展了“学雷锋便民服务”活动。本次开展的便民服务有：用药咨询、检验报告解读与咨询、血糖测定、血型鉴定等。活动现场秩序井然气氛活跃，医务人员耐心与每一位前来咨询的居民交谈，为他们测血糖、验血型并向他们普及健康用药知识，分发药物使用服务手册，提醒大家合理用药、均衡营养，锻炼身体，定期体检，身体不适及时就医，养成健康的生活习惯。

## “学雷锋”进楼宇，健康走进你身边

3月5日中午，我院血管外科马超医生参加了北外滩街道党群服务中心在杨树浦路248号一楼开展主题为“旗帜北外滩，‘益’起学雷锋”的“3.5”学雷锋日志愿服务主题活动，为附近楼宇中工作的白领们提供了健康咨询服务。

对“上班族”而言，工作日看病就医，或多或少存在不便。在附近楼宇上班的白领们下楼吃饭，看到有免费的健康咨询活动，立刻来到了现场。马超医生针对久坐办公、缺乏锻炼、不良生活习惯导致的一系列亚健康状况，进行了健康指导和科普教育，受到白领们赞誉。



学思践悟新思想，志愿服务践初心

## 第三党支部践行雷锋精神

3月5日下午，我院第三党支部的党员们在支部书记盛昭园主任的带领下，走进了逢源居委，展开了一场暖心的志愿服务活动。参加本次活动的党员及发展对象分别是：传统医学科主任盛昭园、儿科副主任杜琳麟、针灸科副主任马桂芝、推拿科主治医师严一成、儿科主治医师黄梦雪、传统医学科主治医师陈建，涵盖了传统医学、针灸、推拿及儿科方面的医疗咨询和个性化的诊疗建议。医师们专业的医疗技能和热情的服务态度赢得了居民们的一致好评。此次活动不仅为社区居民提供了便利的医疗服务，更是我院第三党支部践行雷锋精神、服务社会的具体体现。

## 学思践悟新思想，志愿服务践初心

3月6日上午，感染性疾病科的年轻护士朱文炜与顾燕妮在和平公园为社区居民提供流感预防的健康咨询，立足自身专业特长，践行雷锋精神，奉献青春之力。上海市中西医结合医院团委“青春中医 医心守护”为民服务团队的青年医护通过常态化志愿服务项目，将学雷锋活动融入日常、化作经常，转化团员青年道德自觉和行动自觉。此次活动让市民在公园晨练时就能享受免费的医疗与服务，不仅为市民提供了便利，更是进一步弘扬了雷锋精神，推动营造文明和谐、团结进步的浓厚社会氛围。



# 市中西醫院報

SHANGHAI TCM-INTEGRATED HOSPITAL NEWS



主办单位：上海中医药大学附属上海市中西医结合医院

第264期 2024年03月31日 本期4版 网址：<http://www.stcmih.org.cn/>



扫描二维码，即可关注微信号：  
上海市中西医结合医院订阅号。

## 医院组织举办中心组（扩大）学习暨廉政警示教育

本报讯（通讯员 李升）为贯彻落实党的二十大、二十届中央纪委二次全会精神，不断营造风清气正的良好政治生态，持续深化反腐倡廉教育，充分发挥反面典型警示教育作用，医院于3月18日、20日举办了中心组（扩大）学习暨廉政警示教育。医院党政领导率队，全体中层管理干部赴上海市提篮桥监狱参观学习。

提篮桥监狱始建于1901年，后陆续扩建、改建，建筑精良，规模宏大，当时被称为“远东第一监狱”。踏入重重厚重的铁门，曾经的“远东第一监狱”，跃然于大家眼前，这一刻，除了迎面而来的历史凝重感，心中油然而生更多的是敬畏。在监狱民警的引导介绍下，大家先后参观了在押人员监区以及监狱陈列馆，共同聆听了提篮桥监狱的历史、布局、设施、曾经关押的历史名人等，并且实地了解服刑人员的日常生活、劳动改造情况，零距离感受“高

墙电网”的铁窗生活。3平米多一点的监舍，身陷囹圄泣血含泪的忏悔，这一刻，血与泪的事实告诉大家，违纪违法所获得的，终将是泡沫，转瞬即逝，而为此，将失去自由、初心、亲情……全体人员切实感受到从“一念之差”到“一墙之隔”的巨大反差，使党员干部们深刻认识到违法犯罪的沉痛代价和自由的珍贵，让在场的每名干部深受触动，起到触及灵魂的教育效果。

此次中心组（扩大）学习暨廉政警示教育活动，让大家接受了一次灵魂洗礼和党性锤炼，大家纷纷表示要以这次的警示教育为鉴、深刻汲取教训，始终做到知敬畏、存戒惧、守底线，珍惜现有工作岗位和美好生活，严格执行廉洁自律各项规定，牢固树立纪律红线不可逾越、法律底线不可触碰的理念，永葆忠诚干净担当政治本色，努力推动医院工作高质量发展。



## 虹口区举办2024年糖尿病并发症筛查及培训工作会议

本报讯（通讯员 吴坚）上海市第一人民医院内分泌科王育璠主任就社区糖为进一步推进虹口区糖尿病预防与诊治工作服务体系建设，2024年虹口区糖尿病并发症筛查及培训工作会议于2月29日下午在上海中医药大学附属上海市中西医结合医院2号楼十二楼报告厅召开。

上海市第一人民医院、上海市中西医结合医院（区糖尿病规范诊治中心）、上海市第四人民医院、虹口区卫健委、区疾病预防控制中心、区卫生事务服务中心、区卫生信息中心、各社区卫生服务中心、万达信息有限公司、中科润达第三方检测公司相关负责同志70余人参加。

会议由区卫健委社区卫生与健康促进科副科长于晓楠主持。上海市中西医结合医院刘建新副院长致开幕辞，他介绍了上海市中西医结合医院的中西医结合诊疗特色及优势，肯定了吴坚主任带领下区糖尿病规范诊疗中心在项目实施过程中发挥的积极作用以及近年来内分泌代谢病科在医教研方面取得的优良成绩。

虹口区规范糖尿病诊疗中心、上海市中西医结合医院内分泌代谢病科吴坚主任就2023年虹口区糖尿病并发症筛查工作进行总结，并对2024年的工作计划及实施进行了详细介绍。虹口区疾病预防控制中心慢性病防制科叶景虹、儿少眼防科科长亢德云分别就2023年虹口区糖尿病高危人群筛查、糖网筛查项目作了总结汇报和2024年计划介绍。广中路街道社区卫生服务中心周云庆主任结合糖尿病并发症筛查，介绍了全专结合开展专科建设的工作经验及新一年的实施规划。江湾镇街道社区卫生服务中心彭晓敏主任汇报了糖尿病并发症筛查工作中遇到的难题及今后的工作思路。上海市第一人民医院内分泌科王育璠主任就社区糖尿病诊疗培训工作和骨干医师导师制培养项目（市一组）做了2023年总结报告及2024年项目展望，同时也介绍了具有特色的区域血糖远程信息化管理新模式及糖尿病眼病全程管理。

最后，虹口区卫健委汤显副主任对我区糖尿病预防诊疗健康管理全程健康服务体系建设所取得的

成效给予充分肯定，并对2024年的工作提出展望。

今年是国家慢病防治示范区复审之年，要以此为契机，总结传播好虹口糖尿病防治做法和经验。预祝糖尿病防治工作进一步取得成效，社区卫生服务中心家庭医生团队诊疗服务能力进一步巩固与提升。



## 脉管病诊疗中心主任曹烨民 获聘为上海中医药大学“特聘教授”

本报讯（通讯员 王御震）为进一步推进慢性病管理规范化及国家标准化代谢为切实推进“人才强校”战略，坚持立德树人根本任务，提升优势学科及特色学科整体水平，充分发挥“创新团队”建设工作平台优势，释放高层次人才协同创新效应，打造顶尖优势团队，上海中医药大学、上海市中医药研究院开展新一轮“学术荣誉体系”选拔工作。经层层筛选，上海中医药大学附属上海市中西医结合医院脉管病诊疗中心主任曹烨民教授获聘为上海中医药大学、上海市中医药研究院“特聘教授”。2月28日下午，第三轮“学术荣誉体系”聘任仪式暨学术报告会在上海中医药大学举办。

这次聘任不仅是对曹烨民教授个人学术成就的肯定，也是对脉管病诊疗中心工作的认可。我们期待在曹烨民教授的带领下，脉管病诊疗中心能够在中西医结合脉管病防治领域取得更加辉煌的成就，为我国的医学事业做出更大的贡献。

### 曹烨民教授主要成就

曹烨民，上海中医药大学附属上海市中西医结合医院脉管病诊疗中心主任、上海市中医药研究院脉管病研究所所长，上海市名中医，享受国务院政

府特殊津贴。兼任国际血管联盟 IUA 中国分部中西医结合治疗血管疾病专委会主任委员、中华中医药学会周围血管病分会副主任委员、中国中西医结合周围血管病专业委员会副主任委员、世中联中医适宜技术评价与推广委员会副会长等任职。

从事外科、中西医结合周围血管病的医、教、研工作40年，是国家临床重点专科（中医专业）学术带头人。主持整理的糖尿病足诊疗方案已被国家中医药管理局在全国重点专科推广；主持制定2项中华中医药学会的标准项目，参与制定了多个学会专家共识、指南8部；出版著作20余部，发表论文180篇，其中SCI收录15篇。获上海市科技进步二等奖、中华中医药学会科技进步二等奖、上海中医药科技奖一等奖等10余项科技奖励。

入选全国第六批名老中医传承工作室指导老师、全国名老中医药专家传承工作室指导老师、全国基层名老中医药专家传承工作室指导老师、全国优秀中医临床人才、上海市区域名医、上海中医领军人才等，先后获得发展上海中医药事业突出贡献奖、全国医药卫生系统先进个人、上海市先进工作者、全国五一劳动奖章、上海市仁心医师奖等荣誉。



## 喜报

2024年3月22日，《2023年度中医医院学科（专科）学术影响力评价研究报告》在北京发布，我院脉管病诊疗中心入围“2023年度中医医院学科（专科）学术影响力榜单”，荣获中医周围血管病排行榜第2名，中医外科排行榜第8名。



# 守护肾脏健康！肾病科圆满完成“世界肾脏周”主题活动

本报讯（通讯员 林钊）2024年3月14日是第19个世界肾脏日（World Kidney Day）。本届世界肾脏日的主题是“人人享有肾脏健康——促进医疗平等，优化用药实践”。为普及肾脏病防治知识，搭建肾脏病知识平台，以患者需求为中心、共筑肾脏健康，我院肾病科在3月10日至3月16日一周内开启了线上线下、多方联动的形式为广大群众带来多样且易懂的肾脏知识。



### 科普讲座直播

3月14日晚上19点，我院肾病科林钊主任医师在医会宝直播间开展了线上科普讲座《肾病要怎么吃为好——2024年最新版成人慢性肾脏病营养指南解读》，为大家在线解读最新肾病患者饮食指南，引导大家正确地进行饮食管理，为肾脏健康保驾护航。讲座中，林钊主任用通俗易懂的语言，结合生动的案例，深入浅出地讲解了肾病患者的饮食原则、营养需求以及日常饮食中的注意事项。

### 公众号科普文

3月10日至3月16日，肾病科在“肾悦说”微信公众号开展了为期一周的肾病小知识线上推广活动，内容涉及肾脏的生理功能、肾病提示信号、哪些疾病容易诱发肾病、肾病患者饮食注意事项、肾病患者如何提高免疫力、如何避免伤肾行为、如何以积极心态面对肾病等方面。为患者带来生动有趣、通俗易懂的小知识。

### 爱心健康咨询

在3月13日至3月15日三天时间里，我院肾病科在本院，同时联合曲阳路曲二居委、欧阳街道欧二居委以及凉城街道三家社区居委开展了肾脏健康咨询活动。在活动中向公众普及肾脏病的基本知识、预防方法、治疗方法等，现场为群众提供咨询，解答疑问，提供诊疗建议。教育公众如何保护肾脏健康，预防肾脏病的发生，以及肾脏病患者如何自我管理，控制病情发展。



肾病科医生为大家提供健康咨询的同时，也准备了丰富的疾病宣教单页分发给需要的病友，包括临床内科最常见的多种疾病。并借由简单的筛查，包括免费检测血糖、血尿酸、血压、尿微量白蛋白等，帮助更多肾脏病潜在患者早期发现、早期诊断、早期治疗疾病，减轻慢性消耗性疾病为家庭及社会带来的沉重负担。

### 社区联动科普

在凉城新村街道开展“2024世界肾脏日——高尿酸危害大，你吃对了吗？”主题科普。林钊主任为大家详细讲解了什么是高尿酸血症和痛风，高尿酸带来的危害有哪些，以及如何防治尿酸性肾病、如何从饮食及日常调护上辅助治疗疾病。现场检测血糖、尿酸和微量蛋白后，为群众提供咨询，解答疑问。

曲阳街道曲二居委开展“防治肾脏病——如何早期发现肾脏求救的信号”主题科普。任飞主治医师为大家讲解了肾脏病的基础小知识，包括肾脏疾病的成因、症状、诊断方法以及治疗原则等方面的知识，鼓励居民早筛查早发现，有问题早诊治。

欧阳街道欧二居委开展“您的肾脏健康吗？——教您6个自我判断小方法”主题科普。林钊主任为居民朋友介绍肾脏的主要功能，肾脏病的主要表现，如何判断自己肾脏是否健康，出现什么症状需要去医院进一步检查。

通过本次“世界肾脏周”主题活动的圆满完成，不仅为广大群众普及了肾脏病防治知识，还进一步提高了大家对肾脏健康的重视程度。

## 我院开展三基培训——心肺复苏理论及操作考核



本报讯（通讯员 陈琳）根据上海市全面提升医疗质量行动工作方案和质控的要求，进一步落实“三基”培训，提升临床医务人员急救操作水平和应对突发事件能力，我院医务处于2024年3月7日中午12:30分邀请本院急诊科江艳芬主任给全院医务人员进行授课，课程会议由医务处副处长丁亚琴同志主持，讲座内容为三基培训——“心肺复苏急救知识”，会上江艳芬主任针对新版的《心肺复苏急救指南》进行了详细的讲解，全院医务人员积极参加培训。

为进一步强化医务人员对心肺复苏技术的了解及掌握，保证三基培训效果，医务处于2024年3月11日至3月18日组织全院医师进行了为期一周的“心肺复苏操作考核”，此次考核由急诊科江艳芬主任医师、赵浩主任医师、周学春副主任医师和汪颖主治医师担任考官，考官严格按照单人徒手心肺复苏评分表进行打分，考生对“模拟人”实施心肺复苏全套抢救操作，考官针对考生操作中的问题进行个人教学指导，参加考试总人数为320人，包括所有在职和规培医生，做到了全覆盖，考试合格率100%。

通过此次培训及考核，目的是在考核中及时发现问题并进行纠正，提高全院医师的心肺复苏操作技能，提升医疗质量，保障医疗安全。

## 钟薏主任参加上海市食疗研究会肿瘤专业委员会暨虹口区医学会肿瘤学组2024年学术活动

本报讯（通讯员 钟薏）2024年3月15日，上海市食疗研究会肿瘤专业委员会（以下简称专委会）暨虹口区医学会肿瘤学组2024年学术活动顺利召开。我院肿瘤科主任作为上海市食疗研究会肿瘤专业委员会的主任委员参加此会议。

会上，陈晓蓉理事长作介绍了研究会的历史渊源，从无到有，历经40年的发展，吸纳了一大批热爱食疗事业的中医药学、医学、食疗学、营养学、食品工艺学等学科领域的专家、教授、医师、科技工作者。

钟薏主任委员表示，此次学术活动的主要目的，就是为了促进食疗与肿瘤学领域的交流与合作，共同探索肿瘤防治的新途径。在过去的几年里，肿瘤

专业委员会在周荣耀名誉主任委员的带领下为达成此项目的做出了巨大的努力。我们在食疗与肿瘤领域的研究中取得了一系列的突破，并且取得一些成果，这离不开每一位专家的辛勤付出和协会领导的大力支持。

专家学者们共同分享了肿瘤食疗领域的最新研究成果，展示了7个制作精良的食疗科普短视频，还深入探讨了肿瘤治疗领域的前沿指南。

会议最后，钟薏主任委员再次由衷感谢承办方岳阳中西医结合医院肿瘤科各位的共同努力，确保此次会议得以顺利圆满地举办。在新的一年里，相信通过专委会所有人的共同努力，力争为食疗与肿瘤学的发展贡献智慧和力量。



## 我院内分泌代谢病科走进社区开展科普讲座和健康咨询活动



本报讯（通讯员 谢心）为了提升社区居民对糖尿病的认知和预防，增强健康自我管理能力，3月22日下午，我院内分泌代谢病科谢心副主任、邵筱宏医生和沈玲安护士长一行来到宝山区淞南镇盛达家园开展科普讲座和健康咨询活动。

谢心副主任为居民带来以《糖尿病痛性周围神经病变》为主题的健康科普讲座，主要从“从脾论治”探讨糖尿病痛性周围神经病变的中西医结合治疗向居民做出介绍。

在健康咨询环节，居民们纷纷就自身或家人的健康问题向专家咨询。专家们耐心细致地解答了居民们的疑惑，提供了个性化的健康建议。

此外，医护人员还向居民们发放了糖尿病预防的相关健康宣传单；为居民们提供免费的血糖检测服务，帮助他们及时了解自身健康状况。

此次活动得到了社区居民的一致好评，大家纷纷表示，通过专家的讲解和咨询，自己对糖尿病有了更加全面的了解，也学会了如何更好地维护自身健康。



## 中西医结合，护发有方

文 / 郭名骅

我们每天随着新陈代谢会掉落一些头发，但如果头发掉得多了，就会影响美观。当前社会工作节奏快，生活压力大，加之不良的生活习惯，都会导致脱发。

### 什么是脱发？

脱发和秃发虽有联系，但还是有区别的。秃发是头发脱落后的一种结果和状态，是脱发的一种可能结果；而脱发是头发脱落的过程和症状，通过及早干预和治疗可防止其发展成为秃发。

秃发分为瘢痕性秃发和非瘢痕性秃发，最常见的秃发是由头皮局部免疫性和非免疫性因素导致毛囊周期改变的非瘢痕性秃发，比如斑秃、雄激素性秃发、拔毛癖、梅毒性脱发、休止期脱发等等。

### 每天脱发正常吗？

从头发的生长规律来看，正常人有总数约10万根头发，其中生长期头发占85%~90%，休止期头发占10%~15%。处于休止期的头发在洗头、梳头或搔头皮时，就会随之脱落。如果每天头发脱落超过100根，那么就是病理性脱发，需及时到医院就诊，找寻病因，及早干预。

### 如何自测脱发？

脱发简单自测方法：拉发试验——患者5天不洗头，以拇指和示指用轻力拉起含有五六十根毛发的一束头发，计算拔下的毛发数量，多于6根为阳性，表示有活动性脱发；否则为阴性。雄激素性脱发患者通常为阴性，而斑秃、休止期脱发或生长期脱发

的活动期可为阳性。

### 脱发的原因有哪些？

斑秃一般和工作紧张、焦虑、睡眠不佳、过敏、自身免疫因素有关，而雄激素性秃发常带有遗传因素。某些感染比如梅毒、真菌、细菌感染都可导致毛囊的破坏，造成永久性秃发。外科手术、产后、休克、严重精神刺激可导致较多的毛囊提前进入休止期，引起休止性脱发。

中医认为脱发属“蛀发癣、油风、鬼剃头”范畴。明代沈仕《摄生要录》载“多怒而百脉不定，鬓发焦焦”。可以看出肝气疏泄不利，藏血功能失宜，头发不养而发堕。另外“肺主皮毛”，湿热从外侵袭肺脏，肺气不利，毛发不荣，脾虚致水湿运化失常，湿浊内停而血行受阻，瘀血内生，湿瘀交结，疾病缠绵。

### 如何保养头发呢？

1. 保持良好的生活习惯，调节心情，舒缓压力。
2. 头为诸阳之会，通过按摩头部穴位，促进头部血液循环，可有效预防和缓解脱发。可按摩百会穴、四神聪、太阳穴、风池穴、风府穴。
3. 避免频繁的烫发染发
4. 均衡饮食：多吃蛋白质含量高的食物：鸡蛋、牛奶、瘦肉等，多吃新鲜蔬菜、水果，其中含有许多构成发质所必需的微量元素。

### 脱发如何治疗呢？

1. 药物治疗：米诺地尔、非那雄胺、中药
  2. 非药物治疗：中医外治：滚针、揲针、梅花针。低能量激光照射、穴位敷贴等。
- 以上治疗需咨询医师后进行，针对不同的脱发病因，选择合适的治疗方案。

## 什么是肌少症？

文 / 盛昭园

肌少症作为一种常见的肌肉疾病，影响着越来越多的人们生活质量。肌少症是一种进行性全身性骨骼肌疾病，主要表现为肌肉量过少和功能丢失，与跌倒、功能退化、虚弱和死亡率等在内的不良后果增加有关。

### 什么是肌少症？

肌少症又名肌肉减少症、少肌症、骨骼肌衰老，指的是与年龄增加有关的骨骼肌质量流失，和肌肉力量或躯体功能下降，多见于老年人。

骨骼肌从40岁起就开始衰老，肌肉数量与质量平均每年减少8%左右，到了70岁以上更是翻倍增长，直至影响健康。国外流行病学调查显示在<70岁的人群中，本病发生率小于20%；70~80岁人群的发生率达30%左右，>80岁的人群约50%以上患有本病。若年轻时缺乏锻炼，肌肉储备不足，

年老后肌肉会衰老得更快。

### 肌少症的特点是什么？

肌少症的患病率较高，尤其在高龄人群中。但知晓率低，起病隐匿，致跌倒、失能及死亡风险增高。所以早识别、早诊断与早治疗是关键！

### 肌少症常见的临床症状有哪些？

主要表现为肌肉质量流失、肌肉力量减弱与活动能力降低三大核心症状：

**肌肉质量流失：**也就是肌肉体积减小，表现为肌肉萎缩，皮肤松弛。有研究表明70岁以后肌肉组织中唯一减少的就是肌细胞，脂肪细胞与其他组织基本不减少。

**肌肉力量减弱：**常见明显乏力，握力下降，拧不开瓶盖，绞不干毛巾等。

**活动能力降低：**常见登楼困难，行走缓慢，经常跌倒，下蹲或坐位难以站起等。

## 中医药在癌症治疗中的作用

文 / 钟蕙

癌症的治疗不可能一蹴而就，它是一种慢性疾病，需要长期管理，中医药在癌症的治疗和自我管理中，预防的肿瘤的发生也必须从这两方面着手：一是培养正气，提高机体的抗邪能力；二是调节脏腑气机的正常运行。

### 肿瘤康复期患者中药调补的必要性

中药药物进补是补益身体的手段。药物进补的优势是在补充身体所需的气血津液等物质的同时，还可以纠正身体机能的盛衰，以扶正祛邪为大原则，运用补气、养血、滋阴、健脾、补肾、温阳、活血、化痰、清热解毒等具体施治。

肿瘤还在治疗期的患者，建议常规使用中药汤剂配合治疗，这样进补身体可以兼顾本来疾病的治疗，做到治疗和调养两不误；如果病情稳定，就可

以在冬季使用中药进补。

康复期患者往往经历了手术、化疗、放疗等治疗手段，体质和正常人群有很多差异，加之治疗损耗和患者对疾病过度的惊慌，导致康复期肿瘤患者往往会出现虚实夹杂，也会出现虚不受补的情况。临床症状复杂易变，故在治疗中需要适时调整施治，确保患者可以根据时令气候、地理环境、体质强弱、年龄大小等存在的不同得到相适宜的治疗。

汤剂和膏方是中医临床治疗中的两种不同剂型，在功效有所不同，汤剂加减变化灵活，常常用于急性病和危重症。膏方一般用于慢性疾病，作用和缓，起效慢，持续时间长。

### 传统的中药饮片在癌症治疗中的有哪些具体作用呢？

抑制肿瘤进展：中药中的一些成分具有直接的

## 精准“拆弹”

## 重启生命之门

文 / 杨孙虎

近期，我院普外科团队在麻醉科手术室、ICU、输血科等相关科室协助下，急诊成功救治一例胰头巨大恶性肿瘤伴肝巨大转移瘤合并上消化大出血、十二指肠完全梗阻的病例。目前，该患者已康复出院。

四十刚出头的杜先生因“上腹部胀痛不适伴恶心呕吐、不能进食2月”，辗转本市多家知名“三甲”医院就诊，诊断为：胰腺腺泡细胞癌伴肝转移，因胰头原发肿瘤巨大，直径15cm，且肝脏有巨大转移癌，直径也已达10cm，并且肿瘤严重压迫下腔静脉、肠系膜上动静脉、肾静脉等大血管，都认为手术及其复杂，手术风险极大，只能姑息做胃肠吻合改善进食问题了。随着肿瘤的增大，杜先生发现自己肚子日渐膨隆，进食后频繁恶心呕吐，更使得体重由原来的160斤降到了不到百斤。

抱着最后一丝希望找到了我院普外科杨孙虎教授，经过普外科科内多次讨论，又联合ICU、手麻、消化科、影像科、输血科等相关科室多学科协作（MDT）制定了术前支持营养输血支持、胰头十二指肠切除的手术方案、补充肝脏病灶消融、术后护理等一整套治疗方案。

就在术前准备期间，患者病情恶化出现了消化道大出血，究其原因在于肿瘤侵透十二指肠引起的出血，止血输血根本无济于事，血色素一降再降，直到5.2g，对于每况愈下的病情来说这无疑是在雪上加霜，“炸弹”开启了倒计时！

巨大肿瘤将要吞噬整个生命？与其坐以待毙不如放手一搏，“拆弹”分秒必争！

多学科再次讨论，汇报医院医务处，大家一致的共识：只有急诊手术才能救患者！

急诊手术对于胰头的巨大恶性肿瘤来说，这确实是一个不小的挑战。普外科杨孙虎主任团队手术过程虽然困难重重，但有条不紊：首先是暴露，15cm的巨大肿瘤使得胰头十二指肠区域的组织关系，解剖结构“似是而非”，如何辨认保护正常重要组织器官？其次，术中出血量的控制，从什么入路能够及时找到区域内重要血管并妥善处理？再次，十几公分的肝脏病灶如何处理更加适合患者目前的病情？最后，如此贫血营养不良的状况下的胰肠、胆肠、胃肠吻合如何确保万无一失？

在杨孙虎主任的带领下团队成员个个聚精会神，如履薄冰，在“Easy-First”的原则下，利用Cattell-Braasch手法，全力控制术中出血，一期完成胰头十二指肠切除联合右半结肠切除（肿瘤不光影响到了整个胰头十二指肠区域，还侵犯了结肠肝曲）和肝脏病灶微波消融术。

在麻醉科手术室马国平主任团队的通力合作之下，手术历时6小时顺利完成，术中出血约400ml，术后病人转至ICU继续监护治疗。

ICU董海生主任对患者术后情况进行了全面评估，制定了周密的复苏、监护方案，经过多学科的综合治疗和护理团队的精心护理，患者恢复顺利。

我院普外科团队组织的多学科协作（MDT）诊治模式对进展期肿瘤及极危重疾病患者的救治已经非常成熟，相信这个模式以后将会让更多的患者受益。

抗肿瘤作用，能够抑制肿瘤细胞的生长和增殖，促进肿瘤细胞的凋亡。

缓解手术并发症：手术是治疗癌症的重要手段，但手术过程中可能造成一定的损伤。中药在术后恢复期能够促进伤口愈合、减轻疼痛、改善术后症状，如疲劳、食欲不振等。

提高化疗和放射治疗药物的敏感性：化疗和放射治疗是癌症的常用治疗方法，但患者往往会出现耐药现象。中药中的一些成分能够提高化疗和放射治疗药物的敏感性，增强治疗效果。

改善机体免疫系统功能：免疫系统在抵抗癌症中起着重要作用。中药中的一些成分能够激活免疫细胞，提高机体免疫功能，增强抗癌能力。

减轻手术损伤：手术是治疗癌症的重要手段，但手术过程中可能造成一定的损伤。中药在术后恢复期能够促进伤口愈合、减轻疼痛、改善术后症状。