

我院召开2024“中国医师节”暨廉政警示教育大会

在第七个中国医师节来临之际,我院在图书馆六楼报告厅召开2024“中国医师节”暨廉政警示教育大会。院领导、正副科主任、中层干部正职、党支部书记,以及部分医师代表、“1+12”高质量发展创新提升工程项目负责人代表等参加会议。会议由院长陈吉祥主持。

会上,院党委副书记、纪委书记吕霞代表院党委传达了全省卫生健康系统警示教育视频会议精神。参会人员集体观看了警示教育片《刮骨疗毒正医风》。

校党委副书记、院党委书记张基建,院长陈吉祥,一起向医师代表、“1+12”高质量发展创新提升工程项目负责人代表献花。

胃肠外科原主任任建国、儿科主任卢红艳、脊柱外科主任李大鹏,先后作了交流发言,分享从医经历和个人感受。

张基建作总结讲话。他指出,长期以来全院医务工作者牢记救死扶伤的神圣使命,在平凡的岗位上抚慰伤痛、呵护病患,为促进人民群众身体健康,推动医院事业发展,作出了重要贡献。当前,医院发展正处于“攀登跨越”的关键时期,全院医务工作者要以更加饱满的工作热情,倾注更多的智慧和汗水,为全力推动医院高质量发展作出新的更大贡献。他要求,一是深入学习贯彻党的二十届三中全会精神,树牢良医善举的坚定意志。要坚定党的领导,守好思想之“正”;践行党的宗旨,守好为民之“正”;遵守党的纪律,守好廉洁之“正”。二是准确把握党风廉政建设新形势,增强永远在路上的政治自觉。要持续强化监督制约,坚持源头治理,注重提高常态长效,不断从全面从严治党和党风廉政建设的新成效,更大程度地凝聚起医务工作者担当作为、干事创业的正能量。

三是主动弘扬新时代职业精神,助推医疗服务质量全面提升。要永怀关爱之情,做一名有温度的暖医;永修清廉之为,做一名有态度的廉医;永葆为医初心,做一名有厚度的名家;永攀医学高峰,做一名有高度的名师。

陈吉祥要求,全院上下要深刻领会会议精神,切实把院党委行政的关心和关爱转化为服务人民群众健康的强大动力。要牢记医者初心,以高尚情操,行仁爱之术。大力弘扬“救死扶伤,敬佑生命,甘于奉献,大爱无疆”的新时代职业精神和“生命至上、举国同心、舍生忘死、尊重科学、命运与共”的伟大抗疫精神,不断提升就医群众的信任感、获得感、幸福感。他号召大家,以更加坚强的党性、更加严实的标准、更加昂扬的斗志、更加务实的作风,为推进清廉医院建设和医院高质量发展贡献力量。



我院协办2024年江苏省医学会呼吸病学年会

8月16日至18日,由江苏省医学会、江苏省医学会呼吸病学分会主办,我院协办的“长江医学论坛——2024年呼吸病学年会暨江苏省医学会第三十次呼吸病学学术会议”在镇江举办。

中国工程院院士、中国工程院副院长、中国医学科学院院长、北京协和医学院校长王辰,上海交通大学医学院附属瑞金医院党委书记、中华医学会呼吸病学分会主任委员瞿介明,镇江市人民政府副市长武鸣,镇江市卫生健康委员会主任杨毅,江苏大学校长邢卫红,江苏大学党委副书记、附属医院党委书记张基建,省医学会呼吸病学分会主委宋勇、前任主委殷凯生、黄茂、黄建安,候任主委姚欣及国内知名专家周彩存、代华平等出席年会开幕式。

王辰在致辞中指出了呼吸学科的重要性及发展方向。他表示,呼吸系统疾病对人类生命健康影响极大,是人类历史上造成死亡最多的疾病之一,呼吸学科的发展关乎全民健康全局。新冠疫情之后,呼吸与危重症学科建设的重要性更加明显,呼吸与危重症捆绑发展是大势所趋,在PCCM中的“CC”,即Critical Care危重症照护尤其需要加强。王辰同时指出,学科是独特的,不是独立的,学科是开放的、不是封闭的,学科是融通的、不是

隔绝的,学科是协同的、不是掣肘的。他希望,呼吸科医生应发挥自身技术优势,潜心钻研肺癌、感染、气道疾病,同时也应加强与其他专科的合作,兼容并蓄,多渠道吸收营养,促进呼吸与危重症医学科全面健康发展。

武鸣在致辞中表示,镇江市高度重视呼吸系统疾病防治工作,以健康镇江建设为总抓手,持续做好慢性呼吸系统疾病的早筛、早诊和早治工作,完善呼吸系统疾病防治体系建设,加强呼吸病学科专业建设和科学研究,倡导健康生活方式,普及健康知识,有效遏制呼吸系统疾病增长带来的危害。他希望我市参会代表消化吸收好、转化运用好本次研讨会成果,更好地推动我市呼吸病学的创新与发展。

邢卫红代表江苏大学及附属医院对远道而来参加会议的各位领导、

专家和嘉宾表示欢迎,对江苏省医学会、江苏省医学会呼吸病学分会长期以来给予江大附院及呼吸与危重症医学学科的帮助支持表示感谢。她希望,借助本次年会广聚学术资源,广交学术人才,进一步加强镇江与全国各地呼吸医学领域的合作与交流,共同探索呼吸医学的新理念、新技术、新方法,为保障和促进人民群众健康作出新的贡献。

本次会议邀请了省内外著名专家作专题学术讲座,聚焦呼吸疾病诊治进展及热点难点问题,设置了肺癌介入分会场、哮喘慢阻肺分会场、重症分会场、感染分会场、间质病分会场、睡眠分会场、烟草肺功能分会场、护理和慢病管理分会场,同时设置疑难病例探讨沙龙、优秀临床原创研究交流会议等。



市领导慰问我院一线医护代表



儿科病区,详细了解了目前病区患儿的收治情况及病床安排。对于病区温馨童趣的就医环境以及医护人员爱岗敬业、甘于奉献的精神,武鸣表示肯定。

在随后的座谈会环节,武鸣感谢医护人员为护佑群众健康、推动卫生健康事业发展作出的积极贡献,并通过医护代表向全市广大医务工作者致以诚挚的问候和崇高的敬意。武鸣希望,江大附院儿科要持续做好学科建设,以科研为抓手,驱动学科高质量发展,不断促进地方专科医疗水平提升。

8月19日是中国医师节,15日上午,副市长武鸣率市卫生健康委负责人,来到我院看望慰问一线医护代表,并提前送上节日的问候。

在我院母婴大楼,武鸣一行在儿科主任卢红艳的陪同下参观了

我院召开2024年上半年运行质量分析会

为深入学习贯彻党的二十届三中全会精神,深入分析研判医院上半年运行质量,部署下一阶段主要工作,8月2日下午,我院在图书馆六楼报告厅召开2024年上半年运行质量分析会,全体院领导、全体中层干部、科主任正副职、护士长正副职(含主持)、支部书记等参加会议。会议由院党委书记、副院长袁国跃主持。

会上,副院长黄汉鹏就2024年上半年医疗质量相关指标及国家三级公立医院绩效考核情况,作了较为深入地分析。急诊中心主任蔡华忠、儿科主任卢红艳、脊柱外科主任李大鹏,分别结合各自科室管理情况,作了交流发言。院长陈吉祥从财务状况、预算执行情况、经济运行情况和医保DRG执行情况等方面,对2024年上半年医院经济运行情况,作了较为全面地梳理分析,为进一步推进医院高质量发展明确了方向。

校党委副书记、院党委书记张基建总结回顾了2020年以来我

『中国医师节』，听听从医30年的他们说说心里话

因为“被需要”，医生便成为一个头顶光环的职业。每一位医者，都是怀揣着救死扶伤的梦想出发。然而，从医之路从来不是坦途，医者在披荆斩棘中，朝着光亮前行。

30年，他们从医学“小白”成长为骨干专家，心中有许多话想说。在第七个“中国医师节”之际，让我们一起倾听我院6位拥有30年“医龄”的医者，说说他们的心里话。

从医30年，见证和参与医学的发展

讲述者：麻醉科 王燕



从医30年，想聊的、可说的实在太多，仔细想来，作为一名在麻醉战场上摸爬滚打了30年的“老兵”，就来讲讲这些年的发展变化吧。

我刚工作时使用的麻醉药物早已被时代淘汰，换上了副作用小、起效更快的药物，麻醉技术和设备也在不断更新换代。除了“硬件”的变化外，麻醉医生自身也在不断变化。

首先，我们越来越忙了。30年前

和如今的手术量，肯定不可同日而语。在我看来，不是患者变多了，而是我们治“未病”的能力越来越强了。比如以前很多肺癌患者有症状了才来看病，往往已经错过了手术时机，而现在随着筛查手段的不断更新，很多早期肿瘤得以被发现，及时手术治疗后生活质量几乎没有受到影响。

其次，需要我们的地方越来越多了。以前，麻醉医生是围着一方手术台转，而如今，无痛人流、无痛胃肠镜、无痛支气管镜等诸多治疗和检查项目，都需要麻醉医生的参与。这也让麻醉医生逐渐从幕后走向了台前，实现了角色的转换。

无论是麻醉学科，还是麻醉医生，所有的发展和变化始终是围绕着患者做文章，舒适化、精准化、个体化的理念，也展现着医学的人文温度。

从医30年，传承是医者的必修课

讲述者：胸心外科 陈圣杰

从一名医学生到能够独当一面的医生，绝非一朝一夕。在医学院校学习的经历，只是为临床医生打下了一定的基础，要成为专科医生还要脚踏实地学习积累。

首先是临床的外科操作，还记得第一天在急诊外科上班的时候，是吴正才老师教我如何用针打结，后来轮转到胸外科时，又是俞力超主任手把手教我们如何缝合，如何打结内翻，如何打结外翻等外科基本功。正是有一位位老师的言传身教，我才能从刚开始的二助拉钩，一步一步走到现在。

其次是患者的全程管理。刚开始的时候，我们往往对手术操作非常感兴趣，后来被郭昭扬主任调侃了几次“你就会打个结？”这时候我才意识



到，详尽的事前准备，缜密的术后处理也至关重要。

回顾30年从医路，感慨良多。医学的发展离不开传承，我的成长，得益于良师们的指导和教诲，同样，我也将会把毕生所学，毫无保留地传授给青年医师，将医学知识和信仰更好地传承下去。

从医30年，每一段经历都是宝藏

讲述者：消化内科 张炜

从医30年，我把人生最美好的年华献给了江苏大学附属医院（江滨医院）。回首过往，这30年，是充满挑战与成长、责任与担当、欣慰与感动的30年。

初入医门，作为一名“小白”，面对复杂的医学知识和临床操作，时常感到压力山大。慢慢地，从一次次的诊断中学会了捕捉病情的蛛丝马迹，从一台台手术中锻炼了技艺。为了抢救危在旦夕的患者，我曾多次在深夜被紧急召回医院；为了制定最适合



患者的治疗方案，经常反复查阅资料、与同事探讨。每一次成功治愈患者，那种成就感和满足感是无法用言语来形容的。

援疆、援陕、援非，是我人生中最宝贵的财富，也让我切实感受到了医学无界。3次医疗援助的经历，让我学会了尊重每一种文化，理解每一份痛苦。

记得2021年吉尔邦节，一位几乎绝望的母亲带着孩子辗转来到纳兹摩加医院，孩子因长期腹泻已经奄奄一息。在有限的条件下，我仔细地诊断，最终确定孩子所患的是克罗恩病，经过一段时间的悉心治疗，患儿逐渐恢复了健康，母亲感激的泪水和孩子清澈的笑容，至今仍深深地印刻在我的心中。

30年行医路，感受是复杂的。面对无法挽回的生命，内心是无法言说的痛苦和无奈；面对患者的误解时，也会感到委屈；因工作繁忙对家庭疏忽时，对家人也有深深的愧疚。但每每想起自己的职责和使命，所有的困难都显得微不足道。

从医30年，让患者少走弯路

讲述者：内分泌代谢科 杨玲

不知不觉从医30年了，从懵懂生涩的住院医师到成熟老练的主任医生，真的令我感慨万千。

内分泌科虽然没有大外科的“刀光血影”，也没有心内科的“惊心动魄”，但是要成为一名合格的内分泌科医生却要具备探一般明察秋毫、捕捉疾病蛛丝马迹的本领。

曾经有一名患者殷女士，她在当地被诊断为II型糖尿病已有7年之久，一直在社区卫生服务中心随访，然而通过大剂量注射胰岛素和口服药物，血糖控制却始终不理想。她的女儿先找到我，希望我帮她母亲调一下血糖。我了解到患者已经做到管住嘴迈开腿了，但血糖却仍不尽如人意，于是约了面诊。

殷女士一走进诊室，我就注意到她鼻翼宽大，嘴唇肥厚，面容粗犷，双手指粗大，因此我怀疑，殷女士得的并非一般糖尿病，而可能是得了垂体瘤，需要住院进一步检查。

当时，她非常抵触，认为自己能干干农活，一切正常，我耐心解释进一步检



查的重要性，最终住院后检测发现其生长激素水平升高，完善垂体磁共振和其他激素检查，诊断为垂体生长激素瘤。明确病因后通过手术治疗，殷女士血糖逐渐平稳，停止了胰岛素注射，口服降糖药就成功控制住了血糖。后期门诊随访时，我欣慰地发现，她漂亮了很多。

从医30年来，我的心得是：绝大多数内分泌代谢疾病是常见病、慢性病，很多时候我们多看一眼，多“啰嗦”两句，患者就能少走很多弯路。

从医30年，是一段充满意义的旅程

讲述者：肾内科 罗燕萍

30年从医之路，是一段漫长又充满意义的人生旅程。毕业工作3年后，因为爱，我从家乡成都来到镇江。一步一步，从青涩的住院医师成长为沉稳的主任医师，每一步都凝聚着汗水与智慧，每一步都充满着挑战与收

获。这不仅仅是对医学知识的深入探索，更是对人性、生命与责任的理解。

出生于新疆的我，同样因为爱，在50岁时毅然选择援疆。这次经历既是一次心灵的远征，也是一次自我的超越。在那片遥远而神秘的土地上，用医术与智慧，与当地医生们并肩作战，共同应对各种复杂棘手的病例。在那些艰难的日子里，不仅救治了无数患者，开展了新技术新项目，更是在帮助中体会到了人生的真谛与价值，也与当地医生结下深厚友谊。这段经历无疑让我的精神世界得到了前所未有的升华，让我的生命之树更加枝繁叶茂。

从医路上，感恩每一位信任我的患者，是他们让我有机会将所学用于实践，成就了一个又一个生命的奇迹。感激每一次成功与力量，因为他们是对努力付出的最好回报；感激每一次挑战与困难，因为他们让我变得更加坚韧与勇敢；感激每一次失败与挫折，因为它们让我学会了反思与成长。



从医30年，正视这个职业的得与失

讲述者：结直肠外科 谢嵘

1994年，我怀揣着满腔热忱，从镇江医学院毕业，踏上了从医之路，荣幸地成为江大附院的一名外科医生，并如愿进入了自己心仪专业，专攻腹部外科。

回首这30年，感慨良多，感受亦深。外科工作量大，患者病情复杂，时有变化，加班加点也是外科医生的工作常态。为了手术或及时查看患者的病情变化，三餐不定时、作息不规律成了家常便饭。记不清多少次吃了一半放下碗筷，也记不清多少次被半夜的电话铃声叫醒。医生这个职业是一份工作，更是一份责任和使命。

记得有一位高龄肠癌患者，他的基础病多，肿瘤大，涉及范围广，病情复杂，手术风险极大，之前多处求医未果。面对如此棘手的病例，我和团队成员们术前反复讨论手术方案，预估可能的并发症，针对个体进行了充分准备，最终，在我们的共同努力下，手术顺利完成，患者康复出院。回院复查时，老人特意带来了亲手绘制的钟南山院士和南丁格尔护士的画像，以



表达对我们的感激之情。这是我们医护人员的最高荣誉，也是患者对我们工作的最大肯定。

30年从医生涯，既有失去，也有收获。因为工作繁忙，我牺牲了很多与家人团聚的时光，也错过了许多生活中的美好瞬间。但每当看到患者康复出院时的感激和笑脸，所有的辛苦、委屈和劳累都会烟消云散。那一刻，我深深感受到“你若安好便是晴天”。

我院首届职工“学习创新 爱岗敬业”技能竞赛启动

为全面落实《新时期产业工人队伍建设改革方案》要求,进一步提高医院职工的政治素质、业务能力和技术水平,8月9日,由市总工会指导,院工会牵头,人事处、医务处、护理部、门诊部等多个职能部门组织的我院首届职工“学习创新 爱岗敬业”技能竞赛正式启动。镇江市总工会党组成员、副主席解军英,镇江市总工会劳动经济部部长陈雷,镇江市教育工会主席吴金才,院党委常务副书记、副院长、工会主席袁国跃等领导参与活动。

此次竞赛面向全院职工,涵盖临床医疗组、医疗技术组、护理技术组等10个专业的13个项目。在举行的首场比赛中,参赛医护人员干劲满满,在充分展现扎实的功底和精湛的操作技能的同时,以赛为镜,查找不足,努力发现自身的短板和差距,在平日的工作中加以完善。

为确保竞赛公平、公正、公开进行,我院专门成立了由院党委常务副书记、副院长、工会主席袁国跃任组长,医务处、护理部等相关科室主要负责人为成员的技能竞赛领导小组。比赛结束后,评委将根据参赛选手的比赛成绩,评出各专业(工种)一、二、三等奖各1名。其中,一等奖获得者将授予“江苏大学附属医院技术岗位能手”称号。

袁书记强调,“举办首届职工‘学习创新 爱岗敬业’技能竞赛活动,是我们学习贯彻党的二十届三中全会精神的具体实践,是落实医院第四次党代会目标任务的重要举措,是充分激发大家爱岗敬业、刻苦学习和开拓创新的重要途径,也是一次检验业务能力、展示医院风采的良好契机。”此次竞赛以进一步加快高技能人才队伍建设为目标,坚持立足岗位、贴近临床、全员参与,



通过强化基本功训练,提升服务质量,更好地为广大群众提供更加安全、优质、高效的医疗健康服务。

启动仪式结束后,领导们观摩了首场医疗、护理组比赛。

院领导走访调研 后勤保卫党总支、外科第一党总支

近日,院党委常务副书记、副院长袁国跃带队先后调研后勤保卫党总支、外科第一党总支的党建工作,了解总支在党纪学习教育、党建“双创”、“1+12”公立医院高质量发展创新提升项目等方面的工作开展情况。党委组织部、人事处、医务处、医保办、药学部等职能部门负责人,相关党总支书记、党支部书记、支部委员、部分业务科室负责人、护士长等参加调研。

调研会上,后勤保卫党总支书记和外科第一党总支书记就总支的党建工作做了详细汇报。“全国党建工作样板支部”培育创建单位门诊党总支第二党支部书记蔡华忠就全国党建工作样板支部创建作经验交流。科室负责人、护士长代表汇报了近期工作进展、专学科建设、人才队伍建设等情况,以及需要协调解决的问题。相关职能部门负责人对提出的问题予以现场解答,对疑难问题将协调推动解决。

袁国跃对后勤保卫党总支和外科第一党总支今年以来取得的成绩予以肯定,并提出几点要求:一要深入学习贯彻领会党的二十届三中全会精神,巩固拓展主题教育、党纪学习教育成果,持续提升医院党建工作水平和质量;二要结合科室专业特点推进党建“双创”工作,以党建促业务,以业务强党建,实现党建业务同向同行,着力打造具有专业特色的党建品牌;三要做好“1+12”公立医院高质量发展创新提升项目开展工作,借此契机进一步创新医疗技术,提升医疗能级。

市人大常委会领导专题调研医院专科建设工作



8月15日上午,镇江市人大常委会副主任张红娣率调研组,来我院专题调研医院专科建设工作。校党委副书记、院党委书记张济建,院长陈吉祥,院党委常务副书记、副院长袁国跃,副院长黄汉鹏以及医务处、人事处、科技处、相关临床科室科主任等陪同调研。

调研组围绕“加强公立医院专科建设,提升区域医疗保障民生能力”主题,实地调研了国家级临床重点专科心血管内科病房及省级临床重点专科内分泌科门诊,与相关科室详细了解专科建设发展情况。

在座谈会上,陈吉祥就我院专科建设概况、工作举措、取得成效、面临的问题以及下一步工作计划等作

了详细汇报。心血管内科、内分泌科、儿科、普通外科、肿瘤科等重点专科负责人就专科发展现状与未来规划等进行了交流,针对临床重点专科建设、疑难重症解决能力提升、拔尖医学人才培养引进等方面提出了意见和建议。

张红娣充分肯定了近年来医院高质量发展所取得的成果,希望我院立足自身优势,充分发挥示范引领作用,抢抓新技术新项目开展、人才引进与科研创新,以加强专科建设为抓手,推进医院高质量发展走在前列,带动全市医疗服务能力整体提升,为市民提供更高水平、更高质量的诊疗服务,不断增强人民群众在卫生健康领域的获得感、幸福感、安全感。

医院举办2024年新职工入职典礼暨岗前培训开班仪式

8月5日上午,医院在图书馆六楼报告厅举行2024年新职工入职典礼暨岗前培训开班仪式,全体在院领导、相关职能部门负责人和95名新职工参加活动。

院党委常务副书记、副院长袁国跃主持开班仪式,并带领新职工重温《医学生誓言》和宣读《工

会人会誓词》。随后,院领导向新职工发放《疑难复杂病例汇编》和廉洁行医口袋书,激励大家修医德、行仁术,做生命健康守护者,不断苦练技术本领,提升业务技能,保持职业精神和道德操守。消化科王慧之博士作为新职工代表发言,她鼓励大家尽快实现角色转换,为医院高质量

发展和守护患者健康贡献力量。

院长陈吉祥代表院领导班子及全院干部职工对新职工的到来表示热烈欢迎,他希望大家不忘医者初心,坚守医者仁心、修炼医者匠心,为医院发展增添动力、释放活力、激发潜力。

为了让新职工尽快熟悉并适应

医院工作,此次培训为期4天,按培训计划共安排讲座25场。相关职能部门负责人分别从劳动规章、安全生产、医务管理、院感防控、医保政策、职业安全防护、医院文化、医德医风、志愿服务等方面进行授课。

我院召开本科教学工作会议

8月21日,我院在门诊6楼会议室召开2024年本科教学工作会议,总结春季学期本科教学工作情况,部署秋季学期教学工作。副院长王胜军、各教研室主任及教学秘书等参加会议。

会议邀请江苏大学医学院副院长马洁就《江苏大学教学事故认定政策》进行详细解读,重点对教学事故及分级、教学事故的认定与处理等进行了介绍,并对教学事故认定结果应用进行了说明。

教育处通报了2024年上半年本科教学工作开展情况,并就常规听课、教学规范性检查、教学秩序维护等教学督导工作中发现的问题及整改建议进行了强调。对落实好下半年各项教学任务,做好集体备课、青年助理教师培养、教学竞赛组织、教研教改、实习生带教等工作进行了布置。

王胜军指出,各教研室要高度重视本科教学工作,不断加强教学管理工作的科学性和规范性,严抓教学过程管理,加强教风建设,稳定教学秩序,建立健全教学质量保障体系与考核机制,不断提升教学质量。

院工会组织开展“爱镇江、爱附院、爱岗位”主题教育活动

在2024年新职工入职之际,为了让新职工更好更快地适应新的工作和生活,增强新职工的责任感和使命感,8月8日,院工会组织开展“爱镇江、爱附院、爱岗位”主题教育活动。

当天下午,新职工们走进中共镇江地方史馆、镇江方志馆参观学习,感受镇江地方红色文化。在参观学习中,大家进一步了解了镇江的建制沿革、山水名胜、物阜民丰,特别是深入学习了中国共产党在镇江地区的革命史、建设史、发展史以及改革开放以后在党的领导下镇江人民所取得的累累硕果。一张张生动的图片、一串串改革足迹,激励着大家自觉做到学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行。随后,新职工们还参观了西津渡,领略古城风韵。

通过本次主题教育活动,新职工们深切感受到了镇江的文化之脉、体验风物之韵。大家纷纷表示要扎根镇江、努力成长,为健康镇江建设贡献智慧和力量。



瘢痕疙瘩不用愁，试试这个神奇的敷贴治疗

炎炎夏日，藏不住的除了肉肉，还有瘢痕疙瘩。瘢痕疙瘩不仅影响美观，还伴有瘙痒、刺痛等不适，是很多爱美人士不可言说的“痛”。除了手术切除、激光治疗、药物治疗外，有没有价廉物美、安全有效的好方法，和瘢痕疙瘩说拜拜？答案是：当然有！试试放射性核素敷贴治疗。

什么是皮肤瘢痕

人体皮肤的修复能力很强，浅表损伤一般能恢复如初，只有伤及真皮层才会留下瘢痕，瘢痕也叫疤痕。

瘢痕疙瘩是指皮肤受损伤愈合过程中由于胶原纤维过度增生形成的异常瘢痕组织。各种原因导致的瘢痕如具有以下特点，可诊断为瘢痕疙瘩：

1. 病变超过原始皮肤损伤范围；
2. 呈持续性生长；
3. 高起皮肤表面、质硬韧、颜色发红的结节状、条索状或片状肿块。

什么是放射性核素敷贴治疗

放射性核素敷贴治疗是将放射性核素敷贴器作为外照射源，紧贴于病变组织表面，通过β射线的电离辐射生物学效应，导致病变局部细胞的生长和增殖受到抑制或凋亡，发挥治疗效果。常用的有铯-90/铱-90敷贴器。

放射性核素敷贴治疗的优势

1. 放射性核素敷贴治疗简单方便，治疗过程无痛苦，安全性高；
2. 适合多种皮肤瘢痕治疗及各个年龄段的患者，费用相对较低；
3. 治疗效果明显，瘢痕疙瘩变平，疼痛瘙痒症状改善，复发几率低；
4. 经核医学科医生充分评估后，瘢痕疙瘩、皮肤血管瘤、寻常疣、跖疣、局限的神经性皮炎、慢性湿疹等多种疾病均可以用该方法进行治疗。

放射性核素敷贴治疗注意事项

1. 患处破损或感染等时，不应治疗或及时终止治疗；
2. 治疗后患处出现起泡、红肿或破皮等治疗反应时，需密切观察、及时处理；
3. 医患及环境做好必要的防护。

放射性核素敷贴治疗流程

1. 对患者病变情况进行评估，严格掌握治疗适应症，制定治疗方案。
2. 告知患者注意事项，签署治疗同意书，并预约治疗时间。
3. 治疗时，医生会根据瘢痕形状，利用3mm胶皮制作瘢痕外保护，避免正常皮肤不必要的照射，同时将放射性核素均匀地吸附于铝箔或滤纸上，制成专用的敷贴器/片，让其紧贴于病变的表面，通过β射线进行治疗。



揭秘《玫瑰的故事》里的无痛分娩，真相原来是这样

《玫瑰的故事》自播出以来热度居高不下，剧中婆婆极力阻拦女主黄亦玫无痛分娩的名场面也成了大家热议的话题。生产之痛是产妇必须承受的吗？无痛分娩到底有没有风险？这里为大家解答。

什么是无痛分娩

“无痛分娩”是指在保证产妇及胎儿安全的前提下，通过各类医学手段，阻断分娩时痛觉的传递，达到免除或减轻分娩疼痛的目的，整个过程都严格规范，较为安全。无痛分娩的主要方式包括药物镇痛和物理镇痛两种。其中，最有效的分娩镇痛方式是椎管内分娩镇痛。

无痛分娩有哪些优点

1. 降低产妇应激反应；
2. 让准妈妈不再经历疼痛折磨，减少分娩时的恐惧和产后的疲倦；
3. 在时间最长的第一产程得到休息，当宫口开全时，因积攒了体力而有足够力气完成分娩；
4. 减少不必要的耗氧量，防止母婴代谢性酸中毒的发生；
5. 避免子宫胎盘血流减少，改善胎儿氧合状态；
6. 一旦母亲或胎儿发生紧急情况，硬膜外麻醉为紧急手术创造了条件。

哪些人不适合无痛分娩

并不是所有产妇都可以进行无痛分娩。经产科医师评估不可经阴道分娩的产妇，或者是存在椎管内麻醉禁忌症，例如颅内高压、凝血功能异常、穿刺部位感染、严重的低血压等产妇，是不能进行无痛分娩的。

无痛分娩后完全无痛吗

无痛≠不痛。疼痛是一个相对主观的感受。如果把疼痛分为0-10级，分娩痛是最疼的10级，那么采取分娩镇痛后，大多数产妇的疼痛可以降低到2-3级，疼痛明显减轻，也有部分产妇感觉不到疼痛。

无痛分娩的实施过程

无痛分娩需产科和麻醉科医生共同评估，不存在椎管内麻醉禁忌症，沟通签字后，麻醉医生就会登场。

产妇需要在麻醉医生的指导下，摆成像虾一样，把背躬起来的姿势，麻醉医生会在产妇背上打个针，放一条细细的管子，接上镇痛泵，整个过程需要10-15分钟。镇痛泵里麻醉药物浓度很低，不会影响产妇活动，却可以大大减轻疼痛。

无痛分娩安全吗

无痛分娩是安全的，不会影响妈妈和宝宝的健康。有些产妇认为打麻醉会影响孩子智商，宁可咬牙忍受痛苦，也不愿意做无痛分娩。实际上，分娩镇痛药物的选择具有严格的标准，而且药量仅仅是剖宫产的1/10，对人体影响微乎其微，不会对子宫内的宝宝造成影响。相反，疼痛会导致产妇心率增快，耗氧量增加，可能会影响新生儿血流和氧气供应。

无痛分娩会导致产后腰痛吗

产后腰痛发生率在40%左右，但目前

并没有证据显示这一现象与无痛分娩有关系。产后腰痛主要有如下几方面原因：

1. 孕期激素水平的变化造成组织韧带松弛，分娩后一段时间，骨盆韧带还处于松弛状态，腹部肌肉变得较软弱无力，子宫没有完全复位，也会引起腰痛；
 2. 孕期身体重心发生变化，腰椎负担加重；
 3. 很多妈妈在产后需要经常弯腰照顾宝宝，如洗澡、换尿布等，增大了腰部肌肉的负荷，造成腰肌劳损而发生腰痛；
 4. 恶露排出不畅引起盆腔血液淤积，易诱发腰部疼痛。
- 产妇产后要注意合理膳食，注意腰部保护，适量运动，同时养成良好的卫生习惯，腰痛一定程度上也是可以避免的。

无痛分娩会不会延长产程

无痛分娩不会延长产程，相反，打了无痛之后，放松了，宫口反倒会开得更快。此外，研究发现，使用镇痛后，产钳的使用率没有发生变化，初产妇剖宫产率却是下降的。无痛分娩并没有增加产伤，反而由于侧切率的下降而减少了产妇的产伤。



关于奥运会的健康“冷知识”，等你来解锁

第33届夏季奥运会在法国巴黎圆满落幕，中国体育代表团获40金27银24铜，创奥运境外参赛最佳成绩。回顾奥运赛场，除了体育健儿们的精彩表现外，“休息时炫香蕉”“竞走盖肚脐眼”等小细节也引起了大家的好奇，这里面隐藏了不少健康“冷知识”。

为什么运动员都爱吃香蕉

高强度的运动，出汗会出现热量、水分、电解质缺口，适时补充可以保持更好的状态，香蕉恰好就能整体解决这些缺口。尤其是汗如雨下可能导致的低血钾，一支香蕉就能补充约500毫克钾，避免低钾肌痉挛肌无力的发生。香蕉富含色氨酸，还可改善情绪、减轻压力，更有利于运动时集中精神。

运动员脑袋上为何顶着一个冰袋

在激烈的比赛中，运动员体温会迅速升高，使用冰袋进行物理降温有助于缓解高温带来的不适感，提高比赛表现。另外，运动后会有即时和延迟的肌肉酸痛，及时给肌肉一个冷刺激，比如冰袋冷敷等，可减缓肌肉创伤后的肿胀、炎症，是最好的延迟性肌肉酸痛应对措施，也利于长期的运动恢复。

跳水后为何要立刻冲澡

可以保持体温，预防伤病；清洁消毒剂，保护皮肤；缓解情绪，助力发挥。

为什么竞走时要盖肚脐眼

作为在胚胎发育过程中腹壁最后的闭合点，肚脐的表皮角质最薄，屏障功能最弱，且皮下无肌肉和脂肪组织，是人体的相对“虚弱”之地，需重点保护。竞走比赛时肚子上贴的是“脐贴”，因为比赛的时候穿的是短衣短裤，贴这个可以避免在比赛过程中，肚脐眼被浇了凉水或肚脐眼露在外面，进风着凉。

游泳运动员为什么穿羽绒服

游泳比赛前，运动员需要先在专门的热身池热身。热身之后，体温上升，心肺功能被调动起来，更利于在比赛中发挥出最佳水平。热身完毕，运动员通常要在游泳馆内等待一段时间，泳池周围的环境比水温要低，穿上羽绒服可以防止身体过快散热，维持热身时的肌肉温度。

乒乓球比赛为何不能穿白色运动服

白色运动服会使白色乒乓球隐形，再加上乒乓球运动本身讲究的就是快、准、狠，球小速度快，有时候连眼睛都跟

不上球的速度。穿白色运动服既容易影响对手对来球的判断，又会影响裁判做出准确的判罚，更不要说白色衣服混淆场外观众的视线。此外，白色衣服一旦湿透，会十分尴尬，为了保持比赛的文明和运动员的形象，运动员都会选择一些深色系服装。

为什么游泳比赛要设置救生员

即使是顶级运动员也可能面临意外情况，长时间的高强度比赛可能导致体力耗尽，突发的身体不适也可能造成危险。救生员的存在为运动员提供了一层额外的安全保障，更重要的是，救生员的设置，体现了奥运会对每一位参赛选手生命安全的尊重。

运动员身上的“胶布”是什么

运动员身上贴的是“肌内效贴”。肌内效贴在使用时，通过贴扎时不同的方向和拉力，以及贴布在肢体运动过程中与软组织的相互交互作用，能够支持和放松软组织，同时还能减轻水肿，改善循环，缓解疼痛，在一定程度上可提升运动员的表现。