

## 区卫计委机关退休党支部一行来院考察

9月7日上午，近30位区卫计委机关退休党支部的老党员、老领导在区医务工会主席李峰及区卫计委人事科科长谭莉疆的陪同下来我院参观考察。

在首先举行的座谈会上，我院党委舒志军书记和周铭副书记代表医院领导班子欢迎退休老同志一行的到来，并感谢他们一直以来对医院发展的关心、支持和厚爱。随后舒书记以多媒体的形式，从医疗业务、人才建设、科研教学、基础建设和未来发展等方面一一作了介绍。

接下来大家在舒书记及党办、基建科、医务处等负责人的陪同下，参观了我院新病房大楼的车库、食堂、配电间、病房、手术室等。在参观考察过程中，老同志们对我院很多先进的设施和人性化的服务不断称赞，对医院发展取得的成就赞不绝

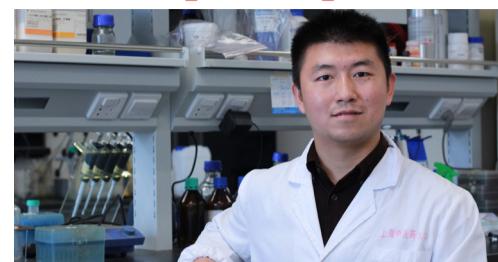
口，“高端大气上档次，处处充满着人性化，看病很方便”，并纷纷表示要继续关注医院的发展，积极为医院发展提供支持。

舒志军书记表示，医院取得的快速发展与历任老领导、老专家、老同志们多年的奉献、长期的支持和关心密不可分。他坚信，在各位老领导、老同志不遗余力的关心和支持下，在区委区政府和区卫计委的领导下，全院职工共同努力，把医院建设成上海一流、全国知名的中西医结合医院的目标一定能够实现。

谢春毅副院长（主持工作）在外会议结束后赶回医院看望了退休老同志，感谢他们对我院发展的关心和支持，欢迎他们常来看看。

（党办 戚红洁）

## 【喜讯】



9月中旬，国家自然科学基金委员会公布2017年度集中受理项目的结果，我院脾胃病科医生肖铁刚所申报的课题“柴胡人参药对上调FXR表达调节胆汁酸代谢及肠道菌群分布，防治非酒精性脂肪性肝病的机制研究”获得国家自然科学青年基金立项，科研经费20万元，这是我院首次获得国家自然科学基金，实现了零的突破。

（科研处 王晗雪）



我院内分泌代谢病科吴坚主任获“2017上海市住院医师规范化培训优秀带教老师”荣誉称号；我院脉管科周敏杰医生获“2017年上海市优秀住院医师”荣誉称号。

（教学管理处 钱燕娟）

## 我院领导一行慰问援摩同志及其家属



9月21日，正值国庆中秋双节来临前期，我院舒志军书记和谢春毅副院长（主持工作）携工会储福根主席、办公室负责人陆华、人事处处长史晶晶、膳食科主任蔡炯等一行，带着全院职工的关心和慰问品，上门慰问了援摩职工蔡黎平同志的家属，感谢他们支持配合蔡黎平完成援摩任务，并祝援摩家属中秋国庆双节快乐！领导询问了蔡黎平同

志在援摩期间的工作及生活情况，随后与他们亲切地聊起了家常，详细了解他们的生活情况，并询问是否需要我院提供帮助等。蔡黎平同志的家属表示感谢医院各级领导的关心和照顾，表示会一如既往地支持蔡黎平的工作。

9月20日，我院党办主任李伟华、膳食科主任蔡炯、第六党支部书记金依倩及第六分工会主席孙军一行也视频连线了远在摩洛哥参与医疗援助的蔡黎平同志，对其表示慰问并带去节日的问候，关照他要注意防护休息，并赞扬了他向摩洛哥人民奉献人道主义爱心的行为。蔡黎平同志对医院的关心照顾表示感谢，并表示会不辱使命圆满完成援摩任务。

（工会 陆华；党办 戚红洁）

## 第六党支部扎实推进党支部示范点建设

我院第六党支部积极响应医院创建具有示范点引领作用的党支部号召，紧紧围绕医院中心工作，组织党员立足岗位履职尽责，充分发挥党支部的战斗堡垒作用和党员先锋模范作用。

第六党支部由财务科、总务科、基建科、保卫科、宏志公司、膳食科组成，在后勤保障、为临床一线服务等方面作出了突出贡献。

支部按照创建示范点的要求积极开展工作。持续推进“两学一做”常态化、制度化学习、“三会一课”、组织生活会、民主评议党员、党员联系

群众、党员教育管理、交纳党费、发展党员等党支部示范点的基础工作，做到有制度、有计划、有落实、有记录，积极开展主题党日活动，做到规定动作不走样，自选动作有特色。第六党支部积极完善党支部的党员名册、入党积极分子名册、发展对象名册等基础台账工作，进一步规范会议材料、组织生活会记录等归档资料，扎实推进具有本支部特色的党建示范点工作。

（第六党支部 金依倩）



第六党支部开展支部委员学习会议



第六党支部党员金琳副院长参加安全生产书法比赛

## 我院携手提篮桥街道共同举办 “关爱白领健康，相约下午茶”党员义诊活动

9月13日，由我院党委办公室、虹口区提篮桥街道党建服务中心及上海经贸山九储运有限公司在瑞丰国际大厦共同举办“关爱白领健康，相约下午茶”党员义诊活动。

我院第三党支部的5名党员专家和社工科工作人员为写字楼里的白领青年带去了科普讲座、医疗咨询等党员志愿服务。医院中药房还准备了我院的特色养生茶请大家品尝。许多平时忙于工作的白领纷纷表示，这样高质量的人文关怀服务大大方便了他们，让他们感到很暖心。随后，我院党员同志们参观了提篮桥街道的党建服务中心，相互交流党建工作经验。

医院党委副书记周铭、党委办公室主任李伟华和社工科负责人孙丽霞也参与了此次活动。周铭

副书记表示，这是我院和提篮桥街道举办的第二次“白领下午茶”活动，今后双方将继续携手做好党员志愿服务，将更多的人文关怀服务送进楼宇。

（党办 李升）



## 我院举行敬老节老干部座谈会

我院于10月24日下午召开了“庆十九大召开，促中西医发展”2017年敬老节老干部座谈会。

座谈会由周铭副书记主持，她代表医院党政领导班子向老干部表示亲切的慰问和衷心感谢！谢春毅院长从医疗质量、队伍建设、教学科研、重点专科、医院设备、新楼启用、今后发展思路和规划等方面向老同志作了详细介绍，并诚恳地向老干部们寻求医院发展的良策和建议。

离退休老干部们对医院发展取得的成就感到欣慰，大家畅所欲言，就医院发展、人才培养、专业拓展、发展规划及展望提出了许多富有建设性的建议。

最后，舒志军书记表示要进一步加强对离退休老干部的关心，把他们提出的建议加以研究落实，并祝他们节日快乐！

会后，部分参会老干部前往新大楼参观，实地感受医院新面貌新气象。

（离退休办 康翠玉）



# 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210期 2017年10月20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服务号。

## 深入学习十九大会议精神，紧紧跟党走，为民谋健康



10月18日上午，中国共产党第十九次全国代表大会在北京人民大会堂开幕，习总书记代表第十八届中央委员会向大会作了报告。医院党委组织党员、职工全程观看此次开幕式盛况。

十九大的召开，是我国在全面建成小康社会关键阶段、中国特色社会主义发展关键时期召开的一次十分重要的大会，对鼓舞和动员全党全国各族人民继续推进全面建成小康社会、坚持和发展中国特色社会主义具有重大意义。习近平总书记所做的党的十九大报告，是我们迈进新时代、开启新征

程，续写新篇章的政治宣言和行动指南。

医院党委将通过中心组学习、党员领导干部上党课、学习十九大会议精神专题组织生活会、参观中共代表大会议址等形式和活动，深入学习和体会十九大会议精神，并结合医院工作实际，深入开展“两学一做”，引领全体党员和职工围绕医院中心工作全心投入、真抓实干，积极落实“健康中国、健康上海”的战略，为民众健康服务。

(党办 李升)

## “两学一做”在身边，知行合一我先行

今年8月，根据虹口区委组织部在全区窗口单位和服务行业开展“岗位建新功、党员见行动”活动要求，我院将该活动作为推进“两学一做”学习教育常态化制度化工作的重要内容，在虹口区卫计委党工委的指导和部署下，积极落实此项工作。

10月中旬，医院党委对窗口服务岗位进行了认真的梳理和摸排，结合医院实际，在窗口服务科室共设立了19个党员先锋岗，10个示范岗和8个党员责任区。

医院已经通过挂牌上岗的形式，积极开展党员

亮身份、亮承诺、亮责任的窗口服务工作。受党的十九大精神鼓舞，挂牌科室和窗口进一步发挥共产党员的模范带头作用，从而带动所在科室全体员工更好地提高服务质量，使病患更加满意。

(党办 戚红洁)



## 中国科学院北京转化医学研究院上海分院落户我院

为落实上海与中国科学院的战略合作，服务上海建设有全球影响力的科技创新中心，中国科学院北京转化医学研究院上海分院9月22日在我院挂牌成立。

据悉，今年3月，上海市虹口区政府与中国科学院控股有限公司已签订了战略合作协议。在当天的挂牌仪式上，我院与中国科学院国科健康控股集团签署合作协议，标志着合作进入实施阶段，双方将发挥各自优势，利用转化医学研究院上海分院平台，打造院院合作示范基地，促进上海医疗卫生事业发展。

会上，上海市虹口区副区长袁泉指出，在实施《虹口区卫生计生改革和发展“十三五”规划》之际，上海市虹口区政府将全力支持双方的合作推进，希望双方共同建好转化医学研究院上海分院，



上海市中西医结合医院副院长（主持工作）谢春毅（右）与国科健康董事长段安安（左）签署合作协议

推动开展医疗技术方面的院院、院所科研合作，以及相关医疗科技成果及高新技术项目产品的转移转化，打造院地合作高科技成果转化应用示范基地。

据悉，在与我院共建转化医学研究院上海分院的大前提下，国科健康将整合中国科学院相关院所的优势资源，与医院深入开展多方面的合作。据国科健康董事长段安安介绍，双方合作内容包括开展多项科研及医疗项目合作、共同打造转化医学研究院上海分院精准医学中心、支持医院医护人员的医疗技术创新及科研需求、与医院共建面向全社会的开放式中心实验室等。未来双方将建立合作机制，共同推进合作项目开展，实现转化医学研究院上海分院的建院使命。

(党办 戚红洁)

## “服务百姓健康行动”义诊受青睐

为响应国家卫生计生委、国家中医药管理局、总后勤部卫生部下发的《关于开展2017年“服务百姓健康行动”全国大型义诊活动周的通知》，我院于9月13号上午开展主题为“服务百姓健康行动”的大型义诊活动，医院共16个临床科室及临床药学近20名专家和护士参加了此次活动。

义诊现场，医护人员免费为市民测量血压，并提供专业的医疗咨询服务。很多市民携病例及检查资料来到现场，积极踊跃地向专家咨询问题。专家耐心细致地询问和了解市民的身体健康状况并给予指导建议。他们热情的服务态度，过硬的专业知识和严谨认真的工作作风受到了市民的肯定和赞赏。

此次义诊共服务市民500余人次，另外现场还有两名志愿者，共发放疾病预防知识宣传册、基本公共卫生知识宣传手册等健康宣传资料1200余份。

(门办 王舒婧)



## 2017年教师节庆祝大会成功举行

9月7日下午，2017年教师节庆祝大会在我院2号楼12楼报告厅成功举行。上海中医药大学副校长胡鸿毅，虹口区卫计委副主任徐爱娣、中医药发展与基层卫生科科长王华，上海中医药大学教务处副处长舒静、研究生院办公室主任沈海英以及我院党政领导、教研室主任、临床科室主任与教学秘书、研究生导师、获奖教师与学生代表出席。大会由教学管理处副处长郝立爽主持。

谢春毅副院长代表医院党政领导向全体教师致以节日问候，对教师的辛勤付出给予充分肯定，并感谢上海中医药大学、虹口区卫计委对医院教学工作的重视与支持。舒勤副院长就2016-2017学年教学工作进行了梳理与总结，并介绍了医院作为中医大金科医学系秘书处设立点开展的相关工作，提出要转变教育思想观念，不仅仅注重“知识的传授”，更要培养学生学习能力，并以“幸福地做老师，感受做老师的幸福”与教师们共勉。

会上，舒志军书记、谢春毅副院长、周铭副书记对2016-2017年度市级、校级和院级个人荣誉奖项

获得者，优秀教研室、优秀带教科室、最受欢迎带教科室等个人和部门进行了表彰。聘任江艳芬为医学模拟教学中心主任，沈晓喻为临床总带教，丁亚琴等为新一轮教学秘书。优秀教师代表吴坚主任、教育思想观念大讨论有奖征文代表俞瑞群医生在大会上发言。两位教师代表表示，临床教师要顺应社会变化，主动开展教学改革，教育不是灌满一桶水，而是点燃一把火。

虹口区卫计委徐爱娣副主任代表区卫计委对我院近年来在教学工作中取得的可喜成绩表示赞赏，并对教师们不懈的努力致以敬意，希望医院在未来能以其他附院为榜样，攀登新的高峰。胡鸿毅副校长在讲话中指出，附属医院“医、教、研”无前后之分，应融为一体，医疗是根本，头上要始终悬着教学“这把剑”，心存教学，医疗才会越来越好。教师节庆祝大会在研究生代表赵满忱演唱的歌曲《你是我的眼》中圆满落幕。

(教学管理处 李静)

## 全力以赴迎接安全生产大检查工作

今年7月，上海市沪安委会下发了《关于开展全市安全生产大检查的通知》(2017)3号文件。虹口区卫计委于9月12日召开了区下属十几家医疗单位负责安全生产的主要领导紧急会议，会议强调本次大检查工作的重要性，并落实和布置了具体工作和任务。

9月12日，我院召开安全生产会议，医院党政领导及医院各安全生产重要部门负责人参加了此次会议。主管安全生产工作的金琳副院长在会议上传达了区卫计委安全生产工作会议精神，布置了医院各部门安全生产自查工作，他要求在全院范围内组织开展安全生产隐患排查整治工作，对检查时发现的各种安全隐患，明确分工，责任到人，层层落实。按照“谁主

管，谁负责”的原则，对自查内容进行梳理，将安全责任层层分解，逐一排查，对检查出来的问题，要求立即整改。舒志军书记、谢春毅副院长(主持工作)与周铭副书记在发言中，对安全生产检查工作的落实与具体细节要求进行了补充，并要求对医院遗留的安全生产隐患要及时完成整改。

会后，医院保卫科对医院的药剂科、检验科、氧气和液氧管理部门进行了工作部署，并再次强调了危化物品管理基本要求，各部门的负责人均表示要再次对本部门的危化物品进行认真自查，积极配合医院安全生产自查工作，落实整改、责任到人，做到安全万无一失。

(保卫科 顾跃生)

## “治未病”健康咨询活动

9月8日上午，我院治未病科在住院部门口举办了一场惠及百姓的“治未病健康咨询活动”。

活动现场，治未病科医护人员为前来咨询的群众免费测量血压，对疾病和诊疗方面的懵懂指点迷津，并且根据每个人的基础体质和疾病特征提供一些针对性的养生方面的指导。此外，还为部分群众提供了免费的中医经络检测，通过采集身体经络中主要的24个穴位，分析身体各系统的健康状况，提供相应的健康指导方案。

此次活动下发健康指导资料100余份，参与群众80余人次，现场咨询气氛活跃，大家纷纷给予好评。治未病科今后将不定期开展此类健康咨询活动，为百姓健康保驾护航。

(治未病科 何古文)



## 办中医知识竞赛 展实习护生风采

为了弘扬祖国医学，传承中医文化，提高实习护生学习中医知识的积极性，我院护理部、教学管理处于9月上旬举办了2017年实习护生中医基础知识竞赛活动。

本次竞赛以《中医基础知识题库》为主要内容。经过激烈的角逐，来自上海中医药大学、蚌埠医学院、济光学院、上海市公共卫生学校等18名护生分6组进入决赛环节。决赛采用现场问答形式，每个小组的成员都积极参与，并重视团队合作。经过激励的竞争，最终蚌埠医学院获得一等奖；上海中医药大学、上海市公共卫生学校、济光学院分获二等奖、三等奖。

舒勤副院长应邀参加比赛并对本次活动进行了评价，她赞扬了同学们对待学习和比赛的激情，通过本次中医知识竞赛，充分展现了中医文化的博大精深，希望同学们在以后的工作中灵活运用中医辨证思维，造福广大患者。

(护理部 高璐璐)



9月29日，上海市中医药继续教育项目——心力衰竭的中西医结合管理学习班暨虹口区医学会中西医结合学组学术年会在我院召开。来自我院、虹口区医学会、上海市及虹口区各医院以及各社区卫生服务中心共200余名专家、领导及参会代表参加会议。

此次大会从中医到西医、中西医结合，从心脏内科到心脏外科，从指南到临床实践，从常见慢性心衰到围产期心衰，从生理疾病到心理疾病，贯穿了慢性心力衰竭的病因、发病机制、临床表现、诊断、综合治疗以及面临的挑战和对未来的展望，为临床医生在慢性心力衰竭的中西医结合诊疗过程中提供了规范化的治疗原则、多学科合作以及中西医结合研究的新思路。

(心病科 梁越凤)

9月23日，由我院眼科主办，上海市中医药学会眼科分会、上海市医学会眼科分会视觉康复学组、虹口区医学会眼科学组协办的2017国家级中医药继续教育项目《视神经视网膜疾病中西医诊治》学习班顺利举行。

本次会议主旨是“中西结合，共同发展”，由上海市中西医结合医院眼科主任李春霞教授主持，众多眼科界的知名专家讲述了最新、最热、最前沿的视神经视网膜疾病中西医诊治的相关知识。

(眼科 李贵富)



心力衰竭的中西医结合管理

学习班成功举办

视神经视网膜疾病中西医诊治

学习班成功举办

# 乳腺小叶增生是怎么一回事?

当一些女性朋友在体检报告上发现“乳腺小叶增生”字样时，不禁担心疑惑：乳腺小叶增生是怎么回事？会不会发展成乳腺癌？需要治疗么？且听治未病科主任霍莉莉医生及邱天医生怎么说。

## 乳腺增生是怎么回事？

乳腺增生分为生理性和病理性两种。生理性增生是在体内多种激素的共同作用下，乳腺腺体出现周期性的增生和复旧，就像月经来潮，成为女性每个月都发生的正常生理现象。它通常不伴有乳腺结构的改变，仅表现为周期性的乳胀、乳痛。

病理性增生是在乳腺腺体增生和复旧的过程中，出现过度增生或复旧不全，引起乳腺结构的紊乱，如乳腺小叶增生、乳腺导管扩张及乳腺囊性增生等，成为病理性的增生，临床称为乳腺增生症，是常见的良性乳腺疾病。

## 乳腺增生症有哪些主要症状？

**乳房疼痛：**乳房出现不同程度的胀痛、隐痛或刺痛，可放射至腋下或肩背部，经前及情绪变化时加重。

**乳房结节或肿块：**单侧或双侧乳房均可发生结节或肿块，其大小可有周期性消长，但不会完全消失。

**乳头溢液：**少数患者在挤压乳头时可见淡黄色或乳白色溢液。

**情绪波动：**患者常感觉心情不畅或心烦易怒。

**月经失调：**部分患者可出现月经前后不定期、月经量少、痛经等。

## 乳腺增生症与哪些因素有关？

**内分泌失调：**主要是雌激素分泌过多，刺激乳腺过度增生而导致。

**精神情绪因素：**长期工作压力大，人际关系不

# 如何正确处理囊肿

当检查出身体内有囊肿的时候，绝大多数人并没有什么症状。但检查报告中，出现囊肿二字难免会让人产生许多疑惑：囊肿是什么东西？要不要处理？今天就来简单科普一下“囊肿”。

通俗地说，囊肿就是一个封闭的“水泡”，如同充满了水的气球。囊肿的外壳是由一层层具有分泌功能的细胞排列而成的纤维性囊壁，囊腔内充满清亮无色或淡黄色、无菌、富含蛋白质的液体，称为囊液。

小囊肿一般没有临床症状，仅仅在常规体检时发现，无须特殊处理。只有当囊肿增大引起症状、继发感染、影响器官功能时才需要积极治疗。有些部位的“囊肿”有恶变倾向，甚至与恶性肿瘤不易区分，比如胰腺和卵巢的囊肿，需要我们加以重视，进一步检查或者定期随访，以排除恶变或者囊性恶性肿瘤的可能，但总体上恶性囊肿的比例不高。

目前囊肿的形成机制尚不明确，处置原则主要是清除囊液，破坏囊壁，使之缩小不再生长。方法包括：腹腔镜下囊肿开创引流、超声引导下的穿刺引流、硬化治疗、切除等。以下为常见需要处理的情况：1、体积太大、位置特殊

以最常见的肝囊肿为例：较大的肝囊肿可能造成肝内大血管、胆管的压迫并引起症状，这时就需要到正规医疗机构就诊。对于位于肝脏表面的大于5cm的肝囊肿，容易因冲撞或受伤导致破裂，需要处理。对于小于5cm的肝表面囊肿，若没有对周围脏器造成压迫症状，可以观察，若出现压迫症状，如上腹饱胀、疼痛等，根据具体情况决定是否治疗。

## 2、怀疑恶性可能

如果影像学检查怀疑是“囊性”的肿瘤，或者较少发生囊肿的部位出现了囊肿，甚至那个部位的肿瘤通常是囊性的，这就需要积极应对。比如“胰腺囊肿”与“浆液性胰腺癌”常规彩色多普勒超声很难鉴别，此时需要找专科医生评估，并进一步增

### 【专家档案】

**霍莉莉** 主任医师，医学博士，硕士研究生导师，副教授。上海市虹口区“治未病”中心特聘专家，获得中华中医药学会科学技术奖二等奖。

**擅长领域：**中医体质测评和经络测评，使用中医中药、中医适宜技术、膏方等进行体质调理，亚健康调养，防治发热，反复呼吸道感染，扁桃体炎、咳喘，厌食，便秘，泄泻，发育行为疾病等。

**专家门诊时间：**周二上午、周四下午。



和，造成精神紧张，情绪易激动等负性情绪。

**不良生活习惯：**熬夜睡眠不足，吸烟饮酒，内衣过紧，人工流产，女性高龄不育不哺乳等等。

**饮食不节：**长期高糖、高脂饮食引起内分泌紊乱，诱发乳腺增生。长期服用避孕药及含有雌激素的保健品。

## 乳腺增生症会发展成乳腺癌么？

研究表明，乳腺增生症与乳腺癌并无必然关系，96%的乳腺增生症均属于良性增生，仅有极少数的患者会出现非典型的增生改变，具有发展为乳腺癌的风险。尽管风险极低，但早期乳腺癌的临床表现并无特异性，容易被乳腺增生症所掩盖，故建议既往体检报告有乳腺增生症的女性朋友要定期到医院检查。

(治未病科 霍莉莉 邱天)

强CT、内镜超声穿刺等检查明确诊断。

### 3、“多囊肾”或“多囊肝”

一般人的囊肿都是单发的，或者散在的几个，而成千上百的“多囊肾”或“多囊肝”多见于常染色体显性遗传疾病。这种情况下，囊肿危害就挺大，正常的肝组织和肾组织被挤压掉，导致肝肾功能受损。最常见是肾功能受到损害，临幊上因多囊肾而发生尿毒症的患者大有人在。对“多囊肾”或“多囊肝”一般不主张手术治疗，仅限于处理引起明显症状的大囊肿，可行穿刺抽液或“开窗术”，并且积极保护肝肾治疗。

### 4、心理负担过重

有的人心理负担大，发现身体里有个囊肿，于是心理总是有个疙瘩，听说穿刺使能囊泡消失或缩小，非要穿刺掉才安心，这种情况下，也可以穿刺，但治疗的更多是“心病”。

所以没有以上这些情况通常无需特别担心，下次体检时再看看身体里面的这位“老朋友”是否依然安好即可。

(普外科 董智平)

### 【专家档案】

**董智平** 上海中医药大学附属上海市中西医结合医院普外科副主任医师，上海胆道会诊中心成员，上海市中西医结合学会围手术期专业委员会委员，上海市中医药学会亚健康分会委员，上海市中西医结合学会第一届健康管理专业委员会委员。

**擅长：**外科亚健康病人的健康指导以及胆道相关疾病的诊治。

# 从中医治未病思想探讨脑卒中的防治

中医治未病学思想最早始于《内经·四气调神大论》：“圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱，病已成而后药之，乱已成而后治之，譬尤渴而穿井，斗而铸锥，不亦晚乎”。具体来说，治未病就是采取预防或治疗手段，防止疾病发生、发展的方法。治未病包含以下三种意义：

## 一、未病先防

人们在没有患病的时候，要积极预防疾病的发生。脑卒中的未中先防即是未病先防之意，未中先防是指脑卒中未发作前进行的一级预防，包括对脑卒中的可防治的危险因素进行干预，脑卒中的可防治的危险因素有高血压、糖尿病、高脂血症、高粘血症、高同型半胱氨酸血症、饮酒、吸烟等，对这些危险因素进行及时干预，可以避免或延缓脑卒中的发生。

## 二、既病防变

一般来说，疾病的转变是由表入里，由轻变重，由简单到复杂的过程，因此，在防治疾病的过程中必须掌握疾病的发生、发展规律及其转变途径，做到早期诊断，有效治疗，治在疾病发作加重之先。脑卒中的既中防变即是既病防变之意，既中防变是指脑卒中急性发作后，及早干预防治病情进一步发展，脑卒中后，要积极采取溶栓、抗血小板聚集、抗凝、清除自由基、改善脑代谢、活血化瘀、康复等对症治疗，使病情恢复或改善。

## 三、愈后防复

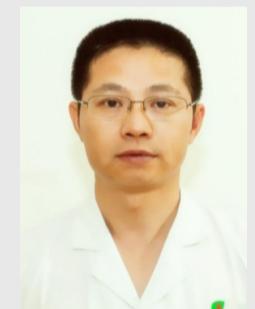
愈后防复是指在病愈或病情稳定之后，要注意预防复发。脑卒中恢复或稳定后要防止病情再发，在临幊中要严格按照《卒中预防指南》实施，在脑卒中恢复期和后遗症期采取二级预防，包括抗血小板聚集、活血化瘀、降压、降脂、降糖、稳定斑块等来预防或延缓脑卒中的再发。

## 四、新技术防副

新技术防副作用是指在使用新技术治疗脑卒中时要防治其产生副作用而影响疗效或加重病情。如急性脑梗死采取的颈内动脉支架植入术、脑出血采取的血肿清除术等，在治疗时要应用防治再狭窄的药物及防止再出血的药物。

(脑病科 王长德)

### 【专家档案】



**王长德** 医学硕士，在职博士，主任医师，上海中医药大学硕士研究生导师，脑病科（神经内科）、老年病科主任，中医内科学教研室主任，虹口区医学重点专科负责人。师从国医大师脑病专家任继学教授，上海市名中医肌无力专家李庚和教授、心脑血管病专家赵国定教授，江苏省名中医黄煌教授。从事中西医结合脑病的临床及基础工作25年。

**擅长：**脑梗死、脑出血、头痛、眩晕、失眠、抑郁、高血压、高脂血症、癫痫、帕金森病、记忆障碍、老年性痴呆、重症肌无力、脑疲劳、多发性硬化等疾病的中西医结合治疗。

**专家门诊时间：**周一上午、周五下午；

**特需门诊时间：**周三下午；

**帕金森病与记忆障碍专病门诊时间：**周三下午。