

我院首批援藏医疗队出发前往日喀则

本报讯（通讯员 张明洁）8月18日，上海中医药大学附属上海市中西医结合医院援藏医疗队顺利抵达日喀则。

“我们将带着共同守护西藏人民生命安全的使命，发扬中西医人勇挑重担、攻坚克难的精神，力争圆满完成援藏任务。”8月18日凌晨4时，上海中医药大学附属上海市中西医结合医院援藏医疗队出征。援藏医疗队队长何小云带领一支由13名护理人员组成的队伍，紧急驰援西藏日喀则抗疫一线。

虹口区卫健委副主任史立华及我院院长谢春毅、副院长刘剑新、医务处处长丁亚琴、护理部主任蔡敏、副主任高瑶娟等一同为医疗队送行。



8月16日接到援藏任务通知后，医院高度重视，随即向全院医务人员发起号召。“我报名！”“我是党员，要起到表率作用，我申请出战！”号召一经发起，立即得到积极响应，大家主动请缨、踊跃请战，很快，一支由13名护士组成的援藏医疗队就集结完毕。

考虑到高原地区海拔较高，出征前，医院为每位医疗队队员安排了一次全身体检。“希望大家进藏后要注意适应高原气候条件，一定要保重身体健康，保护好自己，才能更好地完成任务。”院长谢春毅在出征仪式时表示作为援藏医疗队队员的坚强后盾，上海市中西医结合医院一定会全力为大家提供支持和保障。

他们是逆行者，追光者

援藏第十天，4小时跑完14个核酸采样点

夜暗方显万颗星，
灯明始见一缕尘，
总有一种力量激励我们前进，
总有一种精神使我们感动。

本报讯（通讯员 汪亚娜）今天是8月28日，援藏的第十天。我们依旧在这片土地上奔波努力着，早上所有人员集合，酒店出发进行采样任务，两两一组跟随当地志愿者一起前往点位，根据点位路线有序的进行采样检测，四个小时的工作时间里，我们跑完14个点位，共完成采样人次288人。

每当我体力不支时，身边总有几双手撑起我；每次工作繁重时，总有几个身影为我分担。黑暗中的携手，疲惫中的鼓励，彼此间流动的战友情是最坚强的后盾。

所有工作结束返程途中，热情的藏族同胞带我们沿路看了日喀则的扎什伦布寺并给我们讲解了当地的藏族文化，带我们在空旷无人的马路上拍照，留下了纪念的照片。

一个缺氧却不缺信仰的地方，为这片净土做过贡献，愿疫情早日退散，余下岁月，无灾无难。



致敬高温下坚守“疫”线的你们 ——军体方舱医疗队

本报讯（通讯员 曹蓓、王波、徐艺、叶悦、金艳、徐洪涛）2022年7月10日12点左右，由30位医务人员组成的上海市中西医结合医院军体隔离点医疗队在邓小飞主任、张曙处长两位队长的带领下前往军体隔离点。

刚到军体，迎着37℃的高温，各位队员积极熟悉工作环境，商讨“三区两通道”的划分，并做好自我防护等。医疗队物资保障组刘梦舟按照医院要求“主动对接、提前预判、按需保障、及时供给”的原则，科学调配疫情防控物资，精准精细组织防控工作保障。

进入军体方舱后，医疗队院感组的倪娜第一时间组织了方舱内保安、物业、维保进行了院感培训。培训结束后，所有参训人员进行了理论考核，并对参训人员的防护服穿脱操作进行了一对一指导及操作考核。每天进舱时，倪娜都会核查队员们的个人防护用品、穿衣情况。当所有队员入舱之后，做好这些区域的环境整理、清洁和消毒等各项工作，大到地面、桌面、镜子、小到门把手，指导并确保出舱后的医疗队员们规范脱卸防护用品。

在徐珉华副书记的布置下，信息处王寅德处长等第一时间将工作所需的电脑安装调试完成。由于疫情防控的要求不断更新，“三朝元老”的李若羽带着袁晶晶一起熟悉新的使用界面，并耐心地与舱内工作人员沟通，保证舱内工作能及时、准确地开展。

由于初到隔离点工作，许多事情都需要从头做起。邓小飞主任与张曙处长常常召集王波、曹蓓、徐艺、叶悦、金艳与徐洪涛6位组长等共同商量对策，建章立制。曹蓓还制作了《中暑的预防与急救》《军体隔离点规章制度》，倪娜将隔离点的规章制度也进行了书写与整合，并将这些传达到每一位队员，便于规范行为与操作，以保障队员们安全、平稳地完成抗疫任务。

被隔离人员的核酸检测、体温及健康状况监测、核实病人信息、制作各种便捷的工作表格等都需要内舱医疗组队员负责。除此之外，还要处理各种突发事件，比如有患者突然出现发热、摔倒、晕厥、呕吐等情况。在军体隔离点工作期间，天气酷热，其中7月14日气温高达40.9℃。在此酷暑天气下，采样队员还得穿好大白一间一间地上门采样。每次工作结束，好多队员都像雨淋过一般。每次王波副主任一出舱，队员就会开玩笑说：“王主任，你刚从游泳池爬上来吗？”

在20多天时间里，截止至2022年8月1日10点，军体隔离点累计入住487人，累计接收密接78人，次密接395人，累计出院485人次，累计采样3325人次。除1人送至定点医院外，其余均经过7-10天隔离观察后，解除隔离，顺利出舱。

大多数的医疗队员，都克服了很多自身的困难，坚持在方舱内工作。张文雯在进驻方舱的第二天，爷爷在家里不慎摔伤，右下肢股骨骨折，虽然内心很焦急，但是依旧坚守在方舱一线。医疗服务接待办的金艳还处于手术恢复期；南8楼的王颖入舱前还在因病输液；东10楼的刘小凡曾在采样期间由于下暴雨从楼梯滑下摔伤；内分泌科徐艺由于先生在国外，为了工作，只能把自己仅有2岁半的小孩送回浙江老家；东12楼戴薇薇因家中小孩太小，每天都吵着要妈妈快回家等等；但他们都还是克服重重困难，完成自己岗位上的任务。

还有很多队员都克服了自己的困难，默默无闻地奉献，从未抱怨。每一位队员都坚定信念，“无论如何，我们都要圆满完成医院交给我们的任务”。

初心如磐，奋楫笃行

援藏医疗队在近四千米海拔的方舱内工作

道阻且长，行则将至；
行而不辍，未来可期；
岁月带伤，自由光芒；
眼中有山河万里，何惧几分秋凉。

本报讯（通讯员 王波）8月22日下午两点二十分，上海市援藏医疗队乘机降落在日喀则，这是上海历史上单一建制最大规模的医疗专业援助队伍。非常有幸，上海市中西医结合医院13名队员参与其中，即将投身日喀则的方舱医院救治援助工作。

当晚，高原的考验如期而至，高原反应在每位队员身体上淋漓尽致的展示着他的威力。心率加快，血氧饱和严重跌落，伴发各种不适症状，头部胀痛，眩晕，眼压高，心率不齐和疼痛，四肢无力等，痛苦的煎熬着，我们要让身体超越极限，适应高原环境，才能投身抗疫救治工作。

根据指挥部安排，队员们于25日正式接管日喀则第二方舱医院的A舱。早上九点半随驻地公车出发，20分钟后到达方舱，短暂的交接，即刻投入工作。我院董海生主任和邢鹏超医生被安排为第一批队员入舱。舱内收治的患者情况复杂，上有耄耋老人，下有嗷嗷待抚的婴儿，既有步履蹒跚，需要特殊照料的人，也有大肚便便的孕妇，此等状况已超乎医护们的想象。舱内多为藏族同胞，言语不通，沟通不通畅，需要志愿者翻译才能开展工作，病情询问，测温，检测生命体征，紧张且忙碌，近四千米的海拔，本就缺氧，还有在厚重严密的防护装备下奔波，待到出舱时，有他区的护士小姐姐晕厥，我院董主任眼角出血伴头疼，即使如此，他还坚持在舱外录入患者信息。

护理小姐姐哥哥们18:00安排入舱，他们无



惧高反，早早安排，团结一致，相互照顾，即使紧张到手抖，舱内也泰然自若。李馨培和袁星高反还没有恢复，陈伟的血氧饱和还未到86，就毅然投身工作，他们担心会耽误全队进程和怕拖我们团队的后腿，他们都非常的年轻，95后、00后，最大也不过二十出头，请向“小勇士”们致敬！

作为我们老大姐的高璐璐主任，她已49岁“高龄”，是我们医疗队年龄最大的大姐，值得我们真心敬佩！院感非常重要，防疫工作，院感先行，院感是保证我们每一个人的安全。方舱初建，千头万绪，困难重重，人员和物资的匮乏，环境条件的限制，也让我们的大姐焦头烂额，指挥部铁的命令，破除万难也要完成，高主任几进内舱，任劳任怨，严格要求，处处都从细节着手，想尽办法完成任务。我们有这样负责任的高主任，也确有心安。

我们的医院13名队员被分成四个组，医疗组：董海生、邢鹏超；护理组：李馨培、刘小凡、龚燕华、袁星、李婷、秦艳文、付慧慧、陈伟；院感组：高璐璐；药剂组：王波、张骏。我们共同建造方舱，管理方舱，服务方舱，一起努力，一起奋斗。

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247期 2022年08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。

喜迎二十大,建功新时代 庆祝第五届中国医师节,致敬健康守护人

本报讯（通讯员 戚红洁）没有人生来就是英雄，总有人用平凡成就伟大，在我们身边有这样一群人，他们身着白衣，逆流而上，用忘我的精神守护生命，夜以继日，救死扶伤，用汗水和坚守为患者带来希望！2022年8月19日是第五届中国医师节，上海市中西医结合医院根据国家卫生健康委员会《关于做好庆祝2022年中国医师节有关工作的通知》要求，围绕“‘医’心向党，踔厉奋进”活动主题，组织开展节日庆祝活动，充分展现我院医务人员精神风貌，引导广大医务工作者永远跟党走，奋进新征程，为推动卫生健康事业高质量发展不懈努力，以实际行动迎接党的20大胜利召开！让我们一起向所有的医师们说声，节日快乐！

院领导走访慰问一线医师

8月19日上午，医院党委书记张嗣博、院长谢春毅、党委副书记周铭、副院长刘剑新、朱维青、胡智海等一行人员来到各临床科室，慰问一线医师，送上慰问品，向他们致以节日的问候。

慰问活动中，领导表达了对医生们恪尽职守、无私奉献的敬意和感谢。同时，号召医务人员不忘医者初心，牢记使命，继续弘扬救死扶伤、甘于奉献的抗疫精神，筑牢防线，全心全意为人民群众的健康服务。



参观鲁迅纪念馆

8月19日下午，医院组织了26名医师，在医务处的带领下参观了鲁迅纪念馆。

参观中，伴随着鲁迅纪念馆工作人员的讲解，鲁迅先生艰难跋涉、奋然前行的一生，形象地呈现在大家面前，让大家感受到中国伟大的文学家、思想家、革命家、中国新文化运动的先驱者——鲁迅先生的悠悠民族魂。大家表示将学习与传承鲁迅先生爱国、开拓、改革、创新、勇于追求真理的精神，在新时代做出自己应有的贡献。



表彰十位抗疫表现突出医师

我院广大干部职工积极参加疫情防控工作，将初心和使命化作实际行动，坚守岗位、不懈战斗！

为庆祝中国医师节，激发广大医务工作者对“敬佑生命，救死扶伤，甘于奉献，大爱无疆”精神的贯彻落实，我院对于疫情中表现突出的十位医师予以表彰，他们分别是骨科卢伟、脾胃病科阚任焯、风湿病科曹蓓、传统医学科陈建、肿瘤科付淑娟、脉管病科洪浩、针灸科王儒蒙、普外科李峰、心病科俞瑞群、急诊科陈坚。



祝贺朱炯伟主任荣获第十三届“中国医师奖”

本报讯（通讯员 居宇斌）今年的8月19日，是第五个“中国医师节”，备受瞩目的“中国医师节”庆祝大会暨第十三届“中国医师奖”颁奖大会在北京国际会议中心隆重举行。“中国医师奖”是经国务院审核批准于2003年设立的全国医生的唯一的行业最高奖项，迄今已经开展了13届，在行业及社会产生了广泛而深远的影响。来自全国各地的79名优秀医师荣获第十三届“中国医师奖”，其中上海中医药大学附属上海市中西医结合医院朱炯伟主任作为唯一的中医推拿人入选。

朱炯伟，上海市中西医结合医院推拿科主任、副主任医师、副教授。他是桐柏道医三部正骨法嫡传弟子，从业三十八年，他创新颈项寰枢关节骨错缝正骨手法三部，为上海市中医特色诊疗技术，入选虹口区第七批非物质文化遗产代表性项目名录。

1992年至今，他成功治愈各种类型颈椎病45000余例，代表性病例为进博会期间治愈匈牙利

总理首席经济顾问盖佐颈椎寰枢关节半脱位、脊柱小关节交锁；他主持“脊梁正，不生病”正骨推拿服务队，通过科普宣讲、公益义诊、互动体验等形式，向市民群众普及科学的养生保健理念与简便价廉的中医药适宜技术，至今已有万余名市民受惠。

2013年在国家“脱贫攻坚”援滇任务中，克服自身家庭困难，放弃节假日休息及回沪探亲，加班加点半年，为当地民族医院成功建成康复医学科并申建为德宏州重点学科，由于成绩突出获云南德宏州政府嘉奖和慰留，2019年获虹口区政府“国务院脱贫攻坚”专项奖励记功一次。

他是虹口区“中医正骨朱炯伟学术经验传承工作室”导师、“朱炯伟虹口工匠创新工作室”领衔人以及第七批虹口区非物质文化遗产“三部正骨法”代表性传承人，带领团队成员一起开拓创新，砥砺前行。

2021年荣获第四届“仁心医者—上海市仁心医师奖”及首届“虹口工匠”等殊荣。



“作为一名中医工作者，希望能更好的传承、发挥中医的特色优势为广大病患解决病痛，为中国医学事业做出自己的一份贡献。一推一拿之间，纾解病家痛苦；医者父母心、手到病除是我此生最大的追求。”——朱炯伟

我院顺利完成2022国家中医住院医师规范化培训基地评估

本报讯（通讯员 钱倩）为扎实推进中医住院医师规范化培训工作，适应新形势发展，以质量为核心，强化专业基地动态管理，推动住培制度落实并持续健康发展。8月17日至8月18日，中国医师协会组织的评估专家一行五人莅临我院，开展2022年国家中医住院医师规范化培训基地评估检查。

8月17日上午，在医院2号楼大报告厅召开国家中医住院医师培训基地评估汇报会。虹口区副区长陈筱洁，上海中医药大学副校长王拥军，市中医药管理局中医药传承发展处副处长聂爱国，区卫健委主任张伟胜、中医药发展科科长黄李、上海市住院医师规范化培训事务中心副主任王蓉、上海市住院医师规范化培训事务中心特聘专家黄平、上海市住院医师规范化培训事务中心中医和考核专管员金圆婷，医院各领导班子成员、相关职能科室负责人、培训科室管理团队等一同参会。

汇报会首先由评估组组长卢健琪教授介绍专家组成员，本次评估目的、要求及评估工作安排。

谢春毅院长从医院概况、基地情况、保障措施、培训管理、培训成效、问题与改进六个方面对医院中医住院医师规范化培训工作做了全面汇报。

现场抽取心病科、脉管病科两个科室作中医住培工作情况汇报。

专家组分为管理组和专业组，依据评估标准分别进行台账资料审查，实地走访基层培养基地、临床技能培训中心、图书室、示教室等；抽查培训科室教学查房、病例讨论、科室台账等；抽取学员技



能考核、现场书写大病历、临床技能操作、门诊接诊、召开学员及带教老师座谈会，访谈相关职能部门负责人等。

通过各方式、多维度、全方位对医院基地建设概况、保障措施、过程管理、培训质量、师资队伍建设等方面进行客观全面的深度评估。

8月18日下午，在医院2号楼大报告厅召开评估反馈会。评估专家组成员、上海市中医药管理局副局长胡鸿毅、上海市中医药管理局中医药传承发展处副处长聂爱国、上海市虹口区卫生健康委主任张伟胜、上海市虹口区卫生健康委副主任张建敏、上海市住院医师规范化培训事务中心副主任王蓉、上海市住院医师规范化培训事务中心特聘专家黄平以及医院全体领导班子成员、各职能科长、科室主

任、教学主任、带教秘书、基层培养基地教学管理负责人等相关人员参会。

评估专家分别对评估过程中发现的亮点、出现的问题进行细致全面的反馈，并给出意见和建议。评估组组长卢健琪教授总结发言，医院住培基地激励措施良好，教辅设施齐全，规章制度完善，管理机制健全，学员保障充分，培训管理规范，经费使用合理，师资队伍进步明显，教师教育教学热情高涨，中医思维培训得到重视，培训效果令人满意，学员成长较全面。作为国家中医住培基地新兵，对医院取得显著的成绩表示充分的肯定。相信随着医院管理的进一步加强，内涵建设的不断深入，师资队伍的不断成长和正在建设的大楼开始启用，医院住培基地将取得进一步的完善和提高。

谢春毅院长表示评估不仅是体检，也是培训，医院住培工作受益匪浅，将对此次评估发现的自身问题和不足，立行立改，逐一整改；对工作中的亮点也不能松懈，继续保持。

张伟胜主任表明将支持医院在教学用地、学员保障加以改善，为教学提供更良好的环境。并肯定医院对虹口疫情防控工作做出的巨大贡献。

胡鸿毅副局长提出医院需要进一步完善专家组点出的问题，整体设计，系统提高。以创新为主导，以问题为导向，转变理念和管理模式，完善规培基地建设，提高医院整体格局。

通过此次评估，医院将有针对性地开展各项改进工作，相信中医住院医师规范化培训工作未来一定会更上一个新的台阶。

大咖“云”集，聚焦学科新技术新理念

“2022虹口区中西医结合内分泌代谢疾病规范化诊治及管理”论坛成功举办

本报讯（通讯员 吴坚）国家级继续教育项目《医联体架构下的糖尿病医防融合管理新模式学习班》和《糖尿病慢性并发症中西医结合诊疗学习班》暨“2022虹口区中西医结合内分泌代谢疾病规范化诊治及管理”论坛于2022年7月29日-8月2日在我院内分泌代谢病科，通过线上平台直播的形式顺利举办。

虹口区卫健委张建敏副主任及上海市中西医结合医院谢春毅院长致开幕词。谢院长表示，内分泌代谢病科近年来一直坚持举办学术活动，给同行们提供了良好学习与交流的平台，我们医护人员应该珍惜这很好的学习机会；虹口区卫健委张建敏副主任肯定了内分泌代谢病科作为上海市虹口区糖尿病规范诊治中心在2017-2021年虹口区社区卫生服务中心糖尿病慢性并发症筛查工作中的引领及在提升全区医护人员内分泌代谢疾病中西医结合诊治水平的主导作用。

我们有幸邀请到了上海市第十人民医院邹大进教授、新华医院苏青教授、东方医院冯波教授等二十余位专家教授担任主讲嘉宾，邀请了杨浦区中心医院周尊海教授、浦南医院刘连勇教授、闵行区中心医院杨架林教授等作为主持嘉宾。

此次学术活动为上海市中西医结合医院内分泌代谢病科举办的第十三次“虹口区专科疾病诊治及管理培训”和第七次继续教育项目，诸多内分泌代谢领域学术大咖齐聚一堂，对糖尿病、甲状腺疾病、痛风、骨质疏松症、库欣综合征、肥胖等内分泌代谢疾病及其并发症、合并症的规范化诊治、管理和中西医结合研究进展进行了深入交流，授课内容丰富多彩，专家点评高屋建瓴，紧跟学科热点和前沿，通过网络平台在线直播形式，秉承了“传承经典、传授进展、中西医并举”的理念。直播网络平台总访问量达3.7万人次，来自28个省市自治区直辖市的同仁们线上参会。

刘建新副院长致闭幕辞，他指出今年是内分泌代谢病科建科20周年，本次论坛的举办有极其深远的意义，他充分肯定了内分泌代谢病科近年来在医、教、研方面取得的优异成绩，同时提出了更高的努力目标及方向。

本次论坛的举办增进了兄弟医院间的学术交流，提高了区域内医护人员的专科诊治水平，更有国内众多同道在线观看参与互动，增加了我们上海市中西医结合医院及内分泌代谢病科的学术影响力和知名度。

2022年新员工培训



本报讯（通讯员 李佳莹）为更好地让2022年新进职工尽快适应、熟悉、融入医院，为未来的工作打下坚实的基础，人事处于2022年8月10日至8月11日对新职工开展了为期两天的岗前培训。

此次岗前培训安排了医院文化、专业技能、规章制度、党务知识、廉政教育等相关内容的培训，通过这两天的岗前培训，新职工们不仅对医院有了更深层次的了解，体会到了医务人员职业精神的精髓，感受到了作为医者的神圣感、使命感和责任感，同时也让他们找到了归属感。新职工们纷纷表示今后定会全身心地投入到“市中西医”未来发展及建设中，做一名优秀的“市中西医人”！

医院今年共招录新职工41人，其中医疗7人，护理12人，医技4人，规培18人。

贾维主任荣获第四届“上海市区域名医”荣誉称号



本报讯（通讯员 贾维）8月16日，上海市医师协会庆祝中国医师节颁奖大会暨会员代表大会顺利召开，揭晓了第四届“上海市区域名医”评选结果，上海中医药大学附属上海市中西医结合医院肺病科主任贾维荣获第四届“上海市区域名医”荣誉称号。

贾维，上海市中西医结合医院肺病科主任，医学博士，上海中医药大学硕士生导师。世界中医药学会联合会常务理事，上海中医药学会副主委，上海中西医结合学会常委，上海慢病学会委员，上海市医学会肺癌分子靶向专委会委员。国家公派赴日访问学者，于日本国立癌症中心进修学习肺部肿瘤的呼吸内镜治疗。从事呼吸科工作三十余年，熟练掌握呼吸内科疾病的中西医结合诊疗，年接诊病人数达八千余人次；获市级优秀引进人才；近5年发表论著3本；撰写论文10篇，其中SCI论文2篇；承担局级以上课题5项。曾3次参加国家重大传染病防控工作（非典、重症甲流、新冠）。

2003年，候选人作为基层医生义无反顾地投身到抗击非典的战斗之中。2009年，甲型H1N1流感在全球范围内大规模流行。候选人作为主要现场负

责人，全程参与了中国国内第三例、浙江省首例甲型H1N1流感重症患者的诊治。经过连续十天十夜的激战，使病人从濒临死亡逐渐恢复到各项生命指标趋于稳定，最终成功康复出院。

2022年3月以来，上海不断出现新的本土新冠病例，形势越来越严峻。4月1日，接卫健委紧急通知，上海市中西医结合医院迅速组织成立了一支由贾维主任带队的医疗团队，于当晚23点到达虹隔离点，随即开展病人收治工作。在病人收治过程中，天虹隔离点积极根据疫情发展形势，以及防控遇到的新问题、新挑战，结合实际情况，不断调整收治精度，集中收治以家庭为单位的新冠感染者，婴幼儿一度达到60余人，最小仅2个月大；老年患者最大年龄95岁；以及孕妇、大量有基础疾病又无住院指征的病人；同时隔离点也为意外感染的，奋战在抗疫一线的医护人员、援沪医疗队志愿者提供兜底保障。贾维主任充分发挥中西医结合医院的专业优势，在常规西医治疗的同时，采用辨证施治，应用化湿败毒颗粒以及自制汤剂积极干预，大大减轻了病人发热、咽痛、肌肉酸痛等症状，快速缓解病情，加快了床位周转，为后续病人的收治提供了空间。



贴秋膘助成长

文 / 杜琳麟

民间素有“贴秋膘”的习俗，是指人们在夏季由于长期出汗过多、食欲不振等原因导致身体消瘦，在进入秋季后通过进补的方式来弥补入夏以来的亏虚。

古人多以“以肉贴膘”，但是对儿童来说这一方式未必适合。因为小儿脏腑娇嫩，脾胃运化功能相对不足，若摄入过多的肥甘厚味之品则会导致厌食、腹胀、呕吐、腹泻等表现，甚至有部分孩子由于长期消化吸收能力减弱而影响了生长发育，表现为身材瘦小、体重不增、身高增长缓慢等。秋季是调理脾胃的好时节。那么对于这类不爱吃饭又不长个的宝宝是否有弥补措施呢？

当然有啦！这里有一款特制的“秋膘”即将登场——开胃助长贴！

何为“开胃助长贴”？

“开胃助长贴”是选用健脾开胃、滋阴补肾的中药调和成药膏，贴敷于调补脾胃的穴位，配合捏脊推拿手法，疏通经络，运行气血，调整孩子脾胃功能，增强营养吸收，改善睡眠，激发自身生长能力，从而促进身高增长。

哪些孩子适合贴“开胃助长贴”？

2.5岁-14岁儿童，骨骺线未闭合者，有以下表现之一的即可来敷贴：

- ①厌食、消化不良、消瘦
- ②慢性腹泻
- ③胃肠功能紊乱
- ④生长发育迟缓、矮小

治疗方法及疗程

2.5-4岁患儿敷贴配合捏脊等推拿，每周2次，4周为一疗程；4岁以上患儿采用定向透药疗法配合推拿，每周1-2次，4周为一疗程；条件允许者建

议治疗2个疗程效果更佳。

时间：9.7（白露）—10.31（霜降后）每周一、三、五下午14:30-19:30，周六8:00-12:00、13:30-17:00。（如遇节假日，治疗时间会做适当调整）

地点：上海市中西医结合医院儿科2号楼3楼儿科中医治疗室。

预约方式：即日起挂“儿童生长发育门诊”（每周五下午）或“儿科普通门诊”至医师处开具中医治疗单即可。咨询电话 65415910-5307 或 5302。

上海市中西医结合医院“儿童生长发育专科门诊”是本区开设较早的生长发育专科，充分发挥中医药优势，利用中西医结合疗法诊治小儿生长发育期疾病（性早熟、矮小症、肥胖症等）以及体质调理（多汗、便秘、长期厌食等）。针对儿童服药困难的特性，我们发挥外治优势，研制了多种特色敷贴，包括春季生长贴、夏季三伏贴、秋季开胃助长贴、小儿消脂贴等等，由于疗效显著，已受到了越来越多的家长追捧。孩子的身高管理关注越早受益越多，欢迎有儿童生长发育期疑问的家长来院咨询、就诊！门诊时间：每周五下午。

近视眼的预防及治疗



文 / 何艳盛

关爱青少年眼健康是全面提高国民素质的大事。目前中小学生近视率逐年攀升，且越来越低龄化。近视眼是危害我国学生健康最突出的问题，受到社会各界的广泛关注。

防治儿童近视研究项目调查显示，中国青少年近视发病率高达50%—60%，全国近视眼人数已近4亿！我国卫生部近视眼重点实验室主任、复旦大学眼科教授褚仁远告诉《生命报》记者，近年来，中国近视眼率有急剧增加的趋势。目前，我国人口近视发生率为33%，是世界平均水平22%的1.5倍。中国学生的近视率排到了世界第二，仅次于新加坡。国民视觉健康报告指出，预计至2020年，我国5岁以上近视患病达7.04-7.11亿。

什么是近视眼？

近视眼(myopia)也称短视眼。眼在放松调节时平行光线经眼屈光系统折射后，成像在视网膜前方，使远距离目标不能清晰在视网膜上成像，造成看远方模糊的现象。按程度分为：

- 轻度 -0.50——3.00D；
- 中度 -3.00——6.00D；
- 重度 > -6.00D。

近视眼的发病因素有哪些？

近视眼的发病因素复杂，影响因素也很多，主要的因素大致划分为：

1、遗传因素

近视具有一定遗传倾向。高度近视的遗传性比一般近视的倾向明显。有遗传因素者，近视发病率较早，常在进入青春期以前就开始近视了，且多在6个屈光度（-600度）以上。这种高度近视在医学上叫病理性近视。我国高度近视眼的发生为常染色体的隐性遗传，即父母双方都为高度近视，子代100%为高度近视。父母一方为高度近视者，子女50%为高度近视，但也有显现不全的表现。一般近视属于多因子遗传，既服从遗传规律又有环境因素的参与。

2、环境因素

(1)调节学说：睫状肌是位于眼睛内部呈圆环状的平滑肌，作用是改变晶体的形状，以向近或远

距离的东西对焦。当我们要把远距离的东西对焦时，睫状肌便会自然放松，悬韧带松弛，晶状体变薄。若是看近处，睫状肌就会收缩，晶体变厚。看远物时，睫状肌放松，悬韧带松弛，晶状体变薄，屈光度数下降，远距离物体经折射后，成像在视网膜上。看近物时，睫状肌痉挛，悬韧带收缩，晶状体变厚，屈光度数增加，近距离物体经折射后成像在视网膜上。

(2)环境适应学说：幼儿时期眼球小，多数呈现远视，随着年龄增长眼球增大达到正视状态。在这一发育过程中近距离阅读过多，眼球为适应这种调节需要而成为近视。生长发育过程中，诸如照明光线、阅读姿势、对比度、字小模糊、距离太近和阅读时间长等外部因素都能影响近视眼的发生率。

3、营养体质因素

从一些资料分析到，微量元素铜、锶、钙和锌等的缺乏和体质的薄弱也可影响到近视的发生，但目前这些因素是通过什么途径影响近视则各有说法。近视是有许多因素可以引起，既有外部因素，又有内部体质因素的相互影响，而非某单一因素而成。

近视眼的危害有哪些？

1、影响学习和心理健康

青少年患了近视眼，通常会看不清楚黑板，听课注意力不集中，影响了学习的兴趣，久而久之造成心理健康问题。

2、影响升学和就业

近视眼还会阻碍青少年报考志愿，因目前有一些特殊类院校如军校等，在招生时对视力情况有特殊要求。因此，使许多优秀的学生可能失去接受自己喜欢的专业的教育机会和将来的工作机会。近视眼可能成为人生发展的绊脚石。

3、引起严重并发症

当近视进一步发展成为高度近视后，容易引发许多并发症如视网膜脱离、脉络膜、玻璃体病变等，严重者甚至会导致失明。

4、可遗传性

高度近视可遗传给下一代，形成近视眼。

近视眼该如何治疗？

1、框架眼镜，一直是矫治近视性屈光不正的主要方法，目前树脂镜片得到良好的普及。

2、角膜接触镜(contactlens, CL)CL直接贴在角膜的泪液层上，达到视力矫正的目的。与框架眼镜相比CL有更大的视野，在所有注视方向均能保持光学矫正性能，消除眼镜的三棱镜作用，消除斜向散光，减少双眼视网膜像差，保持更好的双眼视，使用安全、方便、美观，还有一些特殊镜片可满足一些特殊要求。

3、角膜矫形镜（俗称OK镜）是通过机械性压迫或按摩角膜，使其中央曲率半径变大，降低角膜的屈光力，提高远视力。严格遵照医嘱，可以矫治非先天性轴性近视患者，但作用是有限的、可逆的，不能从根本上治愈近视，需坚持长期戴镜，但对有适应症的近视人群是个很好的选择，尤其对青少年可能有阻止近视进展的作用。

4、准分子激光手术治疗。

5、睫状肌训练。

神奇的“耳石症转椅”专业的“耳石症门诊”

文 / 陈晨

张先生脸上露出了笑容：“这个旋转转椅太神奇了，我明显舒服多了！”2022年9月1日，来我院耳鼻喉科“耳石症”门诊复诊的张先生，开心地告诉陈晨医生。

来沪多年的张先生原本事业顺利、家庭美满，但是这半年来却过得苦不堪言。他经常会在起床和躺下去的时候突然感觉天旋地转，并且恶心想吐，非常难受。张先生去了多家医院，做了许多医学检查，并且通过理疗、输液和吃药的方式进行治疗。可是折腾了几个月病情没有丝毫减轻。这就给张先生的工作和生活蒙上了一层阴影，他每天都愁眉苦脸，什么事都提不起兴趣，甚至感到绝望。

经人介绍，张先生来到我院耳鼻喉科“耳石症”门诊。陈晨医生用“旋转转椅”（良性阵发性位置性眩晕诊疗仪）对张先生进行了检查，确诊为良性阵发性位置性眩晕左右半规管管耳石，并且直接用这台“神奇转椅”对其进行了治疗。20分钟之后，从转椅上下来，张先生立刻就告诉陈医生“我不难受了。”



“耳石症”学名叫良性阵发性位置性眩晕，是耳鼻喉科常见疾病，患者往往在躺下、起床、睡觉翻身的时候突然感到“天旋地转”、恶心甚至会呕吐。我院耳鼻喉科针对该疾病，引进了良性阵发性位置性眩晕诊疗系统，也就是“神奇转椅”，将患者和转椅固定为一体，通过转轴的旋转，诱发出病人的眼震并通过高清视频眼罩进行数据采集，精准判断耳石所在位置，并进行精准复位。

耳鼻喉科薛明主任医师说：“耳石症”导致的眩晕在人群中发病率并不低，但是经常被临床医生误诊误治。这台“神奇转椅”可以降低“耳石症”的误诊率，明显提高对该症的治疗效果。除此之外，这台机器对于其它眩晕疾病的诊治也有着极大价值，如梅尼埃病、前庭神经炎、突发性聋伴眩晕、前庭性偏头痛、上半规管裂综合征、中枢性位置性眩晕等等。对于运动病（晕车、晕船、晕机）患者的前庭功能评估及康复治疗也有非常大的帮助。

“耳石症”专科门诊时间：每周四上午，上海市中西医结合医院，耳石症门诊。