



广博慈爱 追求卓越

第 673 期

2025 年 5 月 30 日

瑞金医院

资讯

内部资料·免费交流

上海交通大学医学院附属瑞金医院主办

RUIJIN HOSPITAL NEWS

http://www.rjh.com.cn

瑞金医院闵行院区正式开建 打造高水平研究型医院建设新标杆

5月18日上午，上海交通大学医学院附属瑞金医院闵行院区正式启动建设。该项目旨在打造高水平研究型医院建设新标杆。

上海交通大学党委书记杨振斌，上海交通大学校长、中国科学院院士丁奎岭，上海交通大学原校长、中国工程院院士林忠钦，闵行区委书记陆方舟，闵行区委副书记、代理区长吴强，华东师范大学校长、中国工程院院士钱旭红，上海交通大学医学院党委书记江帆，上海紫竹高新区（集团）有限公司董事长、总经理沈雯，我院长宁光院士，我院党委书记胡伟国等领导嘉宾出席活动。活动由胡伟国主持。

我院长宁光致欢迎辞并介绍项目。他表示，闵行院区是实践“生命综合体、健康会客厅”理念的的未来医院。建成后肩负锻造

大零号湾“健康中枢”、构建全学科交叉“中国样板”、建造生物医药“临床助推器”三大使命，全体瑞金人将秉持医者赤诚，为人民群众健康事业贡献力量。随后，杨振斌、陆方舟、沈雯、宁光共同为瑞金医院闵行院区开院石揭幕。

上海交通大学医学院党委书记江帆代表医学院祝贺项目启动。她表示，该院区是输送送医品牌、瑞金品质至上海远郊的重要工程，医学院将全力支持其建设与瑞金的高质量发展。她相信，闵行院区将为瑞金建设“亚洲一流示范性”医院、为世界一流学校和医学学科建设、为健康中国、健康上海及大零号湾成为世界级“科创湾区”奠定坚实基础。

闵行区委副书记、代理区长吴强在致辞中指出，闵行区始终将引



进高水平医疗资源作为重要民生举措。瑞金医院闵行院区项目落地，将有效优化区域医疗资源布局，成为闵行南部新名片。他希望以此推动各方深化合作，共同打造医疗器械产业高地，为区域发展注入新动力。

上海交通大学校长丁奎岭代表

学校祝贺院区启动。他表示，在闵行校区周边建设高水平研究型医院是交大人的期待。学校将坚定支持院区建设，并以此为契机开展“产学研医”协同创新，提升医学科全球影响力，全面提高区域医疗水平，增强群众获得感、安全感，为打造全球影响力科创湾区和人

才高地注入强劲动力。

最后，杨振斌、丁奎岭、林忠钦、陆方舟、吴强、钱旭红、江帆、沈雯、宁光、胡伟国等共同为瑞金医院闵行院区按下启动键。

活动同步发布“Rui Surgery”计划。我院将打破空间限制，通过远程手术实现优质医疗资源共享。此前（4月22日），瑞金专家已成功通过远程操作手术机器人，为福建三明、云南迪庆、江西瑞金、海南博鳌和上海嘉定五地患者实施了6台高难度手术。

当天，来自高血压科、血液内科、神经内科、呼吸与危重症医学科、感染科、肿瘤内科、中医内科、儿内科、神经外科、胸外科等多学科的专家还在“大零号湾”为市民提供了优质义诊服务。

本版责任编辑 李 东

七连冠！我院蝉联全国文明单位

5月23日，全国精神文明建设表彰大会在京召开。中央宣传思想文化工作领导小组决定，授予4688个单位全国文明单位称号。我院蝉联荣誉，继续保留全国文明单位荣誉称号。

据悉，自2005年荣获第一届全国文明单位至今，我院已连续七届获此殊荣，成为医疗卫生行业精神文明建设的标杆。

我院举办五四青年节主题活动

5月13日下午，我院举办“传承瑞金精神·与榜样面对面”五四青年节主题活动暨第四届“十佳青年”颁奖仪式。

活动开场回顾了“蓝小医”志愿者团队学雷锋日以来的温情公益瞬间，展现瑞金青年以专业服务和人文关怀传递善意的风采。

院长宁光院士在致辞中表示，瑞金致力于为青年搭建最佳成长平台。他勉励青年珍惜机会，以脚踏实地、以“吃亏是福”的智慧沉心耕耘，在平凡岗位铸就不凡。宁光院长高度赞扬“蓝小医”守护劳模等公益活动，指出青年志愿者的善举是跨越代际的温情接力。他呼吁青年从身边小事做起播撒善爱，并以劳模“无功利之心、忘我奉献”的精神为榜样，将个人热爱融入医院发展蓝图，实现职业理想与医院未来同频共振。

内分泌与代谢病科主任、

首届国家杰出医师获得者王卫庆教授分享了四十余年从医感悟。她感恩母亲支持其选择医学道路，强调“做医生首先要认真负责，以善爱之心待患者如亲人”。回顾青年时期克服语言障碍深夜钻研的经历，她勉励青年珍惜平台，精进专业、团结协作、甘于奉献，用胸怀大爱诠释医者仁心。

普外科科主任、外科教研室主任、第三届上海十大杰出青年获得者郑民华教授讲述了自己赴法留学后坚定归国、引进推广微创技术的历程。从完成国内首例腹腔镜直肠癌根治术到推动技术普及，他始终秉持造福患者的初心。他鼓励青年在攀登时怀有“上坡的笃定”，勇于面对挑战；低谷时保持从容心态，积极蓄力前行。

现场青年踊跃与两位教授互动。上海市内分泌代谢病研究所研究员吕茜茜、（部分下转第2版）

- 日前，“第四届中国美好医院建设示范奖”奖项结果公布，瑞金海南医院脱颖而出，荣获2025年CHCC中国医院建设奖“第四届中国美好医院建设示范奖”。

喜讯

仁心守护 善爱同行——国际护士节活动隆重举行

在第114个国际护士节即将到来之际，5月7日中午，我院在科教楼旁大草坪隆重举办“仁心守护，善爱同行”主题庆祝大会。医院党政领导、职能处室负责人、临床护士、进修护士、实习护生代表等近200人齐聚一堂。

活动在瑞金声乐社《手牵手》的歌声中拉开序幕。院党委书记胡伟国首先向全院3000余名辛勤工作的护士致以最诚挚的节日问候。他高度肯定护理团队过去一年在提升管理水平、改善单元环境、传播优质护理理念和技术方面取得的积极成果，强调医院将持续关心关爱护士队伍，搭建成长平台，募集善款支持“瑞金护理公益行”。胡书记勉励护理团队不负重托，以守护人民健康为天职，用爱心、责任心、智慧和行动提升护理品质，在医院高质量发展中再创佳绩。

护理团队在过去一年展现出强劲的创新活力，2024年共申请专利208项，授权155项。庆祝大会上，四位专利第一发明人分享了他们从临床痛点出发，改良器

具、创新产品，最终提升工作效率和患者体验的故事。医院转化大楼底楼同步展出了多项3D打印的实用护理专利成果。

大会表彰了荣获2025年度上海交通大学医学院优秀护理工作、优秀护理工作提名奖、九龙青年护理人才奖、瑞金医院“最美护士”称号的24名护士，以及“最美护理单元”的18位代表。“最佳护理人文故事奖”获得者王嵩焘讲述了温暖人心的医患故事；2025年“上海好护士”袁勇勇则分享了她在皮肤护理领域从技术开展、门诊设立到产品研发的钻研历程。

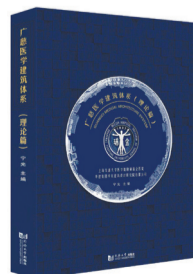
现场播放的“瑞护善行 大爱无疆”视频，回顾了院护理团队一年来积极响应“优质医疗护理资源下沉”政策，将技术和模式带到偏远山区、革命老区，服务基层群众的公益足迹，生动诠释了“广博慈爱、追求卓越”的精神传承。

院领导向护理部赠送了“智护优能，睿护提效”基金，用于支持护理技术创新与流程再造。

中国工程院院士、院长宁光在讲话中强调，强大的护理队伍是医院发展的基石。他期望护理团队当好瑞金大家庭的“女主人”，为患者营造温馨舒适的就医环境和暖心安心的护理服务，将医院打造成守护生命的港湾。宁光院长代表医院送出三份珍贵节日礼物：两年内派护理骨干赴国内外交流学习的平台；设立“智护优能 睿护提效”培育基金支持器具研发与技术改革；持续资助护理学科建设、技术革新与服务提升的提质增效资金库。

医院还为护士们赠送了节日礼物。护士节期间还开展了护理技术模式遴选、女性护理管理者培训、健康讲座、科普公益活动等。上海交通大学护理学院院长章新、上海市卫健委文明办副主任俞军、医政医管处四级调研员黄锐、上海尚医医务工作者奖励基金会理事长邹冬冬、上海市护理学会副理事长虞焱及相关爱心企业代表出席了大会。

□供稿 | 护理部
□摄影 | 陈钧 袁宸辰



《广慈医学建筑体系》发布

5月23日，CHCC中国医院建设奖颁奖典礼召开，大会现场为中国工程院院士、我院长宁光颁发了“终身成就奖”（管理类），并在大会上共同见证我院《广慈医学建筑体系（理论篇）》新书的发布。这部承载着我院百余年来建筑智慧的

著作，从1907年广慈医院的第一块基石开始，广慈医学建筑便践行着医者初心及对生命敬畏的无声守护，通过聚焦医院发展的历程、医疗布局的转变、医疗空间的革新等内容探讨更好地适应和满足未来医院发展的医学建筑。

讣告

中国共产党党员、烧伤外科专家、二级教授、主任医师、博士研究生导师，上海交通大学医学院附属瑞金医院创面修复中心主任、上海市烧伤研究所原所长，中国医师协会创伤外科医师分会第一副会长、中华医学会创伤分会原副主任委员、中国医疗保健国际交流促进会创面修复与再生分会第一届主任委员、中华创伤杂志原副总编、国家卫健委能力和教育中心创面修复学专家委员会执行副主任委员，中国创面修复学学科发起者之一陆树良教授，因病医治无效，于2025年5月12日13时05分在瑞金医院逝世，享年64岁。谨此讣闻。

上海交通大学医学院附属瑞金医院
2025年5月13日

中国内地首例双腔无导线心脏起搏器植入成功

5月23日，瑞金海南医院传来好消息：心内科吴立群主任团队成功为67岁的患者林阿姨植入 AVEIR™ DR 双腔无导线心脏起搏系统。这是中国内地首次应用这项全球领先的创新技术，标志着我国心律失常治疗迈入双腔无导线起搏新阶段。

缓慢性心律失常是威胁中老年人健康的重要疾病。正常人的心脏每分钟跳动60-100次，而患者林阿姨，她的平均心率仅有39次，最慢时甚至低至26次，相当于心脏每天要经历2400多次长达2秒以上的“罢工”。这种病症会导致全身供血不足，轻则头晕乏力，重则晕厥猝死。

2019年新型单腔无导线起搏器问世，通过技术创新实现了“心房感知、心室起搏”，使得约40%房室传导阻滞患者也能获得治疗机会，开启了“胶囊起搏”新纪元，但仅能起搏心室。此次瑞金团队采用的第三代 AVEIR™ DR 系统，通过在右心房和右心室各植入一个微型设备，配合独有 i2i™ 无线通讯技术，真正实现了双腔同步起搏。这项突破不仅能治疗30%的窦房结功能障碍患者，还可覆盖14%的双结病变患者，让更多患者重获“心跳



自由”。

林阿姨与心跳过缓抗争了十余年。日常简单的家务劳动都会让她气喘吁吁，夜间多次因心脏停搏惊醒。瑞金海南医院诊断发现，患者最长心脏停跳达3.3秒，随时可能发生意外。

“过去要装双腔起搏器必须通过胸前的切口，经血管放入电极，胸前还有个起搏器囊袋，现在两个微型设备通过微创就能植入。”吴立群主任介绍说，手术团队经右侧大腿静脉建立通道，将两个胶囊大小的起搏器分别固定在心脏特定位置。整个手术仅用58分

钟，术后测试显示心房间室起搏参数完全达标。

这场手术的背后，是海南博鳌乐城国际医疗旅游先行区“先行先试”政策的强力支撑。瑞金海南医院自2021年运行以来，已落地100多项国际创新药械。我院副院长、心脏外科主任赵强表示：“这一新技术的应用，不仅丰富了医生应对复杂心脏疾病的能力，也让患者不出国门就能用上全球最新医疗科技，期待更多新药新械的临床应用，更好地服务患者。”

□ 撰文 | 李东

国际医疗部顺利通过 DNV DIAS 国际认证现场审核



5月14日，我院国际医疗部顺利完成 DNV DIAS 国际医院认证现场审核工作。这是国际医疗部继2024年启动国际认证筹备后，在医疗质量管理和服务水平国际化进程中取得的重要阶段性成果。

DNV DIAS 国际认证体系以风险管理为核心，涵盖医疗质量、患者安全、院感防控等领域。作为国际公认的医疗质量“金标准”，其认证结果受到全球130多个国家保险机构认可。此次现场审核历时三天，由 DNV 国际医疗认证首席专家 Cathie Abrahamsen

领衔的专家组，通过实地走访、文件核查、人员访谈等方式，对国际医疗部临床诊疗、护理服务、院感防控等关键环节进行了全面评估。

专家组特别指出，国际医疗部感染控制体系展现出国际领先水平。在实地考察中发现，院感防控措施全面覆盖门诊、住院病区、手术室等关键区域，形成标准化操作流程。Cathie 评价：“这是我们在全球审核的600多家医院中，极为罕见的优秀院感工作发现，这里的感染控制实践值得全球医疗机构借鉴，我们将把相关经验纳入 DNV 认证案例库。”

护理团队用百项专利改写护理定义

在5·12护士节上，一组我院的数据令人赞叹：2024年，护士团队斩获4项发明专利、151项实用新型专利。这些创新成果并非出自实验室，而是诞生在病床边、监护仪旁，每一项都直击患者医疗康复痛点。从防止管路受压的腹部支架，到能监测化疗风险的智能袖套，护士们用“护理智慧”重新定义医疗价值。

护理督导、血液科赫洋团队研发“PICC 智能保护袖套”，堪称患者的“电子守护天使”。医用级弹性防水面料搭配纳米涂层，让患者告别洗澡时包裹塑料袋的不便；内置的温湿度传感器可实时监测渗血、肿胀等异常情况，一旦发现风险立即声光报警。

护理督导、急诊科景峰团队发明的“组合式腹部支架”。它长什么样？简单来说，就像是一座迷你拱桥，架在肚子上，两侧有三个“小拱门”，专门给管子们“开绿灯”——从这里稳稳通过，不被压、不被扯、不打结，还能防止床单直接压在管子上导致堵塞。更妙的是，病人的双手终于有个“落脚点”啦！可以

自然地搭在支架上，环抱在肚子上，不仅不用担心碰到管子，还更加有安全感。两侧三个拱形通道专为管路设计，确保其不被压迫；支架表面还为患者双手预留放置区域，既避免触碰管路，又增加安全感。

急诊科护士梁晓虹团队研发的电动药物碾磨机，把这段“手工活”彻底终结。这款设备采用独特磨盘设计，30秒即可将药片粉碎成“云朵级”细腻粉末，避免鼻饲管堵塞风险；密闭式药槽防止药粉外溢，剂量精准到毫克；一次性磨盘套实现即用即抛，不用刷、不用烫，交接班再也不用排队洗配件，极大提升院感防控水平。更贴心的是，设备兼具磨药与喂水功能，让护理操作流程简化高效。

护理督导、重症医学科张蔚青团队发明“气管切开套管矫正”装置。通过桥接接口、充气气囊和可旋转结构，为套管提供全方位支撑。类似颈枕的气囊可按需调节充气量，实现舒适固定；360度旋转设计确保患者活动时套管始终保持正中位。

□ 撰文 | 张子晴

李阿姨（化名）忍受右腿剧痛已近20年，多方治疗效果始终不佳。我院骨科曹鹏主任医师诊断其为L5-S1椎间盘突出，并决定为她实施单侧双通道内镜技术（UBE）手术，通过两个不足1厘米的切口摘掉病灶，最大限度保留脊柱结构。手术中，团队采用术中CT+VR导航技术，先以常规1/3的极低辐射剂量精准扫描并重建影像数据，随后通过AR眼镜全息影像，实时可视化观测位置、精准引导，成功实施手术。术后第一天，李阿姨顺利下床。“这是上海市首次使用CT重建+AR导航辅助技术。”曹鹏表示，科技与医学的结合为患者提供了更精准、更安全的治疗。

【简讯】

落实技术平移，瑞金医生让藏区顽固结石患者48小时就出院

今年2月，汪先生因肾结石前往迪庆藏族自治州人民医院泌尿外科就诊。CT显示，他的左肾里长满了大小不一的结石，最大的有2厘米！更让人焦虑的是，由于脑梗长期服用抗凝药，医生告诉他，想要通过传统的经皮肾镜碎石取石术——俗称“打洞取石”，还得停药整整一周。这意味着，他要忍受腰部1cm左右的切口疼痛、肾脏的损伤出血，术后卧床1-2天、长时间住院……

就在汪先生忧心忡忡的时候，我院泌尿外科援藏医生赵阳提出的方案是——一次性输尿管软镜联合头端可弯曲负压吸引鞘。一次就能把结石全部清除干净，且无切口”

手术时，赵阳医生熟练操作输

尿管软镜，灵活弯曲，精准锁定肾上中下三盏的石头；激光碎石的同时，负压系统把碎石及粉末瞬间吸走。45分钟后，患者各个肾盏的结石全部粉碎并吸出体外，手术宣告结束。术后第1天清晨，汪先生尿色清，拔除尿管后，能自主行走。当天下午，复查腹部X线：未见明显结石残留，随后出院——住院总计48小时。与传统PCNL相比，切口从1cm降到零切口，住院时间从5-7天压缩到2天，疼痛感由中重度锐减为轻度或无明显不适。截至目前，迪庆州已完成20多同类手术。

不仅是赵医生，迪庆州人民医院的医生们不断刷新着当地医疗的“新纪录”：2月27日，在当地院领导支持下，妇产科宋玮医生凭借精

湛操作完成科内首例经单孔腹腔镜双侧输卵管切除；5月儿科许旭医生奋力抢救1岁4个月重症肺炎患儿，二度心跳呼吸骤停仍助其脱机稳定。又仅根据体征敏锐判断12岁患儿消化道穿孔（胃穿孔）并即刻联动外科，争取最佳手术时机，乳腺外科张旭医生通过与瑞金总院乳腺中心开展远程MDT，为疑难晚期乳腺癌患者制定精准治疗方案，并在迪庆州创办首个乳腺专科门诊，让藏区患者就近享受优质医疗资源；嘉定院区心脏内科费梦懿护士帮助当地医院进行6次病房质控与危重症督查，通过“督查-分析-整改-反馈”质控管理模式，显著提升当地医院的护理质量。

□ 撰文 | 张子晴

第三期NEJM 高水平临床研究培训认证项目正式启动

5月29日，由《新英格兰医学杂志》(NEJM)与《NEJM医学前沿》联合制作、J-Med 承办运营的第三期 NEJM 高水平临床研究培训认证项目在我院开营。本次为期4天的线下课程，正式拉开了为期半年的高水平培训项目序幕，旨在系统提升中国医生在临床研究设计、实施与国际发表方面的核心能力。

在开幕式上，中国工程院院士，我院校长宁光和《新英格兰医学杂志》副主编、北京大学未来技术学院院长肖瑞平教授分别致辞，强调高水平临床研究对推进中国医

学创新与全球对话的重要意义。

第一期项目的优秀学员代表、心血管外科副主任医师朱云鹏与上海市内分泌代谢病研究所研究员徐瑜受邀分享培训收获。他们从研究构思、逻辑训练到写作表达等多个维度，生动呈现 NEJM 课程如何在实践中帮助临床医生迈出科研的第一步，激励更多医生参与到国际标准的科研实践中。

本期课程邀请了多位国际知名专家担任主讲导师。培训项目主任、布莱根和妇女医院 Nathan E. Hellman 实验室主任 Kenneth B.

Christopher 教授，外科教育创新部主任 Jamie Robertson 教授，均拥有丰富的临床研究经验与深厚的教学背景。

三位导师基于自身长期从事临床与科研的实践经验，从研究设计的核心环节出发，系统阐述了临床研究的关键知识模块。

此次线下培训仅是 NEJM 高水平临床研究培训认证项目的开端。未来六个月，项目将通过多种教学形式持续推进，帮助学员系统提升科研能力，为中国医学走向世界舞台培养坚实人才力量。

(上接第1版) 胃肠外科团支部书记蒋天宇医生分别向王卫庆、郑民华教授赠送了手工软陶纪念品和鲜花。王卫庆寄语青年传承医学事业，认真负责、担当善爱；郑民华则勉励青年开阔视野、坚定脚步，不被“内卷”困住，让生命在热爱中扎根。

党委书记胡伟国对青年提出三点期望：一是坚持创新，敢于超越。他回顾普外科同仁探索腹腔镜技术的历程，鼓励青年不惧权威、勇于开拓。二是沉淀身心，善于积累。引用老师张圣道教授“读书行医皆要争气”的教诲，希望青年珍惜时光、练就本领。三是心存善爱，尊重师长。深情讲述傅培彬教授为农妇洗脚、为学生“压阵”的故事，期望青年传承“广博慈爱”精神，做“有朝气、能争气”的瑞金新青年。

活动中，医院还对第四届瑞金“十佳青年”及提名奖获得者进行了表彰。

□ 撰文 | 祁洁 陆琳

祝可敬可爱的你们，护士节快乐！



2022年护士节，总书记寄语给你们极大的鼓舞，而且瑞金护士的《护士之歌》萦绕在上海，那是你们高光时刻，是你们的光荣与荣耀。今天，又是护士节，再远，再有其他事，必须要回来，这是我的荣耀和光荣，终于与我的护士兄弟姐妹在一起了，这是我的心愿，我相信也是瑞金这家医院的心愿。因为你们是这家医院最重要的力量。

如果说，一家医院是一个驿站，铁打的营盘流水的兵，谁是铁打的营盘的照应者？那一定是护士！如果说，一家医院就是一个家，而护士就是这个家的女主人。一家医院真正的温馨，真正的善爱，真正的宾至如归，真正的一种家的感觉，那一定是护士给我们带来的。你们为这家医院营造了家的感觉，干净舒心，井井有条，你们让瑞金成为相亲相爱的一家人。我在微信群中看到唐莲烧的菜及最近的BBQ，看到景峰养的花，看到邱娟的手工，看到满脑子都是瑞金的梁婧的漫画！你们对生活的热爱，对家庭的热爱，就是对医院的热爱。真心羡慕你们，也真心感谢你们。

如果说，我们有一个愿望，让每一位来瑞金的人感觉放心，安心，吾心安放即瑞金。那真正的践行者，也一定是护士。

在第114个国际护士节来临之际，5月7日中午，医院在科教楼旁大草坪上隆重举办以“仁心守护，善爱同行”为主题的庆祝大会，中国工程院院士、院长宁光为大家送上美好祝福。

我们的每一言每一行，我们的举手与投足可以让任何来瑞金的人如沐春风，我们的关爱，我们的温馨，我们的善爱，就是通过我们的行动传递的，在一个病人特别无助甚至恐慌时，您轻轻的握一下他或她的手，就可以传递一种坚定！就可以建立战胜疾病的信心，三分治七分护，不是一句话，而是一个行动。

如果说，我们对瑞金护士有什么期望，就是期望提高瑞金医院护理品质和管理水平，我们派出护士代表去日本学习，非常欣慰的是，学习回来的护士姐妹们不仅有很多感悟，而且很快落实到行动中去，我看到胰腺中心、胃肠病区的走廊里的照片和画，真好。为什么医院病区内墙壁要光秃秃呢？我看到特需门诊的进门后有一个20国语言的“您好”的欢迎栏，我意识到这已经是国际医学中心了，感谢护理督导康磊的辛苦。在九号楼大厅的书画展让瑞金有了书卷气，感谢护理督导荣岚。我在内分泌二病区中闻到扑鼻的香气，

而且还变换，我猜想是蔡晓丹花了心思，让我隐隐约约想起香格里拉酒店的香气。各位护士长，我们为什么不试试呢？让您的病区更漂亮，更温馨，更舒适，营造一种家的氛围。医院为何只能有来苏水味道，而不是让感觉安心吉祥的香水味道呢？我们能不能有一个瑞金香？我们能不能有瑞金的专有护士服装，我们每个病区能不能有全院统一的味道？装饰？服装？让所有人进入瑞金就马上意识到，这是瑞金，她曾经是广慈。

如果说，我们对瑞金护士有什么期待，那就是进步。你们在具有人文关怀的基础上，应该成为新技术的缔造者和践行者，你们应该学习新思想新理论，你们应该拥抱新技术新方法，你们应该用技术武装自身，你们的瑞金十八法，应该成为所有人传诵的经典，这也是为什么医院专门列出护理技术基金500万元，就是希望你们为瑞金护理插上创新的翅膀，尽情飞翔。

如果说，我们对瑞金护士有什么拜托，

就是拜托你们管好家，用好人，理好财。一个医院，护士队伍建好了，一家医院就成功一半了。因此，切切实实地提高护理队伍的效率，是我们的重中之重。胃肠道肿瘤大楼新的手术室，就是用了新技术，就是提高了效率，不仅很好的运转，而且更舒适了，应该感谢护理督导王晓宁，只要您用心，只要您愿意进步，很多事真的可以改变，晓宁给我们一个答案。

如果说，我们共同畅想瑞金医院的未来，我愿意让她成为不像医院的医院，她可以像家，唤醒所有人回家的感觉；她可以像花园，吸引所有人徜徉其内，一朵朵花朵，争奇斗艳，闻闻花香，那是可以疗愈的；她可以像画廊，一家馨透着艺术氛围的医院，医术会不好吗？她可以像博物馆，看到人类在憧憬健康之时与疾病斗争的恢宏历史；她可以像一本书，适合坐下来，泡一杯茶，染一根香，在低徊音乐中，静静地读，细细地品。而你们，我的护士姐妹们，是这么美好的未来医院的创造者、营造者，也只有你们能将我们的憧憬变成现实。

今天是我们，我们可敬可爱的护士姐妹们的节日，我还必须说护士兄弟们，感谢你们，祝贺你们，期待你们。

实习医师岗前培训

148名同学们点亮“实习医师”新身份

5月9日，我院党委书记胡伟国，中国工程院院士、我院院长、瑞金临床医学院院长宁光，党委副书记俞郁萍，副院长赵维莅出席了实习医师岗前培训课程的授听诊器仪式，为大家带来了诚挚祝福和精彩授课。

从理论课学习到临床实习转变的过程中，宁光院长向大家提出殷切希望：第一，把握临床实习黄金期，完成从“学子”到“医者”的蜕变；第二，锻造医者的“双翼”素养；第三，在职业选择中坚守初心与智慧。胡伟国书记结合自身从医经历送出祝福：以敬畏之心，尊重生命与同行；质疑权威，突破桎梏；耐心沟通，走进患者的心。

随后，新一届实习医师从我院领导手中接过刻有院徽的“瑞金蓝”听诊器，并庄严宣誓，重温了医学生誓言。

仪式后，赵维莅副院长为实习医师上了职业生涯的“第一课”，希望同学们以独立思考直面挑战，在传统与创新中寻找突破，用科技与关怀塑造医学未来。俞郁萍副书记带领实习医师深入感受医院历史与文化，坚定瑞金医者信念。

自5月12日起，来自2021级临床医学五年制、留学生、2021级临床医学八年制、2021级临床医学八年制（法文班）、2023级临床医学4+4专业和上海健康医学院临床医学五年制（全科医学方向）的148名同学们，正式开启在瑞金医院的临床实习工作。

□来源 | 临床医学院

跨越国度的生命接力

巴西医生推荐患者瑞金胰腺就诊

52岁的林先生旅居巴西多年，两个多月前他突然发现皮肤和眼睛逐渐泛黄、尿液深如浓茶，人也越发消瘦、无力，检查后确诊胰头部发现占位性病变，需要立即手术。然而，巴西的医疗资源有限，面对复杂又危急的胰十二指肠切除术，主治医生推荐他回国求医。

在胰腺外科，金佳斌主任医师为他量身定制手术方案，并在麻醉科、手术室团队密切配合下成功实施机器人胰十二指肠切除术。术后，林先生恢复良好，面对查房的沈柏用教授，他称赞，“太厉害了！在祖国，我找到了最好的医生。”为了帮助林先生

回巴西后更好进行术后随访，沈柏用教授通过视频连线林先生远在巴西的Dr. Marconi医生，详细介绍了治疗方案。屏幕另一端，Dr. Marconi连连赞叹：“瑞金医院的综合治疗模式令人震撼，值得我们学习。”这场横跨太平洋的会诊，让林先生倍感踏实：“瑞金让我很安心，从入院到出院，我几乎没为流程操过心。这里既有顶尖技术，又有家的温暖。”如今，越来越多的“林先生”正从世界各地奔赴瑞金，这里不仅守护着国内患者的健康，更以顶尖技术与温情服务，成为海外华人生命托付的“驿站”。

□撰文 | 祁洁

我院医生跨越2500公里为患者圆梦

2024年3月底，74岁的吴爷爷走进云南墨江哈尼族自治县人民医院。他癌症晚期，全身多处转移，还有肾衰竭、冠心病、高血压，甚至脚趾也有肿瘤溃烂，伤口每天流血、发臭，鼻下长着一颗拳头大的肿瘤，挤压鼻腔，呼吸困难，面目难辨。一见到上海瑞金医院派来的帮扶专家徐赫医生，便急切地表达心愿：割掉脸上那颗折磨他的肿瘤。

面对复杂至极的病情，医生都知道，手术风险极高，甚至对生命毫无延长作用。徐赫医生认真评估后，很为难地问吴爷爷：“手术风险很大，可能也改善不了病情，您为什么非要？”老人说：“我就是想干干净净地离开……”为了这位老人的愿望，徐赫医生决定迎难而上，紧急启动了“上海—云南远程”多学科会诊。上海瑞金医院耳鼻咽喉科专家提供远程

支援。肾内科、麻醉科、骨科、呼吸内科、心内科、重症医学科、神-胸外科、血液-肿瘤科、放射科、病理科等十多个科室专家连线，为老人制订了极其细致的手术方案。随后，徐赫医生和周先发医生接力进行手术，成功为患者圆梦。跨越2500公里，传播的不仅是技术，更是“广博慈爱，追求卓越”的院训。

□撰文 | 徐赫 张子晴



5月8日是第78个“世界红十字日”。我院举行以“生命接力·为爱续航”为主题的造血干细胞移植科普活动，副院长蔡伟出席活动并致辞。血液科主任糜坚青、副主任医师王苓和血液科三病区护士长汪靖分别进行生动的科普讲座，进一步提升了公众对造血干细胞捐献和移植的科学认知。

□摄影 | 袁宸桢

□撰文 | 祁洁

5月24日，“愈见甲状腺·蝶变艺术启示录”国际艺术疗愈情绪双年展于思南公馆开幕。现场，瑞金医院卢湾分院与青年艺术家王欢联合创作的蝴蝶和兔子雕塑《看见我》与《看见你》引人注目，更展出《看‘甲’本领》情绪疗愈绘画大赛的入围和获奖作品。展览期间，卢湾分院举办《共筑身心和谐新图景》主题艺术疗愈论坛，并进行甲状腺健康咨询义诊。

□来源 | 卢湾分院



国际医疗部携手社区走进楼宇，“零距离”护航打工人健康

5月13日，“健康服务，触手可及”——瑞金医院国际医疗部赋能黄浦区楼宇健康管理活动启动仪式暨“智慧医疗快闪进楼宇”系列活动首发仪式在香港广场南座20楼淮海社卫香港广场社区卫生服务站举行。我院党委副书记、副院长毕宇芳出席活动。

此次活动聚焦黄浦区职场人

群的健康需求，通过“三甲医院+社区医疗”协同模式，将优质医疗资源下沉至楼宇一线，真正实现“医防融合”与“分级诊疗”的深度结合。活动现场，瑞金医院国际医疗部与淮海社卫中心共同展示了楼宇健康服务新模式核心理念，并强调通过签约专属家庭医生、多学科专家驻点咨询

等方式，将为职业人群提供“零距离、全链式、个性化”的健康管理服务。

随后，我院血液科、普外科、心血管科、皮肤科等多学科专家团队及中心家医团队，为楼宇白领及居民提供专业医疗咨询，获得一致好评。

□撰文 | 祁洁

守护足部健康，骨科医生划重点了！

什么是拇外翻

拇外翻是指大脚趾在第一跖(zhí)趾关节处向小趾方向偏斜，同时第一跖骨向内翻，导致足部前侧增宽，形成明显的骨性突起。严重时，大脚趾可能挤压第二趾，甚至形成多趾畸形。

拇外翻的发病原因

1. 遗传或足部结构异常：如扁平足、第一跖骨过长或内翻、足弓塌陷等。
2. 穿鞋不当：长期穿高跟鞋、尖头鞋等，使前足受压，大脚趾被迫外翻。
3. 年龄和性别：女性（尤其是30岁以上）发病率较高，可能与激素水平、韧带松弛有关。
4. 足部肌肉失衡：拇趾外展肌力减弱，导致拇趾更容易被内收肌拉向外侧。

拇外翻的症状

1. 早期：大脚趾轻微外偏，第一跖骨头内侧轻微突出，可能无疼痛。
2. 中期：出现滑囊炎（红肿、压痛）、足底胼胝（老茧）、行走时疼痛。
3. 晚期：大脚趾严重外翻，挤压第二趾，形成多趾畸形。第一跖趾关节半脱位，可能发展为骨性关节炎，影响行走。

女性发病率高于男性

1. 穿鞋习惯（最主要原因）：女性常穿高跟鞋，尤其是尖头高跟鞋，会使身体重心前移、使足部前掌承受过大压力，跖趾关节受力增加；尖头鞋鞋头狭窄导致空间限制从而挤压大脚趾向外偏斜。
2. 激素影响：女性激素（如雌激素）会使韧带和关节囊更松弛，尤其是孕期或更年期时，足部稳定性下降，更容易发生拇趾偏移。而男性激素（如睾酮）使韧带更坚韧，足部稳定性更好。

如何预防拇外翻

1. 选择合适的鞋子：避免长期穿高跟鞋或尖头鞋，尽量选择宽松舒适的鞋型。
2. 加强足部肌肉锻炼：如赤足行走、脚趾抓握练习。
3. 早期干预：发现拇趾外偏时，及时咨询医生。□供稿 | 骨科（嘉定院区）

突然流鼻血？别慌！专家教你这样做



引起鼻出血的病因分为两大类：鼻子本身局部的原因和全身性疾病。

局部病因最常见病因：可因外伤、鼻腔黏膜干燥、炎症、鼻中隔偏曲等原因导致鼻黏膜损伤出血，此类病因最为常见。

过敏，春天是各种过敏原的高发季节，细菌滋生较快，很多人会因为鼻子的瘙痒而去用力揉搓鼻子。

鼻腔、鼻窦及鼻咽部肿瘤导致反复鼻出血，此类患者多为单侧反复无明显诱因下的出血。常见的有血管瘤、鼻咽纤维血管瘤、鼻腔鼻窦恶性肿瘤、鼻咽癌等。

常见的全身性的疾病如：血液疾病引起的凝血功能异常、急性传染病、高血压等心血管疾病等，需要到医院进行进一步检查。

一旦发生鼻出血，我们应该这样做：

保持镇静：坐下或者半卧，避免仰头，以免血液倒流误吸或误咽。

按压止血：用拇指和食指捏

住鼻翼，向鼻中隔方向持续按压10至15分钟。这样可以帮助压迫住出血的血管。

冰敷：在颈部和额头放置冰块，冷敷有助于收缩血管，减缓出血。

及时就医：如果经过自我止血仍未见效，出血量大或频繁发生，及时就医诊治。

如果我们最近发作过鼻出血，我们日常需要注意这些：

饮食：建议吃温软食物，禁止吃烫且刺激的食物。

洗澡：建议洗温水澡，避免高温的刺激。

日常：禁用力擤鼻，若鼻腔多涕或干燥，可选用等渗海水喷雾剂清洗湿化鼻腔。不建议为预防鼻出血反复填塞纸巾球，损伤鼻腔黏膜。

治疗：积极进行高血压、鼻炎等相关疾病的治疗。

以下情况下的鼻出血要及时就医：

反复回缩涕带血，可伴有鼻塞、头痛或颈部淋巴结肿大等症状，应及时就诊。

无明显诱因下反复单侧鼻腔出血，应及时就医，明确病因。

鼻腔出血量较大，按压无法止血应立即就诊。

老年患者，有高血压等基础疾病，反复鼻出血，应积极就诊明确病因。

男性患者，年龄10-25岁，反复鼻出血，症状有加重趋势，或伴有鼻塞，应积极就诊排除鼻咽纤维血管瘤。

保持鼻腔通畅是最简单和有效的办法，日常生活中，我们推荐使用等渗盐水定期冲洗来保持鼻腔卫生，这有助于消除鼻腔中积聚的过多分泌物、污染物、病原体和过敏原，减少充血并滋润鼻腔。

鼻出血是一种常见的症状，其原因多种多样。在遭遇流鼻血时，应保持镇静，采取正确的急救措施进行止血。同时，预防流鼻血的发生也至关重要，若流鼻血症状持续不缓解，则需要及时就医查明原因，以免错过疾病的最佳治疗时间。

□耳鼻喉科 | 王俊

长期以来，前列腺癌的筛查主要看PSA（前列腺特异性抗原）这一指标。然而，PSA缺乏特异性，其升高常见于前列腺炎、增生等非肿瘤性疾病，容易导致误判，延误真正的癌症诊断。

近年来，核医学领域的研究者将目光投向前列腺特异性膜抗原（PSMA）。这是一种高度表达于前列腺癌细胞表面的跨膜蛋白，其表达水平与肿瘤的恶性程度密切相关。基于PSMA靶点的PET显像技术，能够识别并定位体内微小的病灶，大幅提升了早期诊断的准确性。

与传统影像学方法如CT、MRI和骨扫描相比，PSMA PET显像在敏感性和特异性方面具有显著优势。

前列腺癌这项检查，许多男性常常会忽视

该技术不仅适用于早期筛查，也适合对术后生化复发（PSA重新升高）患者进行病灶追踪，并可用于评估肿瘤是否发生转移，帮助临床准确分期和制定个体化治疗方案。

目前PSMA PET显像在核医学有两种检查方式：PET/CT和PET/MR

1. PSMA PET/CT：
是全身成像的“速度版”
优点在于速度快：瑞金医院核医学科的Total body PET/CT设备能将上机扫描时间缩短至5分钟完成患者的全身扫描，适合肿瘤转移导致

疼痛而无法耐受长时间扫描的患者。

骨骼和肺转移灶显像清晰：CT对骨骼和肺内小结节的成像非常清晰，也可以评估其他脏器的转移程度。

2. PSMA PET/MR：
优点在于软组织分辨率高：MR对软组织的成像非常清晰，特别适合评估前列腺局部病灶、淋巴结和实质性器官，或者当PSA略高于正常上限，合并前列腺增生的患者，能更好地结合MR多参数信息评估前列腺内轻度摄取PSMA的结节灶，帮助癌和非癌的诊断。

MR无辐射：MR本身不产生电离辐射，适合需要多次随访复查，需要短期内进行双核素显像或者对辐射敏感的群体，比如儿童。

多参数成像：MR可以提供多种影像信息（如T1、T2加权成像等），帮助医生更全面地了解肿瘤的特点。

多次显像：部分前列腺癌存在异质性（不同肿瘤细胞之间在基因、分子特征上存在差异，对同一治疗方案的反应不一样），需要联合FDG（另一种核素显像剂）进行双核素检查，这个时候PET/MR

的优势就更明显了，适合在短期内完成2种核素显像剂的全身检查，从而帮助判断肿瘤病灶是否存在异质性，特别是鉴别出神经内分泌转化的前列腺癌。肿瘤异质性是肿瘤耐药、复发和转移的重要原因，也是精准治疗的主要挑战之一。

前列腺癌的隐匿性极高，许多患者在出现明显症状时已处于中晚期。高危人群，特别是中老年男性或有家族史者，应重视规范筛查，及时开展PSMA显像等精准影像学检查，早发现、早治疗。而PSMA PET显像及全身评估在前列腺癌的早期诊断、精准分期、靶向治疗指导和疗效监测中具有不可替代的作用。

□核医学科 | 王瑾 胡佳佳



一文看懂多囊患者备孕全攻略

多囊卵巢综合征（Polycystic Ovary Syndrome, PCOS）是一种常见的内分泌代谢紊乱疾病，表现为月经不规律、排卵障碍、胰岛素抵抗等。

患者需要通过调整生活方式或者应用促排卵药物进行治疗，从而提高备孕成功的几率。由于临床并无明确的能够备孕成功的绝招，因此，针对性的日常护理就显得至关重要。

控制体重是关键

超重不仅加重代谢紊乱，还提高了妊娠期糖尿病、高血压的风险，增加流产、早产、巨大儿或低出生体重儿的可能性。因此，孕前管理体重尤为关键。

BMI自我评估：

孕前计算BMI，确定自己是否超重、肥胖或偏瘦。

运动指导：

BMI正常者：每周至少150分钟中等强度或75分钟高强度运动，搭配每周两天的力量训练。

需减重者：每周至少250分钟中等强度或150分钟高强度运动，并辅以每周两次增肌训练。

健康生活习惯：戒烟戒酒，

减少久坐，增加日常活动量。

科学饮食，助力备孕

优质蛋白质：鸡蛋、豆浆、牛肉、豆腐等富含蛋白质的食物不仅能提供营养，还能促进卵巢功能。

补充叶酸和钙质：菠菜、生菜、苋菜富含叶酸，有助于预防神经管畸形；牛奶、海产品和骨汤富含钙质，有助于预防骨质疏松。

适宜饮品：适量饮用枸杞红枣茶可帮助调节卵巢功能，促进内分泌平衡。

避免高糖高热量饮食：尽量远离炸鸡、薯条、糖果等高糖高脂食品，如果是肥胖引起的多囊的话，会加重病情。

拒绝辛辣食物：减少辣椒、花椒等刺激性食物，维护良好的内分泌环境。

规范用药，关注心理健康

促排卵药物：生活方式调整后未能改善者，需要及时到医院做全面检查，另外，需要在医生指导下口服促排药物进行规范的促排卵。

月经调节药物：长期停经

者可短期使用黄体酮促使月经来潮。月经来潮后，可以在月经的第2-5天抽血做内分泌检查。一般主要是检查甲状腺激素和性激素项目。如果有肥胖患者，还应检查胰岛素、血糖和血脂。

胰岛素抵抗药物：二甲双胍和肌醇可有效改善胰岛素抵抗，调节月经周期，增加受孕机会。

慎用避孕药：长期服用避孕药可能导致体重增加、心情抑郁和血栓风险增加，应谨慎使用。

心理状态直接影响内分泌系统。保持积极、平和的心态是备孕成功的重要一环。

积极心态：避免焦虑抑郁，适当进行心理疏导。

家庭支持：家属应理解病情，积极参与心理支持，增强患者信心。

科学备孕，有效行动！愿每位多囊姐妹都能早日实现做妈妈的愿望，迎接健康宝宝的到来！

□产科病区 | 季文佳 连家安

当中药遇上“姨妈期”，喝还是不喝？

当下，越来越多的女性选择中药治疗病症，调理身体，但遇到生理期总会陷入两难：该继续还是暂停？怕停药影响疗效，又怕忧性扰乱周期。

哪些中药不建议经期服用？

活血祛瘀类

例如三七、川芎、桃仁、红花、丹参等。具有通畅血脉，消散瘀滞的作用，也因此具有扩张血管，增加血流使其充盈脉道，可以导致月经量增加。

止血类

例如白及、仙鹤草、茜草、大蓟、小蓟等。此类药物具有凝血的作用，最有可能导致经期变短或是延迟。此外，在行经期内，经血不泄，可能造成血液在子宫内凝聚，长时间后形成血块，甚至导致子宫内黏膜损伤等。

收涩类

例如五味子、海螵蛸、桑螵蛸、牡蛎等。凡以收敛固涩为主要功用的药物称为收涩药，分别具有敛汗、止泻、固精、缩尿、止咳等作用，这些作用通常伴有毛细血管收缩，可能导致经血运行不畅、经量减少，甚至痛经。

泻下类

例如大黄、芒硝、巴豆、番泻叶、甘遂等。使用泻下剂的患者大多是为了治疗里实便秘，所以用药大多峻猛，

其中部分还具有毒性，在经期，血海由满而溢，胞宫泻而不藏，血室正开，经血下泄，气亦随血而泄，在这个“泻”的时期若再服用泻下类药物，造成正气损伤，极易引起经量和周期的改变。

补益类

例如阿胶、人参、鹿茸、当归等。若月经正常，并不需要额外滋补，乏力、疲惫等感觉都是阴阳气血的周期性消长变化过程中的正常感受，刻意的服用滋腻类补药，会引起月经减少、月经紊乱，服用热性的补药则会化热致瘀，服补血的药物则可致月经过多。

经期可以服用寒性药物吗？

从中医四气的角度，在经期要避免服用寒凉性的药物，凡寒凉性药物，即表示具有清热、泻火、凉血、解热毒等作用，所谓“血得温而行，得寒而凝”，寒凉药可以使经血运行不畅，并引起痛经。

这些并不意味着中药在经期绝对禁止，一些调经类的中药在经期服用效果更好，因此，如在服药期间恰逢经期的女性，一定要咨询中医医生或药师，在专业人员的指导下遵医嘱服用，中病即止。

□药剂科 | 顾澜婷