



广博慈爱 追求卓越

第 677 期

2025 年 9 月 30 日

瑞金医院

资讯

内部资料·免费交流
准印证号(B)0300

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

瑞金医院庆祝第41个教师节大会举行

2025年9月8日，瑞金医院庆祝第41个教师节大会隆重举行。我院党委书记胡伟国在致辞中娓娓道来与导师张圣道、及瑞金医院大外科奠基人傅培彬教授的三个小故事：傅培彬教授弥留之际，张圣道教授为使老师放心，向他讲述所取得的技术进步时，却被老师追问“是否教会一批人掌握技术”，这份嘱托让张圣道教授从此将教学深植于心。张圣道教授住院时，听闻郑民华教授汇报腹腔镜技术突破，却如老师傅培彬教授当年一样，更关心“每个住院医生是否都掌握基础操作”。等到自己武汉归来看望张圣道老师，他依旧是唯在听闻“病房开课、在线教学、规培实操不辍”时眼露光芒，连赞“做对了，不能忘教学”。这三个故事里，藏着瑞金代代相传的育人初心。

胡伟国书记提醒大家，教师，是铸魂育人的工程师；医师，是守护生命的勇士，而瑞金人，恰恰肩负着这双重使命。作为教师有自豪感，更应该有责任感，老师们要把知识教给更多人，把初心传给后来者，让医道与师道在传承中生生不息。

在《医海引航》医学院班导师代表发言环节，2017级临床医学八年制一班班导师、我院消化内科俞丽芬现场分享了由她策划



的20岁集体生日巡礼、苏州寻美之旅、每天都“开心”的后浪医学生等丰富多彩的班导师系列活动。2021级临床医学八年制一班班导师、我院泌尿外科何威回忆了与学生相伴的两年时光，从临床技能的探索到医学人文的浸润，通过阶梯式活动设计，在临床实践系列班导师活动中与学生医路同行、专业引领。

与会领导共同启动“广慈临床导师”项目。上海交通大学医学院副院长毕宇芳宣读首届“广慈临床导师”名单，院领导为导师们颁发聘书。现场，神经内科钱逸维分享了从医生到教师角色转变的初心，强调教育不仅是授业解惑，更在于陪伴与指引；肝胆外科叶枫分享了对“年轻临床教师”角色的理解，他希望与同

学们懂彼此、同沉浸、共成长，以身作则、以学生为镜，用心做导师，引导学生从“知道”医学知识进阶到“懂得”医生职业。

在瑞金，除了领路人的指引，更有深厚的精神传承，“广安堃-傅培彬卓越医师计划”便是其生动体现。这一计划既承载着瑞金医脉相承的历史厚度，也彰显着追求卓越的学术高度。现场，“广博计划”学员带来情景剧《广博让我们相遇》，传递着薪火相传的使命与担当。今年，经过遴选，共有46位优秀的医学生入选“广博计划”，院领导为各位学员颁发证书。学员们带来《最初的梦想，最亮的瑞金》演出，并为导师及在场师长献上鲜花与最诚挚的节日祝福。

□撰文 | 祁洁

以科技创新支撑研究型医院 高质量发展！陈吉宁调研瑞金医院



市委书记陈吉宁9月17日上午在瑞金医院调研时指出，要深入学习贯彻习近平总书记考察上海重要讲话精神，更好顺应群众对医疗健康服务的新期待，持续深化以公益性为导向的公立医院改革，紧扣办院定位目标、做强做优特色优势，牢牢把握数字化智能化发展趋势，在提升医学科研创新能力和医疗健康服务质效上走在前列、作出示范，为守护人民生命、增进健康福祉作出更大贡献。

始建于1907年的瑞金医院秉持“广博慈爱、追求卓越”的宗旨使命，积极投身医药卫生事业改革发展。近年来聚焦医学科学与医疗技术创新，构筑起具有瑞金特色的国家级医学研究平台集群、新型研究机构 and 支撑高质量临床研究的资源体系。陈吉宁实地听取瑞金医院发展历程和总体情况介绍，走进转化医学中心察看人体数字代谢舱，了解临床研究病房（床）建设和数字化能量代谢监测平台应用情况。这里集成了10个不同功能的智慧代谢舱体，可模拟不同环境，采集所需参数指标，满足各种科研需求。陈吉宁同研究团队深入交流，听取他们对科研组织、人才引进、队伍建设和激励机制的想法建议，叮嘱医院和相关部门负责同志要着眼临床研究实际和发展需要，加快优化调整科技创新机制、人事管理制度、人才评价制度，以制度改革创新更好激发人才内生动力，让大家专心致志投身医学科研创新、探索和抢占医疗最前沿，更好满足人民群众

健康新需求。

瑞金医院智能创新展汇聚了该院通过有组织的科研工作所形成的一系列医学创新标志性成果。陈吉宁逐一察看手术机器人、质子治疗系统、多模态肿瘤治疗系统等设备和技术展示，了解医院在远程医疗、全生命周期健康管理、医学数字人、医学人工智能大模型、生物医疗材料创新等方面的创新探索和阶段性进展。陈吉宁说，要充分把握数字化智能化发展机遇，深化行业趋势研判和技术路线研究，加强协同创新，提升创新效率，加快关键核心技术攻坚突破，以科技创新支撑研究型医院高质量发展。要着眼于人、落脚于人，把新技术、新方法与疾病诊断、健康管理等更好结合起来，实实在在为患者解除病痛、护佑健康。

市领导还察看了医院运营指挥中心，听取智慧运营平台建设情况汇报，询问下一步发展还有哪些具体问题需要推动解决，逐一回应诉求，明确对接部门。陈吉宁勉励医院秉持初心使命，传承优良传统，依托数字赋能，不断提高管理服务的科学化、信息化、规范化、精细化水平，使诊疗流程更加便利顺畅，让广大患者有更好的就医体验。相关部门和医院要紧密结合医药卫生事业发展，大力推进高层次医学人才队伍建设，用心用情爱护一线医务人员，为医院高质量发展奠定坚实基础。

市领导华源参加调研。

□来源 | 上海发布

我院主导打造产医融合高地，以医工交叉引领医疗装备创新突破

近日，市人大常委会主任黄莉新率队调研嘉定新城建设。黄莉新察看上海械谷园区展厅，听取我院院长宁光院士作瑞金创新中心运营情况汇报，肯定园区探索的“让医生成为医疗创新的提出者、推进者”的产医携手模式，勉励中心加强创新产品研发，传承好国家级非物质文化遗产。希望中心加大医疗新技术策源、医疗器械领军企业培育，推动医疗科研成果向临床应用高效转化，在国家健康产业改革发展中发挥引领示范作用，努力打造国际一流的高端医疗器械产业集聚区。



第七届健康中国·思南对话成功举办

9月28日，以“汇新智·促转化·共筑国际健康创新生态”为主题的第七届健康中国思南对话在上海成功举办。本次会议由上海市生物医药科技产业促进中心、上海交通大学医学院附属瑞金医院指导，广慈-思南国家转化医学创新产业园区等多单位联合承办，汇聚政府部门、科研机构、医疗机构、产业主体及投资领域代表，聚焦生物医药创新转化与国际合作重点方向，共同研究谋划产业发展新路径。

四大慢病重大专项技术总师、

中国科学院院士陈竺在开幕致辞中强调，精准医学进入关键窗口期，应加强基础研究与临床应用融合，完善产学研协同机制，这与我国生物医药创新从“跟跑”向“并跑领跑”转变的核心需求高度契合。他强调，健康中国建设需全球携手，呼吁各界以创新魄力与务实担当主动作为。

上海市黄浦区区委书记杲云在致辞中表示，将强化广慈-思南

园区的平台功能，构建以数字科技和生命健康为核心的“2+1”现代产业体系。目前黄浦区已集聚多领域龙头企业，两个特色创新产业科技园区成功立项，联合瑞金医院培育8家生物医药企业。

中国工程院院士、我院院长宁光代表医院致欢迎辞，感谢各界支持，特别提及陈吉宁书记调研时对医疗健康领域创新的嘱托。他介绍，瑞金医院联合黄浦区共

建广慈-思南园区，推动多领域跨界融合。2024年医院新增126项发明专利，其中80%进入转化流程，15个项目实现产业化。未来，医院将深化“医产学研企”协同，主动融入黄浦中央科创区建设。

会议期间，广慈思南（中港汇）医学转化创新生态发布，“园区人才企业年金计划”启航，“瑞金医学数字人合作联盟”现场发布。园区还与威高医疗、诺瑞铂共

建“医疗器械及生物技术验证中心”。“AI+数字健康科技中试平台”同期揭开面纱，由园区与腾讯健康联合打造，计划以AI+Science、AI+Medicine、AI+Health三大板块为核心。瑞金医院、园区将与腾讯健康持续深化协作，加速“临床需求牵引-数据智能驱动-成果快速转化”创新闭环。陈竺院士、黄浦区委副书记、区长徐惠丽、上海市科委副主任翟金国、中国工程院院士宁光共同启动广慈-思南产医融合国际创新大赛。

□撰文 | 温兆琦

本版责任编辑 陆琳

一场跨越千里的“心脏课堂”，让20余位印尼医生收获颇丰

近日，由中国科学技术部国际合作司主办、上海市科学技术委员会支持，上海交通大学医学院附属瑞金医院心脏中心共同参与的“动脉粥样硬化和冠心病治疗技术国际培训班”顺利落下帷幕。本次培训班理论和实操培训共15天，来自印度尼西亚的20余位心血管领域医师及医疗骨干收获颇丰。

本次培训班由心脏中心十位权威专家倾情授课，通过系统化、高强度的学术交流与实操训练，有效提升了学员在冠心病介入尤其是急诊介入手术方面的专业能力，为推动两国在医学科技领域的深度合作注入了新动力。

在结业座谈中，多位学员表

达了他们的学习体会。来自雅加达的心脏专科医师感慨道“瑞金医院在胸痛中心建设和急性心梗救治方面的系统经验令人印象深刻，尤其是影像引导和并发症处理策略，让我受益匪浅。”学员们普遍认为，此次培训不仅强化了临床技能，还拓展了他们在科室管理、多学科协作方面的视野。培训成果将有助于他们回国后迅速应用于临床实践，带动当地医疗团队的整体提升。

本次培训以“理论结合实践、技术推动临床”为核心，精心设计了涵盖冠脉造影、冠心病介入治疗、血管内超声、急诊和高危冠心病综合处理、复杂冠脉病变介入处

理策略和并发症防治的课程体系。每日的教学安排从理论授课，延伸至手术演示以及病例复盘，形成“学—做—思—享”闭环式培养模式。学员不仅系统学习了急性心肌梗死的最新指南、胸痛中心建设经验、抗栓治疗策略，还深入参与复杂病例讨论和手术观摩，在专家指导下完成从理论认知到实际操作的能力跨越。本次培训不仅是医疗技术的传递，更是中—印尼两国在科技创新合作的重要实践。我院将继续秉持“开放协作、共享发展”的理念，积极响应“一带一路”倡议，以医学技术为纽带，推动构建全球科技共同体。

□ 素材 | 心脏内科

心脏外科完成新型可主动调控腹主动脉支架植入术

今年8月，64岁的于先生因突发剑突下剧烈疼痛了一个多月被送入急诊科，影像检查显示他体内的“生命主干道”——腹主动脉早已悄然扭曲成一个近乎85度的锐角S型弯道。更危险的是，这条弯道上还“长”出了一个直径达51mm的动脉瘤，如同埋藏在腹部的一颗定时炸弹。

于先生同时患有胸主动脉溃疡和腹主动脉瘤，可谓“上下夹击”。入院后，我院心脏外科团队已通过TEVAR手术成功处理其胸主动脉病变，化解了更急迫的危机。然而，腹主动脉瘤的治疗却陷入困境：瘤颈极短（仅11mm）、成角

高达85度、血管严重扭曲——对传统腹主动脉支架而言，这几乎是“不可逾越的天堑”。

“传统支架是直的，而患者的血管是弯的，就像拿一根直木棍强行塞进S型水管。”我院心脏外科王哲主任医师解释，“使用传统支架强行释放不仅定位不准，极易发生‘内漏’，支架还可能移位，术后风险极高，不适合像于先生这样的患者。”

面对这一临床难题，心脏外科团队决定启用最新的EXCC可主动调控腹主动脉覆膜支架系统。手术在赵强副院长的指导下，由王哲主任医师团队实施。术中，团队通过股动脉微创入路，将支架系统送至

病变部位，手术顺利完成。

术后第二天，于先生即可下床活动，精神状态良好。“感觉就像没做过手术一样，”他感慨道，“听说以前这种病要开大刀，现在只在腿上打了两个小洞，太神奇了！”医生提醒于先生尽管新技术创伤极小，但仍需遵医嘱定期随访，每6个月进行CT检查，以监测支架的长期稳定性。心脏外科凭借多年积累的复杂主动脉疾病介入经验，首次系统地探索并验证了主动调弯技术的操作逻辑与释放流程。术中通过反复造影评估，动态调整支架形态，最终实现了理想贴合。

□ 撰文 | 温兆琦

瑞金医院海南分院 新技术精准切除血管内斑块



43岁的徐先生此前因“下肢间歇性跛行”在外院实施了股动脉到腘动脉全程支架植入术，本以为能摆脱病痛，可没多久症状就再次复发，甚至发展到夜间脚疼到无法入睡。多番打听后，徐先生来到瑞金医院嘉定院区血管外科冯家焜副主任医师的专家门诊寻求治疗。

冯医生发现其股浅动脉支架内中段闭塞，由于是短期内病情复发，考虑是动脉内膜过度增生堵塞了动脉，想要挽救患肢并维持长期通畅，就需要精准切除支架内过度增生的内膜和斑块、恢复管腔通畅。然而，目前现有的血管腔内治疗器具难以精确切除病变，实现精准治疗。

在为徐先生进行保守治疗的同时，好消息来了——全球首创的实时腔内影像引导下斑块旋切装置（Pantheris，又称“龙腾”

导管）借助瑞金医院海南分院临床药械“先行先试”政策，于今年7月在瑞金海南分院获批。

2025年8月24日，瑞金医院海南分院普外科赵良超、王艳良、汪金良医生为徐先生完善了全部术前准备，术前造影发现徐先生的动脉再闭塞从股浅动脉起始处的支架一直堵到膝下动脉，小腿和脚部几乎没有血流——这正是他痛到夜不能寐的原因。冯家焜、戚悠飞、孙羽东医生飞抵海南，立刻为其进行手术。

冯家焜团队密切配合，在OCT影像的“指引”下，精准锁定血管斑块，一点点定向切除。整个手术过程高效且安全。“做完手术后，我之前摸不到动脉跳的地方，现在能清晰感觉到了！”徐先生难掩激动地说。

□ 撰文 | 胡浩量 温兆琦

又一款新药落地！ 这类罕见病患者有了“救命药”



9月24日，在我院肾脏内科谢静远主任、张春丽医生现场用药指导下，一位先天性高草酸尿症患者罗先生（化名）在瑞金医院海南医院（海南博鳌研究型医院）（下称瑞金海南医院）成功接受鲁玛司兰（Lumasiran）注射治疗，成为国内首位接受该创新药物治疗的患者。

患者罗先生在辗转多家医院后，最终被确诊为原发性高草酸尿症I型（AGXT基因突变，常染色体隐性遗传），传统治疗手段收效甚微，寻找创新治疗方案成了挽救他的唯一希望。幸运的是，病人来到了我院肾脏科，在陈楠教授的指导下，肾脏科遗传性肾脏病团队对患者进行了全面检查，结合病情风险评估与基因检测结果，最终确定了一款专为该疾病设计的创新药物：鲁玛司兰（Lumasiran），为他的治疗带来了转机。

然而，一个现实难题摆在面前：鲁玛司兰虽早在2020年就先后获得欧盟EMA和美国FDA批准上市，但目前在中国大陆还未上市。就在罗先生陷入绝望时，“先行先试”特许政策成了关键突破口。遗传性肾脏病团队迅速对接瑞金海南医院，一边协调药物引进，一边加急推进用药申请流程，团队用专业与效率为患者打通了“从有药到能用”的通道。9月24日，在谢静远主任专家团队和瑞金海南医院医护团队通力合作下，罗先生顺利完成了鲁玛司兰首针皮下注射。治疗过程平稳，未出现任何不良反应。

此次国内首例鲁玛司兰治疗的成功落地，不仅为罗先生的生命续航，更拓宽了我国罕见病创新治疗的领域。依托“先行先试”政策，我院将为越来越多这样的罕见病患者，带来重获健康的希望。

□ 撰文 | 祁浩

多学科成功治愈两位胸腹巨瘤患者

半年前，53岁的李阿姨被确诊为右胸腔巨大滑膜肉瘤，这种恶性肿瘤罕见而凶险。她在外院先后接受了8次化疗和免疫治疗，尝试过口服安罗替尼等靶向药治疗，但病情并未得到明显控制。胸腔里的肿瘤，仍在顽强生长。

为寻求手术机会，李阿姨辗转来到我院。入院后PET-CT检查提示右肺上部囊实性肿块仍有代谢活性，纵隔淋巴结肿大，不排除转移可能。影像中那个巨大的胸腔占位，如同悬在患者生命之上的“达摩克利斯之剑”。

手术难度和风险极高，面对如此棘手的病情，胸外科、肿瘤科、麻醉科、影像科、病理科等多学科团队迅速集结，全面评估患者身体状况、肿瘤位置与周围组织关系，大家认为虽然手术风险极高，但仍有完整切除的一线希望。

9月3日，在麻醉科、手术室的配合下，李鹤成主任带领胸外科手术团队为李阿姨施行了手术，手术中发现肿瘤与胸腔上部的胸壁、大血管及

神经等组织粘连严重，团队精细操作、密切配合，最终成功将肿瘤完整切除，并最大限度保留了健康肺组织。结合术前的影像学检查与术中触感，手术团队还决定，同时切除病人右肺下叶的小结节。

冰冻病理的结果让在场的所有医生倒吸一口凉气后又极其欣慰——原来右肺上叶肿物提示肿瘤治疗后退变，而右肺下叶结节竟然是微浸润性腺癌！也就是说，除了恶性的滑膜肉瘤，李阿姨还合并了早期肺癌，手术团队帮她在手术时都进行了彻底切除，可谓不幸中的万幸。李阿姨术后恢复良好，目前已恢复进食与日常活动。

2025年7月，73岁的郭阿婆无诱因出现胸闷气促，活动后加重、平躺缓解，当地医院CT查出右肺13.1×15.7×17.2cm巨大软组织肿块——如排球大小，几乎占据一侧胸腔，压得右肺中、下叶支气管截断、肺不张。她有10余年高血压病史，靠苯磺酸氨氯地平片控制，当地医院因“高龄+巨瘤+基础病”建议转上

级医院。

郭阿婆家属慕名来到我院胸外科李鹤成教授门诊。收治入院后，增强CT与PET-CT都提示恶性肿瘤可能，由于肿瘤压迫右肺并累及膈肌，阿婆已经开始出现低氧症状。胸外科召集麻醉科、重症医学科、放射科、康复科等多学科医疗团队，经仔细评估后认为，手术需处理可能受累的大血管和支气管，风险极大。为保障安全，手术团队制定详细预案，包括必要时ECMO辅助和术后转入ICU监护等一系列措施。

8月6日，郭阿婆的手术如期开展，由李鹤成教授主刀。手术团队经后外侧切口进胸，术中发现肿瘤包膜完整、压迫右肺中下叶，团队仔细分离粘连、离断蒂部，将肿瘤完整切除。手术非常顺利，原本备用的输血和ECMO均未启用。术后病理证实为“孤立性纤维性肿瘤”，所幸完整切除后预后良好。郭阿婆术后一个月顺利康复出院。

□ 撰文 | 周翔 曹羽钦

60岁的李阿姨发现右手不自主抖动2个月，不论是在放松状态下还是拿东西的时候，右手均抖动明显，尤其在她情绪紧张时抖动的频率及幅度明显增加。

她来到神经内科门诊，经医生

询问，发现李阿姨在2年前出现了嗅觉减退，这是帕金森病早期诊断的重要生物学标志物。为明确诊断，医生给李阿姨开具了经颅黑质超声检查，在超声科辅助下，最终检查发现李阿姨左侧中脑黑质存在面积

20mm²的高回声区，医生诊断为早期“帕金森病”，并予以多巴胺能药物治疗，李阿姨的症状有了改善。经颅黑质超声技术操作简便、可重复性好、耗时短、无创无辐射、经济实用，很适用于推广应用。

瑞金医

这个技术高效助力帕金森病早期诊断

第一完成人：周海燕 第二完成人：黄沛 胡赟赟 第三完成人：刘军 陈生弟



上海交通大学附属嘉定实验学校举行2025学年开学典礼暨新校舍启用仪式

9月1日，由嘉定区人民政府、上海交通大学、上海交通大学医学院附属瑞金医院合作办学的上海交通大学附属嘉定实验学校迎来了2025学年开学典礼暨新校舍启用仪式。学校依托上海交大和瑞金医院的优质教育资源，在“宽教育”哲学的引领下，坚持“让儿童与世界相遇”的办学理念，以“办一所有宽度的未来学校”为办学愿景，努力培养具有“博爱、博学、博雅”精神的未来人才，积极打造具有嘉定风格、交大气派、瑞金特色的高品质优质“未来学校”。

嘉定区委书记肖文高，上海交通大学党委常委、常务副校长奚立峰，嘉定区委副书记、区长高香，上海交通大学党委常委、副校长蒋兴浩，中国工程院院士、上海交通大学医学院附属瑞金医院院长、上海交通大学附属嘉定实验学校名誉校长

宁光，上海交通大学医学院附属瑞金医院党委书记胡伟国等出席活动。

宁光院士表示这所美丽的校园凝聚了多方的努力，校园环境和学校文化融合了上海交通大学丰富的教育资源、教化嘉定的传统文化思想以及广博慈爱的瑞金精神。他畅想，同学们在这所学校能自由成长，在健康膳食营养的研学中，学习科学饮食知识，创作个性化的健康菜谱；通过摸高、跳绳等运动，引导孩子关注自我的成长轨迹在每一次尝试中积累自信与向上的动力；借助显微镜，观察细胞等微观世界，探索人类身体的奥秘。他期望，同学们能在这美丽校园里，以兴趣为指引，增长知识、锻炼体魄，德智体美劳全面发展，成长为支撑国家发展的栋梁之才。

瑞金医院党委书记胡伟国向学校赠送“瑞金医院开院石”。瑞



金医院与学校携手开发《小学低年龄段“健康日”科普课程》，让医校共育的种子生根发芽。如今，瑞金医院生命健康教育教学中心即将全面投入使用。瑞金医院构建生命健康教育体系立足不同年龄段学生特点分层施教，率先构建覆盖小学低年级、高年级和初中年段的三阶段生

命健康教育课程。此外，还发布了“瑞鲸”家族新成员—学校专属IP形象“瑞小鲸”。

开学典礼上，STEMM项目启动。STEMM代表科学、技术、工程、数学和医学。学校将把STEMM项目打造成特色教育品牌，为孩子们打开探索科学奥秘、

培养创新思维的大门。

交大附属嘉定实验学校师生、交附嘉分的高中生和上海交通大学的大学生们带来现场精彩表演。

活动尾声，肖文高在讲话中表示，嘉定区将大力实施教育科技人才一体化发展战略，以高质量教育更好引领赋能现代化新型城市建设。

奚立峰代表上海交通大学，向学校的顺利开办和新校舍的正式启用表示祝贺，并对学校未来发展提出期望。

2025学年，学校新校舍建成启用，实行“一校两部”一体化管理，总部位于嘉定区封周路800号（初中部）、嘉定区麦积路860号（小学部），分部位于嘉定区德立路303号。学校将以“高品质立校、高水平育人、高质量发展”为办学思路，引导师生思源博爱、追求卓越。

□ 撰文 | 工会

上海瑞金医院三明分院揭牌一年 群众就医获得感“拉满”

三明，因医改而闻名全国。改革无止境。在解决了“看病贵”和机制重构问题后，如何持续提升医疗服务能力、解决“看好病”的问题，成为三明医改进入“深水区”后的新课题。上海瑞金医院三明分院的揭牌，正是三明医改政策红利持续释放的必然结果，这不是简单的“请进来”，而是基于深厚内功的“双向奔赴”。

一切改革的成效，最终要由人民群众的获得感来检验。对于三明及周边地区的百姓而言，上海瑞金医院三明分院的建设，最直观的感受是：“名医”更近了。上海瑞金医院的专家团队定期来明坐诊、手术、教学，以往需要

千里迢迢奔赴大城市才能挂上的专家号，如今在家门口就能轻松预约。“技术”更新了。先进的诊疗理念、技术手段和管理模式随之引入，三明市第一医院解决疑难重症的综合能力显著提升，区域外转率持续下降。“标准”更高了。依托上海瑞金医院的品牌和质量控制体系，本地的医疗服务流程、学科建设、人才培养全方位对标一流，整体医疗服务的“含金量”稳步提高。这意味着，群众不仅“病有所医”，更向着“病有良医”迈出了一大步。得益于三明医改，群众就医负担减轻了；得益于国家队医院与三明当地医院合作共建，群众就医“获

得感”更实了，这种“双轮驱动”效应，真正让医改的红利落到了老百姓的心坎上。

在上海瑞金医院三明分院的病房里，一位刚接受完上海专家手术的患者家属感慨：“以前想都不敢想的事情，现在成了真。政府为我们老百姓做了件大好事！”这句话，道出了这场合作最本质的意义。它不仅是医疗资源的简单流动，更是三明医改精神的延续和升华；始终坚持以人民健康为中心，敢于突破体制机制障碍，善于运用改革创新的办法，引入顶尖资源，不断提升保障能力。

□ 来源 | 福建卫生报

孤身在外务工突发急性大面积肺栓塞 无锡分院微创技术成功救命

59岁的姚师傅是一名在锡务工人员，在工地作业时他突发剧烈胸痛、呼吸困难。由于身边没有亲人，工友们第一时间将他送至瑞金医院无锡分院急诊科就诊。经胸部CTA检查，提示他急性大面积肺动脉栓塞，随时可能引发休克、心跳骤停，死亡率极高。接到急诊科

发出的会诊请求后，无锡分院放射介入科殷慧康副主任医师一边与姚师傅的儿子电话沟通病情，一边将患者的情况第一时间上报给上海瑞金医院专家、无锡分院放射介入科执行主任黄蔚，当即决定行肺动脉取栓术。无锡分院放射介入团队在进行全面评估后，果断决定采用微

创技术清除血栓，最大限度地降低手术创伤。在DSA的精确引导下，殷慧康医生和胡晓恒医生密切配合，经过2个多小时的连续奋战，堵塞在姚师傅肺动脉内的大面积血栓被成功清除，他的肺部血流恢复通畅，手术获得圆满成功。

□ 来源 | 瑞金医院无锡分院

我院举行第三十二届职工游泳比赛



9月5日下午，瑞金医院第32届职工游泳比赛在嘉定体育中心拉开战幕，这是首次在嘉定院区附近举行比赛。总院及各分院组成的16支队伍120余人参加现场活动。此次比赛分为团体赛、个人赛以及趣味赛，经过一番酣畅淋漓的比拼，选手们皆以最佳状态全力以赴，赛出了奋勇争先的昂扬气势，更将拼搏与欢笑，化作了彼此间愈发深厚的情谊。

团体荣誉奖项

冠军	放射检验	2'22"09
亚军	血液内分泌胃肠特需	2'34"47
季军	消化风湿皮肤科康复	2'35"49

男子自由泳竞速赛

冠军	放射科 郑天骐	29"22
亚军	皮肤科 王麒钧	30"68
季军	资产管理处 汤亮	41"19

男子蛙泳竞速赛

冠军	麻醉科 张寅润	29"22
亚军	放射科 徐嘉旭	30"68
季军	瑞金南翔分院 薛经纬	41"19

女子自由泳竞速赛

冠军	风湿免疫科 程笑冰	33"81
亚军	血液内科 许如嫣	34"04
季军	手术室（嘉定院区）吴思莹	45"97

女子蛙泳竞速赛

冠军	检验科 毛敏静	45"87
亚军	病理科 马稔翌	48"22
季军	放射科 陈琳钰 内分泌科 刘颖波	51"57

最佳组织奖

重症蛟龙队（重症）

趣味优胜奖

手麻必胜队（手术室麻醉）

□ 撰文 | 祁洁

简讯

由上海市卫生健康委员会、上海市中医药管理局、上海市疾病预防控制中心联合主办的2025年“卓育杯”上海市毕业后医学教育师资临床带教能力大赛上，我院神经内科钱逸维指导医师携神经内科基地三位住院医师共同参赛，荣获大赛一等奖。

□ 供稿 | 临床医学院

9月24日，瑞金医院住院医师规范化培训自主委员会（以下简称“住委会”）换届大会顺利召开。会上，第六届住委会主席曹羽钦作年度报告，临床医学院党总支书记顾倩宣读第七届住委会主席团名单，我院副院长赵维莅为新一届主席团成员颁发聘书。

□ 供稿 | 临床医学院

云南→上海→海南，瑞金技术为墨江患者架起生命线

47岁的彝族同胞罗女士一直被头痛折磨，体检时脑血管影像（CTA）显示，疑似颅内动脉瘤。上海瑞金医院组团式援滇帮扶成员、墨江哈尼族自治县人民医院神经外科业务主任钟志宏通过进一步造影检查，发现病灶为前交通动脉瘤，且形态不规则，存在较高的破裂风险。对付这种动脉瘤，通常有两种办法：开颅手术创伤大、耗时长，患者大多受不了；血管内介入治疗则创伤小、恢复快，已成为治疗脑动脉瘤的

主要方法，并得到广泛应用。综合评估后钟志宏立即想到，瑞金医院海南医院正在开展的“沃比支架”特许用械项目。与上海总医院、瑞金海南医院三地团队专家远程联合会诊，确定患者符合入组标准后，钟志宏医生护送患者前往海南博鳌，收治瑞金医院海南医院接受治疗。抵达后，瑞金医院神经外科林东副主任医师、瑞金医院海南医院神经外科负责人倪泓阳医生及麻醉科、影像科、护理等多学科专家共同会

诊，为患者制定了支架辅助栓塞的动脉瘤介入手术方案。事后，凭借精湛的技术，他们成功实现动脉瘤完全栓塞并顺利为患者植入支架。

此次沪-滇-琼三地协作医疗，形成了高效完整的救治体系。依托瑞金医院优质医疗资源实现跨区域协同作战，让患者从基层筛查到特许治疗实现无缝衔接，助力最优质诊疗方案精准落地。

□ 来源 | 墨江县人民医院



氢氟酸—— 隐藏在身边比硫酸还厉害的“化骨水”？

“化骨水”的可怕面目

氢氟酸是一种高度危险、具有强烈腐蚀作用的无机酸，在工业和日常生活中广泛应用。近些年氢氟酸灼伤发生率呈上升趋势，尤其在浙江等氟化工产业集中的地区，已成为引起化学灼伤及死亡的常见物质之一。想象一下，一瓶透明无色的液体轻轻洒在皮肤上，瞬间传来钻心的疼痛——这就是氢氟酸的“魔法攻击”。它虽然不像硫酸那样瞬间冒烟，却是真正的“冷默杀手”：被无水氢氟酸灼伤1%总体表面积（一个巴掌大小）即可致死。

● **穿透力MAX**：氢氟酸中的氟离子具有极强的组织穿透性，很容易通过完整的皮肤黏膜、呼吸道、消化道等途径被吸收，引起严重中毒症状。穿过硅胶手套（仅1mm厚度）仅需15秒，而50%浓度的氢氟酸能在3分钟穿透皮肤直达骨头！

● **偷钙小能手**：氟离子进入体内会疯狂掠夺骨骼中的钙、镁离子，导致低钙血症（抽搐）、低镁血症（心律失常），甚至氟骨症（骨骼畸形）。

● **心脏停搏**：氟离子还可作用于心肌细胞，引起心肌损伤，造成心肌收缩力明显下降，严重者可反复多次发生恶性心律失常，甚至导致心脏骤停和死亡。

现场应急手册：黄金30分钟自救法则

Step1: 脱脱脱!

远离污染源，脱掉沾染衣物（动作轻柔，别让酸液二次攻击）!

Step2: 冲冲冲!

□ **错误**：用弱碱（如小苏打）中和 → 产生热量加重烧伤!

□ **正确**：持续流动清水冲洗30分钟（自来水即可，冲洗至六氟灵到场后立即更换为六氟灵）

Step3: 喷喷喷!

如果有条件，掏出“救命喷雾”六氟灵（像灭火器一样狂喷），如能在1分钟内使用，可有效中和氟离子，消除氢氟酸的毒性及腐蚀性，阻止氢氟酸向深层组织渗透。

Step4: 盖盖盖!

用保鲜膜包裹伤口（防二次污染），同时画圈标记污染区域（半径≥1米，防止他人误伤）

Step5: 送医暗号

到医院第一时间告诉医生：“氢氟酸烧伤+接触时间+浓度估算”，医生会根据情况快速启动“钙离子突击疗法”（静脉推注+局部凝胶轰炸）。

生存彩蛋

● **职场防护罩**：工作时穿上防护服+橡胶手套+全面罩呼吸器（切勿贪便宜买劣质货，也不可嫌麻烦不规范穿戴）;

● **通风法则**：密闭空间作业时，每30分钟用风扇制造“微型龙卷风”驱散毒气。

● **应急包标配**：六氟灵喷雾（保质期≤2年）、pH试纸（检测环境酸碱度）;

终极BOSS攻略

牢记口诀“脱、冲、喷、盖、送”：脱污染衣物→冲水30分钟→喷六氟灵→盖无菌纱布→送医急救

警惕：透明无色的液体≠无害，警惕生活中的“隐形杀手”，安全防护永远不嫌多!

□ 烧伤整形与创面修复科 |

部敏 殷宗琦 龚懿



天气转凉， 肠胃也会感冒？

秋季的气温逐步变凉，肠胃怕凉，相信很多朋友都有受凉后胃痛，拉肚子的经历吧。肠胃对寒冷的刺激非常敏感，门诊常常碰到患者说乘坐地铁受凉后肚子痛，急着找厕所。可见保暖非常重要。

建议慢性胃炎朋友适当添加衣服，平素戴个护肚，乘坐地铁时可在衣服上贴个暖宝宝让胃感觉到温暖。晚上睡觉盖好被褥，可用热水袋热敷肚脐部位防腹部着凉而引发胃痛。

吃的东西也需要是温暖的、软的、新鲜的、清淡的

秋季是慢性肠胃病友们保养肠胃的重要时机，在日常生活中宜多采用蒸煮、熬炖的烹饪方法，少采用煎炸、烧烤的方式；食材宜新鲜、绿色、素食为主，避免进食粗糙、生冷、坚硬的食物。油、盐的摄入应适度，一般每天每人摄入油25g左右，盐6g左右，避免腌制、过夜、油腻及重口味食物。

进食需要细嚼慢咽

大都市的快节奏生活，使得上班族常常狼吞虎咽，囫圇吞枣，殊不知这给肠胃增加了多大的负担。

进食速度宜慢，禁忌急躁，食物在口腔中的咀嚼可与唾液充分混合，利于消化和吸收。进食避免过快、过热、过烫、过辣。另外，细嚼慢咽还有利于牙齿和眼睛的健康呢。

饮水有讲究

水是生命之源，每天饮水是必须的，健康的人群每天至少需要饮水1200ml。秋季干燥，更需要饮水，建议每天至少2000ml左右。应饮用温水，避免凉水、冰水。晨起空腹饮用200-300ml温水，养胃又护肠，利于大便的排出。另外，餐前饮用50-100ml温开水利于消化和控制体重，餐后不宜饮水，因为餐后饮水会稀释胃液，影响食物的消化。

迈开腿，肠胃欢

秋天，初秋热，深秋冷。很多朋友怕热怕冷，宅在空调里，这对肠胃的健康来说非常不利。胃肠道开口与末端都与外界相通，不通时便痛。适当的运动对肠胃的养护尤为重要，如饭后的慢走利于食物的消化。必须提及的是，饭后不宜剧烈运动，以免胃肠道因缺血出现痉挛。

秋季养胃护肠的运动方式有很多，如散步、慢跑、骑自行车、打太极拳等。建议一周至少抽出3天时间做做上面提及的运动，将有助于肠胃疾病的康复，也有利于身心健康。

心情好，吃饭香

秋季燥，当遇到不开心的事情时，心情也会燥，心情不好，胃肠道难逃一劫。胃炎、肠炎、胃溃疡、十二指肠溃疡等胃肠病的发生与恶化与人的情绪密切相关。

民间常常说：“气得吐血”、“一口老血”等字眼都提示了心情与肠胃的健康息息相关。心情好时，吃什么都香，吃什么都开心。胃肠病门诊一半以上的患者吃不下、肚子胀等都是因为情绪不佳导致的，有时听完患者的倾诉后其病不治而愈。保持好心情，肠胃更健康。

以上宝典揭示了有关秋季保护肠胃健康的方法。规律的生活、良好的作息及饮食习惯，将保肠胃长久健康。希望大家都能注意秋季肠胃的养护方法，避免肠胃病的发生。

最后希望大家能够有好胃，吃美味，享欢乐，共健康!

□ 消化内科 | 杨翠萍



中秋将至，营养科医生说月饼要这样吃

古代月饼又大又圆，都是一家人一起吃，如今口味更是多样，广式、苏式、港式等，也更折射出中国人生活方式的变迁。如今中秋佳节将至，我们来看看，月饼怎么吃更健康。

月饼是高热量高脂肪高糖食物首先，首先，看下市面上几款常见的月饼的营养成分。

月饼种类	100g 热量	100g 碳水
冰皮月饼	100g = 1.6碗饭	
鲜肉月饼	100g = 2.1碗饭	
五仁月饼	100g = 2.6碗饭	
豆沙月饼	100g = 2.4碗饭	
蛋黄莲蓉月饼	100g = 2.4碗饭	

可以看出月饼的热量、脂肪、糖都是很高的。从热量上看，一个100g月饼相当于350g熟米饭（相当于7两）。其中脂肪也多为饱和脂肪。大量研究表明，饱和脂肪会增加心血管疾病风险。月饼着实是一个“营养过剩”的食品，因此很多减肥人士也都望而却步，常见的鲜肉月饼，一个质量大约为80g，热量约为300kcal。

月饼一直代表的是团圆，古时中秋月下，合家分而食之，月饼是用来品的。

- 看标签**：月饼要在保质期内，确保食品食用安全。
- 分着吃**：正所谓独享不如众享（还可以尝尝别的口味），以100克为例，每次吃四分之一或八分之一。
- 适量吃**：一次最多吃一个就好，月饼热量高，不建议食用太多。
- 睡前不吃**：会消化不良，影响睡眠，尤其是本身胃肠功能紊乱的人月饼好吃，也要因人而异。

糖尿病患者，因为月饼是高糖、高脂、高热量的特性，要切记少量食用，更不要狼吞虎咽。可在正餐中代替部分主食食用，搭配蔬菜、水果等富含膳食纤维的食物来平稳血糖。

或者选择市面上的“无糖月饼”，这里的无糖是在制作中“糖”的选择上，选用一些糖醇来替代原本的蔗糖或淀粉糖，这些糖甜度与蔗糖类似，但是热量低了很多。但无糖月饼也不是可以无节制的食用，其中油的含量也不低，食用太多也不利于控制血糖。

高血压患者，要尽量少吃“咸味”，如“鲜肉月饼”等。其他慢病患者也要遵循“限量”，也可以代替部分主食。

□ 临床营养科 | 卞冬生 施咏梅

几点睡算熬夜？那些长期晚睡的女性，到底有没有影响？

对很多人来说，晚上11点之后睡觉早已是常态，1、2点睡的也不少。一边是刷短视频、逛社交平台的短暂快感，一边是对“晚睡伤身”的隐隐焦虑，这大概是当下许多人共有的睡前日常。

几点睡算熬夜？

睡眠主要有两点至关重要：一要有规律，二要睡得饱。一般建议，成年人每天最佳入睡时间为晚上10-11点，每天最佳的睡眠时间是7-9小时。因此，如果入睡时间忽早忽晚不规律，或者睡眠时间小于7小时，都称为熬夜。

有人会问了：从凌晨2点睡到早上10点，睡满了8个小时，算不算熬夜？这个虽然不是严格意义上的熬夜，但从昼夜节律的角度上来看，晚睡晚起，仍然弥补不了晚睡所带来的伤害，它与正常睡眠的温度、光线等外界环境不一样。

简单来说，“昼夜节律”就是日出而作，日落而息。这是千百万年以来，人类及各种

生物进化过程中逐渐形成的。与之相应的，人体内各种代谢及各类与生长发育相关的激素分泌，尤其是女性每个月的排卵过程均深受昼夜节律的调节与影响。

女性熬夜有哪些危害？

长时间熬夜，人的内分泌和神经系统的正常循环就会失调，会使皮肤出现干燥、弹性差、晦暗无光、缺乏光泽等问题，如果说你在备孕或者是怀孕期间，这个毛病真的要改一改了，因为熬夜真的不好！有多少人都是“熬最晚的夜，敷最贵的面膜”。熬夜，对于整个身体来说，都是一场侵蚀战。

皮肤老化明显。一般来说，人的身体在一定的时间内会自动进行保养修复，这个时间一般是在晚上10点到11点之间，如果长时间熬夜，身体的自动保养修复受到影响，容易引发内分泌和神经系统失调。皮肤容易变得干燥，无光泽，甚至会出现粉刺、痤疮，有可能还会长斑。

加剧肥胖。如果晚上熬夜的话，晚餐

所吃的食物消化的比较快，会产生强烈的饥饿感，会使人想吃夜宵。但如果在夜晚吃东西，肠胃得不到正常的休息，容易加重肠胃的负担，长期下去，有可能会患上肠胃炎。不仅如此，肠胃工作也会影响到睡眠质量，吃进肚子里的食物也无法完全消化，会残留在肚子里转变为脂肪，导致人肥胖。

抵抗力下降。因为工作或者个人习惯熬夜、晚睡，身体得不到良好调节，身体抵抗力下降，私处免疫力也会不断降低，有害菌乘虚而入，即便平时注意个人卫生，但抵抗力差还是会诱发一些妇科炎症的发生。

大脑功能下降。长时间熬夜会让大脑变得迟钝，大脑是人体重要的指挥官，许多正常的生命活动都需要大脑支配，而在年龄增长过程中大脑会退化性变速度加快。如果依然熬夜，得不到良好的休息，大脑也会负担过重而功能下降，退化性变速度加快常见的特征是思维迟缓，反应能力降低，甚至会有记忆力下降的趋势。

视力下降。一般熬夜晚睡的人都会看

手机看电脑，这样长时间超负荷用眼，容易让眼睛感到疲劳，可能出现眼睛疼痛干涩的问题。不仅如此，眼睛出现疲劳，还容易导致暂时性的视力下降。更为严重的是，有可能会诱发中心性视网膜炎，使人出现视力模糊、视物颜色改变、视物扭曲、视野中心有黑影等问题，导致视力骤降。

卵巢早衰。一般在夜间，身体分泌的激素会达到高峰，其中一些激素能维持卵巢功能。而熬夜会打断这一过程，一次两次可能没什么。如果有人熬夜“上瘾”，就会造成卵巢早衰，卵巢早衰是女性不孕的主要原因之一，不过，这类早衰是可以及时止损的，因此要尽早治疗，改善生活习惯。

最重可造成猝死。熬夜对身体造成的危害，比较严重的是对心脏的影响，比如导致心律失常。如果常年熬夜，夜间的心肌由于供血不足，会增加猝死的风险。

所以请大家早睡早起，尽量保持良好的生活习惯！别立flag了，就从今天开始吧！
□ 妇产科 | 许啸声