

## 院士亲临,专家云集

——“2024曙光论道”医工交叉融合创新论坛暨第七届肿瘤学大会隆重举办

文/陈蕾 图/郑昕

### 2024曙光论道医工交叉融合创新论坛暨第七届肿瘤学大会

11月7-9日,“2024曙光论道”医工交叉融合创新论坛暨第七届肿瘤学大会在温岭隆重举办。来自全国众多从事医学研究、微创介入治疗、肿瘤等重点疾病筛查及诊治、围手术期及药事管理等相关领域的专家、学者和同道共聚一堂,共同探讨肿瘤等领域诊疗及科研最新进展。

本次会议由浙江省数理医学学会、浙江省抗癌协会肿瘤消融治疗专委会、台州市抗癌协会、温岭市卫生健康局主办,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)、浙江省数理医学学会精准超声介入与智能诊断专委会、台州市抗癌协会肿瘤消融治疗专委会、台州市抗癌协会盆腔肿瘤多学科诊疗专委会、温岭市医学大数据与人工智能研究院承办,台州市微创介入和大数据人工智能重点实验室、温岭市肿瘤医防中心、温岭市肿瘤质控中心协办,温岭市科学技术局、温岭市科学技术协会、温岭市投资促进中心、温岭市新河镇人民政府指导。

本次大会共设立12个会场,主要聚焦生命健康产学研、肿瘤综合治疗的热点和创新等关键领域,设置医工交叉融合、妇科肿瘤筛查与诊治、围手术期管理、肺癌诊治、药事管理、癌痛规范化治疗、结直肠癌早诊早治、肿瘤介入消融等专题,专家授课超过80人次。

#### 医工交叉融合创新论坛

浙江省肿瘤医院党委委员、台州院区(台州市肿瘤医院)党委书记徐栋致辞。他表示,医工交叉融合创新论坛的举办,能够进一步促进医学与工程技术的交互迭代,有助于推动肿瘤学领域的技

术创新和成果转化,有助于微创介入领域的技术创新和推动生命健康产业的发展,同时与会者通

学科主任黄品同、上海交通大学医学院附属新华医院陈亚青、《肿瘤影像学》杂志主编常才等专家

预防为主、防治结合的工作理念,构建肿瘤疾病“防-筛-诊-治-康”五环联动的医防融合模式,癌



过交流、分享和合作,共同探讨如何运用先进的技术手段,可以进一步提高肿瘤等疾病的诊断和治疗水平,为患者带来更好的治疗效果和生活方式。

论坛上,中国科学院院士、中国科学院杭州医学研究所所长、浙江省肿瘤医院院长谭蔚泓,全国政协常委、浙江省政协副主席、浙江大学医学院附属邵逸夫医院院长蔡秀军,中国科学院杭州医学研究所纪委书记孔明辉,浙江省肿瘤医院党委委员、副院长朱滔,南方医科大学珠江医院数字智能化微创外科研究所所长方驰华、南京大学物理学院副院长章东、浙江大学医学院附属第一医院超声医学科主任蒋天安、浙江大学医学院附属第二医院超声医

教授进行线上或线下专题授课。

#### 第七届肿瘤学大会主会场

温岭市卫生健康局党委书记、局长郭永波主持开幕式。

温岭市人民政府副市长梁海海致辞。他表示,近年来,我市在肿瘤防治领域,切实将“预防为主”的理念落到了实处,希望全市卫生健康系统牢牢把握这次学习交流的良好机遇,持续深化与名院名校的学术交流与合作,不断拓宽合作领域,促进肿瘤治疗新技术转化应用;同时深入推进医防融合,进一步完善肿瘤防治体系,持续提升诊疗服务水平。

台州市卫生健康委党委副书记陈敦庸在致辞时表示,一直以来,台州市在肿瘤防治方面坚持

症防治工作入选多项省级乃至国家级的优秀案例和样板工程。他希望通过大会交流经验,共同助力台州卫生健康事业高质量发展。

浙江省肿瘤医院党委副书记、副院长金戈致辞。他指出,浙江省肿瘤医院致力于推动肿瘤预防、筛查、诊断、治疗与康复的全面发展,特别是在癌症筛查项目、早期诊断、个性化治疗方案以及患者心理康复等方面取得了显著进展。此外,医院不断提升其肿瘤防治能力,并通过科研创新推动肿瘤防治事业持续发展。他表示,相信在大家的共同努力下,能够战胜肿瘤这一顽敌,为人类健康事业作出更大贡献。

嘉宾们轮番上阵,带来精彩纷呈的学术讲座。中国科学院杭

州医学研究所所长助理兼人事人才教育处何敏教授、西安交通大学生命科学与技术学院万明习教授,浙江省肿瘤医院党委委员、副院长裘燕飞教授,浙江省肿瘤医院党委委员、院长助理朱利明教授,浙江大学台州研究院常务副院长翁勤浩教授、浙江省肿瘤医院鼻咽癌诊治中心陈晓钟教授、苏州科技大学材料科学与工程学院常园园教授等进行专题授课。

#### 学术专场

- 1、妇科肿瘤筛查与诊治专场暨基于医共体模式下妇科恶性肿瘤筛查策略与诊治规范继教班
- 2、围手术期管理专场暨温岭市医学会围手术期管理学组(筹)学术交流会上进行温岭市医学会围手术期管理学组筹建会各项议程,对围手术期管理进行学术交流。
- 3、肺癌诊治专场暨肺癌一体化诊疗创新与发展继教班
- 4、药事管理专场暨新医改背景下精细化药事管理新进展继教班
- 5、癌痛规范化治疗专场
- 6、结直肠癌早诊早治专场暨温岭市胃肠肿瘤学重点专科2024年学术交流暨温岭市肿瘤学重点学科群2024年学术交流暨应荣彪胃肠肿瘤学名工作室结直肠癌肿瘤学术沙龙
- 7、盆腔肿瘤治疗专场暨2024年度台州市抗癌协会盆腔肿瘤多学科诊疗专业委员会学术年会
- 8、肿瘤消融专场暨2024年度台州市抗癌协会肿瘤消融治疗专业委员会学术年会
- 9、内分泌及呼吸系统疾病防治专场暨基层医院呼吸系统疾病规范化诊疗及防控学习班
- 10、肿瘤联合治疗专场暨肿瘤放疗联合免疫治疗进展继教班

## 台肿荣获2024年度癌症早诊早治结直肠癌项目(农村)优秀项目点

本报讯(通讯员 王敏丽)11月22—24日,国家癌症早诊早治项目(农村)2024年工作会议在北京召开,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)因在国家癌症早诊早治结直肠癌项目(农村)工作中成绩斐然,荣获2024年度癌症早诊早治结直肠癌项目(农村)优秀项目点。

众所周知,癌症早发现、早诊断、早治疗可提高治愈率,减轻疾病负担,改善生活质量,减少医疗资源浪费。作为温岭市肿瘤防治中心挂靠单位,台州市肿瘤医院主要承担全市肿瘤预防与控制工作。温岭市政府再次将重点人群结直肠癌筛查项目列

为2024年民生实事项目,作为温岭市该项目定点筛查机构及国家标准化癌症筛查推广与管理中心—AAA级管理中心,2020—2024年台州市肿瘤医院组织发动太平、城西、横峰等16个镇(街道)陆续开展筛查工作,累计完成结直肠癌筛查444559人次,查出阳性人数42050例次;完成肠镜检查15873例次,其中定点医院肠镜检查11700例次,非定点医院录入4178例次。

台州市肿瘤医院目前开展的癌症筛查项目包括温岭市肺癌免费筛查项目、浙江省消化道癌机会性筛查、浙江省消化道联合项目、国家城市癌症早诊早

治项目及温岭市两癌筛查项目等。

政策引领,创新驱动,高质量发展。《“健康中国2030”规划纲要》提出,到2030年实现全人群、全生命周期慢性病健康管理,总体癌症5年生存率提高15%。这就要求肿瘤防治关口必须前移,而生存率总体目标提高,唯一路径就是早发现、早诊断、早治疗,预防和筛查自然成为重要环节。

台州市肿瘤医院秉持“全生命周期健康管理,构筑守护人民健康的坚实屏障”理念,继续全面推动癌症防治事业高质量发展,助力健康温岭、健康浙江和健康中国。

## 总院第四届运动会

本报讯(记者 程妮娜)11月3日,浙江省肿瘤医院第四届职工运动会在浙大城市学院北校区隆重举行。台州院区积极组队参赛,展现了出色的实力和团队协作精神,斩获多项荣誉。

田赛项目中,台州院区表现抢眼:实心球女子乙组勇夺冠军,甲组名列第五;男子乙组获银,甲组摘铜。跳远比赛男子甲组获第五。

米接力赛,台州院区代表队凭借默契的配合和出色的速度,最终获得男子第三名、女子第四名的好成绩。拔河项目中,台州院区代表

## 台州院区创佳绩

队团结协作,全力以赴,最终获得第四名。

此次运动会不仅是一次体育竞技的盛宴,更是一次展示医院文化和精神风貌的盛会。比赛中,台州院区代表队展现出团结协作、勇于拼搏的精神,因此荣获“最佳组织奖”。

本次运动会总院及四个分院千余名选手参赛,以“龙腾医海闯新程,敢为人先创一流”为主题,倡导健康、科学、文明的生活方式,形成全院同心、全体同行的良好氛围。

### 导读

健康不NG,阿福讲健康六周年义诊“剧”好看!

详见第二版 责编:金军标 版式:叶西西





## 台肿医共体成功举办“青年说·我的2024”演讲大赛



本报讯(通讯员 吴佳鲁/文 记者 陈蕾/图)11月21日,台州市肿瘤医院医共体举办首届“青年说·我的2024”演讲大赛决赛,经过前期初赛的激烈角逐,9名选手从18个小组中脱颖而出,成功晋级至决赛舞台。

温岭市委宣传统战部会议成员、社科联副主席黄军勇,共青团温岭市委副书记王鹏远、温岭市卫生健康局团委书记郑优一、温岭市新河镇团委副书记孙樱莅临指导,台肿医共体党工委副书记、主任孙且江及医共体和牵头单位领导出席,牵头单位各科室、医共体成员单位代表参加,共同见证这场比赛。

孙且江在致辞中表示,过去一年医院(医共体)坚持以患者为中心,以质量为核心,以提质增效为驱动,稳步推进人才建设,促进医教研协同发展,提升服务品质。

此次演讲大赛是青年职工表达自我、传递正能量的平台,也是共同成长、智慧分享、展望未来的盛会,将进一步激发创新思维,凝聚团队力量,推动医院(医共体)持续高质量发展。

王鹏远代表共青团温岭市委在推进青年人才培养上提出三点希望:夯实思想根基,传承红色基因;唱响青春之歌,展现青年朝气;汇聚奋进力量,党员干部率先垂范,筑牢医疗质量,弘扬拼搏精神,共创辉煌未来。

决赛中,各参赛选手紧紧围绕“我的2024”这一主题,立足自身的工作和生活经历,生动诠释了新时代青年卫健人的初心与使命。有的以脱口秀形式调节气氛,幽默诙谐中传递思考;有的借动人音乐讲述感人故事,深情语调触动人心;还有的凭借敏锐洞察力和独特思考,频频抛出金句,简

洁有力直击人心。多样化的表达方式,展现了选手们的个人魅力,也让观众在欣赏演讲的同时,感受到演讲所传递的深刻内涵与智慧力量。

此外,本次大赛还穿插互动抢答环节,内容涵盖时事政治、台肿医共体2024年大事件,在座观众纷纷踊跃抢答,气氛异常活跃。

经过近2个小时的精彩角逐,最终王佳佳斩获一等奖,阮冰曦、谢高文荣获二等奖,王俞丹、郑增怡、潘倩梦分获三等奖。

黄军勇对本次大赛新颖的表现形式表示充分肯定,并对参赛选手逐一点评指导。他指出,演讲要求立意新颖、观点深刻、层次分明、情感饱满,各位选手都落落大方地展现出青年一代的无限风采。他鼓励大家不忘初心、砥砺前行,不断传递属于青年人的初心与使命!

## 射频技术展奇效,七旬阿婆笑颜开

本报讯(通讯员 王佳佳)日前,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)神经外科主任医师郑金荣团队成功运用CT引导下射频新技术,有效缓解患者颜阿婆的三叉神经痛。

年过七旬的颜阿婆三年前被诊断为原发性三叉神经痛,手术治疗后效果并不理想,须长期依赖止痛药物。患者迫切希望摆脱药物依赖,拥有一个好的睡眠。当她得知CT引导下射频技

术能有效缓解此类疼痛时,便立即前来门诊咨询。郑金荣主任对患者的病情进行详尽评估,耐心解释手术方案。患者对这种微创技术创伤小、恢复快、费用较低的特点表示认同,并随即办理入院手续,准备接受手术治疗。次日,郑金荣团队成功为其实施CT引导下左侧三叉神经射频手术。经过全面的监护和护理,术后第一天患者左侧面部刺痛感消失。全面评估确认无碍后,患

者顺利出院。

据悉,短短三个月内,该项技术取得显著成效,共有29名患者受益。在台州市神经外科学术年会上,郑金荣主任分享了射频技术在基层医院神经外科的应用经验,通过详实数据和临床案例展示该技术的独特优势。主委胡小铭对此给予高度评价,希望更多基层医院能够积极引进并熟练掌握这项技术,共同提升神经外科领域整体诊疗水平。

## 争分夺秒!多学科联手抢救胃大出血患者

本报讯(通讯员 江佳珈)近日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)内镜中心和介入与微创外科紧密协作,争分夺秒,成功为一位生命垂危的胃大出血患者实施皮胃十二指肠动脉及胃左动脉造影与栓塞术。

当天下午3点,内镜中心接到患者出血需要抢救的通知。当时患者情况非常危急,胃内动脉出血,抢救的黄金时间极为有限,稍微耽搁就会造成患者失血性休克,从而错过内镜介入治疗时机。面对这一紧急情况,内镜中心和介入与微创外科迅速启动联合救治机制:内镜中心第一时间启动急诊内镜消化道大出血抢救预案,及时腾出诊疗室为抢救作准备;介入与微创外科同样争分夺

秒,陈德连副主任医师寸步不离,护送患者至内镜中心;内镜中心接收到患者,立刻展开止血治疗。通过胃镜检查,吕小锦副主任医师发现患者存在胃窦溃疡,为小动脉喷射性出血。

通过内镜成功实现止血后,患者被迅速转移至介入室,由介入与微创外科团队开展经皮胃十二指肠动脉及胃左动脉造影与栓塞术。术后,患者生命体征逐渐平稳,呕血和黑便症状完全消失。经过后续观察治疗,患者的血红蛋白水平稳步上升,身体逐渐康复。

此次成功救治不仅挽救了患者的生命,而且再次证明了多学科联合救治在急危重症处理中的独特优势。内镜中心和介入与微创外科的紧密协作,实现了从诊

断到治疗的无缝衔接。内镜中心团队准确定位,为介入手术的顺利进行提供有力保障;介入与微创外科团队则凭借丰富的经验和精湛的技术,成功完成栓塞术,有效止住出血。此外,多学科联合救治还促进了医疗资源的优化整合。不同学科的专家团队共同制定治疗方案,充分发挥各自的专业优势,为患者提供个性化、精准化的医疗服务。这种协作模式不仅提高了救治成功率,同时降低了医疗风险和成本。

随着医疗技术的不断进步和多学科协作模式的不断推广,将有更多急危重症患者能够得到及时、有效的救治。多学科联合救治将成为医疗领域的重要发展趋势,为患者的生命健康保驾护航。

## 健康管理中心迎检市职业健康检查机构现场质控考核

本报讯(通讯员 李荣)10月25日,温岭市疾控中心组织职业健康质量控制检查小组,对浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)健康管理中心进行现场质量控制考核。

当天,温岭市疾控中心特邀台州市疾控中心有关专家组成评审组,对医院健康管理中心职业健康检查工作现场质量控制进行全面评估。考核过程中,专家组查阅相关档案资料,包括组织架构、质量管理体系、职业健康检查工作质量控制等,并通过现场复核网报等方式,全面评估质量控制工作。同时,还对职业健康检

查个案、职业病和疑似职业病漏诊、漏报与迟报等情况进行重点检查。专家组组长对我院职业健康管理工作予以充分肯定,对发现的问题提出意见并进行现场反馈。

副院长尤光贤陪同检查。他指出,质控检查是一种手段,好的方面要继续发扬,出现的问题要及时整改。

长期以来,健康管理中心始终坚持专业、优质的医疗服务理念,以卓越的医疗团队和先进的医疗设备为支撑,为广大职业人群提供更加优质、高效的医疗服务。

## 省级技能操作比赛创佳绩

本报讯(通讯员 科教部)11月2日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)参赛选手取得浙江省医学模拟教育——腹腔镜技能操作和急救技能操作比赛好成绩。

比赛由浙江省肿瘤医院主办,全省9支代表队39名选手参加。林巧、金海朋不畏强手,沉着冷静,斩获腹腔镜技能操作比赛三等奖;陶正刚、蔡市建、金海朋、林雨静、张微微组成的参赛队伍以娴熟的技术、默契的团队

合作和快速反应能力,荣获迅援无畏奖。

带队的科教部副主任翟瑾洁表示,成绩的取得,与选手扎实的专业技能和出色的临场表现分不开,充分展现了台州院区外科医师过硬的微创手术能力和精湛的操作水平,以及急救团队在应对突发情况时的高效协调和专业素养。台州院区将进一步加强临床技能培训,不断提升医护人员专业能力与服务水平,为患者提供更优质高效的医疗服务。

## 健康不NG,阿福讲健康六周年义诊“剧”好看!

本报讯(记者 郑昕)11月22日,为期一周的“台州老年健康产业展销会暨阿福讲健康六周年健康服务行”活动在椒江星星广场举行,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)组织专家团队前往开展首场专场义诊。

当天上午,由浙江省肿瘤医院台州院区肺结节微创介入、胃肠外科、神经外科、肿瘤内科、肿瘤放疗科、感染内科、耳鼻喉科、儿科、妇产/妇瘤外科、中医科、消化内科、呼吸内科、骨科及中医护理等十余名专家组成的义诊团队,在党委委员、副院长王恩雨率领下,来到椒江星星广场,为当地居民进行专场义诊。活动现场人来人往,秩序井然。专家们细致问诊、认真查体,耐心分

析病因、解答问题,针对性地提出诊治方案或建议,并予以健康理念及生活方式引导;医技人员克服环境带来的困难,为群众进行甲状腺超声检查;同时护理人员现场免费进行测血压、血糖及中医护理等相关操作。

期间,台州市“应荣彪名医工作室”领衔人、胃肠疾病诊治中心学科带头人、胃肠外科主任医师应荣彪,温岭市医学影像学学科带头人、肺结节专家、主任医师王恩雨,神经外科主任医师郑金荣分别上台,解答胃肠肿瘤、肺结节及神经外科疾病相关问题。

据悉,本次专场义诊累计免费提供医疗健康服务千余人次,有效增强了基层群众的健康保健意识,受到一致好评。





## 【新科普】

## 美食与药品的“相爱相杀”

钟婉婷



当我们在日常生活中享用美食时,药品与美食之间的“隐藏对话”,你关注到了吗?

## 水果与药的隐秘较量

## 1、柚子与降压药

柚子中的柚皮苷能抑制肝脏中名为CYP3A4的酶,这种酶对多种药物的代谢至关重要。因此,柚子会减缓降压药的代谢速度,导致药物在体内停留时间延长,增

加低血压等不良反应风险。

## 2、香蕉与抗抑郁药

某些抗抑郁药如MAOIs(单胺氧化酶抑制剂)会增加体内钾离子的浓度,而香蕉富含钾元素。因此,同时时应关注血钾水平,防止高钾血症的发生。

## 酒与药的致命邂逅

## 1、酒与安眠药

酒精具有镇静作用,能加强

安眠药的中枢抑制效果,导致呼吸抑制、昏迷甚至死亡。服用安眠药期间严禁饮酒,同时应注意药物残留效应,避免次日早晨“宿醉”状态下再次饮酒。

## 2、酒与头孢类药物

头孢类抗生素会抑制肝脏中的乙醛脱氢酶,导致饮酒后乙醛在体内蓄积,故服用头孢类抗生素后饮酒会引发“双硫仑样反应”反应,表现为头痛、恶心、呕吐、心悸、呼吸困难等症状,甚至可能导致休克和死亡。因此,服用头孢类抗生素期间及停药后一周内应避免饮酒。

## 乳制品的温柔陷阱

## 1、牛奶与四环素类药物

牛奶中的钙离子能与四环素类药物形成不溶性螯合物,降低药物的溶解度,从而影响其吸收和疗效。因此,服用四环素类药物时不宜与牛奶同服,最好间隔2小时以上。

## 四环素类药物:

属于广谱抗生素,主要治疗斑疹伤寒、支原体肺炎、泌尿生殖系统感染、沙眼,还可治疗鼠疫、布鲁氏菌病、霍乱等疾病。临床常用的四环素类药物包括:盐酸多西环素、盐酸米诺环素、替加环素、甲磺酸奥马环素、依拉环素等。

## 2、酸奶与抗真菌药

酸奶中的益生菌可能影响抗真菌药物的肠道吸收,降低其疗效。患者在服用抗真菌药物期间尽量避免大量食用酸奶等含益生菌的食品。

## 蔬菜与药物的协同作战

## 胡萝卜与维生素A补充剂:

胡萝卜富含β-胡萝卜素,可在体内转化为维生素A。然而过量摄入β-胡萝卜素或维生素A补充剂会导致维生素A中毒,表现为恶心、呕吐等症状。在服用维生素A补充剂时应适量食用胡

萝卜等富含β-胡萝卜素的食物。

## 找“专业”解锁健康密码

## 1、阅读说明书

药品说明书是了解药物性质、用法用量及注意事项的重要资料。在用药前应仔细阅读说明书中的“药物相互作用”部分,特别注意与食物相关的禁忌和注意事项。

## 2、专业咨询

面对复杂的药物与食物关系,患者应积极咨询医生或药师。他们能够根据患者具体情况提供个性化的用药建议,帮助患者避免药食相冲的风险。

## 结尾

药品与食物的“隐秘交锋”并非不可战胜。通过科学的认知与应对,可更好地利用药物与食物的力量,守护自己的健康。让我们携手共进,创造一个更加安全、健康的用药环境。

## 【世界糖尿病日】

## 带你了解糖尿病

张南

2024年11月14日是第18个世界糖尿病日,主题为“糖尿病与幸福感”,旨在倡导高质量糖尿病生活,将提高患者生活质量作为糖尿病健康服务的核心。

## 什么是糖尿病?

糖尿病是一种慢性、全身性、代谢性、进展性疾病,以血糖升高为特征,是由于胰岛素分泌缺陷和(或)作用障碍引起的糖、脂肪、蛋白质代谢紊乱。

## 什么是血糖?

血液中的糖称为血糖,绝大多数情况下都是葡萄糖,体内各组织细胞活动所需的能量大部分来自葡萄糖,正常人的血糖:空腹 $<6.1\text{mmol/L}$ ,餐后2小时 $<7.8\text{mmol/L}$ 。

正常人进食后血糖升高,通

过胰岛素的帮助,将葡萄糖运送到全身细胞组织去提供能量,在维持血糖稳定的过程中,胰腺分泌胰岛素和胰高血糖素,发挥着重要作用!



## 糖尿病的症状有哪些?

典型表现:多饮、多食、多尿、体重减轻;

不典型表现:皮肤瘙痒、视力模糊、餐前低血糖、疲劳等;部分有可能不表现任何症状。

## 糖尿病的类型有哪些?

I型糖尿病:胰岛功能缺陷,需终身使用胰岛素。

II型糖尿病:胰岛素抵抗或胰岛素功能进行性下降,可通过

改变不良生活方式,或必要时口服降糖药物达到缓解。

妊娠期糖尿病:大多数可在产后恢复正常,需注意避免不良生活方式。

其他特殊类型:病因相对明确,由于特殊疾病或特殊原因导致糖尿病,如胰岛β细胞功能遗传性缺陷、胰岛素作用遗传性缺陷、内分泌疾病、药物或化学品所致的糖尿病等。

## 糖尿病的诊断标准?

有“三多一少”(喝得多、吃得多、尿得多、体重减轻)糖尿病典型症状,且符合以下任何一条,就可诊断为糖尿病:

(1)空腹血浆血糖(医院抽血化验) $\geq 7.0$ 毫摩尔/升。

(2)随机血浆血糖(一天中任意时间抽血化验) $\geq 11.1$ 毫摩尔/升。

(3)口服葡萄糖耐量试验:服葡萄糖后2小时血浆血糖 $\geq 11.1$ 毫摩尔/升。

(4)糖化血红蛋白 $\geq 6.5\%$

没有明显症状但只要两次血糖化验结果达到以上任何一条,也可诊断为糖尿病。

## 哪些人容易得糖尿病?

- 1、有糖尿病家族史
- 2、年龄 $\geq 40$ 岁
- 3、超重或肥胖
- 4、不良生活方式:体力活动减少(久坐)、吸烟、高糖高脂饮食等
- 5、有妊娠糖尿病史或有巨大儿(出生体重 $\geq 4\text{Kg}$ )生育史
- 6、有心脑血管疾病
- 7、高血压或血脂异常

## 糖尿病的危害有哪些?

糖尿病不可怕,可怕的是糖

尿病并发症。除了被大家熟知的传统并发症如大血管病变(心、脑血管疾病)、微血管病变(视网膜病变、糖尿病肾病)、糖尿病足等,是一些新兴并发症也会影响糖友生活质量及寿命,包括癌症、感染、情感障碍、睡眠障碍、认知障碍、失能等,与糖友的不良预后密切相关。它们正悄然兴起,危害着糖友的健康。

## 得了糖尿病怎么办?

正确认识和对待糖尿病,科学就医,医患配合,制定个体化治疗方案及血糖控制目标,“饮食控制、合理运动、监测血糖、规律用药、自我管理教育”五架马车缺一不可。血糖达标的同时,也要关注并发症的防治,定期筛查,延缓并发症的发生与发展。

## 【新科普】

## 心梗急救! 识别信号,争分夺秒(1230)

陈旖旎

近期,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)急诊室频繁接诊到一些自述“腹痛”的患者,然而最终诊断结果显示,这些患者可能患有心脏类疾病。

心脏是人的重要器官,如同一台不知疲倦的泵,每天不停地工作,将血液输送到全身各处。然而,当心脏的血管被堵塞时,就会发生急性心肌梗死(简称心梗)。这是一种严重的突发性疾病,若不及时救治,可能会导致不可逆的心肌损伤甚至死亡。那么,如何识别心梗的早期信号?今天我们就一起来揭开心梗的面纱!

## 胸口的“闷痛”不是小事

心梗最常见的症状之一就是胸痛,这种疼痛往往被描述为压迫感、沉重感或是紧绷感。患者可能会感觉胸口像被一块大石头压住一样,而且这种不适感通常不会因为休息或服用普通止痛药而缓解。如果你或身边的人出现这种持续性的胸痛,并伴有出汗、

恶心、呕吐等症状,那么很有可能是心梗的信号,应立即拨打急救电话120求助。

## 警惕“非典型”症状

并非所有心梗患者都会表现出典型的胸痛症状,特别是在老年人、女性以及糖尿病患者中,心梗的表现可能更为隐匿。比如,有些人可能会感觉到胃部不适、肩背疼痛、颈部紧绷、手臂麻木等非典型症状。有时候,心梗也可能以晕厥、呼吸困难或是突然的心跳加速为首发表现。因此,当出现这些非典型症状时,尤其是患者本身就有心血管疾病的风险因素(如高血压、高血脂、吸烟史等),更要提高警惕,及时就医检查。

## “黄金时间”内自救至关重要

一旦怀疑自己或他人发生心梗,立即行动起来至关重要!心梗的最佳救治时间是在发病后的90分钟内,这段时间被称为“黄金时间”。在这个时间段内,通过及时

的医疗干预,如溶栓治疗或经皮冠状动脉介入治疗(PCI),可最大限度地挽救受损的心肌细胞,降低并发症发生率,提高患者的生存质量。

## 急救步骤要牢记

- 1、立即拨打120急救电话,向医务人员简要说明情况;
- 2、如患者还有意识,可让其保持半卧位,尽量放松心情,避免紧张;
- 3、如现场有条件,可给患者舌下含服硝酸甘油片(如有禁忌症则不适用),并准备好阿司匹林(除非已知过敏);
- 4、在等待救护车到来的过程中,尽量保持患者安静,避免剧烈运动或情绪波动;
- 5、若患者失去意识,且周围有人会心肺复苏术(CPR),应立即开始施救直至专业救援人员到达。

## 平时做好预防才是王道

除了掌握心梗的急救知识

外,平时做好预防工作同样重要。保持健康的生活方式,如均衡饮食、适量运动、戒烟限酒、定期体检等,可有效降低心梗的风险。对于已经有心血管疾病的人来说,遵医嘱规律用药、定期复查更是必不可少。

心梗虽是一个让人闻之色变

的疾病,但只要掌握了识别信号的方法,并能在关键时刻迅速行动,就能为挽救生命争取宝贵时间。当心脏出“SOS”信号时,我们必须争分夺秒,因为每一秒都可能决定生死。希望每个人都能成为自己和家人健康的守护者,让爱的心脏永远跳动不止!







【院庆征文】

## 踏上征途,前路相随

刘海峰(外二科) 刘姝伶(肿瘤内科)



去年的这个时候我们有幸与台肿结缘。与院领导的初次相见,相谈甚喜。我们深深地被院领导的开拓进取、敢为人先精神所折服,为医院的远期规划所吸引,同时也对相关主管部门领导的工作能力及办事效率深感叹服。

四季叠替,山水兼程。在和气吹绿野、梅雨洒芳田的时节,我们应约加入了台肿大家庭。

我们夫妻二人带着两个读小学的孩子和一位老人,千里迢迢从塞北黑龙江来到美丽的浙江。行程中心情很是复杂,既有对家乡的眷恋与不舍,又有长途跋涉的疲惫,还有一丝对孩子和老人的愧疚。因为毕竟是我们的选择,让她们不得不开离熟悉的家乡和校园,去面对陌生的新环境,同时更多的还有我们自己内心的忐忑,虽

然在原单位取得了一定的成绩,但还是不确定能否从容面对新环境……到了医院后,领导和同事的热情很快消除了我们心中的顾虑。科室同事不厌其烦地给我们讲解工作中的流程、制度、办公软件的应用;医院领导从住房到孩子入学给予我们很大的关心帮助;职能部门详尽地帮助我们办理入职的相关手续;同时在工作中我们也受到了省级专家的悉心指导。我们看到了各个部门蓬勃向上、欣欣向荣的工作景象,许多新的思路、工作方式让我们耳目一新,使我们对新的工作充满期待。在这个温馨和谐的氛围中,我们一步步地熟悉业务,适应环境,以最佳的状态投入到工作中,在新的起点向新的目标迈进。

入职之际正值台肿70年院

庆,我们虽然是新人,但是通过参阅院史,70年来台肿的发展、一段段台肿人的故事已经形象地向我们勾勒出台肿人同心同德、攻坚克难的精神。他们的身影令人动容,他们的精神是我们学习的榜样。

如今的台肿万象更新。一片崭新的蓝图已经清晰地展现在眼前。我们坚信台肿高质远

航,台肿未来可期,台肿的前路我们必定竭力相随。

【作者简介】

刘海峰,外二科副主任、主任医师、硕士研究生。2022年6月入职。

刘姝伶,中西医结合科副主任、主任医师、硕士研究生。2022年6月入职。



【院庆征文】

## 我的二十一年

陈金素(科护士长)



2000年,我第一次跨入医院的大门,那个时候叫温岭市第二人民医院,那一年我未及十八岁。我如同一张等待书写的白纸,心中充满了对白衣天使这份职业自豪感。

那时候,医院一共才四个病区,我被安排在外科病房。当时外科没有细分,只要是动手术的全部都住到我们科室。上班一个月后,我就开始独立值夜班。就是那第一个夜班,让我深深体会到白衣天使的不容

易。记得那是一场不幸的车祸,两个骑摩托车的年轻人被同一根竹竿穿透了胸膛。术后,他们刚好转在我的班内。面对患者家属焦急的询问,我心虚无措;面对胸腔闭式引流的护理,我内心焦虑;面对护士长夜夜查房的提问,我心慌意乱;面对不专业的自己,我羞愧难言,这些情绪压得我偷偷掉眼泪。但也是在那个时候,弱弱小小的我在心里暗下决心:我要努力

掌握更多的知识,帮助患者解决痛苦;我要让患者安心、家属放心,我要成为名副其实的白衣天使。

在外科工作的第三年,医院开设了重症监护病房,我成为了医院首批重症监护室护士。我很自豪,我觉得这是对我工作认真努力的认可,我也期待着在重症监护室里做出不一样的成绩。

刚成立的重症监护室只有一个深昏迷的患者,病情还算比较稳定。整个空荡荡的病房,只有一名护士和一名护工守着。因为是刚成立的科室,时不时还会有其他的医护人员前来参观。这和我印象中的重症监护室完全不一样,我对我的工作产生了质疑。在后来日复一日的工作中,我在重症监护室见惯了生死,也习惯了离别,产生了深深的倦怠感,那是我第一次有了辞职的冲动。

然而,生活总是会在不经意间点醒迷失了方向的人。

在护理一名术后患者的时

候,她拉着我的手告诉我,她的妈妈以前住过重症监护室,她来过这里,记得我。在跟她聊起来后我才知道,原来重症监护室患者的家属其实对我们都是不放心的。“刚刚啊,我看到你发现隔壁床的阿公手冷,你们立马就给他加了床棉被。虽然他是昏迷的,可能都不知道冷。但我感觉到了你们的用心。”

这名患者还告诉我,她一直对没能在她妈妈临终时间候床前而耿耿于怀,但她看了我们的工作后,放下了:“我相信,我妈妈走的时候,一定是很安详的,没有痛苦的。”

瞬间,我被她的话击中了内心,是我对重症监护室工作的认知过于浅薄。重症监护室里从来都不是只有生离死别,重症监护室的工作从来都不仅仅是危重护理和抢救,更多的是对患者和家属的尊重和关心。我再一次为自己的肤浅感到羞愧,白衣天使的神圣原来也存在于我不曾在意的小细节里。

工作的第八年,我成了重症监护室的护士长。在后来的十三年里,我还去过普外科、脑外科。细分后的外科与原来的那个“外科”早已不同,我的工作也从单纯的临床工作转到了管理岗位。我再一次从零开始,学习如何去调和医护、医患及护患之间的关系,学习如何去提升护理质量安全,还要学习处理突发事件和医疗纠纷。在这十三年里,发生了很多,有失落、有无奈,更多的是感激。我感激在工作中遇到的平凡又特殊的人,让我感知生死、明白了珍惜、学会了反思。

我一直牢记初心,要做一名名副其实的白衣天使。而台肿见证了我的青春,见证了我的成长,见证了我的二十一年。

【作者简介】

陈金素,综合学科科护士长、副主任护师,先后担任ICU、普外科、神经外科护士长。