

市人民医院深入开展
住院医师规范化培训工作

本报讯（记者孙阎河）为进一步加强住院医师规范化培训工作的精细化管理，日前，市人民医院根据上级部门对住培工作的督导要求，深入开展住院医师规范化培训工作，并对原有的住培管理机构及绩效考核和职称晋升加分等文件进行修订，增加做好住培工作在职称晋升方面的加分权重，以期进一步激发住培人员的积极性，提高他们的荣誉感。

住院医师规范化培训是医学生毕业后教育的重要组成部分，对于培训临床高层次人才、提高医疗质量极为重要，在医学终生教育的承前启后中占有重要地位，是医学临床专家形成过程的关键所在。

该院深入开展住院医师规范化培训工作以来，相关住培人员热情高涨，各专业基地纷纷参照标准开展教学活动，并将活动照片及时上传到医院科教科建立的微信群里，再由各专业基地科教科安排专人负责统计和落实。各专业基地教学秘书则积极组织教学查房、疑

前沿医讯

科学家最新研究成果填补
脑干胶质瘤液体活检领域空白

新华社北京12月4日电（记者陈芳、陈聪）记者从首都医科大学附属北京天坛医院了解到，北京天坛医院副院长、国家神经系统疾病临床研究中心副主任张力伟教授团队与美国杜克大学医学院教授阎海团队在脑干胶质瘤液体活检的合作研究中取得突破。

据了解，该团队研究成果《通过脑脊液循环肿瘤DNA测序对脑干胶质瘤进行分子病理分型》近日已在线发表在神经病理学国际权威期刊（《Acta Neuropathologica》）上。在这一研究中，研究团队自主研发的一款脑干胶质瘤液体活检试剂盒对脑干胶质瘤脑脊液中的循环肿瘤DNA进行了深度测序。该试剂盒可以一次性快速检出几乎所有参与脑肿瘤发生发展的重要基因事件。

脑干掌管意识、呼吸、心跳、血压以及肢体的感觉和运动功能，是人体的生命中枢，曾被视为外科手术禁区。据张力伟介绍，脑干胶质瘤液体活检作为一种微创、高度灵敏性的新型检测手段，可以用于实时动态地评

身边提示

消瘦水肿蛋白不足 皮肤干燥维A缺乏
缺乏营养时，身体会发出信号

乏力、脱发、皮肤干燥……当身体出现这些症状时，你的第一反应是什么？或许是缺乏营养的信号，提醒你你应该好好注意饮食了。

食欲低下、乏力、头晕，面色苍白、注意力不集中。出现上述症状，可能预示身体缺乏铁。铁是人体重要的必需营养素之一，是微量元素中含量最多也是最容易缺乏的一种。饮食中铁摄入不足、生物利用率低、需要量增加以及排出增加，都会导致身体缺铁。

消瘦，全身水肿，头发稀少并失去光泽。这是典型的蛋白质缺乏表现，蛋白摄入不足或丢失过多，影响骨骼肌的生物合成，体内的蛋白质水平也会下降，血浆胶体渗透压变小，导致组织间隙水分增加，头发也因血运不足失去光泽。

小腿经常抽筋。腿抽筋不仅因为缺钙，可能还缺镁、钾或者说钙、镁、钾的平衡机制被打破了。这些重要营养物质缺乏不仅仅引起抽筋，严重时还会引起足、小腿和大腿背部的持续不适。

夜晚视力降低或皮肤干燥、

难病例讨论、小讲课等教学活动。另外，该院还先后组织两期专业基地师资培训。

同时，该院领导班子对住培院医师规范化培训工作非常重视，相关副院长专门参加专业基地师资培训活动，并向所有教学人员强调住培工作的重要性，提醒大家不仅要重视住培工作的框架结构设计，更要重视提升住培内涵质量。

据了解，通过全方位、多层次深化住院医师规范化培训院工作以及对各专业基地教学活动的严格督查和学员在岗情况的多次抽查，该院住培工作较之前有了明显的改善。下一步，该院还将在住培内涵质量提升方面下更大的功夫，推动住培工作再上新台阶。

前不久，作为2018年国家住院医师规范化培训考试河南省住培结业临床实践技能考核考点之一，市人民医院圆满完成了承接的5个专业、88名考生的考务工作，充分展现了该院作为国家级规培基地应有的专业态度和实践能力。

价诊疗效果，改变了脑干胶质瘤的诊疗模式，同时降低了医疗费用，有望为未来脑干胶质瘤的诊断和治疗带来革命性的改变。

世界神经外科联合会教育委员会主席、脑干肿瘤著名专家赫尔穆特·贝塔朗菲认为这一成果具有里程碑意义：“它意味着罹患脑干胶质瘤的病人可以从该研究中获得巨大的帮助，因为通过对脑脊液中的循环肿瘤DNA进行测序来获取肿瘤的分子病理特点，意味着病人可以免于接受风险较高的立体定向穿刺活检。”

中国科学院院士、中华医学会病理学分会前任委员卢修武就此指出，脑干胶质瘤是一种难治性颅内肿瘤，预后差，进行精准病理诊断困难。张力伟团队探究了利用脑脊液中循环肿瘤DNA实现脑干胶质瘤微分子诊断的可行性。与手术或立体定向穿刺活检相比，脑脊液ctDNA液体活检可以降低风险和医疗费用。该研究是脑干胶质瘤脑脊液液体活检领域的原创性结果，为脑干胶质瘤精准分子病理诊断提供了新的有效途径。

粗糙，皮屑较多。这些信号预示，也许身体正经历缺乏维生素A的困扰。这种维生素与视力关系密切，一旦缺乏，会使人对弱光敏感性下降，日光适应能力减弱，天色一暗就看不清东西，严重的会发生夜盲症。维生素A摄入不足还会导致皮肤干燥、粗糙，皮屑增多。

日常膳食中，主食主要提供碳水化合物、膳食纤维，肉蛋奶、鱼虾类及豆制品类能提供优质蛋白质，坚果及食用油能提供脂肪，果蔬类提供糖分、膳食纤维、维生素以及矿物质。了解了这些，以上问题就会迎刃而解：缺铁性贫血可增加动物性食物摄入量，多吃富含铁的食物；消瘦及水肿人群多摄入鱼肉蛋奶等蛋白质含量丰富的食物；腿抽筋应多摄入牛奶等钙含量高的食物以及香蕉、土豆、绿叶蔬菜等含钾、镁较多的食物；夜盲症经常吃富含维生素A的动物性食物，如猪肝。

一般而言，只要做到不挑食、不偏食，注意平衡膳食，就不会出现营养缺乏症状。

（据《生命时报》）

交流 求新 解惑

市医学会重症医学专业委员会召开学术年会

本报讯（记者孙阎河）为进一步推动我市重症医学专业快速稳健发展，逐步引领其在未来发展及规划中开启新的思路，日前，市医学会重症医学专业委员会第二届二次学术年会在市人民医院召开。此次学术年会以“不忘初心，砥砺前行”为主题，特别邀请301医院、河南省人民医院、郑州大学第一附属医院、河南大学第一附属医院、河南中医药大学第一附属医院等医院的专家参加。

会议由市医学会重症医学专业委员会主任委员、市人民医院重症监护室北区主任张武奎主持；省医学会重症专业委员会主任委员、市人民医院特聘首席专家秦

玉教授现场致贺词，并对我市重症医学专业近年来的发展成就给予充分肯定。

在专题学术讲座环节，秦秉玉围绕危重患者的镇静镇痛方面，提出镇静镇痛在危重患者救治中应该多元化、同质化治疗的观念；301医院RICU主任谢菲博士，针对危重患者抗感染治疗方面，提出应科学、专业、精细、规范管理和使用抗菌药物，以提高临床医生合理应用水平和降低耐药菌感染率的观点；郑州大学第一附属医院孙荣青教授就机械通气ARDS患者动脉血氧分压该如何选择，与大家展开讨论；河南中医药大学第一附属医院毛峥嵘博士提出乳酸酸中毒救治新理念；河南省

人民医院重症医学科主治医师朱文亮给大家介绍了IABP以及ECMO等重症患者体外生命支持技术；河南大学第一附属医院张振平教授通过解读2018欧洲重症营养指南（ESPN），进一步指导该如何评估ICU患者营养状态，确定营养供给量。

在以解决临床问题为导向的专题讨论环节，301医院呼吸治疗师温君譔对大家困惑的ARDS患者呼气末正压通气（PEEP）如何选择进行了现场指导，演示了机械通气患者PEEP滴定选择的3种方法，并进行了纤维支气管镜临床使用的现场教学；郑州大学第一附属医院李宏宾博士现场演示了利用床旁超声评估患者容量

反应，并以此来指导患者液体复苏。

在疑难病例讨论环节，张武奎从休克查因、重症患者营养支持难点、重症感染等方面，多角度、多视点、多学科与会专家进行分析、讨论，全场气氛热烈，互动交流频繁。最后，与会专家一致认为，应将疑难病例讨论形成长期化、制度化，进一步营造学习氛围，通过相互交流来促进医疗技术提高，从而造福社会、造福患者。

据了解，此次会议除了现场互动交流外，还通过该院远程医学中心实现网络直播，全市12家与市人民医院有协作关系的医院的500余名医务人员进行了实时观看。

市第五人民医院:用高科技改变“糖友”生活

本报记者 朱颖江

对于糖尿病患者来说，最为关注的事情莫过于控制好血糖，血糖过高或过低对身体都不好。其实，控制血糖和预防并发症，不仅是糖尿病患者所关心的，也是医生所关注的。近日，市第五人民医院内一科将胰岛素泵用于糖尿病的治疗中，受到患者的一致好评。“利用高科技治疗糖尿病，不仅可以减少患者的痛苦，还可以有效增加药物疗效。”该院内一科主任马志强说。

使用方便 减少患者痛苦

12月1日上午，记者在内一科看到，护士拿着一个“小手机”来到病房，点开“小手机”，屏幕上立即出现了几个数据，护士根据这些数据，遥控患者身上的胰岛素泵给患者体内注入胰岛素。整个给药过程，患者没有不适的感觉。如果不是患者将衣服掀开，记者根本看不到紧贴在患者腹部的胰岛素泵。

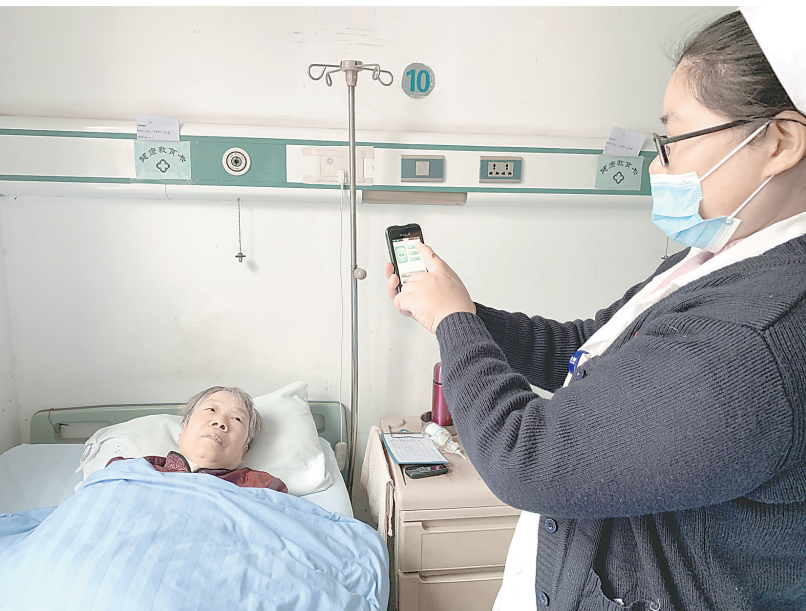
“胰岛素泵很好用，这些天我的血糖控制得特别好。”患者刘女士说。这次住院得知该科有这个先进的“武器”后，刘女士立即要求使用。自从使用了胰岛素泵后，刘女士的血糖控制得非常好，同时也减少注射胰岛素的痛苦。

在内一科，记者还见到了另外一位使用胰岛素泵的患者，这位患者只有28岁。他说，在使用胰岛素泵之前，他一直是自己注射胰岛素，但由于工作原因血糖控制得不太好。自从使用胰岛素泵后，不仅减少了携带胰岛素的麻烦，还能准确知道自己需要用多少单位的胰岛素，血糖也控制在正常范围内。

前沿技术 控糖效果显著

那么，这个胰岛素泵究竟是什么？马志强说，胰岛素泵是新的科研成果，也是目前治疗糖尿病比较有效的医疗手段。

马志强说，人体内有一套血糖的控制系统。食物中的碳水化合物进入



护士在操作胰岛素泵。

本报记者 朱颖江 摄

人体后被分解成葡萄糖，葡萄糖进入血液后成为血糖，升高的血糖会刺激胰岛β细胞分泌胰岛素，使血糖浓度降低。但是，如果“控糖系统”出现问题，血糖得不到有效控制，就发展成了糖尿病。目前，治疗糖尿病的方法分为4种：口服药物治疗、胰岛素注射治疗、运动治疗、饮食治疗。胰岛素泵主要用于那些开始使用胰岛素治疗糖尿病的患者。

胰岛素泵是一种由计算机控制的、可连续微量注射胰岛素的蠕动泵，它可以模拟人体胰岛素生理分泌模式给患者补充胰岛素，同时根据患者的血糖控制情况来调节胰岛素的注入量。

“对于那些年轻患者而言，胰岛素泵体积小，使用时将导管针头埋入腹部皮下，携带方便，不影响日常生活。”马志强说，“胰岛素泵可以实时监控人体血糖，精确计算人体所需胰岛素的量，弥补了药物以及传统胰岛素注射的不足。长期注射胰岛素的患者一般需要每日注射3~4次，这种注射虽然能够较均匀地提供外源性胰岛素，弥补内源性胰岛素不足，但毕竟和胰岛素生理分泌曲线有显著区别。而胰岛素泵则可以根据每位患者的生活习惯、进餐及运动的时间和量设定

医联体协作 多方受益

内一科之所以能够顺利将胰岛素泵应用到临床，离不开市人民医院内分泌二区专家团队的技术支持。今年9月份，市人民医院与市第五人民医院成为医联体协作单位后，市人民医院每周都会安排心血管内科、内分泌科、外科等科室的专家到市第五人民医院坐诊，对医务人员进行业务培训，使该院的整体医疗水平得到了大幅提升。内一科使用胰岛素泵治疗糖尿病的技术，就是在市人民医院内分泌二区主任马龙飞的指导下完成的。

每周二，马龙飞都到市第五人民医院坐诊。坐诊期间，他和内一科的医生一起为患者诊疗，也会对住院患者的治疗方案提出指导性意见。同时，马龙飞每周还定期组织业务学习，给内一科医护人员讲解目前国内最为先进的医疗技术。在他的建议下，内一科引入了5台胰岛素泵，患者使用后控糖效果非常好。

赵学斌:帮助别人 快乐自己

“帮助别人，快乐自己。对我而言，这些年的献血经历让我感到自豪、骄傲。”昨日，51岁的赵学斌在市东方红广场爱心献血屋告诉记者。见到他时，他刚刚献完400毫升血小板，正坐在大厅内休息。

赵学斌有15年的献血经历。36岁那年，他正式加入了无偿献血的队伍。至今他仍记得，第一次献血就是在市东方红广场的爱心献血车上，当时献了200毫升全血。“从第二次献血开始，每次的献血量都是400毫升。”

赵学斌回忆说，“第一次献血时有些紧张，献血过程中还有点头晕眼花，现在想起来可能是心理原因造成的。”

很多人对献血有误解，认为献血会造成贫血，让人的体质变差。赵学斌用实际行动向大家证明，这种想法是错误的。他说，献血可激发人体的各项机能，促进新陈代谢，让人更加健康。为了能帮助更多人，从前年开始，赵学斌根据自身情况，增加了献血频率。如今，他每个月都要捐献400毫升血小板。

赵学斌从事装饰行业，性格乐观，在日常工作和生活中，他的无偿献血行为影响着身边的人。最近几年，他身边也有不少朋友像他一样，加入了无偿献血的隊伍。“随着献血知识的普及，越来越多的人对无偿献血有了正确的认识，这是一个好现象。”他说。

采访时，赵学斌表达了自己的态度：只要有条件，只要身体状况允许，就会一直坚持无偿献血。“能奉献出自己的力量帮助到别人，内心是非常快乐的。”他说。

本报记者 梁智玲 文/图



赵学斌。

成分献血			
献血地点	服务时间	服务热线	
东方红广场爱心献血屋(市公共文化中心二楼厅)	周一至周五	3933317	18339102035
博爱县爱心献血屋(博爱县东大街广汇)	周一至周五	18339102038	
武陟县爱心献血屋(武陟县青年宫门)	周一至周五	15003911823	
市中心血站	周一至周五	2856516	2856517
全血献血			
献血地点	服务时间	服务热线	
东方红广场爱心献血屋(市公共文化中心二楼厅)	周一至周日	3933317	18339102035
人民路爱心献血屋(人民路市图书馆西侧)	周一至周日	18339102037	
博爱县爱心献血屋(博爱县东大街广汇)	周一至周五	18339102038	
修武火车站广场(采血车)	每月6-15日	18339102036	
温县子夏公园南口(采血车)	每月16-31日	18339102036	
博爱县爱心献血屋(博爱县东大街广汇)	周一至周五	15003911823	
沁阳县东大街(采血车)	每月1-15日	18339102039	
孟州新中医院门口(采血车)	每月16-31日	18339102039	

如果您上次献血已满6个月，欢迎您持本人身份证再次参加无偿献血，感谢您的参与！



本报记者 梁智玲

“困扰我20多年的脂肪肝症状明显减轻，身体其他指标也基本恢复正常，这真得感谢您为我制订的个性化治疗方案。”12月4日，马先生激动地对市第三人民医院脂肪肝诊疗康复中心主任赵宇亮说。

马先生今年48岁，患有脂肪肝20多年，体重112公斤。除了患有脂肪肝，他还有高血压和糖尿病，长年服用降压药和注射胰岛素。近年来，体检成了马先生最害怕的事情。“多次体检都显示我肝功能不正常，其中谷丙转氨酶在100U/L左右，谷氨酰转肽酶在150U/L到200U/L之间波动。”马先生说。此外，体检报告还显示，马先生的甘油三酯、总胆固醇都明显高出正常值。

马先生多方求诊，得到的建议几乎一样：除了药物控制，还要“管住嘴、迈开腿”。马先生也多次尝试进行体育锻炼，但都以失败告终。

今年10月份，马先生进食后腹胀明显、肝区不适症状明显加重。在朋友的介绍下，他来到市第三人民医院脂肪肝诊疗康复中心接受系统的治疗。了解马先生的基本情况后，赵宇亮对其进行全面检查，进一步了解他的肝肾功能、心肺功能及代谢状态，同时进行瞬时弹性超声检查，准确了解其脂肪肝及肝硬化程度。最终，赵宇亮为马先生制订了药物、运动及营养食谱相结合的综合治疗方案。“在治疗过程中实时监测患者的血压、血糖、疲劳度及营养状况，及时处理治疗中出现的不良反应，以期达到最好的治疗效果。”赵宇亮说。

经过6周的康复治疗，马先生的腹胀及肝区不适症状明显减轻，体重减轻了4公斤，腰围也减少了7厘米，谷丙转氨酶和谷氨酰转氨酶指标均有明显下降，甘油三酯、总胆固醇和血糖都恢复了正常。“已经用了3年的胰岛素停用了，这个变化令我和家人都非常欣喜。”马先生说。

据悉，脂肪肝是指由于各种原因引起的肝细胞内脂肪堆积过多的病变，是一种代谢系统疾病。脂肪肝是一种常见的临床现象，而非一种独立的疾病，早期症状与消化疾病的症状相似，如食欲减退、恶心、呕吐、腹胀等，极易被误诊。通过科学治疗，多数脂肪肝可实现逆转。今年年初，市第三人民医院成立了脂肪肝诊疗康复中心，设置了心肺功能康复室和运动功能康复室。脂肪肝患者在医生的指导下进行实时监测训练，当患者的心肺功能、代谢效率在固定的运动量下达到恒定状态后，再自行进行长期训练，可达到治疗脂肪肝的目的。

吃的学问

“三高”人群多吃萝卜皮

俗话说，“冬吃萝卜赛人参”。冬天，萝卜成为大家餐桌上的常客。然而，对于萝卜皮，很多人的第一反应是难吃，从而将其丢掉。为此，营养专家提醒大家，萝卜皮营养丰富，尤其适合“三高”人群食用。

除了维生素和矿物质，萝卜皮还富含果胶、槲皮素、异硫氰酸酯类等活性物质，在一定程度上有助调控血脂、血糖和血压，是“三高”人群的理想食品。此外，异硫氰酸酯类还具有一定的抗癌功效。萝卜皮最好生吃，能留住更多的活性成分，比如凉拌萝卜皮、腌萝卜皮、糖醋萝卜皮等。

（据《生命时报》）

科学治疗，让患者远离脂肪肝困扰