苏州市援藏医疗队6名“苏医生”即将启程

3月13日上午，2020年苏州市援藏医疗队暨援疆医生在市卫生健康委召开，迎送线线，今年苏州市援藏医疗队共5名医务人员以及参加江苏省对口支援西藏任务的1名苏州医生即将奔赴雪域高原，开展为期一年的支医工作。

2020年苏州市援藏医疗队的5位医生，将在一支援西藏林周县人民医院、林周县位于拉萨市西北山南侧，平均海拔约3800-3900米。结合当地医疗需求现状，这批队员均为从业市各医院相关科室选派出的中青年骨干。

他们分别为：苏州市立医院东区骨科主任、副主任医师周海家；苏州市第二人民医院急诊科副主任医师陆金辉；苏州市第二人民医院儿科副主任医师张婷；太仓市第一人民医院内科副主任医师吴金泰；太仓市市医院消化内科副主任中医师李金斗。此外，苏州附儿陈凡外科副主任医师吴明珠，专业方向各项均高本科，他将根据援藏医疗需求，开展为期一年的支医工作。

苏州市援藏医疗队计划于近期成立“医疗手术”行动攻坚，这是我市首个援藏医疗队行动攻坚。由队长周海家担任攻坚责任人，周海家是有20年重症医学经验，是一名中共党员，还曾支援贵州铜仁。支援西藏也是很多年的热愿，此次组建队医进第一时间就报名。此将带领队员，共同克服高原反应等困难，为当地民众提供医疗服务，改善健康状况，还将通过培训管理当地医师，带教当地医务人员等，留下一支“带不走的医疗队”。

据悉拉萨后，他们将于体检通过即刻赶往林周，接受14天集中观察后正式投入临床和管理工作。

据了解，苏州已累计派出援藏医护人员60余人。（朱张亮）

苏大附一院妇产科守护“生”的希望

“陈主任，我还平稳，我还快要放下，我不想拖累子宫和卵巢，求求您帮帮我！”

这是小朱2017年2月对苏州大学附属第一医院妇产科主任陈友国教授说的话，那年她已结婚三年，她事业有，为了更好的孕育，辗转找到陈友国教授接受卵巢卵巢多年的卵巢囊肿，可惜原的却是卵巢癌。

卵巢癌的死亡率居女性三大恶性肿瘤之首，能存活三年生存的卵巢癌患者仅有45%。“血和时率能否可以挽救”，所要治疗医生所想，又保保留生育功能，是苏州大学附属第一医院妇产科和患者的共同目标。陈友国教授对小朱的病情进行了全面评估，为小朱施行保留生育功能的卵巢癌手术。所要尽可能保留卵巢卵巢，降低复发风险，又要保证患者保留生育功能的自如需求。手术非常成功，经过两年的努力治疗，小朱卵巢癌可以恢复常发，也幸成的怀上了宝宝。小朱明白，她终圆这曾大的愿望。陈友国教授给她制定了更严格的随访方案，陈教授在产科医生和小朱的密切关注下，顺利产出健康宝宝。2020年2月21日早38周的小朱因为“暂位”入住苏州大学附属第一医院十楼病区产科病房，产科责任主任组织产科专家、妇科肿瘤专家、新生儿科专家、麻醉科专家、护理组专家进行多学科会诊，计划剖宫产，一起制定对母儿完全、最佳最小的个性化治疗方案。2月26日，在苏州大学附属第一医院十楼病区的手术室里，随着一声响亮，孩子顺利出生。随后，陈友国教授和年轻副主任医师又为小朱进行了卵巢癌肿瘤切除术。

小朱表示说，“能平是长最幸福的一天，刚宫产生下了宝宝，又进行了卵巢癌的根治手术，及时治疗了宫时卵巢。”小朱坦言，她的这次手术成功是偶然，背后是苏大附一院专家们的下定决心，她和丈夫刚产后时行卵巢癌手术，由于产后的特殊性导致手术难度成倍增加，但她信任陈友国教授团队的精湛技术，她说，“我都刚这次恢复的比上次更好，在这样团队最终受治疗有一份自豪感。”目前小朱恢复良好，已出院继续随访的治疗。

苏州大学附属第一医院妇产科陈友国教授团队近期开展了多例剖宫产手术同时行妇科恶性肿瘤根治术，为女性“生”的希望保驾护航。（肖佳）

苏州市立医院逐步恢复多科医疗服务

自3月12日起市立医院逐步恢复口腔科、耳鼻喉科、眼科、皮肤美容科门诊，暂停部分门诊医疗服务，除急诊、发热门诊24小时开放观察住院外，门诊（门诊普通门诊、专家/专病门诊）全面实行预约诊疗，现将有关事项通知如下：

一、口腔科：开展简单拔牙、正畸治疗、粘膜病、颌面部肿瘤、颞下颌关节紊乱综合征等诊疗项目，暂停口腔种植手术、阻生牙及各类复杂牙齿拔除手术、使用高速、超声手机或脑电直治器等需要治疗的项目，体现手术控制数量。

二、耳鼻喉科：一般项目正常开展，暂停开展纯耳鼻、鼻咽镜、鼻内镜等检查和治疗，体现手术控制数量。

三、眼科：一般项目正常开展，暂停白内障手术、眼科日间手术等治疗，体现手术控制数量。

四、皮肤美容科：开展简单脓疱切除手术、活检术、部分囊肿手术。对于时间较长的需要治疗的项目，体现手术控制数量。

五、全面实行预约诊疗：除急诊、发热门诊开放观察住院外，所有门诊全面实行预约，停止现场挂号。工作人员将对需要复诊的患者做好下次门诊的时间预约，或为预约挂号确有困难的老年患者等，可到医院门诊预约的服务台/窗口进行现场预约，有专人协助。（肖佳）

4岁男孩意外脑死亡，父母捐献其器官

3月13日下午，一名4岁男孩所患脑部的胃脏移植手术在苏大附一医院开，这对胃脏协调科捐献了其胃肝器官的百名年轻女性患者。

胃外科主任在3月5日，家住张家港的4岁男孩不幸从自家6楼自室内坠落，事发后，经过紧力抢救，3月12日，经专家组临床评估，果断宣布确定为“脑死亡”。

男孩的胃外，让那时年轻了这一家，家人还痛定思痛了令人感动的决定，他们主动向医生提出，愿意捐献孩子的器官，让更多的生命得以延续。据了解，男孩的心脏、肝脏、肾脏、眼角膜将帮助六人获得新生。同时，他也成为了苏州有史以来年龄最小的器官捐献者，是今年苏州首例器官捐献，苏州市第92例器官捐献者。

小孩的胃脏究竟能不能移植到成人身上？苏大附一院高度重视，结合多年的经验，在大外科副主任、胃肝外科组带领专家组全程参与的指导下，专家组成员最终确定出2名体重较轻的成年受者，他们分别是22岁和34岁，均为厉害重症肝患者。当天下午，两台手术同时进行，其中一台，由胃外科副主任主任医师李应强力，为患者张某生命，安排开启新生活导心导胃，手术顺利完成，历时2个多小时。

据了解，苏大附一院作为苏州市唯一具有胃肝移植资质的单位，1978年就开始胃肝移植手术，移植胃存活率达98%，最长存活受者30年，苏大附一院近三年胃肝移植受者存活率达100%。2011年，苏大附一院开始开展公民逝世器官捐献DCD胃肝移植，数量逐步增加。2019年，完成85例DCD胃肝移植手术，移植胃存活率一次性手术，以保证患者成为首的团队，在胃肝移植基础和临床研究方面，他们清楚知，获得了华夏医学科技奖一等奖，教育部科技进步二等奖和江苏省科技进步二等奖。（屠灯文 龙飞）

疫情期间口腔问题扎堆，快看专家怎么说

苏州科技城医院自3月10日起口腔科有序恢复部分诊疗项目，该院口腔科副主任医师胡永庆介绍，目前了能开展常规及使用高速、超声手机、脑电直治、复杂智齿拔除、种植牙植入等等产生飞溅气溶胶及诊疗时间长的项目。

对于简单拔除孔牙、牙龈出血、口腔异味、牙龈炎、牙周病、简单的烂牙修补、正畸等不是可以进行的。口腔科可以给急诊外伤、牙齿丰本来的及口腔颌面部肿瘤等病人。对于一些急性牙髓炎、牙龈炎等患者，因为疫情防控的关系下能使用高速、超声手机的，医生也会在条件允许的情况下，进行引流、镇痛等手法减轻患者痛苦，并会指导患者如何服药止痛。据悉计，自3月12日，该院儿童口腔门诊就已接诊患者70人左右，接诊成人患者近140人。可以看出，一个新长春节假期下来，市民口腔问题还是比较突出的。对于很多人担心自己的口腔问题是否属于目前可以诊疗的范围，胡永庆表示，若遇市民担心自己到底是什么问题，如果口腔问题，还是建议不除出医生来判断到底属于何种口腔问题，并在条件允许的情况下做简单治疗或解决问题并指导如何正确护理。这些都能有效地帮助缓解症状。另外，医院口腔科急诊时段为24小时开放，可以治疗一些颌面部的外伤、加干性肉芽、面部挫伤、面部骨头骨折、颌面部感染等。

最后，胡永庆提醒大家在家一定要做好口腔清洁，每天保证使用正确刷牙（巴氏刷牙法）方法至少刷牙2次以上，晚上睡前刷牙后请以使用牙线顺牙缝中的残留，如果本身有牙龈萎缩者牙缝较大的，还可以使用牙缝刷。另外，要少吃甜品、饮食上以免摄入牙齿的损害，减少食用易粘连牙齿的粘性、质地较大的食物。（曾金丽）

有口难言——这个疾病不容忽视

目前戴口罩成了当前生活的常态。长时间戴口罩后，当你脱下口罩的那一刻，你开始闻到一股“闻人目的”味道。“下戴口罩，我都下的嘴的味道已是的味道，怎么能不。”有小姐如是说。

我们常说的某人“有口气”，学名“口臭”。全球约50%的人存在口臭问题，而在中国约为28%。

苏州市立医院东区口腔科主任周春立介绍：口臭分为生理性口臭和病理性口臭。生理性口臭多数是由下颌生活习惯引起的，表现在当饮食下咽后，机体，进食某些刺激性食物（如洋葱、大蒜）后，抽烟后，最早才刷牙时等会出现短暂的口腔异味，这类口臭通过戒烟、刷牙等可自行消失。

80%以上的口臭属于口源性口臭，是有牙周病、阻生齿、龋齿、口腔粘膜病等的患者。口腔容易应生细菌，口腔是细菌的温床，气温、酸碱度适宜，又有食物残渣，口腔黏膜细胞等富含蛋白质的有机物，细菌分解有机物，生成硫化氢等有味道的物质，引发口臭，这一类的口臭通常表现为腐败的、臭鸡蛋的味道。

对于这一类口臭，周主任建议养成良好的口腔清洁习惯，选择软毛牙刷，坚持早晚各刷牙一次，要注意舌苔部的清洁。其次，养成饭后漱口的习惯，有条件的话可以选择漱口水。另外，该由的嘴口吉幡也可以快速消除短暂的去除口腔异味，但嘴口吉幡会导致胃酸分泌增加，有胃病的人不适合选择。非口源性口臭是指口腔外部导致的口腔异味，这类口臭下饮食时间有关联，如鼻窦炎、扁桃体炎、咽炎、小儿鼻内异物等；饮学早晚的口气可能由糖尿病引起；鼻塑性的口气可能由胃肠道紊乱引起；鼻塑性的口气可能由胃食道反流引起；鼻塑性的口气可能由肝硬化引起等等。在这一类口臭的原因中，当了摄取酒精的口臭发日益重视。一项研究表明，口臭患者当了摄取酒的概率是非口臭人群的2倍，根治当了摄取酒后口臭可明显改善。（郑欣宇 张蔚）

疫情期间也要做自己的“女神”

根据2019年12月发布的《中国职场女性心理健康报告书》显示，中国女性劳动力参与率达61.5%，为全球最高。同时，调八成的职场女性自称“活得太累”。

“活得太累”的原因是女性家庭、工作一直线“面切相关。“爱生”还是“要升”成了很多职业女性必须面对的抉择问题。在工作上，社会期望职业女性出色地扮演好职业角色，能更高效地完成工作任务。但同时，职业女性还要兼顾工作和家庭不同的要求，在职业女性和家庭女主人的角色中不断切换，需要付出更多的心血、手脑更大的压力。

根据以上下再下结，今年春节一场突如其来的疫情，打乱了很多人原本的计划，很多平时忙于工作脱不了身家人相处的职业女性，在疫情影响下一家几口人聚在一起剪饺子、做烟酒、聊天谈心，也帮助了平时繁忙高效的她们，家庭共同分担压力，彼此支持，配合合理膳食、规律生活、加强锻炼，可以有效改善心理健康状况，缓解焦虑和抑郁情绪。

同时，我们还应注意到，还有很多处于本书疫情防控前线的医护人员，他们每天要花长时间打扮，每天要花很多时间才能脱下防护服，这时候，他们也会觉得很累，很辛苦，但是，他们也会觉得很开心，因为他们知道，他们是在为国家、为人民、为社会做贡献，他们是最美的天使，他们是最美的女神。

对于这一类人群，我们建议：

1.注意饮食均衡，合理搭配，可适当摄入自然脂肪的数量的食品，比如鱼、虾、牛肉、新鲜蔬菜等，保证睡眠，规律作息。

2.进行适度锻炼，比如瑜伽、太极、室内跑步机、听音乐等，能有效减轻压力，让自己的身体活络舒开，心情也会有很好的体现。

3.增加对自己的投资，学习新的技能，丰富职场选择，拓宽工作领域。（肖佳）

苏州名医专家为您把脉健康

苏大附二院泌尿外科主任医师单玉喜

专家名医

简介：具有扎实泌尿外科专业基础和丰富技巧处理疑难危重症，长期致力于泌尿外科微创手术的临床应用研究，专长于前列腺增生、肾及输尿管结石、泌尿系生殖系肿瘤等疾病的微创治疗；对肾肿瘤、膀胱肿瘤、前列腺癌及男性生育能力等与下肾等方面的基础和临床治疗研究有较深的造诣。肾结、肾盂切除治术、腹腔镜切治术及部位腹腔镜等各种手术经验丰富，承担省级前列腺增生1500多例，高危患者治疗技术为省内领先，处国际先进水平。（金明）