中国政府赴委内瑞拉抗疫医疗专家组抵达加拉加斯

当地时间3月30日，中国政府赴委内瑞拉抗疫医疗专家组抵达委内瑞拉首都加拉加斯，协助委方开展新冠肺炎疫情防控工作。

中国政府赴委内瑞拉抗疫医疗专家组由国家卫生健康委员会组建、江苏省卫生健康委员会选派，共8人，分别来自江苏省人民医院、江苏省中医院、江苏省疾病预防控制中心、苏州大学附属第一医院、南京鼓楼医院，专业涵盖呼吸与危重症医学、传染病防控、实验室检测、中医、护理等专业。组长由江苏省卫生健康委新冠肺炎医疗救治专家组组长、江苏省人民医院呼吸与危重症医学科主任黄茂同志担任。

专家组的主要任务是协助当地评估疫情总体情况，开展新冠肺炎防控的经验分享与交流，提供有针对性的防控、诊疗建议和指导，并视情对当地中资企业人员、留学生和华人华侨开展医疗卫生指导和帮助。

专家组随行携带呼吸机、便携式彩超、核酸检测试剂盒、医用防护口罩、防护服、隔离衣等委方急需的抗疫物资和药品。

3月28日上午，江苏省人民政府省长吴政隆与即将出征的中国政府赴委内瑞拉抗疫医疗专家组一行座谈。吴政隆希望他们牢记习近平总书记谆谆教导，充分发扬中华民族扶危济困的大爱精神，善于保留分享中国经验，展现医者仁心、大爱无疆，与委内瑞拉专家携手同时间赛跑、与病魔较量，同舟共济、守望相助，坚决战胜疫情，进一步加深两国人民深厚友谊，为构建人类命运共同体贡献智慧和力量。表示将加强医疗和生活物资保障，关心好医务人员的家庭，全力以赴解决好大家的后顾之忧，当好坚强后盾，让专家组心无旁骛奋战在国际疫情防控第一线。

（朱佳亮）

7位驰援武汉的“苏医生”转战“新战场”

随着武汉同济医院中法新城院区新冠肺炎患者的日益减少，目前在指挥部的统一调度下，该院区所有在院患者将统一转移至相关病区，由国家医疗队接管。

苏大附一院驰援武汉的7名医护人员王佩、陈辉、苏畅、黄欣羽、邹亲辉、赵晓冬、王梦兰经过短暂的休整后，于3月30日进入武汉肺科医院ICU。

随着最后9人从武汉同济医院中法新城院区C8西病区转出、出院，苏大附一院7名医护人员圆满完成使命，实现病区“清零”。奋战53天，7名队员所在的C8西病区收治新冠肺炎患者77名，无一死亡病例。“今天我们病区出院1人，转出8人，病区患者实现‘清零’！”队员苏畅介绍说。八名转出患者中除1名为危重症，其中一个曾经经历了气管切开，三名患者呼吸机辅助呼吸。但随着治疗的深入，患者已转危为安，现在普通型患者，只等核酸检测出院标准后就可以择期出院了。在中法新城院区工作的最后一天，该院相关领导还为医疗队举行了一个简短的欢送仪式。

经过短暂的休整后，七名队员与国家队一起转战武汉肺科医院ICU。据悉，武汉市肺科医院是湖北救治新冠肺炎的首批定点医院，ICU内的大部分危重患者需使用呼吸机、ECMO（体外膜肺氧合）等支持治疗，被称为“与死神赛跑的地方”。面对新挑战，再次投身救治一线的苏大附一院重症医学科副主任王佩表示，现在整体情况在好转，但是重症尤其是危重症患者的救治工作任务依然艰巨，这也是实现疫情防控决战的关键一环。虽然已在前线奋战了53天，但既然组织信任我们，选择让我们继续加入重点救治ICU、危重患者医疗队，我们就一定会不负信任、不负人民，克服困难，继续加油，疫情不退，我们决不收兵！

（肖佳）

苏州市公布15家涉外发热门诊名单

为积极应对新冠肺炎境外疫情输入性风险，加强境外入境人员的健康管理服务，经研究决定，苏州市明确了全市涉外发热门诊名单，要求做好相关工作。

各地要高度重视涉外发热门诊工作。医疗机构设置发热门诊是早发现、早诊断、早隔离、早治疗的重要举措，是阻断疫情传播的重要措施。

各涉外发热门诊设置和工作要求应严格按照国家和省市关于医疗机构发热门诊规范设置的要求执行。

各级外事部门要积极配合，提供翻译服务，门诊量较多的地区，配备驻点翻译人员和志愿者，做好引导工作。

苏州市的15家涉外发热门诊名单是：苏大附一院十梓街院区、苏大附二院三香路院区、苏大附儿院景德路院区、苏州市立医院东区、苏州市中医院、苏州市五院、苏州市相城人民医院、苏州市吴中人民医院、昆山市一院、常熟市二院、张家港市一院、太仓市一院、苏州市九院、九龙医院、明基医院。

（佳亮）

解除医学观察，外籍友人为白衣天使创作藏头诗

3月15日，德籍友人Andy正式解除了在苏州高新区密切接触者集中医学观察点的隔离。在离开之前，他将自己原创的英文藏头诗“Give health and smile always”制作成卷轴赠送给了医务人员。

作为“回礼”，医务人员将“杀菌棉花”和“荣誉证书”颁发给Andy，证书上写着：鉴于您在观察期间的杰出表现，现聘您为我院特聘专业外籍教授，聘期两年，即时成为“苏州高新区隔离文理学院”。此前双方互赠的诗和证书的创意，观察点负责人、苏州高新区社会事业局妇幼处处长孙毅红说：“这批医学观察人员中除了有文学创作力的Andy，还有另外一位学习自动化专业的留学生，于是我们就在群里开玩笑给观察点起名‘隔离文理学院’。”孙毅红口中所说的群便是观察点医务人员和观察人员共建的“观察者微群”，每天都有趣事在发生。

实际上，刚到观察点的Andy有些生气，因为他认为自己被欺骗了。时间回溯到2月28日，他乘坐的AC2936次航班从德国飞往上海，由于这架飞机上有一名乘客是新冠肺炎确诊患者，Andy作为密切接触者之一被第一时间送往医学观察点。他说，刚开始的时候只是去住宾馆，为什么会变成了隔离点？Andy认为，隔离点周边环境的优雅令人舒适。不过因为孙毅红以及苏州科技城医院医生李瑞娜和护士王蓉三位医务人员的努力和耐心照料下，Andy不仅和所有人成为了好朋友，还成为疫情防控的宣传员。

作为一名神经内科医生，李瑞娜深知医学观察人员心理卫生及健康的重要性，因而她与同事们时常思考各种办法来活跃气氛，比如写打油诗、唱歌、折纸飞机等等。在得知李瑞娜已在隔离点工作一个多月，家中还有两个孩子时，暖心的Andy关心起了孩子的状况，他还扮演着“开心果”的角色。由于医学观察点的工作十分繁杂忙碌，为了缓解大家的压力，他教大家在没有吹风机的情况下如何把头发吹干，用拼音拼出打油诗，在群中用普通话朗诵诗词等等，总是让大家忍俊不禁。他也会经常创作诗文发在群中，因此他也得到了一个昵称：隔离点的“莎士比亚”。

隔离观察期间，Andy两次核酸检测都为阴性，正式解除医学观察。这两周的特殊经历让Andy深感庆幸，因为自己身在防疫措施做的很好的中国。他也把中国当成了自己的家，表示以后还想留在中国。

（陈峰）

孩子睡觉打呼真的是睡眠好吗？

前不久，苏州市立医院东区五官科来了一位年轻的妈妈，她的孩子今年4岁了，之前睡觉都很安稳，这段时间由于疫情的缘故，他们很少出门，一开始孩子睡觉时打鼾，妈妈以为是孩子白天玩得累着了，没有太在意，但是渐渐的孩子总是会突然呼吸暂停然后被自己憋醒。

五官科副主任医师陈枫为其做了相关检查，发现孩子是因为腺样体肥大合并扁桃体发炎，鼻窦炎导致鼻塞引起的打鼾以及呼吸暂停症状。医生采用了局部鼻喷剂加口服药物控制鼻炎、鼻窦炎，孩子的症状有所改善，但打鼾声音依旧比较大，最后进行了腺样体切除手术，术后打鼾完全消失，睡眠质量非常好，白天精神也好了，注意力也集中了。

其实，“打呼噜不一定睡眠好”这一问题尤其对于儿童更加容易被忽略。苏州市立医院东区神经内科主任医师邱晨红介绍道：“幼儿打鼾主要分为生理性和病理性因素，生理性问题一般是由于睡姿、劳累等问题，只要稍作改变就可以改善。但病理性问题，像腺样体肥大、扁桃体等原因是需要就医治疗的。因此，一旦发现孩子打鼾，睡觉体位易变、磨牙、流鼻涕、多动、记忆力下降等症状，家长要引起重视，及时就医。”

儿童睡眠打鼾的危害

1.影响身高和智力的发育：小孩睡觉时打鼾，就不能进入深睡眠状态，从而影响孩子的生长发育。当小孩严重打鼾时，可能会引起小孩在睡眠时呼吸暂停，导致大脑缺氧，进而影响了智力。

2.影响面容：小孩在打鼾时由于鼻咽部阻塞，张口呼吸，上下牙齿咬合不正常，久而久之，可导致面部颌骨发育，造成小颌畸形，牙列不齐，上颌骨变长等。

3.引起渗出性中耳炎：如果小孩打鼾时堵塞鼻咽侧壁的咽鼓管咽口，会引起渗出性中耳炎，会出现耳鸣、听力下降等症状，如果堵塞鼻窦，鼻腔分泌物引流发生障碍，会并发鼻窦炎。

4.导致心血管系统的异常：当小孩严重打鼾时，为了满足机体足够的血氧饱和浓度，心脏便开始了超负荷的工作，长期以往，会引发相应的心血管异常。

儿童睡眠打鼾的预防

1.改变饮食：小孩饮食营养要均衡，及时给小孩增加辅食，增加食物的多样性，进行合理搭配，让小孩养成不挑食的好习惯。

2.增加体质：减少上呼吸道感染的几率，多带小孩到公园走走，多晒晒太阳，呼吸新鲜空气，也可以让小孩去学习游泳，锻炼身体，让小孩身体结实起来。

3.改变睡姿：如果小孩仰面睡觉时打呼噜，会舌后坠，可以用侧卧位或者垫高肩部来避免，这样可以使舌头不致于后坠而阻挡呼吸通道，降低打鼾的几率。

4.定期身体检查：让医生详细检查小孩鼻腔、下巴骨部位，观察有无异常，或小孩的神经或肌肉的功能有没有不正常的地方。

5.肥胖的小孩要减肥：如果打鼾的小孩比较胖，要想办法减肥，让口咽部的软肉消失，呼吸也会变得顺畅。

6.手术治疗：如果小孩是因为咽腔狭窄的腺样体、扁桃体肥大引起堵塞呼吸通道，产生影响小孩正常呼吸时，可以考虑手术割除。

（王箴　肖佳）

苏州部份医院清明节放假通知

2020年清明节假期为4月4日（周六）至4月6日（周一），现将部份医院放假情况汇总如下：

苏大附一院　普通、专家门诊照常进行，具体门诊安排以当日挂号为准。特别提醒：苏大附一院普通门诊、专家门诊、专病门诊已全面开放并且全面实行分时段预约门诊，为方便您的就诊，请做好预约，错峰前行！

市立医院本部　1.专家门诊停诊3天，个别专科有专家出诊，请以挂号为准（网上预约系统可见）。2.妇保科、儿保科、计划生育门诊、中医科、内镜中心、病案门诊停诊。3.生殖与遗传中心4日、5日按双休模式，6日普通门诊开诊。4.其他科室开普通门诊。

市立医院东区　1.清明假期当天（4月4日）专家门诊停诊，具体以当天出诊为准（网上预约系统可见）。2.其他科室开普通门诊。

市立医院北区　门诊如下科室停诊：肿瘤科、男科、医学美容科、疼痛管理，其余门诊正常。体检中心放假时间为4月4日至4月6日。详情可咨询：62363800

苏州市中医医院　4月4日清明节专家门诊停诊，普通门诊、急诊照常。4月5日起所有门诊（除个体专家门诊）恢复正常。

苏州科技城医院　普通门诊、专家门诊、专病门诊、急诊工作照常进行。

（肖佳）

乳牙治疗也需要做牙套吗？

近日，一名家长带着孩子来市立医院北区口腔科就诊，这位妈妈说孩子来诊所补完牙之后，充填物总是容易脱落，有时候补上没过几天就又掉了，孩子也不愿再配合，想咨询一下是否有好的解决办法。市立医院北区口腔科医生仔细检查了患儿的牙齿情况后，为患儿设计制作了预成冠修复，仅仅十几分钟，一个形态标准的牙冠就制作完成了，然后将牢固的粘结在患儿的乳磨牙上。

苏州市立医院北区口腔科副主任王蕊介绍：小儿的乳磨牙从2岁左右萌出完成，在日常的咀嚼咬合中起主要作用，一直到12岁左右替换，其在口腔中存留的时间长达十年。因此，一旦发生病变，对儿童的口腔功能及口颌系统的生长发育都会产生较大的影响。但是在乳牙的大面积龋坏的修复治疗中，补牙后的充填物往往容易脱落，而且容易被反复多次治疗的乳牙，还会增加再次治疗的风险，所以选择一个舒适、耐用的修复方法就显得尤为重要。

乳牙预成冠技术就是一个很好的选择。小小预成冠，却有大作用。乳牙预成冠技术通俗的说就是给乳牙套一个牙冠，有钴金属冠及金属冠，其优点显著，不仅可以延长坚固乳牙的使用寿命，还能减少因充填物脱落而复诊的次数，加强牙齿的强度，恢复牙齿正常咬合关系等，对坚固的乳牙起到至关重要的保护作用，比树脂充填更加牢固、便捷、耐用。

王蕊告知家长，如果遇到了以下的问题，你的孩子可以选择乳牙预成冠：首先是有大面积龋坏的乳牙或年轻恒牙需要修复的；其次，不能用复合树脂修复的乳牙或牙齿发育不全的修复；第三，牙齿断裂的修复，如牙本质发育不全和釉质发育不全；第四，牙髓治疗后，固位较差的乳牙和年轻恒牙需要修复；第五，不良习惯矫治器的固位体；第六，磨牙牙齿的修复；第七，各种固定间隙保持器的固位，如第一乳磨牙用作远中导板保持器的固位体。

不少家长认为乳牙都会被恒牙替换，不需要治疗，这样的观念是错误的。王蕊提醒家长，乳牙出现问题不能忽视，需要及时到医院口腔科进行正规的治疗。

（陈文利　顾燕　张路）

苏州名医专家为您把脉健康

苏州市立医院东区
神经内科主任医师邱晨红

苏州神经病学委员、青年委员会副主任委员，省医学会及神经免疫学会委员，苏州睡眠委员会委员，省协会睡眠专委会委员，曾于上海华山医院神经内科学习，工作近30年来长期在临床一线工作，积累了丰富的临床经验。

门诊时间：神经内科周四全天，睡眠门诊周二上午

门诊地点：白塔西路16号苏州市立医院（东区）门诊大厅二楼。

专家名医

（金刚）