# 苏大附一院总院二期建设启动新增床位1800张

4月2日上午，苏大附一院举行总院二期项目工程桩试桩暨智慧建造启动仪式。据悉，按照总院二期以广济区域医疗中心为目标，预计于2023年年底建成投入使用，届时将成为苏州规模最大、医疗水平最高的医院。

据了解，苏大附一院总院二期工程位于苏州市平江新城苏大附一院总院的东西两侧，总占地11.3万平方米。二期规划建筑面积约33.2万平方米，床位1800张，地下二层，地上19层，由门诊医技楼、病房楼、科研楼、急诊急救楼、成果转化医学楼等组成。项目预计于2023年年底建成投入使用。

“总院二期建设是医院发展的百年大计，将为提升医院的救治能力、人才培养、学科水平提供良好的平台。”苏大附一院院长侯建全介绍，二期建成后，医院占地58万平方米，开放床位3000张，可容纳日门诊量超过1.2万人次，日急诊救治能力超过1000人次，将成为苏州地区最大规模、最高医疗水平的医院。据悉，与此同时，国家血液系统疾病临床医学研究中心也在总院二期的规划建设中，建成后将补强医院学科发展高峰，成为区域医疗中心。

苏州大学党委常委、副校长、附一院党委书记陈卫昌提出要求：一、牢记医院心系群众于心系元，要始终坚持高质量发展不松劲，推动建设再加力，勇于扛起责任、坚守担当，发挥好责任担当之勇、科学防控之智、统筹施工之能。二、牢记医院心系群众的时代担当，新时代赋予了医院新的定位和职责。希望项目建设能够秉持安全、便民、环保、科学等理念，将项目打造成为民心工程、安全工程和廉洁工程的典范。三、牢记医院心系群众的人民立场，三家单位的参建管理人员以项目建设为契机，始终坚持党建引领，主动联系、加强联合、保持联络，打造出有代表性意义的“党建示范点”“先锋阵地”和“党建联盟”。（郑凤敏　肖佳）

# 病有良医：引进团队化外援为内涵，提升诊疗能力

苏州市立医院胸外科是苏州市临床重点专科，近年来开展了胸腔镜精准肺段及肺叶切除手术，肺癌根治术，微创的治疗肺部小结节技术，同时引入胸腔镜下治疗纵隔肿瘤等一系列国内国际最新技术。2017年，市立医院东区胸外科引进南京大学附属中山医院胸外科王群教授团队，在肺癌、食管癌、纵隔肿瘤等诊疗领域上更加注重精准和科学规范化的治疗理念，化外援为内涵，实现提升肿瘤患者的诊疗能力，改善患者生存质量。

**纵隔肿瘤手术　患者术后2天即痊愈出院**

“外医生们说住院时间会很长，但真没想到术后第2天我就可以康复出院了。”患者李大爷（化名）一边整理着回家的物品，一边和同病房病友诉说着自己的感慨。谁能想到1天前他才经历了纵隔肿瘤切除手术，1天后就能回家休养了。

原来，李大爷因为胸闷不舒服在当地医院做了胸部CT检查，在胸腔内发现一个直径大小约3cm的异常肿块，很是担心手术的风险。为谨慎诊断，市立医院东区胸外科朱一蒙主任通过细致研读李大爷的CT图像，确认为胸腔内的病灶属于纵隔肿瘤，而微创胸腔镜手术是根治肿瘤的最佳途径。

“对胸外科医生来说，微创手术切除此类胸腔肿瘤并非难事，但是如何缩短住院时间，减少患者痛苦，加快术后康复是我们一直关注的焦点”，朱一蒙介绍。此次该团队为老人实施了胸下胸腔镜肿瘤切除术，从肿块开下到缝合整个手术一小时下来。

为了老人家少痛苦，该团队详细细致研究手术前后的每一个环节，患者术后结合切口下留置管，不保留胸腔引流管和尿管，全程镇痛。术后6小时开始进食等一系列举措完美体现了快速康复的理念。朱一蒙主任表示：术后快速康复理念是指在手术前后采用一系列经医学证实有效的优化措施减少并发症，加快术后康复。快速康复是一体化“工程”，也是多学科协作的过程，不仅需要外科医生、麻醉师、护士，也需要患者及家属的积极配合。快速康复模式大大减轻了患者的痛苦，是胸部外科发展进步的新趋势。

**规范随访与精准预判　提高患者生活质量**

肺部小结节是一种常见病多发的病灶，根据具体情况可随访，也可手术。东区胸外科副主任杨勇在诊疗时，听到患者最多的几个问题就是“医生，我肺上有磨玻璃结节，要开刀手术吗？手术严重吗？它就是一个炸弹，我放着也不放心……”杨勇介绍，肺部磨玻璃结节的是否需要手术，要结合多种因素决定手术介入的时机，而且通过这几年的病例研究发现，既然治疗，PET/CT检查对于肺部磨玻璃结节的诊疗价值有限，精准的病例判断和规范的随访诊治是很重要的。

3年前，50岁的张阿姨在一次偶然的体检中发现自己左下肺有个8毫米左右的磨玻璃结节，来东区胸外科进一步就诊。杨勇仔细研究胸部CT结果后，认为结节性质属于原位癌或者微浸润癌的可能性大，目前无生长速度下，同时治疗方案，又是初次发现，建议张阿姨不急于手术，可先随访一段时间，如果有直径明显增大或者有变化再手术。术前需要和患者的家属和患者详细沟通，毕竟病灶是个“定时炸弹”，还是早早除去较好。此时，杨勇了解到其他的方法解除心理上的困惑，像朋友一样安慰她，同时又拿出了精准的判断，在目前不做此手术，生活质量会受到影响，所以先行随访，如果结节有变化了再做手术也不迟，不影响生活和寿命。

张阿姨很是赞同，觉得杨勇说的非常有道理，就按时带着肺部复查进行随访。到今年已经安安稳稳持续了3年。最近通过检查发现该结节有增大的趋势，杨勇带领团队为她及时开展了胸腔镜下微创的肺段手术，尽可能保留多的健康肺组织，保证了术后的生活质量。术后病理证实为一期的肺腺癌，做完手术不必再做辅助放化疗，属于临床治愈。（王茂　金明）

# 苏州广济医院3名援鄂医疗队员结束休养返岗

春暖花开
欢迎回家
热烈欢迎苏州市广济医院援鄂医疗队员回家

4月4日上午，苏州市广济医院心理援助医疗队结束了休养，正式返回医院。党委副书记、院长周利权，党委书记王晓琴代表医院热烈欢迎3名英雄回家。

3月20日下午，经历了近一个月的奋战，苏州市广济医院心理援助医疗队3名队员完成了救援任务，从武汉凯旋。

苏州三位“心理特种兵”在武汉近一个月的心理支援过程中多次进入方舱医院和武汉医院救治病区、隔离病房的病区开展心理援助工作，深入社区走访4次，其中病房3次、方舱医院1次。工作量在江苏心理援助医疗队中名列前茅。随着武汉疫情逐渐好转，方舱医院陆续休舱。心理援助工作的重点也转向心理咨询及团体辅导转移，医疗队员们随后在武汉人民医院、4个隔离点、江夏人民医院、同济医院中法新城院区开展线上线下心理疏导与团体辅导工作，通过简单轻松的心理小游戏，帮助患者与医护人员纾解压力。（杨春）

# 120调度员隔空助脱险　孩子父母带娃登门致谢

“非常感谢非常感谢，您对我们有救命之恩！”电话那头的甘爸爸激动不已地感谢。2020年3月27日，甘爸爸一家特意来到苏州市急救中心为丰娜送来锦旗花篮以示谢意。

3月19日10点19分，中心120调度员丰娜接到一个急救电话，话筒那边传来一阵急促的呼救声：“我们家小孩不小心卡了一个橘子皮，不能呼吸不能说话，说不能哭。”据孩子的父亲描述，孩子已经处于昏厥状态，仅有微弱的呼吸。危急时刻，丰娜沉着镇定，派出救护车的同时，立即按照急救预案，争分夺秒电话指导孩子父亲对孩子实施心肺复苏加人工呼吸。在调度员丰娜的耐心指导下，6分钟后孩子吐出橘子皮恢复了呼吸。据悉，孩子目前状态良好，已经出院。

“如果有因为意外发生呼吸道异物梗阻经过立即急救法的，但当时孩子已经神志不清，情况危急，所以先做的心肺复苏，好在孩子及时转危为安。”丰娜回顾，吞吃异物或气管堵塞会危及生命，会造成心脏骤停，黄金抢救时间为6分钟。在这次急救过程中，调度的隔空指导和家长对指令的精准配合共同为孩子争取到了宝贵的抢救时间。

中心副主任竹长德说，家长对孩子喂食坚果、果冻、糖果、果冻等食品时，最好先行分解，否则可能对孩子的健康造成威胁。目前春季到了，草莓、蓝莓等多种水果大量上市，果冻、坚果之类，家长要事先弄出果核，切勿让孩子囫囵吞食。

海姆立克急救法的原理，是通过压迫腹部，引起膈肌的抬高，推动上移，突然增加胸腔压力，使肺部内的残存气体形成气流冲出，将堵住气道的食物或异物从口腔中排出。

急救对象是3岁以下孩子时，救护人应该马上把孩子抱起来，一只手捏住孩子颧骨两侧，手臂贴着孩子的前胸，另一只手托住孩子后颈部，让其脸朝下，趴在救护人膝盖上。在孩子背上拍1-5次，并观察孩子是否将异物吐出。如上述操作后异物不吐出来，可采取另一个姿势，把孩子翻过来，躺在坚硬的地面或床板上，抢救者跪下或立于其足侧，或取坐位，并使患儿骑在抢救者的大腿上，面朝前。抢救者以两手的中指或食指，放在患儿胸廓下和脐上的腹部，快速向上压迫，但要很轻柔。重复，直至异物排出。

对于成人急救对象，抢救者应站在病人背后，用两手臂环绕病人的腰部，然后一手握拳，将拳头的拇指一侧放在病人胸廓下和脐上的腹部。再用另一手抓住拳头，快速向上重击压迫病人的腹部。重复以上手法直到异物排出。（肖佳）

# 血液系统自噬机能异常可诱发骨质疏松

近日，中华医学会骨质疏松和骨矿盐疾病分会副主委、苏大附二院骨质疏松诊疗中心主任、骨外科主任医师徐又佳教授团队，与苏州大学唐仲英医学研究院血液学教授王建荣团队合作，发现了骨质疏松症发生新病因，揭示了骨血功能相依的新机制。这一研究成果于近日在线发表于国际著名衰老领域的顶级期刊Aging Cell上。

骨质疏松症是机体衰老过程中发病率最高的一类疾病，严重危及老年人健康和生命。该研究对五十多例临床资料和临床人体标本进行了分析，发现较之正常人，骨质疏松病人的血液系统细胞自噬水平显著下降。为了确定临床观察到的骨质疏松症与血液系统自噬机能异常间的关系，徐又佳团队构建了骨质疏松小鼠模型，发现骨质疏松小鼠中，不但血液系统功能异常，而且血液系统的细胞自噬水平显著降低。该研究发现血液系统自噬缺陷，直接导致H-型血管破坏，进而引起骨组织缺氧水平上升，导致成骨细胞破坏，骨分化和骨生成受阻，最终引起骨质疏松症。

徐又佳团队还发现，通过抑制mTOR活性以增强细胞自噬，可以改善骨质疏松状况。因此，在诊断骨质疏松发生时，有必要检查血液系统功能是否异常，骨松治疗时需联合考虑血液系统的功能恢复。（王飞月）

# 苏州中医专家和你聊睡眠

2018年睡眠指数数据报告显示，在过去的6年时间里中国人均睡眠时间长度由8.8小时变为6.5个小时。睡眠问题严重影响了国民的生命健康！苏州市中西医结合医院中医专家从中医角度谈了看法。

据该院康复科副主任中医师介绍，近期接诊了位失眠的老年女性患者，自诉入睡困难多年，有时彻夜不眠，平时口服舒乐安定或佐匹克隆治疗，近期症状加重，口服安眠药无效。康复科苏主任审视病人后予以口服中药，再针、安神助眠等治疗1周，患者睡眠质量明显改善，可睡5小时左右。康复科介绍，中医学对睡眠的认识有几千年的历史，早在《黄帝内经》里就有大量关于睡眠养生方面的论述。

什么是睡眠？《灵枢·营卫》曰：“阳气尽，阴气盛，则目瞑；阴气尽而阳气盛则寤矣。”故中医认为睡眠是由阴阳消长而产生的。《素问·生气通天论》曰：“阴平阳秘，精神乃治。”所以睡眠是阴平阳秘的一种解释表现形式。

睡眠的重要性：“故阴阳四时者，万物之终始也，生死之本也。从阴阳则生，逆之则死。”因此，如果我们违背颠倒了睡眠作息时间，即是白天睡觉，晚上熬夜或者失眠，就是《黄帝内经》中提到的“从阴阳则生，逆之则死”了。

如何提高睡眠质量：（1）调养良好的生活作息习惯，如放下晚餐，睡前喝浓茶咖啡或者玩电子游戏等，可以选择睡前适当静坐、散步、音乐、听舒缓的音乐等。（2）遵循四时睡眠规律，即春夏夜卧早起，秋冬早卧早起，冬季早卧晚起。（3）晚餐不宜过饱或过于油腻，因《内经》有“胃不和则卧不安”之说，一是胃肠不适会干扰正常睡眠，二是胃肠病导致患者身体有所虚弱而导致等情绪障碍，还会出现心烦、失眠等症状。（4）有入睡困难或者易醒及早醒等睡眠问题的及时就医。必要时于睡眠监测进一步明确睡眠质量与睡眠困难的主诉特征，同时可以予中药口服、安神穴位的贴敷、针灸、推拿等治疗手段以调整阴阳，恢复阴平阳秘。（陆峰　肖佳）

## 苏州名医专家为您把脉健康

### 苏州市立医院东区大外科主任朱一蒙

擅长：肺癌、食管癌、贲门癌、纵隔肿瘤及心脏血管等疾病的诊断和手术治疗，特别是针对复杂的胸部手术具有丰富的临床经验。在胸腔镜微创手术具有独特的优势。常规开展了肺癌、食管癌、纵隔肿瘤、肺大泡等微创手术，达到安全、微创、根治的治疗效果。针对早期肺癌开展了肺段切除术，最大限度地保留了患者肺功能，提高了患者的生活质量。

专家名医

门诊时间：
每周三上午

（金明）