

张先祥院长荣获“重庆市先进工作者”荣誉称号

党的十九大以来,在急难险重任务中,全市各行各业涌现出一大批爱岗敬业、争创一流、艰苦奋斗、勇于创新、甘于奉献的先进模范人物。10月9日,重庆市第六届劳动模范和先进工作者表彰大会在重庆市人民大厦礼堂隆重举行,表彰重庆市劳动模范322名,先进工作者175名。我院张先祥院长榜上有名,被授予“重庆市先进工作者”荣誉称号。

张先祥院长在医院发展过程中始终牢记党的宗旨,坚持人本位的理念,将患者的诉求放在第一位,积极为职工谋福利,得到社会各界的高度评价。曾先后荣获全国优秀医院院长、全国百姓放心示范医院优秀管理者、国家卫生健康委脑卒中防治工程模范院长、国家卫生健康委脑卒中高危人群筛查和干预项目先进个人、国家卫生健康委脑卒中防治工程杰出担当奖、重庆市抗击新冠肺炎疫情先进个人、重庆五一劳动奖章、重庆市优秀院长等荣誉。



小花(小小说)

【肛肠科 熊常兵】

诊断桌上,摆着一束小花。是安大娘从乡下来城里看病时在路边摘的。

“安大娘”是顾医生起的称呼。其实安大娘比顾医生大不了多少岁,翻过年来才五十岁,只不过田间地里风霜雪雨在她额头脸上雕刻出一道道皱纹,皮肤黝黑黝黑的,看起来显老。特别是上个月她第一次找顾医生就诊时,愁容满面,双手捂着小腹,似乎连头发丝都有些发白,顾医生也就一直这么叫着了。

安大娘素来有个大便难解的毛病,起初不在意,偶尔吃点药,也还有效,渐渐的就习惯便秘了。这次好几天不解大便,反反复复药至于灌肠都不见效,更是面色苍白,时常大汗淋漓,腹胀腹痛,奇苦难忍。用她自己的话说,快要死了,老伴这才搀扶着她蹒跚而来。

听了安大娘的诉说,顾医生按了按她的小腹,拿了左右脉门,看了舌象,应手施治。这种病顾医生见多了,一顿操作下来,安大娘神色轻松不少,随后老伴便搀扶着她离去。

两周前来复诊了一次,病情近于痊愈,这次安大娘说是又来复诊,刻意等到

最后一个才进诊室,进门时眉开眼笑,手里捧着一束花色杂陈、形状各异的小花,上面还附着些晶莹的水珠。安大娘说这次是想跟顾医生聊聊,为什么这二十多年的毛病,顾医生不费吹灰之力就治好了呢?真是太感谢你了。现在看到穿白大褂的,我觉得十分安心,说着双手合十,深深道了个万福。

顾医生坐在诊断桌正前面,双手搁在桌面上,侃侃而谈,不若一个月前对安大娘急迫情况时两手翻飞。安大娘第一次来诊时,检查单上也没有大的器质上的毛病,因此治疗以药物为主。大便不通,历时多日,腹胀腹痛,是谓之标实;体羸汗出,脉弱苔白,谓之本虚。急则排便通导以治实,缓则益气助阳以治虚,药用大豆黄卷、陈皮、白术、当归、肉从蓉,其助阳,其润燥,其益气,其醒脾,其舒郁。温润平和,发于自然,顺应阴阳,此方久服,病逐渐褪去。

安大娘神色恍然,若有所思,不住点头称是,又讨了一方,欣然离去,回头瞟了一眼那束躺在桌上安静的小花,正映着太阳闪闪发着光。

光荣榜

我院喜获“全国医院质量管理案例奖”和全国医管“精典”案例奖。案例《“哨兵护士”---医护患安全的吹哨人》、《“五位一体”新模式 抗击新冠显神效》经过专家复核、线上答辩、专家终评、结果公示等评审流程环节,荣获2021年度“全国医院质量管理案例奖”(全国仅46家);案例《质量安全类-18项核心制度漫画版质量安全新实践》荣获2021年度第四届全国医管“精典”案例奖。(质控部)

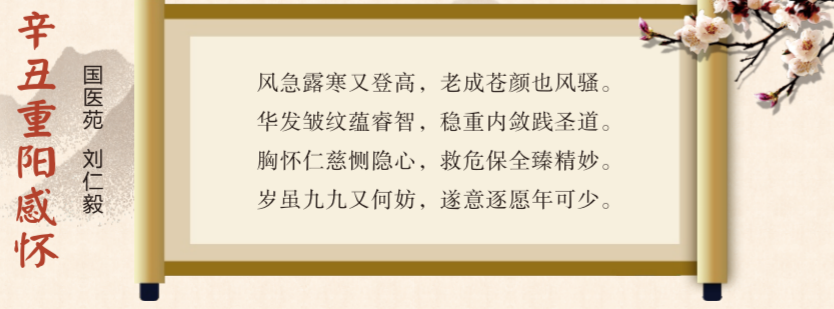
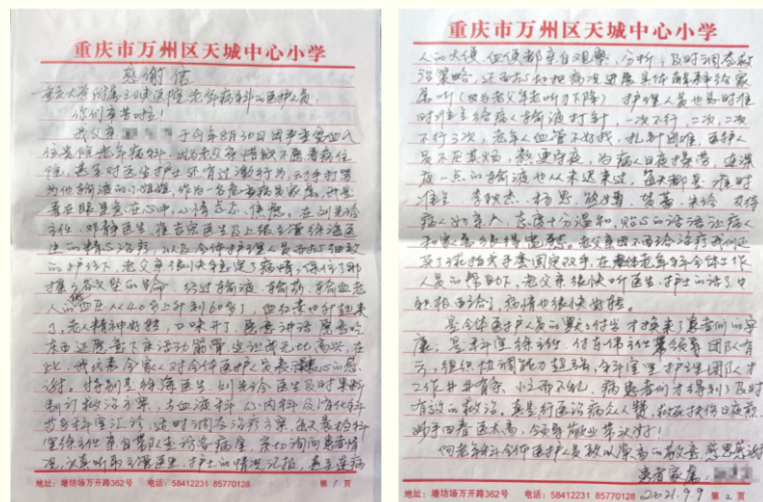
科研管理案例获评“2021年度中国现代医院管理典型案例”。10月12日,由国家卫生健康委能力建设和继续教育中心组织开展的“2021年度中国现代医院管理典型案例评选活动”正式落下帷幕。我院申报的《激发科技创新活力,助力学科高质量发展》案例成功获评“2021年度中国现代医院学科建设与科研管理典型案例”。(科研外事部)

“渝东北地区乳腺肿瘤诊疗团队”成功入选万州区第二批创新创业示范团队。经团队申报、主管部门审核、专家评审、组织审定和社会公示等程序,“渝东北地区乳腺肿瘤诊疗团队”荣获第二批创新创业示范团队称号。(乳腺外科)

护理团队连获佳绩。日前,我院护理团队在重庆市护理学会“循证护理实践项目比赛”中,荣获二等奖(2个)和三等奖;肾病学科护士余敏在2021年重庆市血液净化标准操作技能比赛决赛中荣获“二等奖”;消化内科护士张钦灵在第七届中国·重庆职业技能大赛暨“巴蜀工匠”杯新职业技能大赛中荣获健康照护师项目“三等奖”;牟庆云、朱虹的优秀案例《创新型临床护理信息化管理》在重庆市护理学会行政管理护理专委会主办的“第二届护理管理价值案例”决赛中荣获“二等奖”。(护理部)

感谢信

老年医学科患者家属为感谢我院医护人员对他生病的父亲无微不至的关心和照顾,特写感谢信一封,以表达感激之情。



三峡医苑

张先祥院长荣获“重庆市先进工作者”荣誉称号

【4版】

科普赋能 惠及百姓

为贯彻落实健康中国行动,围绕2021年医院“创新运营管理能力,提升核心竞争力”年度核心主题,10月13日下午,我院举办了科普能力提升培训会暨首届“科普赋能惠及百姓”微视频大赛。北京协和医学院教授袁钟受邀作了题为《有信念感的健康科普》的主题演讲。

比赛中,38个由医生、护士、医技、行政人员自编、自导、自演的微视频进行了精彩的展示,给大家带来了一场科普盛宴。结合10月1日至7日开展的网络投票支持率和现场评委打分,最终评选出一等奖1名,二等奖5名,三等奖10名,优胜奖22名。急救分院急救部的《破晓风小课堂》凭借精彩的讲解、生动的画面荣获一等奖。

(预防保健部)



抗击疫情 人人有责



门诊护士正在核对前来就诊人员的健康信息



保安人员正在指引来院就诊患者出示健康码

11月3日,我院开通多个核酸检测通道免费为市民做核酸。

## 开诊半年惠民12万人次 互联网医院体验升级显实效

目前，全院73个临床科室在互联网医院上线，907名医生参与了线上接诊。患者可以通过安装“三峡医院”APP或者关注“重庆大学附属三峡医院”公众号，享受在线问诊、药品配送、预约挂号、预约检查、出院随访、护士到家、病历复印、慢病管理等服务，让患者足不出户就可享受三甲医院的优质专家诊疗服务。据数据统计，自今年上线以来，通过互联网医院累计接诊131026人次，其中视频接诊39279人次，图文接诊91747人次，平均每日接诊1200余人次。

### 01 距离不是问题 复诊不再出户



“李女士，根据你上传的检查单，要调整原来药物治疗方案”。5月10日中午，隔着一台电脑，神经内科专家陈胜利与重庆巫溪县的患者李女士进行图文上传及视频对话，并点击鼠标开出了第一份在线处方。身为神经内科专家又是科室主任，陈胜利经常日程满满。为此在患者回访时李女士感激的表示，“过去无论挂号还是预约基本都很难，现在通过电子屏幕申请方便多了，避免舟车劳顿和医院人多环境嘈杂，有高血压的在我家就可以轻松的跟陈主任讲清楚病情了。”

我院互联网医院自5月份启动以来，全院60多个专

科的医师合理安排接诊时间，半年来共为复诊和慢性疾病以及常见病、行动不便、异地患者开出在线处方共计2000余份，根据病情，还开出了检查申请单、入院预约单，真正实现了线上线下一体化的网络就诊新模式。

### 02 “加盟”不断上线 万州全城铺开

8月，全国疫情波动，家住万州区白岩路街道的向先生在户外被蚊虫叮咬导致手臂红肿起斑发痒刺痛，因不想去人流聚集的医院，就来到街道边的一家“特别”药店。店员登陆上“重庆大学附属三峡医院网络平台”的PC客户端，填写完向先生姓名、身份证号和手机号等基本信息后，帮忙挂了互联网医院专职全科医生万燕云医生的号，此时系统显示前面2人在等待，6分钟后，通过视频向先生与医生进行了对话，随后，医生开具电子处方，向先生直接通过药店付款拿到了软膏和消炎药，整个过程15分钟。

这一家暗藏玄机的“特别”药店，其实就是互联网医院与本地连锁药品超市一中兴医药、万和药房、宏达药房建立的100余个远程接诊点之一，他们遍布万州城区，为市民们提供方便快捷的常见病、健康咨询等功能，让大家在家门口就能享受到三甲医院的优质服务。

同时，互联网医院还谋划偏远村镇群众有机会能享受到城区三甲医院的医疗资源，还在万州周边龙驹、恒合等乡镇卫生院、卫生室开通了50多个远程接诊点，实现城乡就医同质化。



### 03 相互学习促提升 经验交流助发展

10月20日，河南省医院协会互联网分会成员单位到我院考察交流。张先祥院长首先介绍了医院发展情况及互联网医院的建设过程、运行情况，并陪同考察团先后参观了医院元文馆、总院、健康管理中心、健康养生体验馆等地，让考察团对医院发展情况尤其是互联网医院的运行架构有了更直观的了解。



## 重庆电视台新闻频道“故事人生”栏目

### 拿手术刀的工程师——封海涛

今天带大家去认识一位牛人：他是患者口中医术精湛的医生，还是获得了30多项国家专利证书的“平民版爱迪生”。年龄40+的封海涛出生于医学世家，主业是重庆大学附属三峡医院的一名皮肤科医生。他说，这是个很神圣的职业，能够治好特别难的病、罕见病，对方高兴他也高兴。同时，他对物理知识特别感兴趣，10年来，申请了30多项国家专利。他的发明有高压气体引擎、网状高压锅炉、等分不等分机器延时器等，集“跨界融合”与“斜杠中年”于一身，简直就是一个“拿手术刀的工程师”。

请扫描二维码，让我们一起走进他的生活看看吧。



## 简讯

**北京大学人民医院乳腺中心三峡分中心正式开诊。**10月11日开诊首日，在惠恩楼5楼远程诊断室，北大人民医院乳腺中心专家与患者通过视频进行了远程会诊，实现了与北医专家“面对面”交流、“点对点”沟通。我院的专家助理严格按照北医专家建议为患者开具了相应的检查，并及时将检查结果反馈，切实制定科学合理的治疗方案，受到患者好评。截止目前，现已远程会诊90人次。（宣传科）

**健康帮扶助力乡村振兴。**10月14日，我院召开2021年医疗集团工作会，总结分享医疗集团工作经验，16家成员单位负责人汇报了近期工作情况并对进一步深化帮扶提出了意见和建议，副院长刘华文通报了帮扶成效及下一步工作重点。党委书记杨德清表示，下一步工作要切实发挥党建引领，合力上下联动，医教研全面展开。张先祥院长强调，要在共赢中求发展，共建中求同质，共享中求效益，共当中求创新。（医务部）

**重庆大学附属三峡医院（集团）忠县医院正式挂牌。**11月2日，张先祥院长一行到忠县中医院参加了挂牌仪式暨大型名医义诊公益活动。张院长作了题为《国家公立医院高质量发展三峡实践》的讲课培训，同行专家开展了临床查房。下一步，我院还将选派骨干人员常驻忠县医院。（宣传科）

**肿瘤内科消化病区成功通过2021年全国肿瘤患者营养指导中心建设项目终期评审。**专家组按照评审指标细则、分组，通过线上查看病历、现场提问、查阅评审资料等方式进行了全面深入的考察，充分肯定了医院的肿瘤患者营养指导中心建设项目，最终以94分的高分成功通过了本次线上评审验收。（肿瘤内科消化病区）

## 科技攻关

### 脊髓电刺激术 昏迷患者新的希望



随着现代医疗的进步，特别是脊髓电刺激术（SCS）等神经调控技术在神经外科的广泛应用，为我们准确的评估和治疗“植物人”提供了新的手段。颅脑创伤、脑出血和缺血缺氧性脑损伤均可以使患者进入短暂的植物状态（VS）或最小意识状态（MCS），甚至一部分人永远处于这一状态中而不能清醒，俗称为“植物人”。

脊髓电刺激术是通过植入刺激电极在颈髓C2-C4水平，刺激上行网状结构激活系统及丘脑下部激活系统传达到大脑皮层。有报道认为SCS可以调节局部脑血流量，从而引发作意识相关神经环路的功能变化。

近日，患者邓先生因车祸导致长时间意识障碍，处于持续植物状态，经康复治疗半年多后，患者意识障碍仍未恢复，家属心急如焚，辗转多家医院后，来到我院神经外科就诊。

经再住国主任仔细问诊、检查和评估后，诊断为脑外伤后最小意识状态，与家属充分沟通，功能神经亚专业组多次讨论后，决定为他实施脊髓电刺激术，这是目前国际、国内先进的促醒手术。经过冉主任及冯清林博士三个小时精心操作，顺利完成手术，目前已开机进行刺激治疗，患者正在逐步恢复中；随后还将对其进行跟踪随访，定期调整刺激参数，帮助他早日康复。

目前，SCS是治疗意识障碍、神经病理性疼痛的终极手段，效果确切，属国际先进技术，为脑外伤、脑出血后昏迷患者的治疗提供了新手段，给他们的苏醒带来了新的希望。（神经外科）

## 身边的好医生

### 易洪羽：爱心在“银针”间传递

今年9月的一天清晨，一群人早早的候在百分分院康复治疗科的针灸推拿室门前，原来这些患者及家属手捧着写有“仁心仁术妙手回春”和“医之大者为侠”的两块牌匾，要送给这个用爱心和针灸“唤醒”他们的易洪羽医生。

易洪羽每天针灸推拿整脊正骨四十多次，对待每位患者都是认真评估病情，制定方案，实施精准治疗，那一颗颗银针，被他如飞似电，行云流水般扎入患者的身上的穴位，带给无数患者康复的希望，他一次次创造奇迹，让脑伤数月处于植物人状态的患者苏醒，让脑外伤后视神经损伤完全不能视物的患者恢复部分视力，让由于平衡能力障碍和下肢肌张力过高导致无法站立行走的小脑梗死患者站立行走。

特别是一位脑卒中后遗症的陈阿姨，激动的说，“从发病到现在有一个多月了，我积极配合治疗，可是手一直都不能动，在几乎要放弃的时候，经人推荐我找到了易医生，他认真评估了我的病情，对我进行了施针治疗，我的手居然能动了，像做梦一样。”

易洪羽说，要达到较好的治疗效果，找准病因及病变部位很重要。他会先认真评估病情，用中医的“四诊法”辨明疾病的阴阳

虚实，气机所在，再结合西医的解剖学，肌动力学，筋膜学等找到肌肉关节的病变原因和部位，然后根据病情，灵活运用针灸推拿，整脊正骨为患者解除病痛。

易洪羽担任着传统康复推拿整脊组组长，对针灸也颇有研究，十八年来，通过不断的学习和创新，在针灸治疗偏瘫软瘫患者和治疗脑卒中后遗症中痉挛期患者方面有独到的见解。他还结合中西医之长，融合各流派之精华，创新了最适合自己的手法，在治疗脊柱系列疾病，如盘源性病变，脊柱侧弯，小关节紊乱，关节脱位，以及产后康复，运动康复等系列领域有良好的疗效。今年5月，他代表医院参加重庆市第二届传统中医正骨手法技能大赛荣获了二等奖。



## 健康科普

# 隔夜菜，能吃吗？



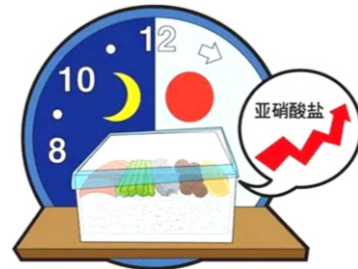
随着物质生活水平的极大提高，我们每天的饮食也变得非常丰富，饭菜经常会因为做得太多而剩下，隔夜菜也就这样产生了。而关于隔夜菜致癌的说法一直不绝于耳，隔夜菜，到底能不能吃？

### 什么是隔夜菜？

有些人觉得放置了一个晚上的菜就是隔夜菜，其实这里的“夜”是一个时间跨度的概念，放置了相当于一晚时长（8-10小时）的菜都算隔夜菜，例如早上炒了没吃完的菜放到下午就算是隔夜菜了。

### 隔夜菜致癌吗？

人们最担心的是隔夜菜的致癌危害。由于大多数蔬菜尤其是叶类和根茎类蔬菜中天然含有一定的硝酸盐，硝酸盐在细菌的作用下可以转化成亚硝酸盐，亚硝酸盐与胃肠道中的蛋白质产物进一步反应生成亚硝胺，亚硝胺是一类可以诱发食管癌、胃癌等的致癌物。



因此，隔夜菜是否致癌，主要取决于其中亚硝酸盐的含量。相关实验显示，在4℃冷藏条件下存放24小时，菜品中的亚硝酸盐含量不会显著增加；而在25℃常温条件下存放12小时，肉类菜品中亚硝酸盐含量变化不大，而含有叶类的菜品中亚硝酸盐含量明显上升，但增加的含量远未达到中毒剂量。

而致癌性是需要达到一定摄入量或者长期累积反应才会发生的，因此，偶尔食用隔夜菜，其致癌风险是不用太过担心的。

### 如何食用隔夜菜？

虽然隔夜菜的致癌风险很低，也并不像有些人说的那样毫无危害。那么如何安全食用隔夜菜呢？隔夜菜产生的亚硝酸盐含量主要取决于以下三个方面：首先是菜品本身硝酸盐含量；其次是烹饪后的菜品的保存条件；第三是保存的时间，针对这三个方面，可以通过以下几个方法降低隔夜菜的危害：

#### 1. 叶菜类菜品现做现吃

因为叶菜中硝酸盐本底含量较高，保存不当容易产生亚硝酸盐。

尤其是凉拌叶菜，因为未经过高温烹调杀菌，其中含有的硝酸盐在细菌的作用下更容易转化为亚硝酸

盐，因此，叶类菜品尤其是凉拌叶类菜品最好现做现吃，不要隔夜保存。

#### 2. 及时低温保存

硝酸盐向亚硝酸盐的转化必须有细菌的参与，菜品中大多数细菌的适宜生长繁殖温度在30℃左右，而在4℃及以下低温条件下，细菌的生长繁殖将被显著抑制。因此，将烹调后的菜品及时冷藏可以减少细菌的滋生，从而进一步减少亚硝酸盐的产生，降低隔夜菜的危害。

#### 3. 短期密闭保存

尽管低温保存可以减少菜品中大多数细菌的滋生，但有些细菌在常规低温保存下依然可以存活，进而引起菜品的腐烂和亚硝酸盐的产生。因此，低温保存菜品时可以加上盖子或者保鲜膜减少交叉污染，同时保存时间尽可能短，从而减少亚硝酸盐等有害物的产生。

