



名医面对面

北京地坛医院副主任医师梁洪远:

# 为爱情暖大凉山

通讯员 王燕

6月底,本来是北京地坛医院感染科一科副主任梁洪远结束大凉山驻点帮扶工作的时间,可北京的家人和同事没有接到他返回的消息。“任务延长了半年,希望能为大凉山艾滋病防治工作做更多的努力。”这是面对家人的失落,梁洪远的答复。

2021年12月30日,梁洪远作为国家卫健委派往大凉山的援助专家,赴大凉山越西县开展为期半年的传染病驻点攻坚任务。援助期满,为了当地医院的工作需要,尽管心怀对家人的思念之情,梁洪远依然决定将援助时间延长半年。

## 帮助乡镇“啃掉最难啃的骨头”

在大凉山越西县,梁洪远主要是在抗病毒中心和感染科病房两部分参与帮扶工作。这里的抗病毒中心管理着县5000余名感染者抗病毒治疗,抗病毒治疗管理采取下沉式与集中管理相结合。

到达越西县的第一月,在当地医院的支持下,梁洪远牵头开设了感染科专家门诊。这也意味着,对于艾滋病患者机会性感染及并发症、药物不良反应、治疗失败、合并其他传染病等疑难问题,这里有了专门的门诊为患者提供更优质的服务。

扭转感染者意识,提高患者自我健康意识,变“被动服药为主动就医”,抓实防艾工作最后一公里,这是梁洪远等援助专家最主要的工作之一,也是援助工作“最难啃的硬骨头”。在近半年的时间,他下乡考察、督导工作17次,走访了越西县20个乡镇中的18个,针对逐个情况进行分析处理,给乡镇卫生院制定随访规范。同时,手把手培训乡村医生,提升基层医疗技术水平,规范基层医疗业务流程。

“梁老师、李老师、曹院长,非常不好意思,大晚上还让你们陪我一起去看病人,我们主要是担心病人没有好好吃药,导致治疗效果不好。”为了打赢凉山州第二阶段防艾攻坚战,2022年3月以来,越西县抗病毒治疗中心将目前在管病人进行了全方位的追踪,针对存在问题的病人进行了梳理并下沉到了各个乡镇。为了能够了解病人当前的实际状况,梁洪远等前往马拖镇对治疗存在问题的病人进行一一梳理和分析。绝大部分病人要在晚上才在家里,于是他们经常要忙到深夜。

还有一次,梁洪远在大凉山拉普乡的一次下乡督导时,见到了一个年已12岁、体重却有18公斤的孩子。男孩精神萎靡、肚子浮肿、脸色青黑,完全不像一个健康



朝气的少年。他是一个艾滋病晚期患者,同时患有多种结核病。梁洪远小心翼翼地抱起孩子,把他放进车里,随后送往越西县第一人民医院治疗。这一经历,也让梁洪远下决心要帮助乡镇“啃掉最难啃的骨头”。

“来越西就是想尽最大努力为病人做些事情,希望可以从根本上帮助他们。”梁洪远强调。

## 为艾滋病患者健康护航

作为感染科医生,梁洪远支援的另一项重要任务就是在感染科病房进行查房和制定艾滋病患者的诊治计划。对于艾滋病相关并发症,北京地坛医院感染科病房积累了大量的经验,作为中青年专家骨干,梁洪远在这里“有了用武之地”。

3月中旬的一天,梁洪远接诊了一位30岁的艾滋病晚期患者阿木约布(化名),送来时已经抽搐昏迷,情况不容乐观。核磁共振检查结果发现,患者脑子里出现脓肿,必须进行腰椎穿刺检查,结合病原学进行分析。情况危急,梁洪远带领同事因地制宜、就地取材,从手术室借来了腰麻包,把输液器剪断连接成测压管完成腰穿。经过腰穿检查,患者最终确诊为弓形虫脑病,这种病也是艾滋病晚期的一种并发症。梁洪远决定对该患者对症下药,

采用磺胺嘧啶进行治疗。用药后,患者病情很快得到好转。“要是没有您的经验和决断,患者病情就危险了。”在将阿木约布从死神手中拽回来后,一位当地医生对梁洪远说道。

6月28日,越西县第一人民医院感染科一例艾滋病合并隐球菌病的患者送来了一面感谢锦旗。这个患者是梁洪远“火眼金睛”诊断出的隐球菌病患者,也是越西县医院第一例自主确诊的隐球菌病,利用首都专家优质的医疗资源、先进的诊疗技术,患者病情得到及时发现、治疗并康复出院。当地医院也按照梁洪远的建议,计划引进简单的隐球菌抗原试剂,为诊断隐球菌病提供病原依据。

## 授人以渔提升基层医务人员诊治水平

“光靠我一个人不是长久之计,我要把技术和专业知识、经验尽可能留在这里,让更多的患者有病可医、有方可治。”在这里,基层医务工作者专业理论基础相对薄弱一些,如何提高当地医务人员临床诊疗能力是摆在面前的实际问题。梁洪远认为,单纯进行专家讲课培训比较枯燥,效果也不佳,于是,他采取遇到临床问题就针对性开展相关专题的小讲课,将接诊的患者作

为具体病例为同事进行讲解。来到越西县医院后,梁洪远先后开展小讲课10余次,涉及了抗病毒治疗、机会性感染、隐球菌脑膜炎、PCP、弓形虫脑病、乙肝的诊治等专题项目。

在北京地坛医院各科室专家的帮助下,梁洪远还牵线搭桥开展了新冠防控、艾滋病防治等三次大型培训。3月17日,梁洪远在越西县第一人民医院牵头组织的艾滋病等重大传染病的防治培训班开班授课。他提前联系到地坛医院陈友副院长,以及张福杰、段雪飞、刘文辉、邵桂菊等专家为当地医院的医生们进行线上专题培训。培训结束后,有人还私下找到梁洪远询问:“以后能不能还有这种培训课程?”“我感觉大家对学习新知识的渴望很强烈。”梁洪远除了办培训班外,他还对一位徒弟进行重点培养,“我带着你,你带动科室其他同事,下次你来讲,我们来听……”通过多样化的形式,科室的学习热情被最大程度激发了。

“经过这么多年的攻坚,越西县的传染病防治形势越来越好,比如艾滋病的母婴传播率就有大幅度下降。但我要做的工作还有很多,任务艰巨,希望接下来的几个月能够为这里带来切实的有意义的帮助,为大凉山的医疗事业献上自己的绵薄之力。”梁洪远希冀。

## 快讯 KUAIXUN

## 第十届陆道培血液病高峰论坛在京召开

本报讯(记者 陈晶)近日,由北京健康促进会和中国人健康科技促进会主办,北京陆道培血液病研究院承办的“第十届陆道培血液病高峰论坛”在京召开。近百位国内外血液学领域多学科专家学者与会。

本届论坛名誉主席陆道培院士表示,血液学是临床重要的学科,血液病的进展是临床学科进展的重要标志,经过这些年的发展,血液病及其相关领域都取得了巨大的进步,造福了很多血液病患者。欢迎各位同道在本次会议上互相交流经验和提高诊疗技术,推动血液病医疗事业的进步。

全国政协委员、苏州大学附属第一医院吴德沛教授表示:“陆道培医院重学术、重创新,

始终把病人放在第一位的理念值得我们学习,我代表中华医学会血液学分会向大会召开表示热烈祝贺,希望我们继续向陆院士这样的老前辈学习,不忘初心、不断创造中国血液病学奇迹。”

本届大会重点围绕造血干细胞移植最新进展、CAR-T免疫细胞治疗、淋巴瘤/骨髓瘤的诊治、实验室成果临床应用和血液病特殊护理等板块学术内容及最新研究成果,展开深入交流与探讨。全国政协委员、华中科技大学同济医院胡豫教授针对细胞免疫治疗中的凝血异常指出,出现凝血异常是细胞免疫治疗中的重要并发症之一,做好早期监测,采用DIC干预策略分层分期治疗、控制CRS风暴,是细胞免疫治疗并发凝血异常防治的重点。”王晓娟说。

## 守护“烹饪呼吸安全线”行动正式启动

本报讯(记者 刘喜梅)“厨房烹饪油烟是广大庭司空见惯且容易忽视的室内空气污染成因,也是‘隐形杀手’。”7月16日,在中国家庭报社、广东省室内环境卫生行业协会等联合主办的守护“烹饪呼吸安全线”行动启动会上,与会专家们呼吁关注油烟危害带来的健康风险。

北京朝阳医院综合科主任、北京呼吸疾病研究所主任医师王晓娟在会上介绍,有报道显示,在没有通风的厨房中烹饪,一顿饭的油烟有害气体含量相当于燃烧约5盒烟草。油烟是食用油和食物在高温加热情况下发生一系列复杂变化形成的,油烟达到250摄氏度以上时,油烟中含有的有害成分越来越多,除了醛、酮、烃等,还有很多是杂环化合物,比如苯并芘、亚硝胺等高效

污染物,会对呼吸系统、心血管系统、生殖系统等带来危害。“临床上,经常看到一些不吸烟且无家族史的女性遇到慢阻肺、肺癌等问题,其实,现在也有很多研究证实,这些女性的患病与生物燃料的使用、厨房油烟的吸入有相当大的关系。”王晓娟说。

针对厨房油烟污染,中国抗癌协会科普宣传部部长、北京清华长庚医院肺病中心主任支修益建议,规范安装、使用抽油烟机非常重要。抽油烟机与燃气灶之间的高差最好在100厘米左右,烹调完毕抽油烟机要多开3-5分钟,不能炒完菜立马关机,要重视定期清洁抽油烟机。此外,厨房里面还可以增加一些绿色植物,吸附抽油烟机遗漏的污染,同时,切记不要在室内烧烤。鼓励大家通过炖、煮、蒸等方式做饭,既不会丢失营养,也能减少室内空气污染。

## 《2022腹泻人群肠道健康白皮书》发布

本报讯(记者 陈晶)为了普及健康生活常识,呼吁公众重视腹泻疾病,关注肠道健康,提升自我健康管理,近日,思密达品牌与春雨医生联合发布了《2022年腹泻人群肠道健康白皮书》。

白皮书指出,肠道是人体最大的排毒器官和免疫器官,且许多疾病起初会通过肠道来表现症状,因此需关注肠道健康,及时预防肠道疾病。

在腹泻治疗药物的选择上,《成人急性感染性腹泻诊疗专家共识(2013年)》《感染性腹泻临床路径(2016版)》等国内指南、路径中,蒙脱石是治疗感染性腹泻的基础药物之一。北京大学第一医院王化虹教授表示,腹泻虽为常见病,但若不及时医治、调

理,会严重危害人体健康。大家对于腹泻要有高度的重视,因此,在家里备药很有必要。如果腹泻一两天内超过三次小于七次,可以使用一些药物如蒙脱石散,对于缓解症状很有帮助。如果两三天后,依然发生腹泻,如果同时还有发烧,有可能发生了感染性腹泻,就需要去医院接受正确的诊断和治疗。

针对儿童腹泻,世卫组织制定了四大目标:预防脱水;治疗脱水;预防营养不良;缩短腹泻病程、减轻腹泻症状、减少复发。发布会上,北京清华长庚医院徐树巍教授表示,小儿腹泻是由多种病原体、多种因素引起的症候群,是儿童的常见病和多发病,多发生于2岁以下儿童。治疗儿童腹泻最重要的是补水和预防脱水,并在此基础上缩短腹泻时间,恢复正常排便。

## 医学人文 YIXUERENWEN

# “热线医生”用心做好“疝”事

通讯员 马遥遥 本报记者 陈晶

7月5日,在武汉市中心医院后湖院区疝与腹股外科门诊,坐诊的副主任医师段鑫接诊了一位患者。

73岁的孟爷爷,10年前患有疝气,由于症状不明显,他一直没当回事。“这10年间不疼不痒,没啥不舒服,推一推就好了,所以一直没管它。”孟爷爷对段鑫说,“这次时不时有些坠胀就来看病了。”10年间,孟爷爷右侧腹股沟的疝气鼓包从鸡蛋大拖到了榴莲大,但从未治疗。

结合孟爷爷的病史,段鑫进行了相关检查后要求他尽快进行手术治疗,不要再拖延。然而孟爷爷却仍不以为然,“10年都没事,现在突然说做手术,一点准备也没有啊,我先回去和家人商量下。”

“孟爷爷,回家后一旦有什么不舒服就马上给我打电话啊,千万不要拖。”见过太多这样倔强的患者,段鑫没有强劝,而是主动给他留下自己的电话号码和微信,并嘱咐。

当晚,孟爷爷就开始出现胀痛加重以及恶心呕吐,当时想着可以挺过去。

到了7月6日早上6点,女儿觉得不能再拖了,立即给段鑫打电话。接到电话了解情况后,段鑫判断孟爷爷出现了嵌顿疝肠梗阻,督促家属赶紧送老人来医院。家属听闻后,遂将孟爷爷送往医院,段鑫也着急从家中赶来。随后通过急诊手术,不但将孟爷爷的嵌顿疝还纳和修补好,还成功保住了患者险些坏死的肠管。术后,孟爷爷情况稳定,段鑫也时常到病房关心他的恢复情况。经过一周治疗,即将出院的孟爷爷在病房里紧紧握住段鑫的手不停感谢。

这样的事例还有很多。2020年4月15日,洪湖83岁老人胡爷爷在当地医院诊断为左侧腹股沟疝、肠梗阻,由于手法无法回纳,必须尽快急诊手术。然而老人高龄,病情危急,当地没有手术条件。4月17日上午,家属通过段鑫的一个老患者联系到他。段鑫立即通过电话号码主动加了老人儿子的微信,远程诊断了老人病情,建议他们立即到中心医院来,并预先安排好医院床位,随时准备为病人进行急诊手术。在老人来汉路上,家属不断打

电话给段鑫。就这样,在150多公里的外来汉路上,段鑫和家属保持通话,5个“救命电话”,确保了老人及时入院和紧急手术,最终使老人转危为安。

“从医20余年,我了解到许多患者和家属对疝病缺乏了解,要么讳疾忌医,要么惧怕手术。早期症状轻就忽视,很容易久拖不治终酿恶果。”段鑫介绍,“许多患者在门诊初诊疝病后听到需要手术治疗后,一般都会会有一个否定、犹豫、再了解、反复咨询、加深认识、最后再决定的过程。这段时间患者在家中就有耽误而导致嵌顿疝危险。因此,我就在门诊主动将自己电话号码和微信交给患者和家属。一旦患病有任何疑问或急诊情况,就能够随时联系我,我就能尽快干预,给患者争取救治时间。”

记者了解到,正是这个留电话的医患沟通习惯,让段鑫赢得了无数患者的信任,也挽救了很多急诊患者,10年间挽救30余位急诊嵌顿疝肠梗阻患者的生命。

“疝气多发于老人和小孩这两个特

殊人群。再加上病情发展容易多变,很有可能需要改变治疗方案,这些都要医生和病人以及病人的监护人、家属充分良好的沟通。”从2013年起,段鑫就主动在门诊给每一位疝病患者留下电话号码和微信。不仅如此,每次段鑫还会留下患者及家属电话详细备注病人年龄、疝龄、身体情况,甚至病人入院的时间,以及大致的病情都会备注清楚,以便更加了解患者的情况。这样一来,段鑫一看就清楚是收治的哪

位患者,到目前,他已经记录了2000多名患者的电话和微信。

现在,段鑫除了睡觉的时间,都戴着蓝牙耳机,拿着手机随时准备接听患者的来电。这个习惯,给了无数患者莫大的安慰,也因此他被患者们亲切地称为“热线医生”。

## 医学新知 YIXUEXINZHI

## 高糖饮食会增加患癌风险

来自南卡罗来纳大学、哈佛大学等研究机构的科学家日前在《营养学最新发展》发表的一项研究发现:每天喝一份以上含糖饮料的女性,相较于每月喝不超过3份含糖饮料的女性,肝癌风险上升78%。

该研究一共纳入了9万余名年龄在50-79岁的女性,通过问卷调查的形式,了解她们的疾病史与健康习惯,其中就包括含糖饮料的摄入情况。研究中一份含糖饮料为335ml以上的含糖饮料,包括软饮料和水果饮料。在平均随访时间18.7年里,共有205名女性被确诊为肝癌,大约7.3%的女性每天喝1份及以上的含糖饮料。与很少喝饮料的女性(<3份含糖饮料/月)相比,每天喝1份以上含糖饮料的女性,肝癌发生风险增加了78%。并且即使在调整了咖啡/茶摄入量、肝脏疾病史,或是剔除那些在随访时两年确诊肝癌、患有糖尿病的参与者情况下,含糖饮料的摄入依旧与肝癌风险升高相关。

据复旦大学附属肿瘤医院营养科2019年一项超过10万人的

研究成果显示,每天饮用100ml含糖饮料会使整体患癌概率提高18%。研究者对这些结果提出一些可能的解释,包括含糖饮料中的糖对内脏脂肪、血糖水平和炎症标志物的影响,这些都与癌症风险增加有关。“长期高糖摄入会导致肥胖和胰岛素抵抗,造成内氧化应激、内分泌紊乱及免疫功能障碍,从而导致肿瘤的发生风险增加。在肿瘤已经发生后,癌细胞会以糖的无氧酵解为主要供能方式,所以不管是普通人,还是肿瘤患者,都应该控制添加糖的摄入。”研究组凌轶群和吴炎介绍。

“无糖食品,也不建议随意吃。无糖食品并不代表食物热量低。”武汉市中心医院副主任医师张旭艳介绍,比如无糖饼干虽然不含蔗糖,但碳水化合物含量高,且含有蛋白质、脂肪。1g碳水化合物、蛋白质、脂肪的热量分别为4kcal、4kcal、9kcal,热量并不低。所以即使是无糖食品,进食前也应留意食物成分。比如无糖饮料,虽然减少了精制糖的使用,但长期食用甜味剂食品会降低人们对甜味的敏感度,可能反而导致在其他食物中摄入更多的糖。(陈晶)