



嵊州市人民医院  
浙大一院嵊州分院 主办

ZHI XIANG YI YUAN

# 芷湘医苑

准印证号:浙企准字第 D044 号

总第 201 期

2026 年 2 期

2026 年 4 月 30 日

印刷周期:双月

印刷单位:浙江方正印务

印数 10000 份

发送对象:相关单位

内部资料 免费交流

## 我院成功召开第十一届第十三次职工代表暨医共体第六次职工代表大会

3月31日,嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)第十一届第十三次职工代表暨医共体第六次职工代表大会在庄严的国际歌声中圆满闭幕。医院党委书记李谷、院长杨松斌及全体班子成员、职工代表、列席代表共112人共聚一堂,共商医院发展大计,共绘“十五五”高质量发展新蓝图。

工会主席华菁主持并通报职工代表提案落实和征集情况。党委委员吴盈作《嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)2025年度财务决算(草案)》、《嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)2026年度财务预算(草案)》、《嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)职工奖惩细则(草案)》报告。副院长黄小松作《嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)医共体统一岗位设置和统一岗位竞聘实施调整方案(草案)》报告。

在随后进行的分组讨论中,各代表们认真审议报告并积极建言献策,最终以表决的方式一致通过了《2025年度财务决算(草案)》、《2026年度财务预算(草案)》、《职工奖惩细则(草案)》、《医共体卫生高级专业技术职务自主评聘工作方案(草案)》、《医共体

一岗位设置和统一岗位竞聘实施调整方案(草案)》。

院长杨松斌作《医院工作报告》,报告全面系统地回顾了医院2025年主要工作及“十四五”时期取得的主要成就。

近年来,医院锚定群众就医需求,围绕运营、技术、服务三大发展主线深耕细作,全院干部职工锐意进取,砥砺前行,医院各项事业取得长足进步。2026年是“十五五”规划的开局之年,也是我院迈向高质量发展的关键之年。医院将坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,锚定国家“十五五”医疗卫生规划方向,紧紧围绕三甲医院及“国考创A”目标,实干争先,守正创新,为推进健康嵊州贡献医院力量。

党委书记李谷在讲话中指出,本次大会



是医院“十五五”开局之年凝聚发展共识、共商改革大计的一次重要会议。他提出三点要求:一是坚持党建引领,把稳发展之舵。二是坚持实干为要,筑牢发展之基。三是坚持职工主体,凝聚发展之力。

大会号召全体职工把思想和行动统一到院党委决策部署上来,牢固树立主人翁意识,聚焦患者所需、群众所盼,凝心聚力、勇担使命、锐意进取、扎实工作,为推动医院高质量发展、建设健康嵊州作出新的更大贡献!

### 简讯

#### 我院芷湘讲堂“三进”健康科普活动启动

近日,浙江省嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)联合嵊州市黄泽镇中心卫生院走进黄泽中学,举办了芷湘讲堂“健康讲座进企事业单位、进学校、进社区”“三进”首场活动。

活动中,嵊州市人民医院医师张海云以《肺结核防治核心知识》为题,结合校园特点,重点讲解了结核病的症状、传播风险、规范诊疗与休学复学管理等相关内容。

据悉,芷湘讲堂“三进”活动计划举办100场公益健康科普讲座,并围绕慢性病防控、传染病防治、急救技能培训、健康体检管理、肿瘤筛查、中医保健等热点,由讲师团队推出20余项标准化课程。活动采用“专家授课+互动答疑+技能体验+健康筛查”的模式,兼顾知识性、实用性与可操作性,以满足不同人群的健康需求。

#### 绍兴市临床检验质量管理工作会议暨学术交流会议在嵊州举行

4月10-11日,绍兴市临床检验质量管理工作会议暨学术交流会议在嵊州举行。会议由绍兴市医学会、市临检质控中心、市医师协会、市生物医学工程学会联合主办,嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)协办。绍兴市医学会副会长、秘书长阮伯金、浙江省临检质控中心常务副主任郦卫星,以及来自临检领域的省内著名专家学者参加了会议。

在第二天的绍兴临床检验质量改进案例大赛中,来自全市各医疗机构的参赛选手同台竞技,我院检验科韩钟荣获佳绩。

#### 颅脑创伤规范化救治巡讲(绍兴站)在嵊州顺利举行

4月19日,颅脑创伤规范化救治巡讲(绍兴站)在嵊州顺利举行。本次大会由浙江省健康服务业促进会创伤医学分会主办,浙江大学医学院附属第一医院、嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)承办,来自省内各地医疗机构创伤医学、重症医学、康复医学等相关领域的医护人员齐聚一堂,共话颅脑创伤救治规范化发展新路径。

颅脑创伤是创伤救治中的重点与难点,规范化的诊疗流程是提升救治成功率、改善患者预后的核心关键。本次巡讲通过专家授课、病例分享、互动研讨等多种形式,为绍兴地区的创伤医学工作者搭建了高水平的学术交流平台,有效推动了颅脑创伤规范化救治理念与技术的下沉落地。

#### 我院圆满完成中层干部能力提升暨“十五五”规划编制培训

3月14日下午,我院为期三天的中层干部能力提升暨“十五五”规划编制培训在报告厅顺利结束。院领导班子成员、全体中层干部、“芷湘培优工程”新锐及青苗人才、医共体分院院长及分管副院长参加培训。

本次培训特邀了韩艳青、任勇、张彦鹏三位在医疗管理领域深耕多年的专家授课。为期三天的培训为科学谋划医院“十五五”发展蓝图指明了方向。课程既有政策高度,又贴合临床、管理实际需求,内容涵盖了中层干部的角色定位、科室精益管理、DRG成本管控以及“十五五”规划的政策解读和实操演练。

院长杨松斌指出,此次培训课程设置针对性强,既是一次管理能力的“充电”,也是一次发展思路的“对表”。他强调,规划的生命力在于执行,各科室要以此次培训为契机,将学习成果转化为推动工作的具体行动。

## 中德合作二十余载 我院国际人才培养项目再续新篇



3月11日,我院与浙江省科学技术协会、德国柏林夏洛特医科大学在省科协大楼完成了合作项目签约,会议由浙江省科协副主席孙伟伟主持。

浙江省科协党组书记沈敏、德方校长 Joachim Spranger、科研副校长、副首席医疗

官、综合癌症中心主任、国际办公室主任,以及包括我院在内的7家合作单位共同出席了签约仪式。

签约仪式后,院长杨松斌与德方、省科协领导对下一步的合作模式与内涵进行了深入的交流,交换了意见,为进一步合作奠定基础。随后的研修分享会上,我院去年赴夏洛特医科大学进修的吕锋博士作了交流汇报。

自2005年以来,我院通过省科协平台与国际医学院校已经开展合作二十余载,共有25名医务人员出国交流,涉及5个国家。2016年起与德国柏林夏洛特医学院开展攻读博士学位项目,成功培养1名博士。

德国柏林夏洛特医学院作为欧洲最大

的医学院校之一,其严谨的学术氛围和前沿的医疗技术,为我院出国人员提供了很好的成长土壤。通过国际交流,医务人员带回了前沿医疗技术与国际视野,归国人员均成为我院业务与管理的中坚力量。这些海外学成归来的专家,将国际先进的诊疗理念、精湛的医疗技术和科学的管理经验带回家,广泛应用于临床实践和管理能力的提高与创新,极大地提升了医院的医疗服务能力和科研学术水平,让老百姓在家门口就能享受到接轨国际的高品质医疗服务。

在长达20多年的人才培养道路上,从首批学员到如今的硕果累累,这不仅是时间的跨度,更是嵊医人追求卓越、不断攀登医学高峰的见证。展望未来,我们将继续深化对外交流合作,与更多国外优秀医院与科研机构合作,为我院打造更高水平的医疗人才队伍,为守护区域人民的健康福祉贡献更强大力量!

(来源:科教科)

## 我院在绍兴市公共机构“双碳”工作会议上作典型分享

4月29日上午,绍兴市公共机构“双碳”引领绿色发展工作动员部署会议在绍兴市行政中心召开。嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)作为全市医疗机构唯一代表,在会议第一阶段作节能降碳典型案例分享,充分展示了医院绿色低碳转型中的实践成效与示范经验。市政府副秘书长孙梁出席会议并讲话,市级有关部门、各区(县、市)机关事务管理部门及重点公共机构负责人参加会议。

此次会议由绍兴市机关事务服务中心主办,聚焦贯彻国家、省、市碳达峰碳中和决策部署,压实公共机构节能降碳主体责任,部署下一阶段重点任务与工作举措。会上,我院主要围绕合同能源管理项目介绍近年来落实“双碳”战略、推进节能降碳的具体举措与成效。重点实施了制冷、采暖、生活热水、照明、食堂灶具等系统改造,搭建数字化智慧能源管理平台,并建设分布式光伏、更换智能电表、推广节水器具,综合节能

率达15%。这些做法为全市公共机构特别是医疗机构绿色发展提供可复制、可推广的实践路径,得到与会领导与参会单位的充分肯定。

下一步,我院将以此次会议为契机,认真落实全市工作部署,持续深化节能降碳改造,完善能耗监测体系,推广绿色诊疗模式,全力打造绿色低碳医院样板,为全市公共机构“双碳”引领绿色发展贡献卫健力量。

(来源:总务科)

## 我院连续4年获评绍兴市缺血性脑卒中“溶栓先进单位”和“取栓先进单位”

近日,绍兴市脑卒中医疗质量控制中心公布了2025年度缺血性脑卒中急救工作先进表彰结果,我院蝉联“溶栓先进单位”与“取栓先进单位”,这是我院连续第四年获得这两项荣誉。这标志着我院卒中中心建设及缺血性脑卒中急救质量持续稳定在绍兴市前列,更是对我院缺血性脑卒中高效救治能

力的肯定。

荣誉的背后,是我院卒中急救团队日复一日的坚守。卒中中心由神经内科、神经外科、急诊科、放射科、导管室、麻醉科、ICU/EICU等多个科室组成,全年365天24小时待命,为脑卒中患者保驾护航。

两项荣誉既是肯定,更是鞭策。我院将继续致力于卒中中心建设,进一步缩短急性脑梗死再灌注治疗指标、提高溶栓取栓成功率和良好预后率,同时加强基层医疗机构及社会群众卒中防治知识普及,推动“全域覆盖、全员参与、全程管理”的卒中救治网络。

## 绍兴市首批! 我院获评“幽门螺旋杆菌规范化诊治区域中心”(省级)

近日,由国家消化病临床医学研究中心、中华医学会消化病学分会幽门螺杆菌学组等四大权威机构联合评审,我院消化内科正式获授“幽门螺旋杆菌规范化诊治区域中心”(省级),成为绍兴市首批获此殊荣的医疗单位之一。这标志着我院幽门螺杆菌(Hp)感染防控与规范化诊疗能力获得国家级权威认可。

我院消化内科为嵊州市第三轮医学重点学科优势建设学科,是国家标准化癌症筛查A级管理中心及Hp规范化诊治市级示范中心。科室常规开展碳13/14呼气试验、血清学检测、内镜精准诊断等技术,建立了个体化、精准化的治疗方案,在难治性Hp感染及相关癌前病变方面积累了丰富的经验。科室坚持多学科协作,定期开展培训

与科普,带动区域诊疗水平提升,并承担多项省市级科研课题。

此次获评省级区域中心,是对我院Hp诊治实力的充分肯定。我院将以此为契机,进一步规范诊疗、加强随访与耐药监测,推动区域“防-治-管”联动,努力降低感染率、提高根除率,为守护百姓健康、预防胃癌发生作出更大贡献。

## 以为是发胖,结果医生从肚子里切除一个“大西瓜”!

“医生,我这几个月肚子越来越大,还以为只是中年发福……”50岁的周先生(化名)身材矮小,但腰围却异于常人。近几个月,他的体重迅速增加,腹部隆起明显。起初他并没当回事,以为不过是“胖了”。但渐渐地,不对劲了——走路开始喘,夜里躺不平,只能半靠着睡觉,肚子涨得难受,直到有一天,弯腰系鞋带都费劲,他才意识到不对劲,于是赶紧前往我院就诊。入住肛肠外科后,医生为他安排了详细检查,CT结果显示:左侧腹腔内有一个约30cm×30cm的巨大占位性病变。这意味着,周先生的腹腔几乎被这个庞然大物填满,连盆腔也被侵占。经诊断,这是一例腹膜后巨大肿瘤。

面对如此复杂的病情,医院启动了多学科诊疗(MDT)机制,组织相关科室专家共同讨论手术方案。由于肿瘤位置特殊,上端深入脾脏与胰腺后方,末端与髂血管紧密相连,左肾被挤压移位,并与腹主动脉、下腔静脉、输尿管等重要脏器相互缠绕,手术风险极高。在充分评估和准备后,肛肠外科张园伟主任手术团队为周先生实施了肿瘤切除手术。术中可见小肠被完全挤向右侧,左肾和输尿管移位,肿瘤紧贴大血管,操作空间极为有限。最终,在多个科室的协作配合下,手术顺利完成,肿瘤被完整切除,术中出血量较少。术后,周先生呼吸顺畅,腹部恢复平坦,不适症状明显缓解。

腹膜后位置深、空间大,早期肿瘤往往没有明显症状,一旦发现,往往已经长到很大,甚至侵犯周围脏器。因此,这种肿瘤被称为“深部的隐形杀手”。张园伟主任提醒:如果出现腹部不明原因隆起、腰围异常增大、腹胀腹痛、行动受限或呼吸困难等症状,应尽早就医检查。早期诊断和规范治疗是改善预后的关键。

(来源:肛肠外科)

## 当心“蛇出没”! 我院接诊今年首例蛇咬伤患者

前不久,家住嵊州乡镇的王大妈(化名),像往常一样在自留地里清理杂草。正当她徒手拔除一丛茂密的枯草时,突然感到左手虎口处一阵钻心的刺痛。她猛地缩手,只见一条灰褐色的蛇迅速窜入深草中……

“当时就看到两个出血的牙印,没几分钟左手背就肿起来了,又麻又痛。”王大妈回忆道。家属见状,立即采取了简单的捆绑止血措施,并迅速将其送往我院急诊科。

接诊时,王大妈的左手已经明显肿胀,皮肤发紫,伴有剧烈的灼痛感。急诊科医护团队立即启动蛇咬伤急救流程:

伤口处理:迅速进行清创处理,排出毒血。

毒性判断:根据王大妈对蛇特征的描述及伤口形态,临床初步判断为蝮蛇咬伤。

对症下药:医护人员第一时间为王大妈注射了相应的抗蛇毒血清,并配合破伤风抗毒素、抗炎及消肿药物治疗。

经过紧急处置,王大妈的病情得到了有效控制,后经住院进一步观察治疗,现已康复出院。

提醒:这些“防蛇”误区要避免

据我院急诊科钱圆景医师介绍,每年的4月至10月是蛇咬伤的高发季节。嵊州地处丘陵地带,植被茂盛,蝮蛇、五步蛇等毒蛇分布较广。



专家支招:遭遇蛇咬伤怎么办?保持冷静;避免奔跑,否则会加速血液循环,使毒素扩散更快。

认清蛇样:尽量记下蛇的形状、颜色及特征,或用手机拍下照片,以便医生精准选用血清。

包扎:用绷带加压、加压垫或加压环,能减慢毒素吸收,主要适合神经毒类蛇咬伤,部分血液毒类也能用。但中华眼镜蛇、尖吻蝮蛇这类细胞毒很强的蛇咬伤要慎用,不然容易加重局部坏死。

尽快就医:这是救命的金标准。注射抗蛇毒血清是目前公认治疗蛇咬伤最有效的治疗手段,应争取在咬伤后2-4小时内完成。

面对“蛇出没”,广大市民无需过度恐慌。在进行田间劳作或野外登山时,建议“打草惊蛇”,最好穿长裤及高帮鞋。如果不慎被咬,请务必第一时间前往拥有抗蛇毒血清储备的专业医疗机构就诊。

(来源:急诊病房、外科综合 张波)

### 一线传真

## 一场持续一年的“出血之谜”:86岁老人反复呕血,终于找到真凶

反复呕血、黑便,一年住院五六次,辗转多家医院,胃镜、肠镜、小肠镜做了个遍……对于86岁的退休教师马老师(化名)来说,过去这一年,是一场看不到尽头的噩梦。

直到4月12日那天,一切终于有了转机。

去年开始,马老师反复出现呕血、黑便。家人带着她奔波于杭州、上海多家医院,做了胃镜、肠镜、小肠镜等各种检查。医生们给出的诊断倾向是“小肠毛细血管扩张出血”。

但有一个疑点始终困扰着医疗团队——每次出血量都很大,与普通的小肠毛细血管扩张不太相符。一年下来,马老师因为大出血先后住院五六次,每一次都像是在鬼门关前走一遭。

10多天前,马老师再次因呕血被紧急送医。这一次,在抢救室里,主管医生为她紧急进行了胃镜下止血。正是这一次检查,终于找到了那个隐藏极深的“真凶”——胃体恒径动脉破裂出血。

恒径动脉破裂出血,是一种少见但极其凶险的消化道出血原因。它的特点是:血管畸形、管径粗大,一旦破裂,出血量往往很大,来势汹汹。常规胃镜检查很容易漏诊,因为病灶可能只表现为一个微小的黏膜缺损,而粗大的动脉就隐藏在其下方。

找到出血点后,医生迅速用止血夹夹闭了破裂的动脉。出血立刻停止,马老师的病情迅速稳定下来,目前已经康复出院。

4月12日晚上,病情已经稳定的马老师

在和好友微信聊天中讲到,“这次胃出血的关键点是找到了出血点,挽救了我的生命……他年纪很轻,眉目清秀,态度端庄。至今日下午才知道我的生命与找出出血点的紧密关系。如果没有找到出血点,我的胃一直在出血,会失去生命。”

而马老师口中的“他”,正是她的主管医师——消化内科副主任鲍靖医师。面对老人的感激,鲍靖只是淡淡回应:“算是有惊无险吧,找到出血点应该能对症治疗了,希望马老师早日康复。”恒径动脉破裂出血之所以凶险,不仅因为出血量大,更因为它善于“隐藏”。在出血间歇期,病灶可能看起来仅仅是胃壁上一个小小的红斑或糜烂,很容易被忽略。只有当动脉正在活动性出血时,才能看到

一提到手术,许多人的脑海里都会不由自主地浮现出这样的画面——无影灯下,手术台上的患者身上插满管子,各种仪器发出让人紧张的“嘀嗒”声……这画面,确实让人害怕。那有没有那种不插管,让人舒服睡一觉,醒来可以马上下床的手术方式呢?近日,我院心胸外科和麻醉科紧密协作,成功实施了我市首例“非气管插管保留自主呼吸胸腔镜肺癌根治术”。这种“无管化、微创化、舒适化”的手术方式,为胸科手术的麻醉与康复提供了新思路。

市民张女士(化名)是一位长期随访的肺结节患者。最近一次复查中,医生发现她的结节有进展趋势。经过详细评估,高度怀疑为早期肺癌,需要进行手术治疗。一听到手术,张女士心里打起了退堂鼓:一方面担心病情,另一方面也害怕手术的创伤和术后的疼痛。了解到她的顾虑后,心胸外科与麻醉科团队进行了深入讨论,结合张女士的身体状况、结节的具体位置和性质,共同评估后给出了一个方案——采用“非气管插管保留自主呼吸胸腔镜手术”。这种手术方式,术中不插气管插管,实现真正的“无管”手术。那究竟是怎样一种手术呢?简单来说,与传统胸腔镜手术需要在全身麻醉下插入气管导管、由呼吸机辅助呼吸不同,这项技术让患者在手术中依然保留着自主呼吸。

手术当天,麻醉团队精准地调控着麻醉药物,让张女士进入一种深度镇静而又能平稳自主呼吸的状态。麻醉必须做到“恰到好处”:既要保证足够的麻醉深度,让患者在整个手术过程中毫无痛苦、没有不良记忆,又要维持其平稳的自主呼吸,避免因呼吸过强导致纵隔摆动,影响主刀医生的精细操作。

手术室里,一切都在有条不紊地进行着。心胸外科团队通过1个小小的切口,在胸腔镜下精准地完成了肺癌根治切除。整个手术过程非常流畅,仅用时约45分钟。手术结束时——几乎在皮肤缝合完成的同时,张女士便从麻醉中苏醒过来。在手术室观察了大约半小时,她在医护人员的鼓励下尝试起身,成功落地,稳步行走。“我真的是刚做完手术吗?”她自己都有点不敢相信。术后的恢复也十分顺利。张女士表示,疼痛感比较轻微,没有明显的不适。在心胸外科医护团队的照护下,术后第二天,她就出院了。这种快速康复的体验,让张女士和家人都感到意外和欣喜。

心胸外科魏正亮主任介绍,近年来,非气管插管保留自主呼吸的胸腔镜手术已成为胸外科领域的研究热点之一。其创伤小、恢复快的特点,正在国内越来越多医院得到应用。这一技术不仅适用于像张女士这样的早期肺癌患者,对于自发性气胸、手汗症、纵膈肿瘤等需要胸腔镜手术治疗的常见疾病,同样具有广阔的应用前景。当然,并非所有人都适合,具体需要医生根据患者身体状况、病灶位置等进行评估。这项技术不仅是外科手术的进步,更是“围手术期快速康复”这一现代医学理念的生动实践。未来,医院将继续优化微创手术、精准麻醉和舒适化医疗的管理方案,让更多患者能够在舒适、安全的环境中,获得良好的治疗效果,早日回归健康生活。

(来源:心胸外科)

这种肺癌手术让患者「不敢相信」

……

(来源:消化内科)

## 胃肠镜检查后别大意！这份超全指南，看完少走弯路

刚做完胃肠镜，是不是觉得终于松了口气，想立马恢复正常生活？别急！今天就用大白话给大家讲清胃肠镜检查术后的所有注意事项，简单好记，看完照着做，让肠胃安安稳稳恢复！

### 一、干饭这件事，慢！慢！慢！

胃肠道刚被“检查”过，娇嫩得很，千万别急着胡吃海塞，分情况来才靠谱。

普通胃镜：喉咙麻劲没消，喝水吃饭容易呛！等2小时后再小口喝温水，不呛再吃温凉的粥、烂面条，热的、辣的、硬的全靠边，温柔对待才不遭罪。

无痛胃肠镜：麻醉清醒后2小时后喝水，4小时后再吃软烂流食，当天火锅、烧烤、麻辣烫全拉黑，给肠胃休养生息的时间。做了活检/切了息肉：医生说禁食多久就多久，千万别偷偷吃！

### 二、身体的这些信号，一定要分清！

正常反应，放宽心。嗓子像卡了鸡毛；胃镜管蹭过的小痕迹，别猛咳嗽，越咳越疼，慢慢就会缓解；肚子像吹胀的气球；检查时为了看清楚，肚子里打了气，适当走动，促进肛门排气，把气排出去就好了。

危险警报，快就医！肚子疼得钻心，还越胀越

厉害；拉黑便、呕血；脸色惨白、冒冷汗、心跳飞快。

三、无痛检查的朋友，24小时“特殊禁令”记牢！

术后必须复苏30分钟，医护人员确认没问题，才能陪护下离开复苏室。全程必须有人陪同，独自离院？绝对不行！24小时内禁止：开车、骑车、爬高、做重活，连精细操作也碰。起身小秘诀：坐起来停30秒→站起来再停30秒→慢慢走，别猛地起身，小心头晕摔跟头！

### 四、报告别忘取，复查别拖延！

检查做完不是结束，后续的报告和复查才是关键。胃肠镜检查报告：当天就能取，做完别着急走，稍等片刻就能拿到。病理报告：一般4个工作日日出结果，拿到后一定要及时找医生解读，别自己瞎琢磨。医生嘱咐的复查时间，记在手机里、贴在冰箱上，千万别拖延！最后想跟大家说：胃肠镜检查是发现肠胃早癌的“金标准”，而术后正确的护理，才能让这次检查的效果事半功倍。好好照顾自己的肠胃，才是对健康最好的负责。

(来源：内镜中心 袁路英)

## 别让鼾声成为婚姻的“第三者”

最近，医院减肥门诊来了不少“夫妻档”——妻子成功减重后，执意拉着被肥胖困扰的丈夫一同问诊。而促使他们携手走进医院的，是一个悄然介入婚姻、毁掉睡眠与健康

的“第三者”——肥胖引发的重度打鼾与睡眠呼吸暂停。深夜本应是夫妻卸下疲惫、相拥而眠的温馨时刻，但对无数中年家庭来说，枕边人震耳欲聋的呼噜声，却成了最磨人的煎熬。这个无形的“第三者”不声不响地插足二人世界，让亲密渐行渐远，矛盾不断滋生，更暗藏致命的健康隐患。

随着年龄增长、饮食不规律、运动缺乏，不少男性体重飙升，颈腹部脂肪大量堆积，打鼾从轻微逐渐演变为整夜轰鸣，甚至突然中断。妻子被折磨得彻夜难眠，精神萎靡、情绪暴躁，争吵频繁，昔日和睦的家庭氛围荡然无存。为了安宁，无数夫妻无奈分房而睡，曾经同床共枕的爱人变成“陌生邻居”，肢体接触少了，心里话不说了，婚姻冷下来了。

然而，打鼾破坏感情只是冰山一角，其背后的健康危机更不容忽视：重度打鼾大概率是阻塞性睡眠呼吸暂停综合症的信号。肥胖者颈部脂肪过度堆积，直接压迫呼吸道，导致睡眠时气道反复塌陷、堵塞，出现呼吸暂停和频繁憋醒。身体长期处于夜间缺氧状态，不仅白天昏昏沉沉、记忆衰退，更会持续加重心脑血管负担，显著增加高血压、心脑血管疾病等并发症风险。

面对这一问题，不少患者确诊后只能佩戴呼吸机入睡。但面罩和管路让睡眠憋闷不适、频繁惊醒，生活极不便利。更无奈的是，呼吸机只能暂时缓解症状，无法解决根本问题——夫妻依然分房，感情隔阂加深。很多人没意识到，肥胖才是诱发打鼾与睡眠呼吸暂停的核心元凶。

医学研究证实，颈围每增加1厘米，睡眠呼吸暂停风险便大幅上升。而专业减重治疗，正是从根源上破解之道。相比盲目节食运动，减肥门诊的科学减重方案强调个体化、安全化、长效化：1.专业评估：结合体重指数、体脂率、颈围、睡眠监测报告，制定专属减脂节奏。2.饮食干预：在医生或营养师指导下，戒除高油高糖高盐食品，采用低热量、高营养的饮食模式，合理搭配粗粮、优质蛋白、蔬菜，避免饥饿减肥。3.科学运动：根据耐受度循序渐进，将有氧运动(快走、慢跑、游泳)与力量训练结合，提升代谢、加速燃脂。4.生活方式调整：纠正熬夜、久坐、暴饮暴食等不良习惯。随着全身脂肪减少，颈部压迫消失，气道恢复通畅，鼾声逐渐减弱直至消失，呼吸暂停完全改善，无需再依赖呼吸机，即可拥有安稳的自然睡眠。

婚姻需要用心经营，健康需要主动守护。别让肥胖与鼾声成为亲密关系的鸿沟，更别忽视这个潜伏在身边的健康杀手。科学减重，还你一夜好眠，也还你一生相伴。

(来源：内分泌风湿免疫科 王璟)

## 连续收治3例，我院感染科专家提醒：高热咳嗽伴禽鸟接触史，请务必主动告知

近日，我院感染科连续收治3例确诊为“鹦鹉热衣原体肺炎”的患者。据了解，其中2例经规范治疗后已治愈出院，另1例因病情进展迅速，发展为重症肺炎，转入ICU进一步治疗，如今也已康复出院。

据我院感染科主任肖招英主任医师介绍，鹦鹉热是由鹦鹉热衣原体引起的一种人畜共患病，鸟类(鹦鹉、鸽子、家禽、观赏鸟等)是主要传染源。病鸟或携带者的粪便、羽毛、分泌物干燥后形成含菌粉尘，人类通过吸入气溶胶而感染。

肖招英指出，鹦鹉热肺炎有以下几个特点：1.初期症状像流感：突然高热、寒战、剧烈头痛、全身肌肉酸痛(尤其背部和颈部)，明显乏力。2.呼吸道症状相对不典型：以干咳为主，肺部体征往往不重，但全身中毒症状明显。3.重症信号：部分患者病情进展快，可迅速发展为重症肺炎，出现呼吸困难、低氧血症，甚至累及肝脏、心脏、神经系统。

“这个病最大的风险之一，就是容易被误诊为普通感冒或细菌性肺炎。”肖招英强调，诊断的关键线索是禽鸟接触史，但这一信息常常被患者忽

略，或者医生未能主动询问，部分患者甚至没有明确的接触史。在确诊方面，呼吸道样本PCR检测是快速、准确的首选方法，血清学抗体检测(双份血清滴度4倍以上升高)可作辅助。

肖招英向公众，尤其是养鸟或经常接触禽类的人群，提出以下建议：清理鸟笼、处理鸟粪时，务必佩戴口罩和手套，事后彻底洗手；保持环境通风，减少粉尘扬起；不购买、不接触来历不明或生病的禽鸟；避免在拥挤、不通风的场所长时间密切接触活禽。一旦出现高热、咳嗽等症状，并且近期有过禽鸟(包括家禽、观赏鸟、鸽子等)接触史，就医时请主动、明确告知医生。这一信息对早期诊断至关重要。

鹦鹉热肺炎是一种“病因隐匿、但可能很重”的肺炎。提高警惕、加强个人防护、及时就医并主动告知接触史，是避免发展为重症的关键。同时，临床医生遇到不明原因肺炎、尤其是常规抗感染治疗效果不佳时，也应及时将鹦鹉热等非典型病原体纳入鉴别诊断。

(来源：感染科)

### 芷湘养生

## 更贴合“嵊州胃”！嵊州版莫氏鸡煲来哉

近日，佛山顺德“莫氏鸡煲”凭借新鲜食材与药食同源的特色做法火爆全网。不少食客不远千里慕名前往，清晨便排起长队，一跃成为现象级美食打卡点。

秘制配方公开后，土茯苓、五指毛桃等经典祛湿药材迅速成为家庭煲汤热门选择，社交平台上“同款汤底”层出不穷。但有人喝完通体舒畅，也有人出现腹痛、腹泻、肠胃不适。

我院中药房主任杨芳提醒：腹泻未必是食材变质或配伍问题，更可能与个人体质差异、煲汤方式不当密切相关。为此，我院中药房联合中医科，对这款网红药膳进行本土化升级，推出更适配浙江气候、更贴合“嵊州胃”的健脾祛湿理气汤，美味与养生兼顾，在家就能安心复刻。

一、配方改良，更适配家庭日常调理。原版莫氏鸡煲以五指毛桃、土茯苓、陈皮、茯苓、黄豆、红枣、生姜为基础，偏重于岭南湿热体质的祛湿清热。我院专家结合浙江人群体质特点与居家食用需求，优化配伍，在保留风味的同时，让药膳更温和、整体风味更温润适口，更适合长期调养。改良新增药材——金雀根(浙产土黄芪)：补气不燥、活血强筋骨，替代五指毛桃，更契合浙江人体质；葛根：生津解肌、解肌通络，缓解久坐颈背僵硬，增添汤底自然清甜；淡菜(干蛤蜊)：舟山/宁波道地食材，提鲜增醇而不夺药香。

二、汤方三大升级亮点：1.功效升级，从单纯“岭南祛湿”，升级为健脾化湿+补气固肾+生津不燥，实现祛湿不伤阴、补气不壅滞。2.人群更广，尤其适合脾虚湿盛、体虚乏力、需长期调理的浙江居民，老人、体虚者、久坐办公人群均可食用。3.贴合地域气候，针对浙江春季回南天、梅雨季湿气缠绵、单纯利湿易耗伤正气的特点，遵循健脾以化湿、固肾以制水、养阴以护液原则，温润平和、久服不伤正。

三、完整处方(规范化剂量)：金雀根20g、土茯苓15g、茯苓15g、葛根15g、陈皮1瓣、黄豆30g、红



枣4枚、生姜5片、淡菜20g(可选)、走地鸡1只。

四、专业方解：本方以健脾祛湿、益气生津为核心，药性平和，药食两用，适合居家调养。1.金雀根：为君，味甘性平，补气健脾、活血通络、强筋健骨，补气而不燥烈，较五指毛桃更适合江浙一带体虚夹湿体质。2.土茯苓+茯苓：为臣，土茯苓解毒除湿、通利关节；茯苓健脾渗湿、宁心安神。二药合用，祛湿而不伤脾，利湿而不伤阴。3.葛根：升发清阳、生津止渴、解肌通络，改善久坐颈肩僵硬，中和祛湿药之燥性，令汤品清甜不腻。4.陈皮+生姜：理气健脾、和胃化湿、温中散寒，既助脾胃运化，又解肉类油腻，防滋补碍胃。5.红枣、黄豆、淡菜：健脾养血、补益肾精、增鲜提味，使整个汤方补而不滞、滋而不腻，兼顾口感与功效。全方共奏：健脾益气、祛湿化浊、生津通络、固肾和中之功。

五、制作步骤：1.药材快速洗净，浸泡20分钟；金雀根、土茯苓、葛根建议装入纱布袋。2.走地鸡斩块，洗净沥干。3.砂锅中放入药材及浸泡液，加清水约2L，大火煮沸撇沫。4.转小火慢煲60分钟，充分析出药香。5.下入鸡块，煮沸后转微火浸熟即可，肉质鲜嫩，汤味清甜。

六、温馨提示：纱布袋装药煲，可避免影响口感。淡菜用温水泡10分钟去沙，鲜味更浓。汤品性味平和，四季皆宜。建议每周1-2次。孕妇、感冒发热、实热体质、湿热壅盛者，建议咨询中医师后再食用。

(来源：中药房)

## 春季眼痒别硬扛！

### 16岁高中生一个动作，差点毁掉视力……

春暖花开，花粉、柳絮漫天飞舞，眼睛干痒、发红成了不少人的“春季标配”。尤其是学生群体，课业压力大、用眼频繁，眼痒时下意识揉眼几乎成了本能。但你知道吗？这个看似不起眼的小动作，可能正在悄悄伤害你的角膜……

近日，我院眼科门诊来了一位让医生格外惋惜的患者——年仅16岁的小康(化名)，被确诊为圆锥角膜。追问病史发现，长期、用力、频繁地揉单侧眼睛，正是重要诱因之一。

原来，小康因高中学业紧张，用眼负担重，加上每到春季就容易眼痒，他习惯性地用手大力揉右眼。起初只是偶尔干涩、视物模糊，他和家长都以为是近视加深或眼疲劳，没太在意。直到近期视力快速下降，配镜也无法矫正，才来眼科检查。角膜地形图结果显示：他的右眼角膜已明显前凸、变薄，确诊圆锥角膜。

这不仅导致视力严重受损，若继续发展，还可能引起角膜散光持续加重、角膜水肿甚至瘢痕，最终面临角膜移植的风险。

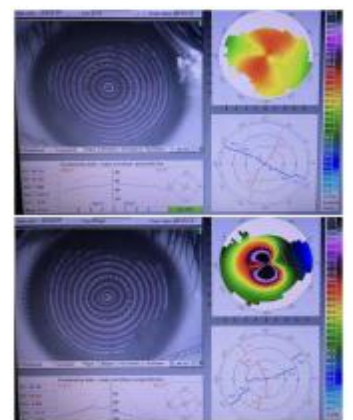
什么是圆锥角膜？为什么揉眼这么危险？

据眼科主治医师卢洁仪介绍：“圆锥角膜多见于青少年，病因复杂，而长期、暴力揉眼是明确的高危诱因。眼球最外层的角膜本就纤薄脆弱，反复揉压会持续破坏角膜胶原纤维结构，使角膜抗压能力下降、逐渐前凸，最终形成圆锥角膜，严重时可能造成不可逆的视力损伤。”

春季眼痒别乱揉！这些行为正在伤眼

春季过敏高发，花粉、尘螨、宠物皮屑、空调粉尘等都容易诱发过敏性结膜炎，典型症状包括：眼睛奇痒难忍、结膜发红、充血、干涩、异物感、流泪、分泌物增多。

很多人陷入“越痒越揉、越揉越痒”的恶性循环。除了诱发或加重圆锥角膜，暴力揉眼还可能致：角膜



上皮擦伤、脱落，引发眼痛、畏光、手上细菌带入眼内，诱发结膜炎、角膜炎、加重散光，导致视力暂时性下降、诱发睑缘炎、麦粒肿等眼部炎症。

尤其值得警惕的是，青少年角膜尚在发育，眼部组织娇嫩，长期揉眼的危害远大于成年人。

眼痒难忍？正确处理方式请牢记

1. 远离过敏原。减少外出踏青，避免接触花粉；外出时可佩戴护目镜。勤洗手，勤换洗衣物，不揉眼、不摸眼。

2. 物理缓解替代揉眼。闭眼冷敷：用干净冷毛巾或医用冷敷贴敷眼，每次10-15分钟，快速止痒消肿。人工泪液冲洗：选用无防腐剂的

人工泪液，稀释过敏原、缓解干涩。3. 科学用药，及时就医。过敏症状明显时，应在医生指导下使用抗过敏滴眼液，切勿自行长期用药。若眼痒剧烈、眼红不退、视力模糊、配镜矫正效果不佳，尤其是青少年，一定要尽早做角膜地形图检查，排除圆锥角膜等器质性病变。

圆锥角膜早期干预效果好于晚期，早发现、早控制，能最大程度保住视力、避免手术。春季护眼，关键就一句话：眼痒可以忍，千万别硬揉！爱护眼睛，从改掉揉眼的小习惯开始。别让一时“舒服”，毁掉孩子一生的清晰视力。

(来源：眼科)

## 榜样力量

## 祝贺!我院金秋红护士长荣获2026年浙江省五一劳动奖



4月27日下午,浙江省2026年庆祝“五一”国际劳动节暨表彰劳模先进大会在省人民大会堂内举行,我院金秋红护士长被授予2026年浙江省五一劳动奖章。这份荣誉,是对她二十五载深耕临床一线、初心坚守岗位、恪尽职守默默奉献精神的高度认可与充分肯定。

在嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院),有一位护士长,同事们叫她“全能型管家婆”,患者记不住她的名字,却记得她温柔有力的声音。她叫金秋红,感染科护士长,副主任护师,曾获“浙江省坚守前线杰出护士、绍兴市抗击新冠肺炎疫情先进个人、嵊州市劳动模范”等多个荣誉称号。

从2001年绍兴卫生学校毕业进入医院,金秋红先后在脑外科、心内科工作,2014年到感染科担任护士长,至今已在临床一线岗位上默默坚守了二十五年,她用行动诠释了什么是“敬业”二字。

严防各类传染病,筑牢健康安全防线。感染科收治的病种复杂多样:肺结核、肝炎、发热伴、登革热、甲流、乙流、新冠等传

染病,以及各种不明原因发热、脓毒血症、感染性休克等危重患者。病种多,病情重,是感染科的常态。2024年,本地出现登革热疫情,金秋红迅速组织护理团队,落实隔离措施、规范蚊媒防控、做好患者护理,确保每一例患者得到及时妥善的处置。近几年,发热伴血小板减少综合征时有发生,病情凶险。金秋红带领护士们熟练掌握重症护理要点,密切监测患者生命体征,配合医生完成救治。“能应对各种传染病,也能护理各种危重患者”——这是金秋红对团队的要求,也是她对自己的要求。

致力公益科普,奔走社区学校传健康。金秋红的工作不只在医院内。她积极参加由嵊州市卫健局牵头的“百千万志愿者结核病防治知识传播活动”,担任本单位联络员,组织了多次下乡、进社区宣传结核病防治知识。她还和科主任肖招英一起走进学校宣讲结核病知识,走进社区宣讲乙肝防治知识,参与肺结核患者住院抗结核治疗补助政策的落实工作。从病房到社区,从治疗到预防,金秋红用实际行动践行着“防大于治”的理念。

以“三心”担使命,以坚守护安康。有人说,护士长身上有三颗心——事事操心,事事细心,只为让病人放心。作为感染科护士长,金秋红的日常也是怀揣这“三心”。每天要管护理质量、院感防控、人员排班、物资申领,还要带教年轻护士,应对各类专项检

查。她带领团队落实肺结核患者住院补助政策,帮助减轻患者负担;她不断优化发热门诊流程,提升患者就诊体验。同事眼中的金秋红,做的永远比说的多。“让我说有什么事迹,真拿不出手。这都是身为医务工作者觉得应该的,何况我在感染科这个岗位上更加有责任。”这是她的原话。

回望2020:她曾撑起抗疫的前沿阵地。2020年,疫情突袭,感染楼成为医院的主阵地。金秋红进入“全能型管家婆”模式:协调物资、安装系统、增派保安、制作标识……桩桩件件处理得妥妥帖帖。2月8日,医院收治了第一位确诊患者。正在休息的金秋红看到消息,只说了一句:“你们别慌,我来了。”她穿上防护服,身先士卒进入病房,从病人确诊到转运上救护车,全程自己冲在前面。

当医院组建援鄂医疗队时,她第一个报了名。虽然最终医院安排她留守本地,她毫无怨言,转身默默为出征同事准备物资、关心她们的家人。那段经历,是她职业生涯中不可磨灭的一页,也是她“冲在最前面”的一个缩影。

平凡岗位,守护一城的心安。金秋红没有轰轰烈烈的豪言壮语,也没有惊天动地的传奇故事。她只是在每一个需要她的时刻,稳稳地站了出来,站在离风险最近的地方。

二十五年,从青涩的毕业生到独当一面的感染科护士长;从应对登革热、发热伴,到迎战新冠、甲流……她始终在守护着家乡人民的健康防线。

浙江省五一劳动奖,是对劳动者的致敬。而金秋红,正是千千万万默默耕耘在一线的医护人员的缩影。

## 志愿荣光映元宵 雷锋行动暖嵊州

### 我院开展学雷锋志愿服务系列主题活动

如果温暖有颜色,那一定是“志愿红”。在春意渐浓的三月,我院以“元宵节”、“学雷锋日”为契机,用一系列暖心活动,奏响了一曲志愿服务的春日赞歌。

一份荣誉,致敬365天的坚守

近日,一场专属定制的“志愿荣光 温暖启航”2025年度星级志愿者表彰暨元宵沙龙,在医院温馨上演。

活动伊始,一组温暖的数据让在场所有人动容:2025年,共有1224人次参与医院志愿服务,累计服务时长达到4562小时。这意味着,在过去的一年里,无论风雨,志愿者们常态化地坚守在医院的各个角落。随着医院智慧化建设的推进,挂号、缴费都在指尖完成。但对于不擅长使用智能设备的老年人来说,这道“数字鸿沟”前,正是志愿者们伸出了援手。

现场依次公布了2025年度星级志愿者名单,并向到场的优秀代表颁发了荣誉证书。当荣誉证书递到手中,掌声不仅是对他们的肯定,更是对那份默默奉献精神的最高礼赞。

“虽然大家不是医院的员工,但这么多年下来,你们凭借爱心坚持服务,早就成为我们医院大家庭中的一员。”一番话,让在座的志愿者们心里暖暖的。

活动现场,医院还真诚地邀请大家多提“金点子”,并表示愿做志愿者最坚强的后盾。门诊部、药剂科、挂号收款等科室的负责人也与志愿者们交流最新的引导要点。“希望大家多发动身边的志愿者朋友,一起来加入人医的大家庭!”这句真诚的呼吁,得到了现场热烈的响应。

一份关爱,“医路同行”护航卡友健康

志愿精神不仅在院内闪光,更延伸到了城市的各个角落。

以“健康元宵情 雷锋志愿行”为主题的“医路同行——护航卡友健康”义诊活动第十三期,在甬金高速嵊州服务区“卡友健康驿站”温情开展。8名医护志愿者放弃休息时间,为常年奔波在路上的卡友们送去健康与关爱。

测血压、采血、心电图、中医护理、健康宣讲……志愿者们耐心细致地为每一位卡友检查身体。活动现场还特别准备了热气腾腾的汤圆,设置了猜灯谜赢礼品等元宵主题活动,让远离家乡的卡友们感受到了节日的温暖与家的温馨。本次活动共服务卡友100余人次,赢得了大家的一致好评。

一份初心,巡回医疗打通“最后一公里”

志愿服务的脚步从未停歇。3月4日,在副院长黄小松的带领下,医疗志愿服务队马不停蹄地前往松明培、长坑村,为当地村民送上健康大礼。全科、骨科、泌尿外科专家现场坐诊,针灸、B超、摄片、心电图、测血压、测血糖等服务项目一应俱全。村民们在家门口就能享受到优质的医疗服务,脸上洋溢着幸福的笑容。本次活动共服务村民300余人次,受到了当地百姓的热烈欢迎。

这是我院医共体巡回医疗的缩影。自2023年6月起,我院组建6支巡回医疗队,覆盖甘霖、崇仁等6大片区,配备巡回诊疗车及B超、DR等设备,每月定点服务12个偏远村居,形成集诊疗、检查、配药、医保结算于一体的常态化服务模式,有效解决偏远山区群众看病难问题。

从表彰会上的欢声笑语,到服务区里的暖心汤圆,再到偏远山村的巡回诊疗,这一系列活动串联起了嵊州市人民医院志愿服务的温暖图景。感谢所有无私奉献的志愿者们,向你们道一声:谢谢您,辛苦了!也欢迎更多的你们,加入我们,让“志愿红”成为嵊州市人民医院最温暖的底色!

## 青春聚力 同心前行

### ——市人民医院团委开展五四青年节主题联建活动

为纪念五四运动107周年暨第77个五四青年节,4月30日上午,嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)团委联合绍兴太保寿险公司开展“青春聚力 同心前行”主题联建活动。

来自医院、太保寿险的青年职工代表,以及一群特别的伙伴——常年默默奉献在院内志愿服务一线的社会志愿者代表,齐聚一堂,在红色文化与艺术人文教育的浸润中,增进跨界交流,凝聚青春力量。在刘文西美术馆,一幅幅饱含人民情怀的画作诠释着“艺术为人民”的创作理念;在刘蒙天故居,一砖一瓦间重温革命先辈的峥嵘岁月;在闽溪茶场,袅袅茶香中体会“艺术水竹”品牌的独特魅力,于青山绿水间重拾红色记忆。大家一边参观一边进行了“艺术+职业精神”的分享,医院青年职工畅谈“医者仁心”的责任担当,太保寿险青年分享“保险为民”的初心使命,而常年坚守在医院各个点位的社会志愿者代表,则用朴实的话语讲述了他们“奉献、友爱、互助、进

步”的志愿故事。

五四精神的核心是爱国,志愿精神的内核是奉献,二者都流淌着服务人民、回馈社会的热血——无论是在诊室中救死扶伤,在保险服务中守护万家,还是在导医台前指路答疑,在病床旁轻声抚慰,都是在用不同的方式传承五四薪火,践行“为人民服务”的承诺。

下午,活动进入轻松而富有创意的版画拓印环节。在专业老师指导下,大家亲手操作,细心拓印,一幅幅精美的作品跃然纸上。这些亲手创作的版画,留下了这个青年节的独特记忆。

青春聚力正当时,同心前行向未来。医



院团委将以此次活动为契机,持续拓展团建共建载体,引领广大青年在服务人民、奉献社会的实践中,将五四精神与志愿精神薪火相传,书写更加绚丽的青春篇章。

(来源:团委)

## 暖心暖医

## 把体检室“搬”进工地,让健康服务零距离!

3月30日至31日,嵊州市人民医院(浙大一院嵊州分院)健康管理中心体检团队走进中建科工,为辛勤奋战在一线的建筑工人开展了一场暖心又专业的上门体检服务,用温暖与便捷为奋战在城市建设一线的工友们筑起健康防线。

考虑到工人们工期紧张、外出就医不便,我院健康管理中心与中建科工主动对接,将体检服务直接送到工地现场。医护人员提前到位、有序布置,从工人登记、信息核对,到各项检查,每一个环节都细致周到、耐心细致。体检项目涵盖内科检查、肝

功能、空腹血糖、血常规、心电图检测等多项检测,并结合工人们的特殊职业特点,重点筛查高血压、心脑血管疾病等常见健康问题。

面对工人们的疑问,医护人员逐一耐心解答,详细告知体检注意事项、检查流程及后续报告领取事宜。亲切的话语、暖心的服务,让每一位远离家乡的工人感受到家人般的关心。

“平时忙于工作,怕耽误干活,一般很少会去医院检查身体,这下好了,体检直接在工地上就能完成,不耽误干活,还免

费做了这么全面的检查,心里特别踏实!”刚完成体检的一名工友满脸笑容地说道。面对这份送上门的“健康礼”,大家纷纷表示,身体有了保障,干起活来更安心、更有劲。

据悉,本次体检共服务一线工友230余人,健康服务零距离让工友们感受到的不仅仅是便捷还有暖心。今后我院健康管理中心将继续优化服务模式,延伸服务范围,用实际行动践行“健康守护者”的使命。

(来源:健康管理中心)

(来源:团委)

价值观：

大医  
尚学  
创新  
超越

愿景：

三级综合性医院  
高水平区域  
建设国内一流的

使命：

医疗健康保障  
高质量提供的  
为人民群众

宗旨：

患者至上 精益求精  
以人为本 救死扶伤

主办：  
嵊州市人民医院  
(浙大一院嵊州分院)  
地址：嵊州市三江街  
道丹桂路 666 号  
邮编：312400  
电话：0575-83338375  
邮箱：  
shengzhoumyy@163.  
com

## 我院推出富血小板 血浆(PRP)咨询门诊

自体富血小板血浆(PRP)是通过离心技术从人体全血中分离制备的富含血小板的血浆制品,含有丰富的生长因子、细胞因子和抗菌肽等成分(如FGF成纤维细胞生长因子、EGF表皮生长因子、VEGF血管内皮生长因子等),这些生物活性因子能有效促进组织再生、修复,并具有抗炎、抑菌、镇痛等作用。简单来说,就是从你自己的血液中提取出“浓缩修复液”。

### 一、PRP 的应用领域

#### (一)骨科与运动损伤

1. 骨关节炎:缓解关节疼痛,改善功能;
2. 肌腱损伤:如肩袖损伤、跟腱炎,促进修复。

#### (二)创面修复

1. 急性创面(如微创术后):愈合支持,减轻疼痛和感染风险;
2. 慢性创面/压疮:慢性难治性创面、糖尿病足溃疡创面、下肢静脉性溃疡创面、烧伤创面,促进肉芽组织生长,缩小溃疡面积。

#### (三)皮肤与美容修复

1. 脱发治疗:皮下注射,刺激毛囊再生,治疗雄激素性脱发;
2. 皮肤年轻化:改善细纹、皮肤暗黄、色素沉着、毛孔粗大、痘坑、疤痕,提升皮肤质地;
3. 色素性疾病:辅助治疗黄褐斑、白癜风。

#### (四)妇科与生殖健康

1. 薄型子宫内膜:宫腔灌注可增厚内膜,提高妊娠率;
2. 卵巢功能改善:提升AMH水平,改善卵巢储备功能。

### 二、哪些人不适合使用 PRP

1. 绝对禁忌:出血性疾病、活动性感染、败血症、恶性肿瘤等。
2. 相对禁忌:近期使用抗凝药、血小板计数过低、严重系统性疾病、发热等,需输血科医师评估。

#### 三、采集前准备

注意事项:采集前不要熬夜喝酒、女性需避开经期;采集前不可空腹,并注意饮食清淡;近一周是否停用抗凝药、抗血小板药物需遵医嘱。

### 四、PRP 咨询门诊:

每周一下午(2 号楼二楼 7 号诊室)  
咨询电话:0575-83011372(输血科)

PRP 专科治疗可直接预约相关科室:骨科、整形美容科、皮肤科、康复科、妇科、疼痛科、内分泌科等相关科室。(来源:输血科)

主 编:

吴 盈

顾 问:

李 谷 杨松斌

执行主编:

陈 瑜