

今日协和

主办:华中科技大学同济医学院附属协和医院
党委宣传部
2022年8月31日
壬寅年八月初五



总 1470 期
《今日协和》
星期三
今日 4 版

导读:

《健康报》聚焦我院高质量党建:
奋力书写基层党建工作新篇章

02 版

第一临床学院举办
2018 级临床医学八年制入院教育暨开学典礼

03 版

“喜迎二十大”医院高质量发展访谈
创新“协和路径”，跑出“健康中国”新赛道

04 版

2021 年度中国医院科技量值(STEM) 我院位列全国第七

本报讯 2022 年 8 月 4 日,由中国医学科学院主办、代表中国医学科研创新能力最高水平的 2021 年度中国医院/中国医学院校科技量值(STEM)发布,协和医院综合排名位列全国第 7 位,再进两位,稳居全国前十。耳鼻喉科学、护理学、心血管外科学、传染病学、血液病学、急诊医学、泌尿外科学 7 个学科位列全国前五!

2021 年度中国医学院校科技量值覆盖全国 110 所独立医学院校和设立医学学科的综合大学,中国医院科技量值评价范围包括全国 1641 家三

级医院。本年度特别推出总科技量值(ASTEM),基于最新指标体系和一定年份数据积累测算结果,以更好反映机构的长期稳定的科研实力。

近年来,协和医院坚持贯彻落实党中央国务院重大战略部署,以“四个面向”为指引,致力于面向人民生命健康的科学研究,秉持以患者为中心,以疾病为核心的理念打造具有协和特色的科研创新体系。一是大力支持原创性科学研究,坚持以临床问题导向,重点围绕血液系统疾病、心脑血管疾病、肿瘤治疗、高端医疗器械与生物医

用材料研发、疾病精准用药等临床问题开展基础和临床研究,着力提升疾病预防诊治水平。二是持续打造高水平科技创新平台,加强以中心实验室为主体、转化医学中心、生物样本中心、人类基因组研究中心为补充,各专科实验室差异化发展的“1+3+N”科研平台体系,着力提升科研平台条件。三是不断完善科研管理制度体系,自 2018 年以来,在全国医疗机构中首创院内学科评估体系,以评促建,带动学科内涵是发展;以“破四唯”为导向创建以综合科研绩效评价为支撑的个人

评价体系,激发科研人员创新活力;推动实施“启航计划”,构筑链条式青年人才培养体系,助力科研人才培养。展望未来,协和医院将深入贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想,坚持以人民群众生命健康为中心,实施创新驱动战略,打造医学科技创新高地,推动医院高质量发展,加快建设中国特色国际一流医学中心。(科研处)

“医”心向党 踔厉奋进 协和医院举办 2022 年中国医师节庆祝大会



本报讯 为致敬中国医师,表彰先进典型,大力弘扬新时代医疗卫生职业精神,8 月 18 日下午 2 点半,协和医院举办主题为“‘医’心向党 踔厉奋进”的中国医师节庆祝大会。协和医院党委书记张玉、院长胡豫带领党政领导班子出席庆祝活动。

一身白衣,一生荣光。胡院长在开场致辞中代表医院向全体医师致以节日的祝福和诚挚的问候,他高度肯定了全院医务工作者取得的优异成绩,分享了自己对于医师节主题的理解。他希望大家能坚守初心使命,坚守医者誓言,坚守学者风范;希望广大医师争当技术过硬、创新为魂、立德树、济世为怀的协和好医生,以昂扬姿态推进健康中国战略,以优异成绩迎接党的二十大胜利召开!

“一个医师的能力有大小,水平有高低,但医师的仁爱之心、医师的担当都是相同的。”“中国医师奖”获得者、核医学科张永学教授分享了他的从医理念和感悟。年近古稀,从事核医学事业 40 余载,张教授认为医者首先要勇担责任,无私奉献;行医之路漫长而艰辛,要一直坚持,永葆初心;只有一辈子学习,更新知识,才能跟上医学科学的发展,才能步入更广阔的舞台。

择一事,终一生。庆祝大会现场表彰了协和医院 2022 年从医 50 年、70 年医师代表,张玉书记与胡院长分别为获奖医师代表递上了鲜花与荣誉纪念章。近年来,在医院高质量发展的新征程中,涌现出

一批优秀医师,他们亦诚为民,在技术上精益求精,用行动诠释了医者初心,发挥着医者的先锋模范作用。夏家红副院长分别宣读了协和医院 2022 年协和名医、公益奉献医师、优秀质控医师表彰名单。

百年来,协和依靠名医、发展名科、创建名院。继去年表彰“协和名医”之后,今年我院又评选一批新的协和名医。张强副院长与汪宏波副书记共同为 10 位协和名医获奖者颁发了荣誉证书和纪念杯。

“医者承生命之重,必须匠心于行”,从医 36 载,协和名医代表、心脏血管外科主任董念国教授深情讲述了自己的从医感悟,在历届前辈的努力和他的带领下,协和心外科心脏移植数量连续 7 年世界前三、疗效国际先进,引领中国乃至亚洲儿童心脏移植发展,疗效比肩国际顶尖心脏移植中心。董念国勉励大家敬畏生命,勇于创新,用匠心仁术服务患者,用锐意创新守护健康。

作为医疗“国家队”,协和一直把公益性写在旗帜上,把医者大爱写在祖国最需要的地方,本次大会还特别设立“公益奉献”医师奖,表彰年度公益奉献医师。总会计师刘波、院长助理、西院区院长程范军共同为 10 名获奖代表颁发了荣誉证书和纪念杯。

全国先进工作者、呼吸与危重症医学科张建功教授讲述了他的战疫故事与从医体会。2020 年疫情期间,张建功一直坚持守在第一线,用生命守护生命,带领“清肺小组”与病魔顽强斗争,直到最后胜利。他寄语

青年医师要不断增强使命感和责任感,聚焦人民群众看病就医的新需求和期盼,为推动医院高质量发展添砖加瓦,为增进人民健康福祉再立新功。

情景剧《协力守“沪”》真实再现了 2022 年我院援沪医疗队的工作场景,历经两个多月,两批援沪医疗队先后凯旋,展示了医疗“国家队”的使命与担当。随后,一曲《孤勇者》歌舞致敬中国医师,点燃大会全场,新进医师代表再次重温了《中国医师宣言》:“我宣誓,我志愿献身人类的健康事业;自觉维护医学的尊严和神圣……”站在建院 156 周年的历史新起点,新进医师们必将牢记医师宣言,不忘医者初心,练就过硬本领,为祖国的医疗卫生事业奋斗终生。

大会最后,张玉书记在总结致辞中指出,本次医师节庆祝大会主题为“‘医’心向党 踔厉奋进”。这既源于医者为人民谋健康的特别使命,也是广大医者与党同心、与民同行的真实写照。站在历史新起点,他希望协和和医者要有中国共产党人一心为民的风骨,怀救苦之心,做苍生大医,以高度的职业荣誉感、使命感,绘就中国特色国际一流医学中心的宏伟蓝图,为撑起“健康中国”的巍巍大厦彰显医者担当,为迎接党的二十大胜利召开贡献医者力量。

协和医院从医 50 年以上的老专家代表、临床医技科室主任、医疗主任、基层党支部书记、部门负责人、新职工等 300 余人参加了大会。(党委宣传部 医务办公室)

我院 8 名专家 入选第五届“人民名医”

本报讯 8 月 16 日,由人民日报健康客户端、健康时报主办的第五届人民名医盛典(原国之名医盛典)盛大举行,会上传来喜讯,协和医院共有 8 名专家教授入选。

胰腺病研究所王春友教授、心血管内科黄恺教授、放射科郑传胜教授荣获“人民名医·卓越建树”荣誉称号,心脏血管外科夏家红教授、外科陈振兵教授、肿瘤科杨坤禹教授、消化内科鞠蓉教授、肿瘤中心骨软组织肿瘤科陈静教授荣获“人民名医·优秀风范”荣誉称号。

本次,共有来自全国 117 个学科(含亚学科或重大疾病组)的 296 名优秀医生代表入选第五届人民名医系列榜单。

据悉,人民名医盛典是报经人民日报社批准,人民日报健康客户端、人民日报健康时报共同主办。活动通过各种载体,形成促进我国名医成长的政策、机制、舆论、学术、社会环境,激发医生做名医的内生动力与职业荣誉感,为健康中国战略助力。(党委宣传部)

我院再次斩获『改善医疗服务行动计划』全国医院擂台赛金银铜奖

本报讯 8 月 12-13 日,由国家卫生健康委医政医管局指导、健康报主办的第七季改善医疗服务行动全国医院擂台赛(城市类)总决赛在青岛召开。据悉,本届比赛共有来自全国 30 个省市、605 家医院参加,参赛案例高达 2058 个。通过项目申报、专家评分等环节的层层筛选,我院共有八项案例脱颖而出,挺进全国总决赛。

赛场上,我院选手经过主题演讲、现场提问、专家评审等环节的激烈角逐,最终斩获主题五金奖、主题二银奖、主题四铜奖及最佳管理奖等多个奖项,同时也是我院第四次在全国医院擂台赛总决赛中获得金奖。

其中,医务办公室团队的《从“绕一圈”到“走一站”》、多学科聚力 筑品质医疗”案例,通过展示我院目前多学科诊疗团队科学管理经验与模式,受到在场专家们的一致好评,荣获《主题五:推广多学科诊疗模式》金奖,演讲者王一琳也荣获该主题最佳表现选手奖。心脏血管外科医护团队的《创建儿童终末期心脏衰救治与管理》案例荣获《主题二:健全危重症救治与管理流程》银奖;门诊办公室团队的《无缝衔接智慧门诊服务流程优化 改善就医体验》案例荣获《主题四:推进“三位一体”智慧医院建设》铜奖。

此外,西院区创伤中心医护团队的《应用 PLTA 模式,打造创伤救治黄金圈》、心脏血管外科医护团队的《“三位一体”服务模式构建和谐医患关系》案例分别荣获《主题二:健全危重症救治及管理流程》、《主题九:构建和谐医患关系》卓越案例;手外科医护团队的《精细“手”护,改善老年患者就医体验》、心血管内科医护团队的《多维度综合管理提升老年慢性心力衰竭患者自我管理》、西院区心血管内科医护团队的《打通胸痛中心“最后一公里”》案例分别荣获《主题一:改善老年患者就医体验》、《主题五:推广多学科诊疗模式》、《主题三:依托紧密型医联体提供连续性医疗服务》优秀案例。

我院始终坚持以患者为中心,改善医疗服务,提升患者就医体验。自 2015 年进一步改善医疗服务行动计划启动以来,我院累计荣获全国医院擂台赛总决赛金奖 6 项、银奖 3 项、铜奖 2 项。未来我院将继续致力于进一步改善医疗服务,并通过全国医院擂台赛这一平台将我院优秀经验开放共享,为中国医院高质量发展贡献协和智慧和力量。(医务办公室)

张玉教授当选湖北省科协第十届委员会常委

本报讯 8 月 31 日,湖北省科学技术协会第十次代表大会在武汉隆重举行。湖北省委书记王蒙徽,中国科协党组成员、书记处书记朱永为出席大会并讲话。大会还表彰了全省科协系统先进集体和先进工作者。我院党委书记、医院药学专家张玉教授参加大会,并在省科协十届一次全会上当选为省科协常委。

张玉作为中国药学会医院药学专业委员会主任

委员、中华医学会临床药学分会副主任委员、湖北省第二届医学领军人才、湖北省重大疾病精准用药临床研究中心主任、国务院特殊津贴专家、吴阶平医药创新奖获得者,长期致力于医院药学管理、临床药学、新药开发等研究。近五年,先后主持和参与国家自然科学基金 6 项、国家重点研发计划重点专项 1 项及省市重点专项 20 余项,在国内外核心期刊发表论文 200

余篇,获湖北省科技进步一等奖 2 项、二等奖 2 项等。张玉当选省科协第十届委员会常委,是荣誉,更是责任。这将激励全院踔厉奋发、开拓创新,为助力健康湖北建设、为推动医疗行业科技创新、为协和医院高质量发展做出新的更大贡献,以优异成绩迎接党的二十大胜利召开。(党委办公室)

《健康报》聚焦我院高质量党建：奋力书写基层党建工作新篇章

今年是华中科技大学同济医学院附属协和医院推进“十四五”规划,朝着中国特色医学中心目标奋进的重要一年。8月24日,《健康报》重点刊载协和医院党建引领医院高质量发展的文章。党委书记张玉介绍,医院准确把握新发展阶段,深入贯彻新发展理念,加快构建新发展格局,不断提升医院基层党建工作水平,奋力书写医院基层党建工作新篇章。

新时期,公立医院如何满足人民群众对美好生活的向往和对健康生活的需求?协和医院作为医疗队伍中的“国家队”,找准了一条党建引领医院高质量发展的康庄大道。

在医院党委的领导下,医院基层党组织真抓实干、务实进取,党性意识不断提升,党建制度更加完善,创新活力愈发彰显,基层党建工作“有形”“有实”“有料”,取得了显著成效。

卓有成效 三件大事筑牢基层堡垒

党委统一部署,组织队伍更具活力。在医院党委统一部署下,医院基层党组织凝心聚力、高效推进。

目前,医院党组织共有10个基层党委、25个党总支、148个党支部;基层党组织书记161名,临床科室支部书记副高以上职称者占95%。

推进党史学习教育,学习实践更有成效。在过去的一年中,医院基层党组织认真谋划、重点推进,推动党史学习教育走深走实、扎实开展“我为群众办实事”实践活动。

医院完成了章程制订、建院庆祝活动、分序绩效改革等;实施了多院区信息一体化、专技档案一张表、职工就餐一卡通、管理人员定岗定薪等实事;办好了大病互助、食堂改革等暖心事;解决了职工停车难、学生宿舍环境差等烦心事,切实将党史学习教育的成果转化为医院发展的动力。

抗疫发展双统筹,诊疗服务更高效。今年,全国疫情多点散发,党员专家第一时间组织成立援护医疗队。

集结后的援护医疗队又火速成立临时党支部,全体队员奋战59个日夜,累计收治患者5686人,完成核酸采样16.7万人次。医院各基层党组织也纷纷通过寄物资、慰问家属等方式共同为上海抗疫贡献力量。

全院上下一手抓疫情防控,一手抓高质量发展,患者平均住院日整体控制较好,医院各项工作也稳步推进。

外化于形 三项制度对标履职争先

厘清责任,完善基层党建责任体系。按照医院党委出台的《关于进一步发挥基层党组织政治保障作用的指导意见》,医院各基层党组织积极履行基层党建、服务大局和监督保障3大职责,不断加强对下属党总支、党支部的管理指导,确保医院党委重大决策部署落地落实,起到了承上启下的重要作用。



协和医院2022年基层党组织书记培训班

结果导向,构建党建积分考核体系。医院出台了《基层党组织“双积分”考评体系》,把党建工作的软任务变成硬指标,首次实现了精准量化考核,强化结果运用,对排名靠后的科室通报批评、约谈整改,各党组织对照队伍建设、制度落实、工作机制等要求逐项对标,围绕服务工作主动作为。

示范引领,创新党员先锋培育体系。医院开展了党员先锋岗创建活动,通过“三亮三争先”,把党员身份亮出来、带头作用体现出来,优良形象树立起来。

全院共申报医疗服务、教书育人、科研创新、管理服务4大类岗位52个。经过一年的创建和组织考核,首批5个党员先锋岗正式获得授牌,在全国首创党员先锋示范岗成果展示活动,为医院高质量发展提供党建有力支撑。

精而有料 三个聚焦激发党建活力

聚焦制度改革,提高管理效能。机关党委、后勤党委围绕多院区同质化管理、文化整合、人员调动、成本控制等,全面梳理职能部门组织架构、工作职责,在广泛调研、征求意见的基础上,共同起草机关、后勤一体化管理框架,积极探索本部与分院区分级授权、相互协作的管理新模式,为推动管理一体化、医疗同质化提供制度保障。

聚焦梯队建设,盘活学科人才。医院管理者以人才盘点为载体,深入全院40余个临床科室调研梳理,建言献策,提供潜力学科带头人、重点培养对象、管理培养对象等人才名单,为选人用人提供了依据,为梯队建设提供了助力。

聚焦品牌辐射,提升服务质量。医院各基层党组织依托党建创新和结对共建项目,争相开展各类党建活动,全年组织学习实践200余次,既有临床科研教学的业务指导,也有党建人才管理的深度交流,还有义诊查房讲课等常规活动,活动的广度、深度、厚度持续拓展,医院党务、业务、服务深度融合,使协和品牌影响力进一步扩大。

近两年来,协和医院党委获评全国卫生健康系统庆祝建党100周年专题活动典型案例、湖北省卫生健康系统“致敬榜样——百年奋斗医心向党”特别专题活动“100个优秀共产党员、100个先进基层党组织”先进典型等。这些成绩的取得,得益于医院党委的正确领导,得益于支部建在科室上的科学体系,得益于党的一切工作到支部,一切工作靠支部的鲜明导向,得益于充分尊重和发挥基层首创精神的良好氛围。

固本强基 把稳党史学习教育方向盘

今年3月,中共中央办公厅印发了《关于推动党史学习教育常态化长效化的意见》,为进一步巩固拓展党史学习教育成果指明了前进方向。

理论学习加强力度。党委中心组充分发挥龙头作用,把党史作为常态化学习内容,医院基层党组织不断提升党内政治生活质量,强化以党史学习教育为重点的“四史”教育。

为民办事体现温度。医院持续推进“我为群众办实事”实践活动,使暖心的活动常态化、制度化。

湖北省卫生健康委召开“下基层、察民情、解民忧、暖民心”实践活动动员会后,医院领导班子对内深入科室倾听一线职工需求;对外下沉对口帮扶的乡镇卫生院、卫生室,从实际出发,解决被帮扶单位的问题。

守正创新 打造支部建设新引擎

完善“双积分”考评体系建设。医院继续实行“双积分”考评,推动党建评价由虚变实,党建工作从有形到有为,突出重点抓考评,规定动作突出组织性、纪律性,特色动作突出先进性。

医院通过扣分、加分等手段,鼓励开展特色活动、党建与业务相融合等做法,动态管理提质增效。对得分情况,党委组织部安排专人统计审核,实

施动态公示,营造抓在日常、严在经常的工作氛围。

年底,医院将综合“双积分”现场检查、书记述职述职等考核指标,对每个党组织量化评分,以评分制度促进医疗服务能力的提升。

打造特色党建品牌矩阵。近年来,医院陆续打造了“党建创新项目”“结对共建”“党员先锋队”“党员先锋岗”4大党建品牌,有力促进了医院高质量发展。党建品牌的建立既基于学科特点、科室文化、人员构成等客观因素,同时也结合医院、科室发展进行规划。

医院持续深化“党建+”模式,将党建与临床业务、群众需求深度融合,打造了一批接地气、易推广、记得住、叫得响的特色党建品牌。

履职尽责 提升服务大局新动能

为科室换届保驾护航。医院利用各种会议加强政策宣传,确保人人知晓。医院鼓励各基层党组织积极举荐人选,把能干事、想干事、干成事的优秀人才选拔出来。医院保障有序平稳,做到思想不散、秩序不乱、工作不断,严明换届纪律,全力营造风清气正的换届环境。

为人才引育勇担使命。医院第九次党代会提出了人才支撑战略,打造人才建设新高地。

当前,武汉正在加快建设具有全国影响力的科技创新中心,华中科技大学也正式获批牵头两大国家技术创新中心建设。医院将以此为契机,创新人才引进方式,借助合作项目、人才论坛、海外校友会等方式拓宽“朋友圈”,借智借力,多途径促进学科发展。

医院党委优化“成长圈”育才,坚持目标方向,立足人才评价标准,帮助青年医护人员做好职业规划,引领他们成长成才,构筑“服务圈”育才,对引进人才,既打好“组合拳”,又用好“感情牌”,让人才引得进、留得住、用得好。(党委组织部,原文刊载于《健康报》)

本报讯 时值酷暑三伏,武汉连日高温,8月16日上午,在协和医院党委书记张玉、副院长李湘年的带领下,工会主席黄冬香、党办主任袁柏春、保卫处处长程辉等职能部门负责人与西院区副院长王华、肿瘤中心党委书记、主任张涛等分院区领导一同深入基层一线,走访慰问保卫处、医疗服务中心等在高温一线辛勤坚守的工作人员,为他们赠送酸梅膏、绿豆、饮用水等“清凉包”,并带去医院党委的诚挚关怀与问候。

院领导一行先后走访慰问了医院正门值班的保卫人员、医疗服务中心的工作人员,每到一处,都详细询问大家的工作与生活情况,温馨提醒大家每隔一小时就要及时轮换岗,注意防暑降温,有困难要及时向医院反映。张玉书记再三叮嘱,今年暑期温度高、病人数量大、防疫任务重,大家一定要攻坚克难,群策群力,共同为医院的高质量发展贡献力量。

自七月进入高温酷暑季,医院工会、后勤部门与分院区及时开展“夏日送清凉”活动,为高温下的职工送去酸梅汤、绿豆汤、饮用水等物资,多项措施做好防暑降温工作。本次对360余名职工进行的慰问活动得到了省教科文卫工会的大力支持,医院工会根据职工需求,设计了包含毛巾、绿豆、酸梅膏等物资的清凉包,让在户外一线工作岗位上的劳动者感受丝丝清凉和关怀。(工会)

院领导「夏日送清凉」慰问高温下的劳动者

简讯

本报讯 为进一步强化党建引领学科建设,发挥医联体共建作用,助力打造“1+1+12”紧密型区域医疗联合体工作。8月18日下午,协和医院肿瘤中心第二党支部与协和武汉红十字会医院内科一支部、外科一支部、唐家墩社区卫生服务中心(肿瘤科)党支部开展党建共建暨“抓党建促发展——消化肿瘤MDT国际交流”活动。本次活动将学术交流、MDT工作交流、病例MDT实战研讨、实地查房等活动有机融合,切实提升了党建工作实效。(肿瘤中心第二党支部)

肿瘤中心第二党支部与协和武汉红十字会医院开展学科交流活动

本报讯 8月24日,协和医院风湿免疫科党支部联合武汉大学中南医院风湿免疫科党支部、武汉大学人民医院风湿免疫科党支部、武汉市中心医院风湿免疫科党支部的多位党员,线上举办了“八月流火,三伏战狼”健康讲座及义诊活动,与广大系统性红斑狼疮病友进行云端交流,提高病友们对系统性红斑狼疮的认识,宣传疾病防控及健康生活指导,为狼疮患者答疑解惑。(风湿免疫科)

风湿免疫科党支部开展线上健康讲座及义诊活动

本报讯 8月19日,2022年武汉经开区(汉南区)心血管病论坛在协和医院西院区成功举办。心血管病领域的专家教授,来自区内各基层医疗单位的专科医生共同参加论坛。自“323”攻坚行动启动以来,西院区管理的武汉经开区心血管病防治管理中心,制订了全区心血管疾病与糖尿病防治计划,建立健全防治体系,并开展了多样的社区健康教育活动,在有效提高基层医疗单位心血管疾病的防治水平的同时,全方位提升民众的健康意识。(西院区综合办)

西院区举办武汉经开区(汉南区)心血管病论坛

本报讯 8月26日下午,护理部党支部联合护理规培党支部开展了“知院史、学党史”主题教育活动。参加此次活动的有关党委第三党总支书记兼护理部党支部书记熊莉娟,护理部党支部全体支委、曾鑫露老师及护理规培第一党支部、第二党支部的全体党员,活动由护理规培党支部指导老师袁淑蕾主持。此次活动主要分为规培党员工作思想汇报和常态化院史、党史学习两个部分。据悉,护理规培党员队伍规模不断壮大,如今已由支部建之初的10余人增长至80余人。(护理部)

护理部党支部与护理规培党支部联合开展党建活动

金银湖院区召开团组织成立大会

本报讯 为深入贯彻习近平总书记关于青年工作的重要思想,完善医院共青团组织,做好青年工作,8月3日下午,金银湖院区召开团组织成立大会并为新成立的团总支和团支部授旗。协和医院党委书记、院长、金银湖院区党委书记张强,医院党委副书记孙晖出席了会议。会议由金银湖院区副院长郭科主持。

院党委组织部、统战部部长龙洪波,院团委书记李梅、金银湖院区各职能部门负责人、各党支部书记、青年委员、党员代表及团支部干部、全体团员共计50余人参加了会议。

会上,张强副院长回顾了金银湖院区发展成长历程。他指出,在中国共产党成立100周年的重要历史时刻,成立金银湖院区团总支和内科、外科团支部,为凝聚青年、服务大局提供了强有力的组织保障,为分院区高质量发展再添新动能。并强调,要进一步发挥共青团的桥梁和纽带作用,将青年队伍打造成党的忠实助手和可靠后备军,以青春力量,助力院区高质量发展。



医院党委副书记孙晖教授对金银湖院区基层团组织的成立表示祝贺。他指出,青年人是推进医院蓬勃发展、砥砺前行的磅礴力量,希望未来金银湖院区强化顶层领导,服务青年发展,抓好队伍建设,全面从严治团,“因地制宜”开展工作,进

一步丰富共青团围绕中心、服务大局的载体和手段,激活青春动能,锻造青春铁军,推动新时代共青团工作全面上台阶,展现新气象。

院团委书记李梅宣读了《关于成立协和医院金银湖院区团组织及相关团干部任职的通报》,并紧扣团委引领、联系、服务青年的主要职能,从基层团建、志愿服务、青年引领、文化建设等方面报告了院团委工作,为新成立的基层团组织团结带领青年团员建功新时代指明方向。

会上,张强副院长、孙晖副书记、龙洪波部长为金银湖团总支、金银湖内外科团支部、金银湖外科团支部授旗并合影。

据悉,院团委与金银湖院区历时近2个月的筹备工作,正式成立金银湖院区团总支和内科、外科2个团支部。金银湖院区综合办主任任金银湖团总支书记,董6消化与呼吸内科综合病区史文鹏任金银湖内外科团支部书记,手术室吴盼任金银湖外科团支部书记。(团委 金银湖院区综合办)

喜迎二十大“医”起向未来 第一临床学院举办 2018级临床医学八年制入院教育暨开学典礼

本报讯 8月28日下午，华中科技大学同济医学院第一临床学院2018级临床医学八年制入院教育暨开学典礼在教学楼五大教室举办。第一临床学院(附属协和医院)院长胡豫、副院长郭涛、学生党委书记刘亚玲出席活动。典礼由协和医学院副院长张进祥主持。全国教书育人楷模胡豫院长以“喜迎二十大‘医’起向未来”为题，为同学们讲授了开学第一课。胡豫院长向同学们系统介绍了当今世界的政治、经济局势。他指出，在全球处于动荡变革期的大背景下，我们党带领全国人民在抗疫斗争中取得重大战略成果，顺利启航第二个百年奋斗目标新征程，不仅践行了“人民至上、生命至上”的理念，更彰显了大国于世界的责任与担当。胡豫院长指出，百年来，协和与国家共命运，在医疗、教学、科研等方面不断取得突破，不仅服务健康中国持续增强，更为医学人才的成长孕育了肥沃土壤，不断向建立中国特色国际一流医学中心目标奋进。在党的二十大即将召开之际，他鼓励同学们抓住时代机遇，找准自身定位，强化专业知识，勇于创新实践，多向榜样学习，勇挑时代重任。学生党委书记刘亚玲主持开学典礼仪式。张进祥

副院长、郭涛副院长分别向班级代表授班旗、授袍，大家共同重温“医学生誓言”，在步入临床学习阶段之际庄严宣誓，明确初心，牢记使命。学生党委副书记陈剑虹老师、教师班主任唐欣副教授与同学们就临床阶段学习、生活等方面进行了交流。2018级临床医学八年制王经明激动地表示：“开学第一课令我获益匪浅，胡院长的授课把医学学习同国家、民族的伟大复兴结合起来，引导我们从大局出发，进一步思考医学学习的意义。张院长则从两个问题出发，引导我们思考自己的未来规划。陈老师和唐老师的关心，更让我们对在第一临床学院的崭新学习生活充满期待。”2018级临床医学八年制钟伟东则表示：“时间流转，日月如梭，转眼间，我们进入到下一阶段的学习生活中。相信在未来的四年里，我们都能完成从医学生到医生的蜕变，夯实基础，提升技能，强化奉献精神，肩负起我院未来发展之重任，努力达成‘今天我们以协和为荣，明天协和以我们为荣’之目标。”(第一临床学院)



我院获批全国“大思政课”实践教学基地

本报讯 8月26日，教育部会同八部门联合公布了全国首批453家“大思政课”实践教学基地，我院获批教育部、国家卫生健康委联合设立的“抗击疫情专题实践教学基地”。据悉，首批“大思政课”实践教学基地的设立，是落实教育部等十部门《全面推进“大思政课”建设的工作方案》的一项重要举措，是增强思政实践教学育人效果的重要支撑，是帮助学生深刻感悟习近平新时代中国特色社会主义思想真理魅力和实践伟力的有效途径。一部协和史，就是半部中国现代医学史。拥有156年历史的协和医院，自建院以来，始终秉承济世

为民、使命为先的家国情怀，尤其是2020年新冠肺炎疫情暴发，坚决落实党中央、国务院决策部署，充分发挥医疗国家队的实力与担当，累计接诊发热患者2.3万人次，收治5220人次，是国内行动最早、收治最多、质量最好的医院之一，为夺取“武汉保卫战”“湖北保卫战”决定性成果贡献了协和力量。抗疫斗争的伟大实践也成为思政教育最生动、最鲜活的“教材”。此次实践教学基地的申报，是在院党委的领导下，我院充分依托在抗击疫情中的事迹和精神，结合国家创新人才培养示范基地建设运行机制等资源优势，医院党政、教学、后勤等多部门积极协作，围绕“大思政课”

实践教学基地建设要求，整合资源、梳理经验、撰写材料，最终成功获批。我院党委书记张玉表示，下一步，我院将继续引领好人才培养的政治方向，发挥“大思政课”实践教学基地的教学作用，将基地应用于协和医学院本科生与研究生的思想政治理论课实践教学，也可服务于全院课程思政教师培训，还可服务于卫健系统与高校系统党建以及医务人员培训工作，进一步打造有深度、有力度、有温度“大思政课”实践教学，增强思政课的思辨性、理论性和亲和力、针对性，立德铸魂，培育卓越医学人才。(党委宣传部)

满眼都是“高精尖”，武汉协和医院惊艳亮相健博会

本报讯 “继成功研发出目前全球体积最小、质量最轻、技术领先的磁悬浮离心式‘人工心脏’后，我们正在研发国内首个温运转供心保存系统。相信在不久的将来，我们可以实现长时间供心转运，大幅延长运输距离，为更多患者带去生命的希望。”8月5日，2022年世界大健康博览会(健博会)开幕当天，协和医院心脏大血管外科李平教授在A5智慧医疗馆协和医院展区向记者介绍。参观者在协和展区拍照打卡。在本届健博会上，武汉协和医院展馆涵盖发展成果及抗疫成果特展、质子治疗中心专题展、协和西院区专题展、智慧医院专题展、智能医学专题展等展区，全方位展示协和医院智慧医疗基本情况以及最前沿的医疗技术。在智慧门诊展厅，“一站式”智慧就医服务平台——武汉协和智慧互联网医院全面亮相。依托“武汉协和医院”微信公众号和小程序，只要一部手机，就能完成就诊全流程，诊前、诊中、诊后全覆盖，从家中直接到诊区报到，实现了医疗服务“延伸在路上，伸展到家中”，大大提高了就诊效率。现场还有不少医护人员来到协和“智慧病房”前打卡拍照，体验病房内数字化输液监护、体温监测、婴儿防盗以及生命监测等辅助医疗应用。现场观展的一位护士长点赞道：“传统病房多以人工方式对患者进行体温监测、输液监测等一系列日常简单操作，大量挤占了医护人员的时间与精力，这个‘智慧病房’不仅为患者带来了许多便利，也提升了医护人员的工作效率。”“医学元宇宙”是什么？武汉协和医院展区中最神秘的板块也吸引不少参观者来探秘。利用混合现实技术，武汉协和医院在现实空间呈现了“数字化全息手术室”与“真实新冠患者肺部病理演变”。其中，数字化全息手术室以5G+智慧医疗为核心，向观众展现了集人工智能手术辅助、术



中导航机器人与医疗数据全息显示等功能的手术应用场景；新冠肺炎患者肺部全息影像，采用真实患者影像数据，在三维数据重建的基础上，通过人工智能算法，动态拟合模拟了自起病至痊愈的全病程病理变化。协和医院作为国家卫健委首批5家质子放射治疗系统准许可单位之一，质子中心的建设进展、功能作用备受关注。本次展馆内特设质子中心专题展，让观展者对协和医院质子医学中心有了

更直观的认识。质子中心建成后，将全面提升武汉、华中地区乃至中国恶性肿瘤综合诊治能力，为更多肿瘤患者提供世界领先的癌症治疗机会，助力武汉建设与国际水平接轨的健康诊疗基地，共同打造“世界大健康产业之都”。健康共同体，科技向未来。在本届世界大健康博览会上，武汉协和医院还将医院发展成果和抗疫成果特展搬入展区，包括5G急救车、UE可视化喉镜以及智慧门诊等。(党委宣传部 计算机管理中心)

董念国教授团队成功实施 全国首例微创体外人工心脏置入手术

本报讯 近日，华中科技大学同济医学院附属协和医院心脏大血管外科董念国教授团队全国首创通过颈静脉及腋动脉微创介入方式，运用自主研发的短中期体外全磁悬浮心室辅助装置，成功救治两名终末期心力衰竭患者。这也标志着中国自主研发的短中期体外磁悬浮人工心脏的置入手术全面实现微创化。24岁小张，因扩张型心肌病，终末期心力衰竭，求诊于协和医院心脏大血管外科。董念国团队首次突破传统微创介入方式经颈静脉穿房间隔置入左房引流、腋动脉端吻合人工血管回输，成功建立体外人工心脏循环体系。手术顺利，患者恢复平稳，9个小时拔除气管插管，当晚即可进食。因采用微创上身插管方式，不影响下肢活动，患者第二天即可下床行走进行锻炼。在体外人工心脏的支持下，心力衰竭的小张平稳渡过两周，在术后第十二天等到一颗和他匹配的珍贵心脏。当日董念国教授团队顺利完成心脏移植手术，同期移除体外人工心脏。由于心脏移植前的有效体外

人工心脏辅助，显著改善了患者循环状态，术后患者迅速恢复，现已转入普通病房，不日将出院。



董念国表示：“此次突破性完成微创体外置入插管建立体外磁悬浮人工心脏循环系统，对于心力衰竭危重症患者，尤其是终末期心衰过渡到心脏移植的患者，是个福音。我们希望通过推广本土自主研发的、具有中国特色的微创化体外人工心脏的使用，达到高

效、经济、优化临床结局的治疗目标。”对于终末期心力衰竭患者而言，心脏移植是最佳的治疗选择，但是由于心脏供体的短缺，患者潜在等待时间长，且重症患者在等待中随时会突发生命危险。而通过体外人工心脏建立循环支持，能帮助心衰患者安全度过等待供体的危险期，让更多患者“等得起”。近年来，高端医疗设备自主研发和国产化在政府鼓励与临床需求的推动下飞速发展走向国际前沿。体外磁悬浮人工心脏的应用可望更加精准地解决当前心源性体克治疗尚未被满足的临床需求。董念国指出：“在中国，短中期机械辅助除常见的IABP及ECMO以外，还有一系列机械辅助模式，比如体外人工心脏，可进行左、右心的靶向辅助。而之前该治疗方式在国内却是一个空白。如何加强中国医疗科技领域的创新，研发具有国际水平的短中期机械辅助设备并转化到临床使用是我国医疗科研工作者的责任和使命。”(心脏大血管外科)

骨科专家组赴西藏开展大骨节病集中救助

本报讯 7月25日至8月13日，华中科技大学同济医学院附属协和医院派出以田洪涛教授为组长、林辉、陈开放、杨冬龙为组员的医疗组赴西藏自治区洛隆县为56名大骨节病及骨科其他疾病患者成功开展免费手术治疗，这也是田洪涛教授第三次来率医疗组在西藏进行大骨节病专项治疗。大骨节病是一种西藏自治区地方性、多发性、变形性骨关节病，患者四肢关节疼痛畸形，严重影响劳动能力，藏族同胞深受病痛折磨。手术救治是大骨节病治疗的有效方式，但由于手术难度大，西藏本地基本无法自行治疗。同时由于西藏的特殊地理环境，当地县医院医疗条件有限，当地医护人员无相应手术经验等客观因素更增加了手术的难度。通常为保障手术安全、手术成功率将藏区病人转移到内地大医院或者西藏自治区大医院进行手术。但这种治疗方式配合环节多，社会成本高，不利于大规模开展救治。田洪涛教授团队充分研究高原患者特点，查阅大量文献和病历资料，制定了《高原大骨节病手术治疗规范》(KHOS)，将严重并发症如血运粘稠导致的深静脉血栓等发生率降到最低；采取团队援助的形式，保障患者术前、术中、术后的安全与医疗质量；在开展手术的同时，还通过培训、讲座、操作示范等多种形式，传播医学先进理念，推动当地医院医疗技术进步；采用线上的方式与当地医生共同管理术后患者的康复，形成“不离开”专家团队帮助当地提升大骨节病治疗技术水平，提高为藏族同胞健康服务能力。除此之外，专家组还摸索出一整套“手术医师抗高原缺氧高效工作法(OSSH)”使在藏区的每个手术日进行4-6台高难度关节置换手术，与内地该手术效率相当。截至目前，团队已经在藏区开展手术75例，为国内在藏区开展大骨节病手术最多的团队。所有手术疗效显著，患者均已下地行走，疼痛明显减轻，没有发生一例严重并发症。专家组奉献的精神、高超的技术、细致的人文关怀得到了广大藏族同胞的一致好评和衷心的感谢，该行动得到了湖北省与西藏两省(区)及山南市、昌都市党政领导与患者的充分肯定和一致好评。在藏区开展同质化的大骨节病医疗救治行动，避免了外送患者，节约了大量的医疗资金，也为藏区培养大骨节病救治医疗人才，取得了良好的社会效益。该项工作为实现西藏自治区2024年前消除大骨节病例，手术治疗上千万例重症患者需要提供了重要支撑。据悉，本次大骨节病专项救治是湖北省建藏援藏工作者协会、湖北省卫健委、华中科技大学同济医学院附属协和医院等联合发起的“治疗大骨节病，助力西藏乡村振兴”系列活动的一部分。除上述活动，武汉协和还积极开展“组团式医疗援助山南妇幼保健院”、“先心病防治专项”、“5G远程医疗”等多种形式的援藏工作，促进西藏医疗技术水平提升，为藏族同胞提供高质量医疗服务，践行援藏精神，促进民族团结、铸牢中华民族共同体。(骨科)

“喜迎二十大”医院高质量发展访谈

创新“协和路径”，跑出“健康中国”新赛道

一颗小小的“国产”人工心脏，在58岁患者储先生的胸腔内有力地跳动着，此前他因缺血性心脏病等严重疾病，亟需心脏移植。而激励着这项创新成果不断完善、升级的原动力是一位“协和医生”秉持的信念：不断降低患者费用，给病人更舒适的医疗。

8月17日，协和医院党委书记、中国药学会医院药学专业委员会主任委员、湖北省医学会临床药学分会主任委员张玉教授做客湖北日报5G演播室，分享协和医院在破解中国人自己生命难题上的创新之举和坚韧跋涉。

院党委书记张玉(右)做客湖北日报健康湖北纵横谈。



创新引领，将核心技术掌握在自己手上

“心怀国之大者，矢志国之重器。”作为委属委管医院，我们主动对接国家战略目标，以创建国家医学中心、国家区域医疗中心、国家临床医学研究中心等为契机，在“先行区”建设中争当先锋，推动医院高质量发展，助力健康湖北、健康中国建设。”张玉说。

“厚植‘产学研’协同化人才培养土壤，让创新之树茁壮成长。”张玉感慨。作为华中科技大学教学医院，协和充分依托大学理工科优势，综合运用多学科交叉融合，通过开展“医学+工程”“医学+材料”“医学+人工智能”等，让“医学+”成为新发展理念下复合型人才培养的新模式，组建跨专业、跨学院、跨机构的人才培养和科研协同攻关团队，促进临床研究成果转化，集中力量解决“卡脖子”问题。

这一新的人才培养模式很快显示出强劲动力。该院核医学科兰晓莉教授团队通过“医工交叉”“医理结合”，开发出“同位素取代的靶向黑色素瘤的正电子显像剂”，能识别小于两毫米的微小病灶，在黑色素瘤的早期精准诊断上获突破性进展，并成功实现临床转化。

“协和医院在获批省委共建国家区域医疗中心及项目医院的基础上，将努力争创国家医学中心，打造临床医学高峰、领军人才培养基地、科研成果转化高地。”张玉兴奋地说，“一方面对内整合，集中重点专科资源，以金银湖院区为基地，以质子刀高端放疗设备为牵引，推动转化医学大楼建设，打造精准肿瘤治疗的医学创新平台，形成一批符合我国人群疾病谱特点的重大疾病防治解决方案。另一方面对外借势，依托华中大牵头的两大国家技术创新中心，发挥‘优势医科团’的作用，通过医工交叉、医理融合，促进解决一批药品、医疗器械、医用设备等领域难点问题，助力我国临床医学研究和转化迈入世界先进行列，将医学的核心技术掌握在自己手上。”

(党委宣传部，原文刊载于《湖北日报》2022年8月24日)

不辱使命，引领中国现代医学在中部的起源与发展

“作为华中地区历史最悠久的委属委管医院，协和医院将创新的理念深深植于血脉之中，逐浪于时代变革、医学发展的潮流。”张玉以这样的方式燃情开场。

回望百年协和，创新的因子深埋于心，并传承至今。19世纪80年代，协和医院带来武汉最早的外科医生，最早在国内使用氯仿麻醉进行外科手术。创建华中地区首家女子医院，成为现代妇产专科发展的“起跑点”；开办华中第一家肿瘤放射治疗中心；开设检验科、病理科等，并成立“博医技专”，成为医技科室的起源；创办华中地区第一所专科医院——“大同医科学校”，是中国最早建制的西医院之一。

1950年，协和医院正式迈入医疗“国家队”行列，开启为民族复兴事业不懈奋斗的征程，创造诸多“第一”，世界范围内首次提出“日光性皮炎”，国际首创“双氧水心脏声学造影法”，国内首创小夹板治疗骨折术……在奋进中追求真理，勇攀高峰，正是协和人创新争先的时代写照。

不断创新的根脉，经历着岁月的浇灌，更加枝繁叶茂。上世纪90年代，血液科胡豫教授在国外了解到血栓性疾病的遗传突变后，第一反应就是：“我们中国人是不是也是这样呢？国外的结论对中国人是否同样有效呢？”20年磨一剑，他带领的团队组建中国最大的静脉血栓标本库，发现中国人特有的“易栓症”基因，为破解中国人的疾病谱，写下自己的答案。

勇攀高峰，集中力量解决“卡脖子”问题

在张玉看来，“不盲目照搬国外的经验”“奋力破解中国人自己的生命难题”是医学的应有之义。

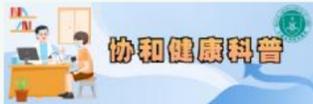
心外科董念国教授团队多年来潜心探索，为中国心脏病患者跑出“极限制心移植”的中国模式，打破常规，改进供心保护方法，将供心冷缺血时间由4个小时延长至6至8小时。挑战极限，成功施行全国最高龄心脏移植(76岁)、亚洲最小年龄/最低体重(66天3公斤)心脏移植。攻坚克难，植入地道“中国心”——全球尺寸最小、重量最轻的磁悬浮离心式人工心脏。

从心脏移植的中国模式到拥有自主知识产权的人工心脏的中国研发，协和医者集中力量，以创新之笔，在世界医学舞台，奏出自己的强音。

在被誉为医学巅峰的器官移植领域，协和累计完成重大器官移植逾3600例，心脏移植数连续5年全国第一，10年累计移植数占全国总量的40%。在近1000例心脏移植中，儿童心脏移植累计突破100例。无论是成人还是儿童心脏移植，其1月、1年、3年和5年的术后生存率均高于国际报道水平。进入新时代，医院坚持面向世界科技前沿、

面向经济主战场、面向国家重大需求、面向人民生命健康，紧扣新发展理念，抢抓创新机遇，围绕中国疾病谱，奋力破解中国人自己的生命难题。医院实施创新驱动，开拓医学研究新领域，聚焦创新驱动战略，秉持以患者为中心、以疾病为核心的理念，大力支持原创性科学研究，建立健全科研创新激励机制，加速推进创新科研团队建设，持续打造高水平科技新平台，形成具有协和特色的科研创新体系。

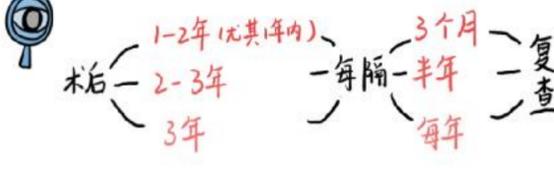
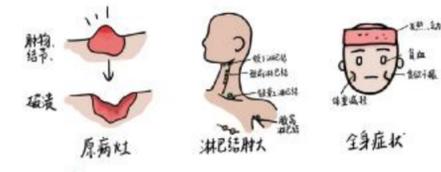
如今，协和医院已稳居中国医学研究“第一方阵”，拥有一大批国内顶尖、国际知名的专家学者，拥有省部级重点研究平台18个。在自然指数排行榜中，居全国第六。2018年新增国家科技进步二等奖两项，业内少见。近年来，牵头国家科技重大专项、国家重点研发计划14项，连续10年每年获国家自然科学基金项目超百项，居全国前三。67项成果获省部级一等奖。2022年，在湖北科技创新大会上，一举囊括湖北省首个卫生领域科技进步特等奖和3项一等奖。在《Cell》等国际顶级期刊发表重大研究成果。高水平国际期刊论文数居全国医疗机构第二位。最新医院科技创新影响力STEM(中国医院科技量值)排行跃居全国第七。



肿瘤切了又复发？医生：做好这四点

肿瘤中心 杨盛力

近年来，我国恶性肿瘤致死率居高不下，而肺癌、肝癌、胃癌等肿瘤的高发病率更是国民的心头大患。因此，降低肿瘤复发和转移的重要性不言而喻。那么，什么是肿瘤复发？肿瘤复发和转移是一回事吗？其实，二者在概念上是不一样的。肿瘤复发是指原发部位的肿瘤经治疗消退后，再次出现与原发瘤相同类型的肿瘤，肿瘤转移是指肿瘤通过血液、淋巴系统或体腔，迁移到他处继续生长。



肿瘤是怎样复发和转移的

癌细胞要扩散到整个机体，需要穿过邻近细胞进行迁移。在迁移过程中，癌细胞会撞上它不能通过的障碍。这个障碍通常是组织外围绕的一层厚厚的蛋白质和糖蛋白，称为基底膜或基底膜。为了穿过基底膜，癌细胞必须分泌酶的混合物，将基底膜中的蛋白质降解。这些酶充当“分子剪刀”，能将那些阻挡转移的蛋白质剪断。一旦穿过基底膜，癌细胞便可以在全身转移。比如，它们可以从血管内皮细胞间挤过而进入血流。

癌细胞一旦进入血流，就会在循环系统中飘浮，直至找到一个合适的“驻扎场所”，重新进入组织。随后，它们在新的部位开始生长增殖，形成新生肿瘤。很多肿瘤患者在手术后出现了不同程度的复发迹象。

手术是治疗多数肿瘤的首选治疗方法，但手术有着严格的适应证，它只能根除一部分早期肿瘤。对于中晚期肿瘤，可能切除不干净或其已发生血管或淋巴转移。这种情况下，患者将存在极大的复发风险，因此患者不应做完手术后就放松警惕，而应采取辅助治疗去减少复发和转移的风险。辅助治疗通常是手术后给予的治疗，以消灭体内残余的癌细胞，从而降低肿瘤向其他部位扩散的概率。

广义上的肿瘤辅助治疗内容很多，如肿瘤手术后的辅助化疗、放射治疗、生物治疗(免疫治疗)，甚至中药治疗、心理治疗等等。在循证医学中，治疗肿瘤既要消灭肿瘤组织，又要最大程度保护好整个机体。故手术切除肿瘤并不是治疗的结束，术后的辅助治疗能有效地预防和减少肿瘤的转移、复发。所以在科学不断进步的同时，我们对于患癌这件事的观念亦需更新。不应将手术切除作为肿瘤根治的标

准，而应正确认识肿瘤治疗的全程，重视癌症的综合治疗。

肿瘤复发和转移的原因

导致肿瘤复发和转移的原因大致有三点：一是治疗不规范、不彻底。这里主要指没有接受规范的术后辅助治疗，通常是因为病人化疗不良反应大，或听信民间的偏方、秘方擅自中断治疗而导致的。

二是癌症体质未改变。虽然通过手术或者放疗消除了病人局部的肿瘤病灶，但很多肿瘤患者本身的肿瘤体质还未改变，诱导正常细胞癌变的病因和利于肿瘤细胞生长的土壤仍然存在，肿瘤细胞还会再次萌芽。

三是生活方式不健康。一些患者回到曾经的生活环境中后，又恢复了不健康的生活方式。以上都是导致肿瘤复发和转移的重要原因。虽然转移的出现为治疗增添了不少困难，但绝不是无法医治。有极少部分的转移性肿瘤能够实现治愈。但大多数肿瘤出现转移后，以目前的治疗方式是无法治愈的，但可以让这些患者更好、更长期地带着生存。

如何预防肿瘤复发和转移

01 规范完整地治疗抗肿瘤治疗 患者接受治疗时，一定要尽可能地完成足疗程的治疗。这是因为足疗程的治疗可以将肿瘤复发和转移的概率降到最低。而对治疗无法耐受的患者，要和医生共同商定、调整治疗方案，切记不可自行中断治疗或擅自调整药物用量。

02 改善体质，建立牢固的防御体系 在预防肿瘤复发和转移的过程中，最重要的是需要病人的积极配合并具备坚强的意志。经归纳，我们把如何改善体质分为了以下三个方面：

其一，戒——消除或避免肿瘤的诱因。比如，肺癌患者需要戒烟，因为烟草中的有害物质(如尼古丁)与肺癌、胃癌的发生均密切相关。肝癌患者需要积极治疗肝炎病毒感染。同时还要戒烟，勿食用霉变的大米、花生等。胃癌患者应少食腌制、油炸食物，及时治疗幽门螺杆菌感染。结肠癌患者要减少高热量、高油脂食物摄入。食管癌患者要少食刺激、过烫的食物。

其二，食——注意均衡营养。肿瘤本身是一种消耗性疾病，再加上手术、放疗等治疗手段，都对患者的营养状况和免疫功能造成了不同程度的损伤。因此，肿瘤患者应比健康人增加大约20%的蛋白质及热量，即需进食肉、蛋、奶等以保证营养。食物的选择应多样化，多吃蔬菜、水果和其他植物性食物及富含矿物质和维生素的食物。遵循健康的膳食模式，可降低各种癌症的发病风险。

其三，动——加强身体锻炼。肿瘤患者可结合自身身体状况，进行适当的锻炼，如打太极拳、慢跑、做瑜伽等，以提高机体的免疫功能，减少肿瘤复发的概率。建议成年人每天进行中等强度身体活动45-60分钟，对于5-17岁人群，建议每日进行中高强度运动累计达60分钟，并减少静坐时间。

03 保持心情愉悦，适当进行心理疏导

无论什么疾病，患者的心理暗示作用都是强大的。对于肿瘤患者而言，心理因素与肿瘤复发和转移密切相关。肿瘤患者容易产生焦虑、绝望等负面

情绪，而长期的负面情绪会通过神经—内分泌—免疫网络使机体免疫力下降，增加肿瘤复发或转移的概率。因此，保持乐观的心态尤为重要。乐观的心态有利于使人的免疫机能处于最佳状态，有利于身体康复和防止肿瘤复发。因此，肿瘤患者的心理调适是万万不能忽视的，心理介入应被视为一种治疗方式。

04 定期复查，不放松

对患者自身而言，首先要观察自己的身体状况和变化，及时发现微小信号。如果出现以下状况，一定要注意。

- 身体任何部位出现肿块，如乳腺、颈部、腹部等，尤其是逐渐增大的。
● 身体任何部位，如舌头、颊黏膜、皮肤等处没有外伤而发生的溃疡，特别是经久不愈的溃疡。
● 绝经后妇女出现不规则阴道流血。
● 进食时胸骨后闷胀、灼痛、异物感或进行性加重的吞咽困难。
● 久治不愈的干咳或痰中带血。
● 长期消化不良、进行性食欲减退、消瘦，又未找出明确原因。
● 大便习惯改变，或便血。
● 鼻塞、鼻衄、单侧头痛或伴有复视。
● 黑痣突然增大或有破溃、出血，原有的毛发脱落。
● 无痛性血尿。

最后，肿瘤患者一定要按时复查。术后1-2年每隔3个月进行全面检查(1年内肿瘤的复发、转移率较高)；术后2-3年，每半年进行一次全面检查；术后3年以上可以6-12个月复查一次。