

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
2021年10月31日
辛丑年九月廿六

总1460期
《今日协和》
星期四
今日4版

协和医院科技成果亮相 国家“十三五”科技创新成就展

本报讯 10月21日,国家“十三五”科技创新成就展在北京开幕,协和医院科技成就“早期 COVID-19 CT 影像智能诊断系统”亮相本次展览。据悉,本次展览以“创新驱动发展 迈向科技强国”为主题,体现“创新是引领发展的第一动力”,集中展示我国科技创新在面向世界科技前沿、面向经济主战场、面向国家重大需求、面向人民生命健康等方面取得的重大进展和突出成就。在“社会发展”展区,协和医院

及电子信息与通信学院等单位展示的“早期 COVID-19 CT 影像智能诊断系统”,亮相“科技抗疫”板块。该成果基于 CT 数据的智能化新冠肺炎诊断与定量评估系统,可识别初期肺炎,且经不断更新优化,能够实现肺段水平精准分割,迅速落实习近平总书记“科学防治”精神,运用大数据、人工智能等高科技手段,为新冠肺炎疾病的早期诊断提供有效的技术支持,科学精准打赢疫情防控阻击战。(党委宣传部)

创新赋能,“建院 155 周年学术月”活动启动



本报讯 为献礼建院 155 周年,凝聚创新力量,推动医学研究发展及前沿技术转化,10月23日,协和医院基础研究与临床转化高峰论坛暨协和医院建院 155 周年学术月启动仪式,在外科 1 号楼学术报告厅成功举办。湖北省科技厅副厅长董克勤、社发处副处长李翠华,武汉市科技局副局长赵峰,华中科技大学副校长解孝林,协和医院党委书记张玉和与会嘉宾们将手中的金沙缓缓注入启动台,至此,学术月活动正式启动。协和医院院长胡豫开场致辞。他指出,在护佑人民健康、护航全面建设社会主义现代化国家的新征程上,转化医学是新的创新点和着力点。协和医院于 2011 年,在省内率先成立转化医学中心,进行了大胆创新与探索,取得了扎实的成绩。值此协和医院建院 155 周年,召开基础研究与临床转化高峰论坛,对协和医院创新驱动发展以及国家转化医学高质量发展具有重要意义。华中科技大学副校长解孝林表示,协和医院自 1866 年创建以来,经几代协和人的不懈努力,在医学教学、人才培养、科研创新等各方面都取得了可喜成绩,为护佑人民健康作出了突出贡献。他希望协和医院在新的征程中,继续构建服务大众健康的坚强阵地,为全面推进医疗卫生健康产业高质量发展贡献协和力量。湖北省科技厅副厅长董克勤、湖北省卫健委副主任李向东也向协和医院 155 华诞表示祝贺,并对医院百余年来为湖北省卫生事业做出的贡献给予了充分肯定。启动仪式后,基础研究与临床转化高峰论坛正式拉开帷幕。协和医院副院长金阳作《加强科研能力建设,助力医院学科发展》的报告,金阳介绍,近年来协和医院加大力度推动医学成果转化,构建学科发展、人才培养、成果转化三大体系支撑学科可持续发展。尤其是为青年人才制定了启航计划、临床研究基金等一系列激励措施,构筑链条式青年人才培养体系。本次基础研究与临床转化高峰论坛邀请了来自中国科学院全球公共卫生中心、中国医学科学院肿瘤医院、浙江大学、复旦大学等科研院所的 22 位学术领域知名专家进行专题讲座,同时邀请了武汉大学、华中科技大学、协和医院等 21 位相关领域知名专家进行主持讨论,交流互动,聚焦临床研究创新发展前沿与策略,围绕多项重大疾病防治的核心问题和关键技术展开研讨,共同为大家带来了一场高水平、高质量的学术盛宴。立足新起点,扬帆新征程。本次建院 155 周年学术月活动启动后,未来一个月,将有 30 余场学术交流活动陆续举行,涉及血液、呼吸、心血管、消化、肿瘤、普外、泌尿、两腺、耳鼻喉、骨科、妇产、药学、影像、护理等学科。大咖纷至沓来,医者同台论道,以学术交流促进学科发展。(科研处、党委宣传部)

年人才制定了启航计划、临床研究基金等一系列激励措施,构筑链条式青年人才培养体系。本次基础研究与临床转化高峰论坛邀请了来自中国科学院全球公共卫生中心、中国医学科学院肿瘤医院、浙江大学、复旦大学等科研院所的 22 位学术领域知名专家进行专题讲座,同时邀请了武汉大学、华中科技大学、协和医院等 21 位相关领域知名专家进行主持讨论,交流互动,聚焦临床研究创新发展前沿与策略,围绕多项重大疾病防治的核心问题和关键技术展开研讨,共同为大家带来了一场高水平、高质量的学术盛宴。立足新起点,扬帆新征程。本次建院 155 周年学术月活动启动后,未来一个月,将有 30 余场学术交流活动陆续举行,涉及血液、呼吸、心血管、消化、肿瘤、普外、泌尿、两腺、耳鼻喉、骨科、妇产、药学、影像、护理等学科。大咖纷至沓来,医者同台论道,以学术交流促进学科发展。(科研处、党委宣传部)

年人才制定了启航计划、临床研究基金等一系列激励措施,构筑链条式青年人才培养体系。本次基础研究与临床转化高峰论坛邀请了来自中国科学院全球公共卫生中心、中国医学科学院肿瘤医院、浙江大学、复旦大学等科研院所的 22 位学术领域知名专家进行专题讲座,同时邀请了武汉大学、华中科技大学、协和医院等 21 位相关领域知名专家进行主持讨论,交流互动,聚焦临床研究创新发展前沿与策略,围绕多项重大疾病防治的核心问题和关键技术展开研讨,共同为大家带来了一场高水平、高质量的学术盛宴。立足新起点,扬帆新征程。本次建院 155 周年学术月活动启动后,未来一个月,将有 30 余场学术交流活动陆续举行,涉及血液、呼吸、心血管、消化、肿瘤、普外、泌尿、两腺、耳鼻喉、骨科、妇产、药学、影像、护理等学科。大咖纷至沓来,医者同台论道,以学术交流促进学科发展。(科研处、党委宣传部)

我院两项成果入选 2021 年度华中科技大学重大学术进展

本报讯 近日,“2021 年度华中科技大学重大学术进展”评选活动入选成果揭晓。协和医院心血管内科程翔教授团队研究成果《心血管疾病的免疫发病机制与治疗策略》、重症医学科高游教授团队研究成果《重症新冠肺炎临床特征、预警与治疗研究》入选。据悉,协和医院连续两年有 2 项研究成果入选华中科技大学重大学术进展,充分彰显了我院在医学研究领域重要的影响力。近年来,中国心血管疾病患病人数和死亡率持续上升,已成为我国首要疾病死亡原因。程翔教授团队致力于“心血管疾病免疫发病机制与治疗策略”的探索,阐述了缺血性衰竭心脏局部组织特异性调节性 T 细胞反应,揭示缺血性衰竭心脏局部 T 细胞的促炎表型和 TCR 特征,有望指导心脏重构的免疫精准干预;引领原发性高血压和肺动脉高压的治疗性疫苗研究,有望改变此类疾病的治疗模式。重症新冠肺炎严重危及人类生命健康,但疫之初,人类对其缺乏认识。重症医学科高游教授团队在进行临床救治的同时,对其进行了科学研究。在全球最早揭示“重症 COVID-19 的临床特征,及器官损伤规律和独立危险因素”,阐明重症新冠肺炎肺部免疫细胞功能与器官功能衰竭的关系。对重症新冠肺炎救治效率提高及助力全球抗疫发挥重大作用。2021 年度华中科技大学重大学术进展评选活动由学术委员会主办,旨在普及前沿科学知识、弘扬科学精神、激发创新活力、推进学校“双一流”建设。评选工作遵循公开、公平、公正,以及宁缺勿滥原则,立足于宣传我校具有原创性、引领性的学术成果。(科研处)

协和医院建院 155 周年邮资信封正式发行

本报讯 2021 年 10 月 8 日,协和医院在外科 1 号楼 1 楼大厅举办了协和邮资封首发暨健康邮局启动仪式。中国邮政湖北省分公司、武汉市邮政分公司各级领导,协和医院领导班子成员、部分职能部门负责人,老专家代表,青年职工代表,以及媒体参加了仪式。活动由协和医院党委副书记孙晖主持。协和医院党委书记张玉和致辞。他指出,邮票被誉为国家名片,也是历史的记忆。在建院 155 周年的重要节点,这枚“虽是方寸小,乃容天地大”协和邮票正是这一重要时刻的见证者和传承者,是对协和无限热爱与美好期待的最好诠释。随后,武汉市邮政分公司副总经理甄鹏飞现场宣读了关于“华中科技大学同济医学院附属协和医院普通邮资信封的通告”。武汉市邮政分公司党委书记、总经理徐从山,医院党委书记张玉共同纪念邮资信封揭幕。武汉市邮政分公司副总经理王旭,医院党委副书记孙晖共同为“协和医院健康邮局”揭牌。活动现场还举办了青年医生向老专家赠送纪念邮资封、向在外开展健康帮扶工作的同志投递慰问信等活动。仪式发行推出的邮资信封是中国邮政面向全国推出的协和建院 155 周年纪念邮资封,分为普通版和纪念版两套,均印制有协和专用邮资图。其中,普通邮资信封 1 套 1 枚,发行量为 30.3 万枚;纪念版邮资封制作 2 万套 20 万枚,由协和医院主要用于院内职工、援鄂医疗



队、托管医院、友好单位等的发放。邮资图由医院 LOGO、院训等元素组成。协和纪念邮资信封一套 10 枚,包括一枚 155 周年主题信封,4 枚各院区信封,5 枚各时期协和门诊信封,从多角度展现协和发展历程。与此同时,国内首家健康邮局落户武汉协和医院,这是我国第一家设立在三甲医院服务大厅的主题邮局。健康邮局配备一枚协和医院文化戳,可以为集邮爱好者加盖主题邮戳。健康邮局在运行后将作为集邮件快递、健康教育、文宣宣传于一体的综合性邮政服务点,批量满足医院内职工及患者的邮件收发需求,如医院特快快递需求,收寄药品、病历寄递等,成为健康中国建设宏伟道路上的别致一景。(党委宣传部)

健康邮局配备一枚协和医院文化戳,可以为集邮爱好者加盖主题邮戳。健康邮局在运行后将作为集邮件快递、健康教育、文宣宣传于一体的综合性邮政服务点,批量满足医院内职工及患者的邮件收发需求,如医院特快快递需求,收寄药品、病历寄递等,成为健康中国建设宏伟道路上的别致一景。(党委宣传部)

协和医院 30 对新人在金银湖畔举办集体婚礼



本报讯 “执手百年,幸福协和。用爱向党致敬,用幸福向协和献礼!”10月21日下午,协和医院第五届集体婚礼在金银湖院区举行,来自医院各科室及托管医院共 30 对新人在此喜结连理,用一场简约而热闹的户外婚礼展现幸福,同时庆祝协和建院 155 周年。15 时 18 分,鲜花拱门下的 30 位新娘挽着父亲的胳膊缓缓走向她们的新郎,身着帅气西装的 30 位新郎在舞台上手捧鲜花紧盯各自心中那位最美丽的新娘。在亲友和嘉宾的见证下,新郎单膝跪地倾诉爱的誓言,新人互相交换戒指,许下爱的誓言。协和医院原创婚礼主题曲《我们的婚礼》MV 在现场首播,30 对新人共同出演将幸福传递。在《陪你度过漫长岁月》的歌声与祝福声中,现场所有来宾与新人一同放飞手中的气球,放飞对新人、对协和、对祖国的祝福,将婚礼现场气氛推到了高潮。协和医院党委书记张玉表示,第五届协和医院集体婚礼选在华中地区首家 5G 智慧医院、国家区域重大疫情防控救治基地——协和医院金银湖院区举行。新

院区、新征程,希望缘定协和的 30 对新人 and 全体协和人一道,凝成一颗心,在今后的工作中“协”力同心,生活中“和”和美,共启人生新篇章,共创美好未来。作为《我们的婚礼》歌曲主唱的刘坤伟是今天的新郎之一,与爱人许依婷都是协和的职工,他们在 2020 年曾并肩作战,逐渐熟络后相互倾心。今年 2 月领证后,两人便期待着一场盛大婚礼。“很激动很开心,在协和 155 岁生日来临之际,与同事们一起步入幸福的殿堂很甜蜜!”本是大学同学的刘名和崔宇物,也先后加入协和医院的大家庭。新郎刘名说:“每年的集体婚礼医院都精心打造,感受到大家庭的温暖,有一种归属感,相信明年又会有许多协和宝宝诞生。”据悉,协和医院在全国医疗机构中首创集体婚礼,至今已连续举办五届。此举不仅积极响应了习近平总书记提出的“担起为人民谋幸福、为人类谋进步的历史责任”,也引领了医院文化新风尚,让职工从活动中深切感受到“仁济济世 协诚人和”的院训精神,感受协和“家文化”。(工会)

协和金银湖院区与东西湖区公安分局开展共建座谈会

为深入推进平安院区建设,积极构建警医合作共建共同体,10月27日下午,在武汉市东西湖区区委常委、区公安分局党委书记、局长徐扬带领下,区公安分局警务指挥处、政治处、内保大队、交通大队、金银湖派出所一行 9 人到协和金银湖院区现场调研,座谈并签署了警医共建协议书。协和医院党委书记张强、副院长张强、保卫处处长程辉、金银湖院区副院长郭科及相关职能部门参加了座谈会。会上,张强副院长代表协和金银湖院区对徐扬书记一行表示热烈欢迎。他指出,院区的平安有序是各项工作顺利开展的基础,感谢东西湖区公安分局主动作为,上门服务,希望未来院区与分局能够紧密合作,共同为就医的群众和医院创造良好的治安环境,保障患者与医护人员的合法权益,共同建设让广大人民群众及医务人员放心的“平安院区”。双方就院区警务室建设、巡逻防范、内部安全保卫、警医沟通协调机制、紧急就医绿色通道等方面进行了深入交流,对警医共建业务培训、演练,完善监控设施、交通规划和联动紧急医疗保障等事宜建立初步合作意向。最后,在张强副院长和徐扬书记的共同见证下,金银湖院区郭科副院长与区公安分局贺超签订了《警医共建协议书》。(金银湖院区)

协和医院青年人才座谈会顺利举行

本报讯 为切实把党史学习教育成效转化为聚力谋发展的实际举措,深入开展“我为人才办实事”实践活动,10月14日,协和医院人才工作办公室在校人事处、人才办的大力支持下,成功举办了我院青年人才座谈会。协和医院党委副书记汪宏波、华中科技大学人事处副处长刘真、校人才办科长刘婧婧、副科长郭磊、陈孟秋以及协和医院相关职能部门负责人与我院24位青年医学人才代表进行了座谈。医院人事处蔡开琳处长主持会议。

汪宏波副书记代表协和医院对刘真副处长一行莅临我院指导工作表示感谢。他在讲话中指出,在校党委的关心和支持下,协和医院坚持党管人才原则,制定中长期人才发展规划,顶层设计“三名一优”人才培养工程,打造协和名家、名医、名师和优秀管理队伍。目前我院人才高地已初步形成,但人才高峰还有待突破,人才梯队建设还需持续向纵深推进。希望参加座谈会的青年人才们实事求是、畅所欲言,为协和医院的人才建设工作建言献策。

校人才办刘婧婧科长、院人才办苏颖主任、科研处王征副处长和教学办公室齐来华副主任分别就国家、省市、校院各级人才政策、项目申报、协和医院各类人才培养计划等进行了详细介绍,以核医学江大教授和心外科吴杰教授为代表的青年医学人才,结合自身实际提出医、教、研工作中遇到的各类困难和问题,并积极为医院人才建设提供参考意见和建议。相关职能部门负责人认真听取了参会代表的各项意见和建议。

大学人事处刘真副处长对座谈会进行了总结发



言,她充分肯定了协和医院在人才工作中的付出与取得的成果。她强调要紧跟中央人才工作会议精神,坚持党管人才;始终重视培养人才、团结人才、引领人才、成就人才;在未来工作中增强忧患意识,建立人才

资源竞争优势。对于座谈会中提出的共性问题,各部门会积极探索解决方案,不断完善人才工作机制,加强平台建设,优化服务制度,真正做到为人才办实事。(人才办)

院团委开展“我为青年做件事”主题活动

本报讯 为引领广大青年团员认真学习贯彻习近平总书记在全国抗击新冠肺炎疫情表彰大会上的重要讲话精神,切实把党史学习教育成果转化为青年办实事、解难事的实际行动,2021年第三季度,院团委以基层团组织生活会为契机,组织全体团委书记以分片区、联片点的形式,深入基层开展“我为青年做件事”主题活动,指导基层开展团组织生活会,聆听青年心声,征集青年提案。

长期以来,院团委坚持党旗领航,将党的青年工作紧密融入医院发展,积极围绕青年需求,开展具有青年特色的活动,把团员青年的思想和行动统一到医院发展总体思路上来,积极为医院发展贡献青年力

量。今年4月,在院党委的支持下,医院召开的第十次团代会,进一步明确了走进青年、联系青年、服务青年,是新时期医院共青团工作重点。为了让该项工作开展得更有效,第十届团委会自组建以来,多次商讨制定《团干部联系服务青年常态化工作方案》,明确了结合基层团组织生活会开展的思路,并于2021年第三、四季度分步开展的形式推进,希望通过活动征集广大青年在医院工作、学习中的需求和意见建议,对青年反映较集中的问题进行沟通,并将青年们对医院发展有建设性的提案进一步向医院报告,为医院发展提供参考。

截至10月中旬,团委“我为青年做件事”第一期

活动已圆满完成。活动的开展,体现了新时期协和和团干“做青年友不做青年官”的共青团风尚,有助于协和和青年进一步增强政治意识,坚定理想信念,在参与医院发展的过程中,提升共青团组织的凝聚力。多名团干表示,这项活动的开展,进一步拉近了团员与团组织、团员与团员之间的距离,让“团团”们更有存在感和归属感,让团组织更有向心力和凝聚力。

第四季度,医院团委委员将进一步深入西院、肿瘤、金银湖院区,同步开展“我为青年做件事”活动,并将在活动结束后,以“协和青年提案”的形式,将活动总结青年的建言向医院报告,为医院发展贡献团组织力量。(团委)

支部共建学党史 助力江南办实事

本报讯 为深入贯彻党史学习教育精神,10月23日,我院机关党委人事处党支部、肿瘤中心党委第二党支部、西院党委内科党支部共同开展了“支部共建学党史、助力协和江南办实事”暨爱国主义教育实践教育活动。

早上9点半,协和医院三个支部到达中山舰博物馆,与协和江南医院行政一支部、二支部、外科三支部共同进行了爱国主义学习教育。在协和医院人事处处长、支部书记蔡开琳的带领下,在中山舰博物馆重温入党誓词。

参观完中山舰后,党员们集中前往协和江南医院。在西院内科周子华教授的引领下,西院党委内科党支部进行了教学查房;肿瘤中心党委第二党支部在刘俊丽副教授、鲍利红护士长的带领下与协和江南医院展开了疑难病例讨论。

同时,机关党委人事处党支部与协和江南医院行政一、二支部就医院人力资源管理展开了热烈的交流。人事处党支部杨永健还介绍了协和江南医院人力资源管理信息化建设的实践与思考,从概述、需求分析、建设实践三个方面进行了经验分享。

此次党建活动将爱国主义教育与实践相结合,党员们接受了生动的历史知识和爱国主义教育,感受到了红色情怀。同时通过医院人力资源管理经验交流、医疗教学查房和疑难病例讨论,将协和医院先进的管理和临床经验带到了协和江南医院,知识经验共享,为群众提供更方便的服务,同时也为两院支部后续开展更加深入的党建结对工作和业务互动交流建立了



纽带。

据悉,本次活动是由机关党委人事处党支部、肿瘤中心党委第二党支部、西院党委内科党支部

共建项目“凝心聚力促党建,服务群众践初心”的重要组成部分,随后三个支部还将围绕该项目持续开展各项活动。(机关党委)

传承红色基因 凝聚奋进力量

第一临床学院组织红色观影活动

本报讯 为缅怀革命先烈,赓续红色血脉,厚植爱国情怀,10月30日下午,第一临床学院学生党委和团委联合同济医学院电影协会,组织开展红色观影活动。学生党员、团员共100人集中观看了红色影片《高山下的花环》。活动特别邀请了学生党委副书记陈剑虹老师出席。

习近平总书记《用好红色资源 赓续红色血脉 努力创造无愧于历史和人民的业绩》讲话中强调,“一切向前走,都不能忘记走过的路;走得再远、走到再光辉的未来,也不能忘记走过的过去,不能忘记为什么出发。”

红色影片正是党史学习教育的“活教材”,《高山下的花环》是一部以对越自卫反击战为背景的红色影片,通过一支尖刀连的战斗故事,塑造了梁三喜、赵蒙生、靳开来等一批个性鲜明的人物,讲述了对越自卫反击战中战士们在血与火的洗礼中经受住的考验,讴歌了中国军人不怕牺牲、无私奉献的精神。

一直以来,第一临床学院学院坚持党旗领航,此次观影活动更是丰富党史学习教育形式的一次积极探索。通过沉浸式的体验,党员、团员们都感受到了思



想的洗礼和升华。以史为镜,认知当下,展望未来,不忘初心,勇担使命,以强烈的历史担当,让爱国主义精

神“入脑入心入行”,把小我融入大我,走好新时代的长征路。(第一临床学院学生党委)

我为群众办实事

风湿免疫科党支部携手民盟 开展“同心共建下基层”系列活动

本报讯 10月30日,为推进党史学习教育走深走实,落实“我为群众办实事”,协和医院风湿免疫科党支部携手民盟协和支部与武汉医学会风湿病学分会党支部、宜昌市第一人民医院风湿免疫科、宜昌市第一人民医院风湿免疫科党支部举行支部共建,共同开展“同心共建下基层”系列活动,赴长阳土家族自治县中医院开展义诊。

义诊团队的医护人员为居民们测血压、测血糖等,耐心解答疾病发生、发展过程以及用药注意事项、服药方法,宣讲风湿免疫疾病基本医疗知识,如痛风、类风湿关节炎、骨关节炎等常见病的发病原因、预防措施和相关药物治疗方式。本次活动先后为200余名居民提供了医疗问诊服务,切实解决人民群众看病就医的实际问题,努力提高人民群众的健康水平。

“同心共建下基层”系列活动是风湿免疫科党支部的党建特色项目,至今已开展三年,分别走进过五峰土家族自治县、团风县等少数民族或偏远贫困地区,长阳土家族自治县是第三站。在当前严格遵守疫情防控的基础上,风湿免疫科党支部将继续开展与民主党派合作的党建活动,加强统一战线合作,落实为群众办实事。

(风湿免疫科党支部)

本报讯 为弘扬中华民族传统美德,倡导全社会参与尊老、敬老、爱老、助老,2021年10月14日上午,在中国传统节日重阳节来临之际,协和医院西院程范军院长带领西院东院阳光社区党员工作队以及西院门急诊、内科、外科、医技、妇儿、骨科等六个支部共计30余名医护人员走入东院阳光社区开展“我为群众办实事,重阳敬老送爱心”活动。

活动现场,骨科、胃肠外科、胸外科、肝胆外科、儿科、心内科、内分泌科、神经内科、急诊内科、药剂科等十多个科室的专家为社区居民开展免费咨询和问诊活动。同时,现场开展心肺复苏急救演练、健康体检、血糖血压测量等活动。此次活动还得到了公共卫生防疫部门的大力支持,公共防疫工作人员现场免费发放健康手册,向居民宣传公共防疫健康知识。

此次活动共服务居民300余人次。通过此次重阳节敬老活动的开展,西院党组织的凝聚力进一步增强,为民办实事的服务意识也进一步增强,大家表示要把尊老敬老、服务群众变成日常行动,内化于心,外化于行,不断强化新时期党员的初心和使命。

(西院)

本报讯 近日,协和医院驻鹤峰县中心医院帮扶工作队,联合鹤峰县中心医院部门科室、鹤峰县科协、鹤峰县红十字会,来到鹤峰县容美镇杨柳湾社区开展健康科普及送医送药健康义诊活动。

10月21日下午,一场别开生面的健康科普知识讲座在杨柳湾社区会议室拉开序幕。会上,协和医院驻鹤峰县中心医院帮扶工作队的队员们围绕腰痛、高血压等常见疾病的防治知识进行科普宣讲,普及相关知识。

随后,帮扶工作队开展义诊咨询活动。协和医院神经内科梁直厚教授、骨科陈超博士、消化内科罗超博士、内分泌科刘庚博士及心内科许文静博士针对风湿骨病、心脑血管疾病、糖尿病等慢性病,详细询问病史,给予治疗建议,积极进行健康指导,让社区居民们在家门口享受到优质医疗服务。

据悉,本次义诊活动服务当地居民200余人。通过此次义诊,协和医院驻鹤峰县帮扶工作队充分发挥了专业特长,把“对口支援办实事”行动落到实处、实处,同时也践行着协和使命,积极为健康湖北和“323+”攻坚行动贡献力量。

(党委组织部)

我为群众办实事 重阳敬老送爱心 武汉协和医院西院开展党员下沉社区志愿服务

协和医院驻鹤峰县中心医院帮扶工作队走进社区开展科普义诊活动

2021 全国肿瘤学术大会在汉召开

本报讯 10月15至17日,2021全国肿瘤学术大会在汉召开。本次大会由中华医学会杂志社、中华医学肿瘤学分会主办,中华肿瘤杂志、中华医学杂志英文版、肿瘤研究与临床杂志、白血病·淋巴瘤杂志作学术支持,协和医院承办。

会议主席由中国工程院院士、山东省肿瘤医院院长、中华医学会放射肿瘤学分会荣誉主委于金明院士担任。大会副主席由四川省肿瘤医院院长林桐榆教授、中国医科大学附属第一医院肿瘤中心主任徐惠绵教授和武汉协和医院院长胡豫教授共同担任。武汉协和医院肿瘤中心伍钢教授、张涛教授、杨坤禹教授担任大会执行主席。

本次大会云集数位院士、100多位顶尖肿瘤学专家学者,2000余位全国一线肿瘤治疗专家,会议采用院士高峰论坛、国际高峰论坛、科研能力提升论坛、优秀论文竞赛、特邀演讲、专题报告、多学科病例讨论等多种方式进行交流。除主会场外,还开设肺癌、乳腺癌、胃肠肿瘤、头颈肿瘤、妇科肿瘤、淋巴瘤和血液肿瘤、放射生物和免疫、放射物理、肉瘤、护理等10余个分会场。来自全国各大医院的顶尖肿瘤学专家,将围绕各自领域的前沿话题,最新理念、创新技术、最新思考、最新进展进行主题演讲,结合社会学、时代发展等不同角度,从基础研究到临床实践,从精准医学到整合医学,分享资讯和成果。

据悉,随着人口的老齡化和快速增长,全球的癌症发病数和死亡数也正在快速增长。癌症将成为21世纪死亡的首要原因,并且将是世界各国提高预期寿命的最重要障碍。我国恶性肿瘤发病率基本稳定,新发病例数随人口增长及老龄化不断攀升,年新发病例已达到400



万例以上,恶性肿瘤死亡占居民全部死因的23.91%,肿瘤性疾病已经成为危害人民健康的重大问题。

今年适逢武汉协和和医院建院155周年,本次大会也是协和医院学术献礼活动之一。它为加强全国肿瘤

科学学术交流,促进肿瘤学科发展,提高全国肿瘤领域医师的临床诊疗水平与科研能力,同时为肿瘤科医师提供一个绝佳的学术交流平台。

(党委宣传部 肿瘤中心)

加强国际化建设 推动高质量发展

协和医院国际化能力提升培训班顺利举办

本报讯 10月15日下午,2021年度“协和医院国际化能力提升培训班”在外科楼二楼学术报告厅顺利举办。湖北省外事工作委员会办公室副主任冯细国,华中科技大学国际交流处副处长胡瑞敏,协和医院副院长黄恺出席本次培训。培训由协和医院国际交流办公室主任高峰主持。

黄恺副院长在开班仪式上介绍了医院近年来国际合作成果,肯定了各个专科、专家对于医院国际交流的积极参与和大力支持。他指出,打造国际交流意识与能力俱佳的科室外事队伍对于提升医院国际化水平至关重要。他强调,在“十四五”开局之年,要围绕医院中心工作,积极发挥国际交流的桥梁作用,助力医院高质量发展。

本次培训直击新形势下国际交流合作面临的机遇与挑战,围绕国际形势与中国外交政策、学校国际化建设、医院国际交流与合作工作三个方面展开。

湖北省外事工作委员会办公室副主任冯细国以《当前国际形势与中国特色大国外交》为主题授课,深刻分析当前百年变局与世纪疫情交织叠加之下的国际形势,深入解读中国特色大国外交总体布局。

华中科技大学国际交流处副处长胡瑞敏以《坚持开放合作,助力四力提升》为题,介绍了学校医科国际化建设情况。她指出,国际合作是世界大势所趋,国家发展所向,学校建设所需,更是医科发展的加速器。她充分肯定了协和医院为医科国际化建设作出的突出贡献,希望医院认真学习贯彻学校新时期国际化建设的工作思路和具体举措,主动作为,为深入推进学校“双一流”建设作出新的更大贡献。

培训下半场聚焦医院国际交流与合作,感染性疾病科副主任王宝菊以《国际合作助力学科发展》为题,



分享了湖北省感染与免疫国际科技合作基地建设经验。感染性疾病科主任郑昕回顾了与国外合作伙伴长期、稳定、深入的合作关系,并强调国际合作对学科发展有积极促进作用。国际交流办公室主任高峰介绍了医院“十四五”国际交流工作的目标和任务,以项目为依托、务实合作为宗旨,统筹推进一批学科发展、深化、巩固国际交流与合作,以精准服务、规范管理助力学科建设和人才培养,推动医院高质量发展。最后,培

训班为全体学员颁发了结业证书。

据悉,这是协和医院首次面向临床科室、职能部门开展的以国际化建设为主题的培训班。本次培训班举办是稳步提升全院全员国际化能力,推进医院国际交流内涵式发展的创新举措,也展示了协和医院的国际化发展特色和水平,得到了湖北省外事工作委员会办公室、华中科技大学国际交流处医科办的指导与支持。

(国际交流办公室)

协和医院推出一系列老年患者服务新举措

本报讯 正值重阳节之际,为了更好的服务老年患者,进一步打造老年友善医院,10月13日上午,协和医院针对老年患者,举办了以“携手同心,关注心脏康复”为主题的大型义诊活动。

重阳送爱心,为老年患者免费义诊

上午9时,在协和医院门诊楼外,来自老年病科、药学部、健康管理中心的近二十位医护人员为60岁以上的老年患者进行免费义诊。

活动现场,医护人员仔细为大家测量血压、血糖、骨密度、血脂、心脏康步行实验,详细询问他们的身体状况,耐心细致的分析病情,讲解卫生保健知识、注意事项、饮食安全、合理用药等健康常识,并为每位老年患者发放健康教育资料,进一步提升老年人防病知识水平。

除了举办针对老年患者的大型义诊活动,自今年年初起,为推进健康中国建设,应对人口老龄化的战略,协和医院就推出了一系列新举措,积极创建老年

友善医院。

多措并举,为老年患者看病提供便利

在协和医院,电子显示屏、挂号网站、宣传栏随处可见关心关爱老年人,保障老年人权益,维护老年人尊严的宣传内容。门诊设立宣传屏宣传老人就医须知,温馨提示、敬老举措;电子动态图文展示,方便老年人了解就诊流程。

针对老年人在智能化就医中遇到的难题,医院采取综合挂号服务,预约挂号与现场挂号相结合,网上提前7天开始预约挂号,但在就诊当日现场仍预留部分号源。同时,门诊保留“老年人优先”窗口,所有结算窗口均可接收现金,方便老年患者缴费。此外,老年人挂号还有优待政策,70岁以上老年人凭有效证件挂号,可减免1.5元。

为了减少老年患者的排队时间,提高老年患者就医舒适度,医院在闸机入口、门诊急诊入口,设置老年人专用通道,凭身份证、老年证、医保卡即可顺利通过。

医院还在心内科、心外科门诊等老年患者占比较多的门诊候诊区,设有老弱病残专用爱心区。70岁以上老人在检验科刷卡报到时,自动生成VIP号,提前叫号抽血。此外,医院体检中心对70岁以上老人优先激活体检单进行体检,80岁以上老人免排队优先体检。

随处可见的志愿者和辅助设施,让老年患者就医便捷又暖心。在医院门诊设有爱心助医志愿服务站,驻点社会义工和志愿者现场协助老年患者使用自助设备,协调老年人优先办理业务。门诊导医台设置老年人业务服务处,备有应急轮椅人工借用点、防疫应急物资、便民服务箱,以防突发事件急需相应物资,如手部消毒液、口罩、老花眼镜、放大镜等。在老年病科护士站,爱心轮椅、手杖整齐摆放,各种爱老敬老措施和老年病科普及宣传资料挂在病区墙上,方便老年患者知晓。

据悉,协和医院“老年友善医院”,旨在提升广大老年患者就医体验,从而营造尊老、敬老、爱老、助老的氛围,为老年人提供全方位的优质医疗服务。

(门诊办公室)

湖北省医疗质量与安全委员会换届工作会议暨2021学术年会顺利召开

本报讯 10月29日至30日,由湖北省医院协会主办,协和医院承办的湖北省医疗质量与安全管理专业委员会换届工作会议暨2021学术年会在武汉市顺利召开,按照新冠肺炎疫情防控要求,本次会议线上线下同步进行。

湖北省卫生健康委医政医管处朱洪波处长、湖北省医院协会副会长、武汉市中心医院院长彭义香出席大会并讲话,来自全省50余家单位委员会代表以及4000多名医院管理者线上线下“云集”一堂,共话新时代的医疗质量观。

30日上午,医疗质量与安全管理专业委员会换届选举会召开。湖北省医院协会彭义香副会长主持换届工作。会议根据《湖北省医院协会》有关规定,全体与

会代表共同举手表决,选举产生了新一届委员会主任委员、副主任委员、常务委员并聘请新一届秘书。协和医院党委副书记孙晖教授当选为湖北省医疗质量与安全管理专业委员会第二届主任委员并作任职讲话。

朱洪波处长代表省卫健委对大会的召开表示祝贺,同时指出,医疗质量与安全是医院管理的核心,与广大人民群众的就医体验、健康权益密切相关。希望专委会要深入学习贯彻党中央、国务院出台的一系列关于医疗质量与安全管理重要文件精神,落实国家和湖北省对卫生工作的部署和要求,继续在推动公立医院高质量发展、加强卫生行风建设等方面进一步发挥积极作用。

大会同时举行了2021年学术交流活动,来自全国各地的医院管理专家以高质量发展为主题,分别从

不同的层面和角度开展了专题讲座,共同带来了一场学术盛宴。

大会最后,医疗质量与安全管理专业委员会副主任委员、候任主委、武汉大学人民医院医务部主任沈波主任宣读了此次会议优秀论文表彰决定,本次学术年会共评出3篇论文获得一等奖,5篇论文获得二等奖,7篇论文获得三等奖,18篇论文获得优秀奖。

今年适逢协和医院建院155周年,本次大会也是院庆的系列学术献礼活动之一。它为进一步提高全省医疗机构医疗服务质量与安全管理水平,推动医院高质量发展,促进医疗同质化建设,同时为广大医务工作者提供一个绝佳的学术交流平台。

(医务办公室)

新疆克拉玛依市中心医院专家来我院核医学科考察交流

本报讯 2021年10月19日,新疆克拉玛依市中心医院一行11位领导和专家来到我院核医学科参观考察。考察团由新疆克拉玛依市副市长霍慧敏带队,成员包括克拉玛依市二级巡视员许强、克拉玛依市卫健委主任吴海燕、中心医院副院长拓宽前、医院相关职能部门领导、核医学科主任及骨干。协和医院张强副院长、中国医师协会核医学医师分会安锐会长、核医学科兰晓莉主任及科室骨干参加接待及座谈。

张强副院长首先代表协和医院向考察团致以热烈的欢迎,并介绍我院155年的发展历史、目前的整体规模及综合实力,也介绍了核医学科作为重点学科在医院的地位及医院予以的平台支持。霍慧敏市长代表考察团感谢协和医院此次活动的鼎力支持和对新疆医疗卫生事业的全力帮助,希望能借此契机开启未来的合作之路。

接下来,兰晓莉主任向考察团介绍了协和医院核医学科在医、教、研各方面的综合发展情况。听完兰主任的介绍后,许强秘书长指出,医疗卫生工作的持续稳定发展,对于克拉玛依市由资源型城市向可持续发展转型十分重要,希望当地医院能参照协和模式和规范提升。

在座谈交流环节,克拉玛依市中心医院副院长拓宽前和影像中心吕新胜主任,重点就如何规范建设核医学科、培养核医学人才、推进核医学新技术的临床应用等问题进行了咨询。张强副院长、安锐教授和兰晓莉主任在讨论中强调,核医学有其特殊性,必须在各个环节严格按照国家标准和法规执行,核医学的工作性质涉及多学科交叉,需要根据所在岗位进行全面的培训,近年来核医学发展迅速,新技术的推广可以结合自身特点和条件,逐步开展。

座谈结束后,考察团一行又参观了我院PET中心、院本部ECT室及核素治疗病房,与相关岗位工作人员进行了深入的交谈。协和医院核医学科作为连续6年全国专业排名第二的科室,有条件也十分愿意协助克拉玛依市中心医院核医学科的建设、人才的培养、技术的指导。双方期待在未来有更为深入、持续的协作,推进边疆卫生事业的发展,服务更多的人民群众。

(核医学科)

我院在2021年湖北省健康科普大赛获得八项荣誉

本报讯 10月25日,2021年湖北省第三届健康科普大赛落下帷幕。从湖北省卫健委官方平台获悉,协和医院在本届大赛(表演、微信、音视频)共斩获8个奖项,成为全省获奖数量最多的医疗机构。

湖北省第三届健康科普大赛内容涵盖表演、图文、微信、音视频四大类。历时五个月的征稿、评审、好评、决赛后,获奖名单揭晓。其中,我院消化内科朱斯然《一分钟教你认大便》获音视频类一等奖;妇产科刘晓夏与党委宣传部彭锦弦《这些血滴子,男人根本不敢看!》获微信类一等奖;内分泌科谢凌《糖尿病 面面俱到》获表演类二等奖;内分泌科熊翠《走了十万八千里的猪八戒为啥没有瘦下来?》获音视频类三等奖;营养科吴艳《真不是你的错,是奶茶的诱惑!》获微信类三等奖;妇产科赵茵《快乐分娩,拒绝疼痛》,整形外科周牧冉《秃头袭击,如何拯救》获表演类优秀奖。

据悉,协和医院党委宣传部根据湖北省第三届健康科普大赛活动主题“百年奋斗 医心向党”,在全院积极发动并组织,共提交70余件健康科普作品。协和医院也因此荣获湖北省第三届健康科普大赛优秀组织奖。

“没有全民健康,就没有全面小康”,为响应党中央提出健康中国战略的重要指示,协和医院根据媒体传播的重大变化,率先采用新媒体方式,不断创新医学科普的传播形式。

2017年启动的微信科普大赛,开全国医院之先河。2018年微信科普大赛的选手黄玮、张波、刘伟等纷纷走进国家比赛的平台,荣获医师协会科普活动的诸多殊荣。2019年,我院的科普作品分获全国分站赛的前三甲,是人围决赛最多的医院,最终取得佳绩。2020年9月,协和医院举办云科普暨第四届科普大赛,多篇作品围绕协和医院抗击新冠肺炎疫情。从“至暗时刻”走来的协和科普讲解者满载情怀,讲述与之有关的科普知识。2021年协和医院举办第五届微信科普大赛,10支科普战队围绕癌症攻克、慢病防治、疾病预防等社会热点、百姓关切问题等,用演讲、表演等多种方式讲解科普,让医学知识与生活乐趣在此交汇,呈现了一场健康科普盛宴。如今,我院以“微信科普大赛”为首的健康科普系列活动已经成为全国知名的健康科普品牌之一。

(党委宣传部)

若有战，召必至：抗美援朝中的协和生命战队

1950年10月，无数中华优秀儿女组成中国人民志愿军，肩负人民的重托，雄赳赳，气昂昂，跨过鸭绿江，保和平，卫祖国。70年前那场伟大的抗美援朝战争中，英雄的中国志愿军战士用钢铁般意志成功捍卫了祖国安全，中华儿女万众一心。协和医院作为华中地区领先医院或建制派出高水平医疗队，与志愿军战士一起共同筑起保家卫国的血肉长城。

协和人，挺身志愿赴朝鲜
武汉协和医院，首次成建制地派出医疗队，是在抗美援朝的1951年。

1950年10月9日，中国人民志愿军跨过鸭绿江，抗美援朝战争爆发。全国各地的医务工作者，在“响应祖国号召，到最光荣的岗位上去”的口号下积极行动起来，争先恐后奔赴朝鲜战场。协和医院自然也不会落后。

当时的武汉，是中南六省二市的首府，协调整个中南地区医务工作者赴朝的组织就设在武汉，叫做“中南医务工作者抗美援朝行动委员会”。组成人员包括武汉市各群众医学团体产生的代表，加上各省市的代表，包括中华医学会、武汉市医联、武汉市医务工会、武汉市中医联、武汉市科联医学学会、科联药学会、武汉红十字会、武大医学院、湖北省立医学学会等十三个团体，以及六省二市的医务代表，委员人数共五十四人。总会下面设立八个分会，每省设一个分会，武汉、广州两市各一个分会。这个委员会的主任不是别人，正是时任协和医院院长的姚克方，他同时也是中南卫生部的副部长。

协和医院姚院长领导的“中南医务工作者抗美援朝行动委员会”，制订了“中南志愿医疗手术大队”的组织，全中南区共组成一个医疗手术大队，下分六个中队，要去每个中队配备外科医师三人，内科医师一人，护士六人到八人，检验员一人，药剂师一人，行政人员一人，工友一人或两人。由各省市分别组织，集中来汉，同时出发。

“武汉中队”的组成人员全部来自于一个医院，那就是协和医院，也就是说协和医院一个医院的医护人员单独组成了“武汉中队”！

请记住这些虽然不知前路如何，出于民族和国家大义，毅然志愿赴朝的英雄白衣战士，他们是一——骨科医师高景星(队长)、医师齐文泰、刘俊杰、毛焕元、药剂师邓道济、护士劳馨一、钱衍、方敦杰、胡希芳、姚厚英、廉九华、检验员张绍林、事务员廖焕庭、工友吴正兴，还有助理员和实习医生一共十八人。



高景星(后排右二)和同事们(翻拍自《高山仰止 缅怀先驱——忆高景星院长》插图)

其中，时年三十七岁的队长高景星身患肺结核，而且他和钱衍，作为夫妻同时出征，暂别两个孩子。

子，一个六岁半，另一个只有一岁半，所以，一时之间，俩人双双成为整个中南区六省二市赴朝医务工作者的典型。正如时任武汉市总工会副主席高民伟，在《欢送武汉志愿手术队赴朝参加救护工作》的讲话中所说：“志愿医疗队的组织一经发起，医务工会的弟兄姊妹们即争先恐后地报名参加，尤其是协和医院工会主席高景星同志，令人钦佩，不仅首先发起组织医疗队，并和他的爱人钱衍同志商量，把自己的两个可爱的孩子托寄友人照管，夫妻两人一同参加志愿医疗手术队赴朝工作……”

高景星生于1914年，出身美系背景深厚的燕京大学和北京协和医学院。在这次抗美援朝热潮中，他为何会抱病与妻子挺身而出，不顾家中的两个孩子，夫妻双双赴朝呢？斯人已逝，我们无法面询，只是在当年的中南区机关报《长江日报》上，找到了当年的报道，供大家参考。

“我们很放心很坚定，很高兴，能有机会对革命更直接有点贡献，对自己更多的锻炼。对于自己身体于家庭不但已获解决，并且放心没顾虑，现在是人民的国家，我们再无后顾之忧。经过这一次，我们感觉所谓困难，所谓问题，只是观点而已。要强调的话，任何小困难都像大山样的阻在我们面前，如果为整个人民革命的需要看来，好像什么困难都可以克服。我们像婴儿似的学着走了第一步。”

1951年1月11日，大雪纷飞，上午十点，中南及武汉市政府部门首长、医务工作者，连同各个医院校师生共五千余人，在民众乐园民族歌剧院举行欢送大会，欢送包括“协和中队”在内的中南区抗美援朝志愿医疗手术大队全体九十四人，前来相送的还有武汉市总工会、手工业工会、店员工会、织布工会、隆茂打包厂、武汉火柴厂等处工人弟兄数千人。中南军政委员会副主席张难先、中南文教委员会主任委员赵毅敏、中南军区第四野后勤部政委潘振武、中南卫生部部长孙仪之、中南教育副部长陈剑修、中南总工会青委会副主任、武汉市总工会副主席赵毅敏等均出席致词，向这些志愿赴朝参加战地救护工作的医务工作者们表示敬意。欢送大会上的最高潮，是各单位、团体献旗、献礼、献花、献词。下午一点，近万人的大游行开始。当时的报纸报道——“军乐前导，行列后随，白雪红旗，交相辉映。志愿医疗手术大队的同志们，在群众簇拥之间，缓步行进。沿途鞭炮，盈耳不绝。至群众门前车站前，始互相作别。”下午四点，火车北上。②



“协和中队”随中南区抗美援朝志愿医疗手术大队踏雪北上(翻拍自《长江日报》1951年1月11日第1版)

1951年1月21日，“协和中队”经过沈阳到达齐齐哈尔，分配在第二陆军医院工作，队员分散在该院的各单位，1951年春节后，“协和中队”开赴朝鲜前线与“湖北手术队”合为一队，先在平安南道三登转站站做手术和中转伤员的工作，后来又志愿

军司令部直属师部设立的一个观察病室工作，还曾到十五军军部工作过一段时间，六月中旬开始，医疗队陆续返汉。



中南区第一批志愿赴朝医疗手术队归国合影

撰写于1953年的《湖北省抗美援朝分会工委关于志愿医疗手术队工作总结》中，仅对已返回武汉的4支医疗队，共计61位队员进行统计，就得出这样的数字：“做了大小手术1821次，麻醉2522次，组织疗法796次，检验28678次，X光摄影136次，透视1130次，石膏绷带559次，此外还帮助志愿军伤病员洗了42704件衣服。”



中南区援朝志愿医疗手术大队武汉队队员

时任中南区医务工作者抗美援朝行动委员会主任委员姚克方撰写的文章中回忆道：“我们住过防空洞、走廊、牛棚、民房、山地，在行程中也曾连续饿过二十几个小时，在大雨滂沱中全身淋得透湿，我们爬过高山，走过烂泥地，遇到过敌机的轰炸和扫射。”但这些让他感悟到的不是辛苦，而是“志愿军战士们行军、作战的艰苦英勇，与他们相比，我们实在是太渺小了。”姚克方记录下了前线救治的艰难，以及医疗手术队员们的英勇、智慧。在战场上，队员们常在夜间敌人的炮火轰炸中抢救伤员，背负伤员下山隐蔽。冬季行军时，他们要背负50斤的背包和粮食。很多人会节省下自己的中灶待遇，为伤员购买营养品。没有手术台，大家就用木箱、门板自制。等不及设备器械运到，就用菜刀、仅有的一些麻醉药品和两把钳子、一把锯子做手术。

战场的惨烈，从档案中也可窥见。在《湖北省志愿医疗手术队第一队四个月来的工作总结》中，有这样一份手术统计表：4个月里的362次手术中，截趾68次、异物摘除47次、腐骨摘除45次、截肢13次、截指7次……

而在《中南区第4批抗美援朝志愿医疗手术队湖北队6个月工作总结》中，队员们记录下他们在与志愿军战士们的相处中，慢慢感受到战士们的真诚坦白、直爽可爱，以及艰苦朴实的作风。“在许多次手术时，患者麻醉以后，经常可以听到‘同志们冲呀’、‘打倒美帝国主义’。”队员们写道，“志愿军战士们念念不忘自己的祖国，使我们体会到他们高贵

的品质和坚决不屈的战斗意志。”③

硝烟散去，物是人非，当年医疗队的很多同志都已经仙逝了，我们只能通过健在前辈的讲述，还原他们在朝鲜艰苦工作的情形。室外零下三十多度的低温，一台又一台的手术，以高粱为主没有蔬菜的饮食，战争的残酷，地理环境的险恶……



抗美援朝纪念章与纪念证

2020年，习近平总书记在《纪念中国人民志愿军抗美援朝出国作战70周年大会上的讲话》中表示，70年前，由中华优秀儿女组成的中国人民志愿军，肩负着人民的重托、民族的期望，高举保卫和平、反抗侵略的正义旗帜，雄赳赳，气昂昂，跨过鸭绿江，发扬伟大的爱国主义精神和革命英雄主义精神，同朝鲜人民和军队一道，历经两年零9个月艰苦卓绝的浴血奋战，赢得了抗美援朝战争伟大胜利。抗美援朝战争伟大胜利，将永远铭刻在中华民族的史册上，永远铭刻在人类和平、发展、进步的史册上。(本文选自《协和往事》，有删节)



血脂高就不能吃蛋和肉？记好这四点，教你有效控血脂

在中国，每10个成年人里就有4个血脂异常。一旦得了高血脂，很多人就慌了起来。明明不胖为什么会有高血脂？血脂高是不是不能吃油、吃肉？降脂药可以停吗？……协和心血管内科专家带您正确认识高血脂，走出控血脂的误区。

什么是血脂？

血脂是血清中的胆固醇、甘油三酯和类脂(如磷脂)等的总称。临床上与血脂密切相关的胆固醇和甘油三酯。由于这些脂肪多半不溶于水，所以在血液中，它们大都与蛋白结合，生成脂蛋白，所以，血脂异常，必然要表现为某些脂蛋白水平的升高或者降低。

人体血脂的来源有哪些？

内源性血脂
这种血脂是人体自我合成的一种物质，主要合成地点在肝脏和小肠。这些物质与细胞结合后释放到血液中，便可成为供给人体新陈代谢和生命活动的能量来源。

外源性血脂

这种血脂是从食物中获取的，比如奶油、肉类、动物内脏等，这些食物中所含有的脂肪经过胃肠道的消化和吸收后进入血液，从而成为血脂。

血脂多高算高血脂？

检查血脂的方法就是抽血检查，比较关键的指标有4个：总胆固醇(TC)、甘油三酯(TG)、低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)和高密度脂蛋白胆固醇

(HDL-C)。总胆固醇是血浆中所含胆固醇的总和，甘油三酯与心脑血管疾病有一定关系，低密度脂蛋白胆固醇也被称为“坏”胆固醇，是导致心脑血管疾病的“元凶”，高密度脂蛋白胆固醇是“好”胆固醇，可阻止血管堵塞。

血液中，甘油三酯、低密度脂蛋白和总胆固醇水平越高越不好，高密度脂蛋白过低也不好。所以严格来说，高血脂的说法并不严谨，应该称其为“血脂异常”。

血脂项目	TC	LDL-C	HDL-C	TG
理想水平		<2.6(100)		
合适水平	<5.2(200)	<3.4(130)		<1.7(150)
边缘升高	>5.2(200)且<6.2(240)	>3.4(130)且<4.1(160)		>1.7(150)且<2.3(200)
升高	>6.2(240)	>4.1(160)		>2.3(200)
降低			<1.0(40)	

▲中国动脉粥样硬化性心血管疾病(ASCVD)一级预防人群血脂合适水平和异常分层标准 [单位：mmol/L(mg/dl)]

需要注意的是，血脂化验单上各项指标均在参考值范围内，并不代表着就是健康的。化验单上的正常值是相对的，是相对无合并症和危险因素的人

群而言。

高血脂有哪些危害？

通常来说，高血脂本身不会造成明显症状。但如果血中脂类物质过多，它们就会逐渐滞留在动脉血管的壁上，使动脉血管壁增厚、变硬，形成动脉粥样硬化，从而诱发一系列疾病，如冠心病、脑梗塞、主动脉及外周动脉粥样硬化等。所以我们得了高血脂，需要积极治疗和控制，尽量避免让高血脂引起新的疾病。

高血脂几大误区，你中招了吗？

只有胖子才会得高血脂？

高血脂不是胖子的专利。高血脂的诱发原因主要是摄入太多高脂肪食物，或是新陈代谢缓慢以及身体内分泌紊乱等，与身材并没有直接的关系。瘦的人也有可能受到遗传、环境和疾病的影响，患上高血脂。

血液粘稠度增加，血脂也会升高？

血稠与血脂异常是两种不同的疾病，并没有直接的关系。血稠与血液中的多种成分有关，可能是红细胞过多、血液过度浓缩等原因造成的。而血脂异常是血中胆固醇、甘油三酯过高或“好”胆固醇过低造成的。

血脂高不可以吃鸡蛋？

适量食用即可。鸡蛋的蛋黄中，含有胆固醇和饱和脂肪酸，导致很多人都以为高血脂不能吃鸡蛋。而血浆中的胆固醇主要来源于人体自身合成，所以，血脂高的人可以适当吃一些鸡蛋，但不要过量。

只吃素，就能降血脂？

长期只吃素，可能导致油脂营养物质摄入不

足，身体出现代谢混乱，因此每天只吃素和降血脂，并没有直接关系。

喝醋能降血脂？

喝醋只是经过胃肠吸收，它对于血管内的血脂没有多大影响，且大量喝醋，由于醋酸的刺激性，可能会损伤胃粘膜。

如何控制血脂？

合理膳食

减少饱和脂肪摄入和膳食胆固醇的摄入，少吃内脏、肥肉、鸡蛋、油炸食品、奶油制品等；增加膳食纤维的摄入，包括全谷类、水果、蔬菜、豆类等。

适当运动

高血脂人群在做好饮食管理的情况下，也不能忽略运动的重要性。规律且适量运动，可以提高新陈代谢的速度，从而使得蛋白酶的活性提高，达到降脂目的。

戒烟戒酒

戒烟以及避免吸入二手烟对减轻动脉粥样硬化的发展和心脑血管疾病的防治具有重要的作用。同时，也应该限制酒精的摄入。

药物治疗

合理用药很关键。血脂异常的类型不同，用药也会有所区别。降低胆固醇主要为他汀类药物，如阿托伐他汀、瑞舒伐他汀等；降低甘油三酯主要为贝特类药物，如非诺贝特、苯扎贝特等。控制血脂是一个长期过程，患者按疗程服用降脂药物后，血脂会回到正常范围但是一旦停药，很多时候又会反复，所以即使血脂正常，也别擅自停药！