



协和医院 2022 年十项大事

一、党的领导全面加强。迅速掀起学习宣传贯彻党的二十大精神热潮；顺利完成科主任、支部书记、护士长换届；有力推进中央巡视整改；为加快建设“中国特色国际一流医学中心”增强思想、组织保障。

二、医院管理摘获大奖。导入卓越绩效管理模式，荣获湖北省政府设立的最高质量荣誉——长江质量奖（省长质量奖）。再获中国医院协会突出贡献奖。完成医师序列绩效分配改革，建立知识价值导向的医护技管分序列薪酬制度。

三、学科排名持续进阶。专科综合排名和科技创新能力排名双双再进 2 位，分别居复旦“中国医院排行榜”和中国医院科技量值 STEM 排行榜全国第 7，均创历史最佳。排名全国前三专科首次达到 3 个。新增万人计划科技领军人才、海外优青各 1 人。

四、医疗工作稳中有进。统筹疫情防控和医疗救治，接诊门急诊患者 532.8 万人次，收治住院患者 34 万人，实施住院手术 12.6 万人次，其中心脏移植 100 例，全力保障人民群众健康需求。平均住院日降至 7.3 天，均次住院费较上年同比下降 20.2%，绩效“国考”继续位列全国 A+。

五、教学成果喜获佳绩。首获湖北省高校教学成果特等奖、全国高校教师教学创新大赛一等奖。再获 2022 年湖北省高校教师教学创新大赛一等奖。新增国家级一流本科专业建设点 1 个。新增“宝钢优秀教师”1 人、湖北省名师工作室 1 个。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”。

六、科研立项与转化再攀高峰。牵头国家重点研发计划项目 7 项，创历史新高。中标国家自然科学基金 164 项，项目数居全国第 4，连续 10 年过百。2 项成果入选华中科技大学年度十大学术进展。注册登记临床研究 299 项，居全国第二。“靶向黑色素正电子分子影像探针 18F-PFPN”实现专利转化，转让费达 1080 万，创历史新高。

七、基建工程加快实施。主院区第二外科楼地下停车场建成投用，新增车位 500 个；家属区 184 户签订搬迁协议；西院区门诊医技综合楼主体结构封顶。金银湖院区二期工程暨国家区域重大疫情防控救治基地全面开工，感染病房楼、学生公寓主体结构封顶。建面 2.55 万平方米的质子医学中心主体工程完工，亚太首套 Probeam360°质子系统核心部件顺利吊装。

八、多院区布局提档升级。占地 80 余亩、总投资 16 亿元的西院区三期工程获经开发区政府签约共建、投资立项。首个跨省输出共建的分院区（协和重庆医院）开工兴建，入选国家发改委第三批国家区域医疗中心建设项目。

九、疫情防控救治勇挑重担。2 批次 72 人医疗队紧急援沪，受孙春兰副总理慰问肯定。1.5 万余人次医护参与武汉扩面核酸检测；接管 2 所方舱，1 所亚定点医院；承担市重症患者定点救治任务；整合全院医疗资源，全力收治合并新冠患者，收治量和成功率居全省首位，彰显医疗国家队实力与担当。

十、品牌文化建设成果丰硕。医院继续保留“全国文明单位”称号。短视频《一封家书》获国务院新闻办、国家外文局“讲好中国故事”一等奖。首获“全国模范职工之家”称号。获评湖北省“荆楚楷模—最美健康守护者”、三八红旗手标兵、医德楷模各 1 人。获国家卫健委新时代健康科普大赛 9 个奖项，居全省第一。获湖北省科普讲解大赛一等奖 1 项，改造优秀历史建筑，建成建面 560 平方米的新院史展馆。

（院长办公室）



协和医院召开 2023 年工作会暨战略研讨会



本报讯 1 月 28 日，春节假期后第一个工作日，协和医院召开 2023 年工作会暨战略研讨会。会议高举习近平新时代中国特色社会主义思想旗帜，继续瞄准“中国特色国际一流医学中心”愿景目标，研判形势、剖析短板，谋划对策，奋力谱写公立医院高质量发展协和篇章。

华中科技大学党委书记李元元，华中科技大学副校长、同济医学院党委书记陈建国出席会议。协和医院党委书记张玉，院长胡豫以及全院党政领导参加会议。

李元元书记在讲话中指出，过去一年，协和医院全力统筹疫情防控和改革发展，学科影响力和科技量值排名双双进阶至全国第七，首获湖北省教学成果特等奖，中标国家自然科学基金数量连续 10 年过百，摘获湖北省最高质量荣誉——长江质量奖，推动医院综合实力再上新台阶，为学校医科的建设发展做出了巨大贡献。特别是去年冬季，面对疫情“转段”的新形势新挑战，协和医院广大医务人员牢记初心使命，讲政治、顾大局，克服种种困难，全力“保健康、救重症”，充分展现了行业排头兵的担当与风采。他提出，2023 年是全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的起航之年，要深入贯彻党的二十大精神，落实人才、教育、科技等战略

部署，重点突破，加快打造医学人才高地；不忘初心，落实立德树人根本任务；争做先锋，勇担科技自立自强重任；党旗领航，持续激发高质量发展新活力；以敢担大任、勇攀高峰的气魄，努力为“卓越华中大”建设作出新的更大贡献！

陈建国副校长认为，2022 年，协和医院疫情防控“不松劲”，医教研工作“不减速”，交出了一份积极奋进的答卷。他深情地回忆到，在过去三年抗疫历程中，协和医院始终与党同心、与国共运、与民同行，竭尽全力落实应检尽检、应收尽收、应治尽治，充分彰显了医疗国家队的实力与担当。他强调，新的一年，医院要重规划，科室要抓落实，个人要讲担当，将学习贯彻党的二十大精神推向深入，要积极对接国家战略需求，继续改革创新、奋勇争先，努力在国家级学科平台、教学平台创建方面实现新突破；在人才梯队建设和人才评价机制改革方面展现新作为；在学科建设和交叉创新方面打造新亮点；全力推进华中科技大学第二轮“双一流”建设。

胡豫院长作“团结奋斗 砥砺前行 稳步迈向国际一流医学中心”主题报告，简要总结成绩，分析形势，重点查找不足、部署工作。他指出，过去一年极不平凡、极为不易，全院职工“打伞干活”，历经曲折艰辛，推动各项工作稳中有进，主要医疗工作量跃居全

省首位，医院综合影响力稳居国内前列。2023 年是贯彻落实党的二十大精神、加速推动医院高质量发展的关键之年，全院上下要深刻把握经济社会发展新态势、行业政策新要求，瞄准中国特色国际一流医学中心宏伟目标，对标公立医院高质量发展评价指标体系，坚定信心、凝心聚力，持续提升技术水平和服务能力，引育人才，精进科研，立德树人，优化运营，保障安全，闯出一条高质量发展的“协和之路”。

张玉书记在总结讲话中指出，一年之计在于春，进入农历兔年，要动如脱兔奋跃而上、飞速奔跑，全力推进高质量发展。只有拿出“等不起、慢不得、坐不住”的精气神，才能赢得优势、赢得主动、赢得未来。他要求广大职工要以“知”识变，深刻把握医院面临的内外部复杂形势；要以“谋”求变，厚植奋斗奋进的发展胜势；要以“定”应变，充分发挥党旗领航的政治优势。结合党的二十大精神和医院 2023 年重点工作任务，他提出“发展十问”，引导参会代表强化谋划、担当与作为，团结一心加油干，以钉钉子精神抓落实，把手中的“施工图”转化为医院发展的“实景图”，努力开创中国特色国际一流医学中心建设新篇章，为筑牢中国式现代化健康之基贡献协和力量！

副院长夏家红、张强，党委副书记、纪委书记汪宏波分别围绕医疗工作、智慧医院建设、清廉医院建设作报告。

会上，心外科、骨科、药学部、肿瘤内科、胸外科、血液科、内分泌科、核医学科、放射科作经验交流，依次介绍在培育核心技术、改进绩效‘国考’指标、学科建设、运营管理、医疗工作、临床路径管理、科技成果转化与人才培养、教学管理等方面的创新思路、细化措施及心得体会。

参会代表分成 5 个小组，充分讨论领导讲话、工作报告和 6 份配套文件，积极为医院高质量发展建言献策。

参会代表还有临床医技科室主任、副主任，基层党组织书记，人才骨干代表，总技师长，总护士长，科护士长，副处级干部，主要职能部门负责人等。

（文 / 院长办公室 图 / 党委宣传部）

协和重庆医院暨国家区域医疗中心建设项目正式签约并开工



本报讯 1 月 10 日，华中科技大学同济医学院附属协和重庆医院暨国家区域医疗中心建设项目在重庆两江新区签约并开工。重庆市副市长但彦铮与华中科技大学同济医学院附属协和医院党委副书记、院长胡豫代表双方签订合作共建协议。重庆市委常委、两江新区党工委副书记张鸿星，协和医院副院长张进祥等出席活动。

华中科技大学同济医学院附属协和医院重庆医

院暨国家区域医疗中心建设项目是国家发改委批复的第三批国家区域医疗中心建设项目之一，由重庆市政府与华中科技大学同济医学院附属协和医院共同建设，两江新区具体承建。

协和医院院长胡豫表示，此项目是百年协和落实习近平总书记关于健康中国重要论述，加快优质医疗卫生资源扩容和区域均衡布局的重大举措。作为协和医院的重要组成部分，该项目将致力于打造

立足重庆、辐射西南、国内一流的国家综合性区域医疗中心，力争成为公立医院高质量发展、现代医院管理制度、分级诊疗的典范。项目建成投用后，有望满足人民群众就近就医享有高水平医疗服务的需求，为切实改善跨省就医现状作出应用的贡献。

据悉，该项目选址两江新区龙兴新城，占地 210 亩，总建筑面积 38 万平方米，总投资约 45 亿元，项目一期计划设 1500 张床位，预计 2025 年底竣工。项目建成后，将全面复制协和医院 1 个“双一流”学科、10 个国家重点（培育）学科和 25 个国家临床重点专科建设项目，逐步设置 33 个临床科室、8 个辅助科室，配备医务人员 2550 名，平移 112 项新技术、新项目、新材料，引进百余名医学专家，实现“文化、品牌、管理、技术、人才、标准”同质化，并有效带动重庆乃至西南片区医疗服务水平提质、生命健康产业发

展提速。按照合作协议，该医院将全面引进华中科技大学附属协和优势学科及管理团队，围绕“三中心、两基地”目标，即区域疑难重症诊疗中心、医学人才培养中心、医学科研和转化中心，以及医学交流与合作基地、医学院校学生实习与教学基地，致力于将医院打造成为公立医院高质量发展、现代医院管理制度、分级诊疗制度建设的示范医院。

（党委宣传部 对外医疗联络部）

幸福协和年 扬帆再起航

我院举办 2023 年迎春联欢会



本报讯 1 月 17 日，协和医院 2023 年迎春联欢会圆满落幕。本次联欢会以“幸福协和年 扬帆再起航”为主题，将 10 个节目贯穿“春潮涌”“正当时”“新征程”三个篇章，全景展示协和医院 2022 年的切实收获和对未来的展望。

共青团省委副书记陈立、华中科技大学团委书记罗迪、省青基会发展部部长李慧敏、协和医院全体院领导、退休老同志、协和医院托管单位以及在院职工 500 余人齐聚一堂，共同欣赏了这场温情动人的精彩演出。

本次联欢会在协和医院 2022 年度视频中拉开序幕。院党委书记张玉、院长胡豫携全体党政领导参加春晚现场拜年，并以点亮吉祥灯笼的形式，为全体协和人送上兔年祝福。各临床科室主任也首次集体登上春晚舞台，送来暖心的新春祝福。

第一篇章《春潮涌》，后勤党委、内科党委、肿瘤中心党委、耳鼻咽喉头颈外科党总支、检验输血科党总支及协和艺术团带来歌舞表演《欢乐吉祥年》；肿瘤中心党委以一曲快板舞蹈《廿载风雨铸辉煌》，展现肿瘤中心从无到有、从有到强、快速成长、追求卓

越的二十年风雨历程；西院区党委带来舞蹈《青春的起点》，展现西院区战疫情、忙救治、谋发展，在困境中铸就新辉煌；歌舞《时代感》展现了金银湖院区平战转换打硬仗，坚守生命防线的担当。

在第二篇章《正当时》中，机关党委以一首诗朗诵《济世山河图》，讲述了百年协和用时光铸造了医学传奇。情景剧《温暖延伸 静候安全》生动讲述了手术室党总支坚持党建引领，用护理微光点亮起生命之光、希望之光、人文之光的故事。外科党委、骨科党总支、药学部党总支共同带来歌舞表演《男儿歌》。

第三篇章《新征程》，在朗诵《新征程路上的青春告白》中，协和青年代表抒发真诚告白与远大抱负，立志知重负重、勇于担当，为祖国强盛和医院高质量发展添砖加瓦。内科党委和放射科党支部带来歌曲《我们这十年》，心脏大血管外科党总支以歌舞《和祖国在一起》许下坚定承诺，守护“心”希望，续写“心”传奇。协和女子合唱团唱响《协和之歌》，至此，本次联欢会画上圆满的句号。

据悉，此次联欢会由院团委主办，来自基层党组织、科室、群团组织 21 个单位 220 余人共同参演。时隔三年，联欢会重启线下形式，同步在院内进行线上直播，在广大协和人中引发热烈反响。站在新时代新征程的起点上，我们将一起赓续荣光，奔赴未来！（团委）

新春送祝福 慰问暖人心 院领导深入一线开展新春慰问



本报讯 1月20日上午,在新春佳节来临之际,医院党委书记张玉、院长胡豫及全院院领导,代表医院看望并慰问坚守岗位的一线职工与留校学生,向他们致以新春祝福。

“春节期间大家还要继续坚守一线,为疫情防控 and 疾病救治全力服务,大家都辛苦了!提前祝大家新春快乐!”上午9点,张玉书记一行走访发热门诊等病区,对过去一年医护人员的辛勤付出和无私奉献表示

衷心感谢,希望大家在新的一年里凝心聚力,用实干实绩护佑人民群众生命健康。

胡豫院长一行来到心血管内科等科室,了解各病区患者收治情况及春节工作安排。他表示,过去一年大家都非常辛苦,尤其是在抗击疫情的过程中,为守护人民健康作出了不懈努力,他向医护人员表示感谢,并致以新春的祝福。

当天上午,全院院领导通过分片区的形式,深入

走访全院各病区,送上慰问物资,叮嘱医护人员在紧张工作的同时注意自身身体健康。一声声问候,鼓舞人心的话语,让大家感受到浓浓暖意与深深关怀。

在对坚守一线职工表示问候的同时,院领导还嘱咐值班人员要注重春节期间医疗安全,一如既往地为患者提供优质医疗服务,确保群众度过一个安定祥和的新春佳节。大家纷纷表示,一定不辜负领导的期望,坚守岗位确保各项工作正常运转,竭力为人民健康保驾护航。

1月20日上午,张玉书记还来到医院控制中心,检查值守工作,对警队队员进行慰问,向他们致以新春的祝福和节日的问候。

1月18日下午,胡豫院长一行来到同济医学院学生宿舍,走访看望了第一临床学院春节期间留校的同学们,并与大家进行了亲切交流,向大家提出了殷切期盼并致以新年祝福。

(党委宣传部)

院领导春节前督查安全生产工作

本报讯 安全始于防范,责任重于泰山。安全生产是医院运行发展的保障,在新春佳节来临之际,医院领导再次来到安全生产最前线,督导检查安全生产的各项工作,确保春节期间医院的平稳运行。

2022年12月31日上午,院长胡豫、副院长季湘年带领职能部门负责人到医院监控室进行安全检查,14组院领导分别按划分区域带领职能部门负责人对所检查区域的消防安全、治安安全、仪器设备、防火防盗、安全用电等方面进行了全面检查,查找安全生产方面存在的隐患和整改情况,对不能及时整改的安全隐患要求科室落实人防、物防、技防,确保春节期间的

各项安全工作落实到位。

1月20日上午,在副院长季湘年及相关部门负责人的陪同下,党委书记张玉来到安全生产一线进行督导,他现场对分院区监控联网、一键报警、消防系统进行测试,仔细查看了消防、安防监控、门禁道闸及部分重点部位的安全情况,同时联网测试了急诊一键报警出警情况。张玉书记指出,监控室是医院安全工作的指挥中心,值班人员要坚守岗位,认真履职,确保医院平安。

在安全检查现场,院领导们重点询问了我院视频监控技术、人脸识别技术、一键报警系统、多院区治安

系统联网、消防报警感应终端等智慧安防建设的有关情况,进一步强调医院消防、治安安全的重要性,要求保卫处不断完善智慧安防方案,补齐短板,确保安全无死角,做到“反应及时、处置快速、保障得力”,提出要利用好“三防”体系,确保职工安全、医院平安。

据悉,2022年度保卫处全面贯彻落实党的二十大和十九届历次全会精神,坚决贯彻公安部和国家卫生健康委部署的工作要求,树立树牢平安中国理念,在组织机构、三防建设、医警联动、智慧安防、安全氛围等方面的医院平安建设工作中取得突出成效。

(保卫处)

我院召开 2023 年新春人才及统战工作座谈会

本报讯 1月12日下午,协和医院在外科楼5会议室召开2023年新春人才及统战工作座谈会。医院各类人才代表、各民主党派负责人、各级人大代表、政协委员、无党派人士代表、侨联代表、欧美同学会和民促会代表喜迎新春,共话发展。党委书记汪宏波、院长夏家红,党委副书记、纪委书记汪宏波,医院相关职能部门负责人参与座谈。

受党委书记张玉同志委托,汪宏波副书记代表医院党委向全院人才代表与统战成员致以诚挚的问候和新春的祝福,充分肯定并感谢大家为医院发展所作的贡献。汪书记表示,2022年党的二十大胜利召开,吹响了新征程的奋进号角,医院在做好疫情防控的同

时,医疗、教学、科研、人才等方面再创佳绩,复旦榜综合排名、科技量值排行榜双双晋级全国第7,医院综合影响力稳居全国一流方阵。新的一年,面对新形势新挑战,希望各类人才和统一战线成员进一步凝心聚力,发挥优势,为医院高质量发展、华中科技大学“双一流”建设、健康中国建设贡献力量。

与会代表们踊跃发言,感谢华中科技大学、协和医院党委一直以来对人才及统战工作的支持和关心,一致表示坚决拥护共产党的领导,将全面准确学习贯彻党的二十大精神,坚持“两个确立”,做到“两个维护”,守正创新,勇毅前行。大家围绕深入开展基层统战工作、促进党内外共建交流、强化学科平台建设、推进交

叉领域科技创新、人才引进与激励机制等方面,积极建言献策,提出了建设性的发展建议。座谈会还就年度民主生活会征求了参会人员的意见。在场的职能部门负责人,还就座谈成员关切的主要问题作出现场回应,表示将针对大家提出的需求,认真分析研究,努力补短板、强弱项、扬优势,推进医院各项工作不断改进。

夏家红副院长对座谈会进行总结,再次强调了医院人才与统战工作的重要性,表示医院党委将对搜集的意见建议进行研判,进一步建强统战工作平台,增进统战团体交流,完善人才评价与激励机制,充分发挥统战成员与各级各类人才的积极性,让大家在更广阔的事业平台作出新的贡献。

(党委组织部)

省政协委员、我院党委书记张玉：发挥武汉都市圈创新引领作用，突破性发展生命健康产业

本报讯 1月13日,省政协委员、武汉协和医院党委书记张玉告诉湖北日报全媒记者,今年省两会,他带着“发挥武汉都市圈创新引领作用,突破性发展生命健康产业建议”提案参会。

张玉说,我省正在加快构建“51020”现代产业集群,其中生命健康产业是5个万亿级目标产业之一。

“要以武汉都市圈建设为契机,强化产业集群跨区共建、科技成果跨区转化、资源要素跨区流动,推动从研发、生产到应用的全产业链优化升级,从而促进我省生命健康产业突破性发展。”为此,张玉提出三点建议:

抓供应端——
区域联动,整合“武鄂黄黄”优势资源,优化产业布局。

以武汉为科创研发龙头,发挥科教、智力资源优势,加快建设高能级创新平台,加大培育高水平创新主体,打造世界级科技创新策源地。以鄂州黄冈黄石为生产制造支撑,围绕延链、补链布局产业,发挥当地制造业基础和人力资源、成本优势,承担生产、加工、组装、制造等功能,构建与武汉联动的生命健康生产制造链。加快构建都市圈水陆空立体综合交通体系,以高效率、低成本的物流服务,助力生命健康产业链接全国、通达世界。

抓应用端——
牵引带动,加快推动委省共建国家医学中心、国家区域医疗中心建设,提高磁场效应。

生命健康产业的突破性发展离不开高水平的临床应用与转化。国家医学中心、国家区域医疗中心,更



是推动技术产品化、产品产业化的战略性平台。为进一步把武汉建成具有全国影响力的科技创新中心,带动我省医学创新上水平、占高峰,建议加快落地《委省共建国家医学中心、国家区域医疗中心工作实施方案》,在经费投入、政策支持、配套措施等方面,支持高水平医疗“国家队”进一步打造优势学科群,以品牌效应形成创新资源“强磁场”,更好地吸引新药、新技术、新设备、新器械等在我省孵化、转化。

抓治理端——
政策驱动,完善产业保障机制,夯实发展基石。

综观国内生命健康产业标杆地区,政策因素是推动发展的重要保障。建议我省聚焦都市圈生命健康产业,加强政策协同,实行圈内各城市产业同规划、同政策、同标准,推动人力资源、市场准入、审批服务等一体化,提高都市圈共建共治水平。加强有组织的创新,打造高水平产业创新联合体。由政府主导,搭建“产学研用”联动合作平台,引导开展生命健康领域“卡脖子”和关键核心技术攻关。完善激励政策,加大对创新药、创新医疗器械研发和仿制药一致性评价等的奖补力度,不断调动创新积极性。

(原文刊载于《湖北日报》2023年1月16日第9版)

学习园地

牢牢把握“五个重大原则”

前进道路上,必须牢牢把握以下重大原则:坚持和加强党的全面领导,坚持中国特色社会主义道路,坚持以人民为中心的发展思想,坚持深化改革开放,坚持发扬斗争精神。

“三个不动摇”

我们要以科学的态度对待科学、以真理的精神追求真理,坚持马克思主义基本原理不动摇,坚持党的全面领导不动摇,坚持中国特色社会主义不动摇,紧跟时代步伐,顺应实践发展,以满腔热忱对待一切新生事物,不断拓展认识的广度和深度,敢于说前人没有说过的新话,敢于干前人没有干过的事情,以新的理论指导新的实践。

首要任务

高质量发展是全面建设社会主义现代化国家的首要任务。发展是党执政兴国的第一要务。没有坚实的物质技术基础,就不可能全面建成社会主义现代化强国。

基础性、战略性支撑

教育、科技、人才是全面建设社会主义现代化国家的基础性、战略性支撑。

坚持“三个第一”

必须坚持科技是第一生产力、人才是第一资源、创新是第一动力,深入实施科教兴国战略、人才强国战略、创新驱动发展战略,开辟发展新领域新赛道,不断塑造发展新动能新优势。

加快建设国家战略人才力量

加快建设国家战略人才力量,努力培养造就更多大师、战略科学家、一流科技领军人才和创新团队、青年科技人才、卓越工程师、大国工匠、高技能人才。

党的思想建设的根本任务

用党的创新理论武装全党是党的思想建设的根本任务。全面加强党的思想建设,坚持用新时代中国特色社会主义思想统一思想、统一意志、统一行动,组织实施党的创新理论学习教育计划,建设马克思主义学习型政党。

坚定不移全面从严治党

全党必须牢记,全面从严治党永远在路上,党的自我革命永远在路上,决不能有松劲歇脚、疲劳厌战的情绪,必须持之以恒推进全面从严治党,深入推进新时代党的建设新的伟大工程,以党的自我革命引领社会革命。

牢记五个“必由之路”

全党必须牢记,坚持党的全面领导是坚持和发展中国特色社会主义的必由之路,中国特色社会主义是实现中华民族伟大复兴的必由之路,团结奋斗是中国人民创造历史伟业的必由之路,贯彻新发展理念是新时代我国发展壮大的必由之路,全面从严治党是党永葆生机活力、走好新的赶考之路的必由之路。

(来源:新华社)

学习党的二十大报告要点笔记(三)

国内首例！全新人工合成角膜移植为眼盲患者带来新希望

本报讯 “一种全新的人工合成角膜可望为角膜盲患者带来复明希望。”近日,华中科技大学附属协和医院(以下简称“武汉协和医院”)眼科张明昌教授团队成功完成中国首例人工合成角膜移植手术。术后患者恢复良好,右眼裸眼视力恢复到了0.4,并于1月12日出院。

来自湖北省襄阳市的小琦(化名)今年25岁,8年前因异物入眼导致右眼角膜受损,出现眼红眼痛、视物模糊等症状。随后辗转多地治疗,并多次进行右眼角膜病损刮除术,但术后效果不佳,她的右眼慢慢地覆盖了一层白斑,视力也一日不如一日,严重影响日常工作与生活。

“平时工作需要频繁使用电脑,但是我的右眼几近失明,就像一只‘独眼龙’,只能使用左眼。”2023年1月4日,小琦来到武汉协和医院眼科就诊。经过详细检查发现,她右眼角膜上面的瘢痕已经完全遮盖住瞳孔,诊断为“右眼角膜斑翳”。对于这种情况,角膜移植是目前唯一有效的治疗方案。

考虑到捐献角膜数量少,等待合适的供体时间较长,她决定参加人工合成角膜临床试验,随即成为中国第一例,也是该注册临床试验的首例患者。人工合成角膜是指用人工合成的透明材料植入眼部,替代患者病变混浊的角膜,恢复患者的光学通路,就如在一个封闭的房间内开一扇窗看外面的风景一样。

“此次应用的人工合成角膜是由高纯度重组III



型人胶原蛋白制成的透明生物合成角膜,可治疗因角膜瘢痕引起的视力缺陷,它具有高度透明性,出现排斥的几率也比较小。”武汉协和医院眼科张明昌教授

介绍。

众所周知,眼科手术是精细活,角膜的厚度仅0.5mm,角膜移植手术更是精细。1月6日,经过精心

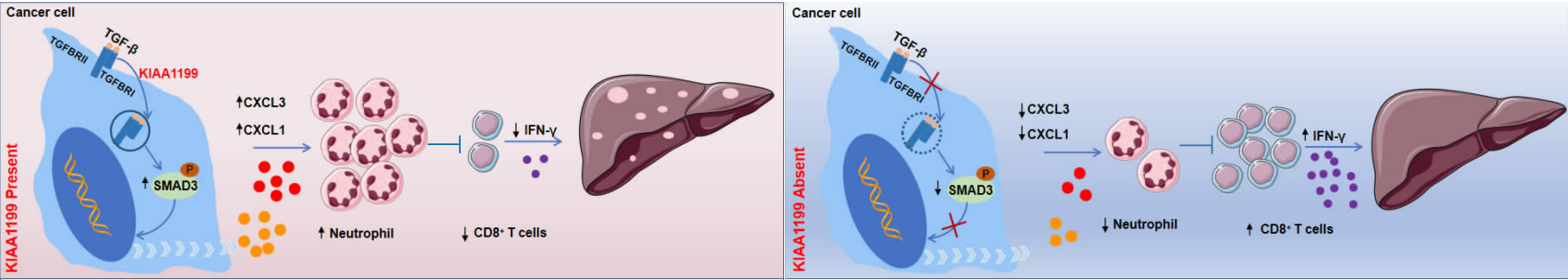
准备,张明昌教授带领谢华桃副教授、王家松博士为小琦进行人工合成角膜移植手术。首先完全剥离混浊的病变角膜组织,既要切除干净,又不能将角膜切穿孔。细致切除0.4mm瘢痕组织后,创新采用“压线缝合法”,将相应厚度人工角膜对称缝合固定6针,手术顺利完成。

术后第一天,角膜完全恢复透明,第五天,小琦的裸眼视力也恢复到了0.4。“随着切口逐渐愈合恢复,在植片稳定后,通过框架眼镜或者特殊的隐形眼镜,她的视力有望进一步提高,远期疗效有待进一步观察1”,谢华桃副教授表示。1月12日,小琦顺利出院。

据了解,角膜病是世界三大致盲眼病之一,全球因角膜病致盲的患者6000万名,我国约有500万名,占眼科致盲疾病的第二位。角膜移植手术是角膜盲的唯一治疗方法,但角膜供体严重匮乏,我国每年角膜移植的数量仅为5000例左右。

眼科主任程扬教授表示,此次临床试验所使用人工合成角膜是目前世界上唯一进入到后期临床试验阶段的可以代替捐赠人角膜治疗角膜盲的生物合成产品。开展人工合成角膜的临床试验,可能在一定程度上能够缓解角膜供体的匮乏。他也提醒,人工合成角膜移植有严格的适应症,目前仍处于临床研究之中,长期疗效还需要进一步观察。当前,该手术只能针对末累及全层的角膜病变进行移植,如果是全层的角膜病变,仍然需要使用人体捐献的角膜。(党委宣传部)

肿瘤中心团队在 Hepatology 上发表研究成果



本报讯 近日,我院张涛教授和任精华教授课题组在高水平期刊Hepatology(2022年IF:17.298)发表了题为“KIAA1199 drives immune suppression to promote colorectal cancer liver metastasis by modulating neutrophil infiltration”的原创研究论文,报道了肿瘤源性KIAA1199在结直肠癌肝转移灶免疫抑制微环境形成过程中的作

用及机制。我院肿瘤中心张涛教授和任精华教授为共同通讯作者,我院肿瘤中心汪海虹博士为第一作者。

本课题组自2015年以来针对促结直肠癌转移的新靶标——KIAA1199分子展开了全面的基础和应用研究,先后在Int J Cancer (2017),Oncogene (2018),Oncogene (2021),Hepatology (2022),J Immunother

Cancer(2022)国际期刊发表论文,获国家发明专利1项(ZL202110272941.0),获国家自然科学基金5项,课题组核心成员为张涛、任精华、赵磊、张德均、汪海虹、花庆岭、张必赢、徐国杰。目前关于KIAA1199相关转化工作(包括检测类试剂盒和治疗性抗体的研发)正在进行。(科研处)

守护“医”线,协和人用“坚守”点亮万家灯火！

爆竹声中一岁除,春风送暖入屠苏。春节的“年味”对很多人来说是合家团圆,是人间烟火,但在万家灯火璀璨时,我们身边有这样一群人,守护百姓度过健康快乐的春节,无论节假始终坚守岗位,服务门诊及住院患者。

1月20日,医院党委书记张玉、院长胡豫及全院领导,代表医院看望并慰问坚守岗位的一线职工与留校学生,向他们致以新春祝福。

春节期间,协和医院(主院区、肿瘤中心、西院区、金银湖院区)仍有部分患者住院不能回家过年。我院医务人员用各种形式送上新春的问候和祝福。同时,医院采取人员、设备应急等多项措施落实医疗安全,加强了骨干技术人员的排班,临床科室成立了应急专班,在节日期间加强急诊,初三开始,主院区专家照常应诊,为百姓健康保驾护航。

●心脏大血管外科

腊月二十九,心脏大血管外科董念国主任团队为一名59岁终末期心衰患者成功换心。这是协和医院2023年第5台心脏移植手术,2022年心脏大血管外科完成100例心脏移植手术,其中30例为儿童心脏移植。以初心践行使命,以使命护佑生命。

●骨科

临近春节,骨科杨操主任视频连线了云南临沧“最美乡村医生”罗娜琳。去年10月,经过该团队的成功救治,罗娜琳弯曲超过150度的脊梁终于挺直,打开了“折叠人生”。今年春节,骨科病区还有100多名住院患者,骨科安排了医护人员轮流值班,守护患者健康。

●血液科

正值春节假期,在血液病研究所新药及细胞治疗中心,副所长梅恒教授和团队成员开始了一天的查房。一位青海省过来的患者,也是即将在血液科接受CAR-T治疗的第390位患者。今天团队为他设计个体化方案,为后续的回输打下稳定基础。春节期间,在细胞治疗中心的还有来自山东、广东、陕西、江西的CAR-T病友们,医护们将同他们一起过节,人民健康,协和使命!

●急诊内科

“患者意识模糊,呼吸困难,马上抢救!”临近春节,急诊内科主任孙鹏、副主任樊红带领EICU的医护人员成功救治一名93岁的新冠病毒感染患者。春节期间,急诊内科医护们坚守一线,留住更多患者的生命,守护更多家庭的团圆,是他们的新年愿望。

●妇产科

大年初二,一位10岁的小姑娘在家蹦跳后出现急性腹痛,紧急送往我院救治。沈怡教授诊断该患儿为卵巢囊肿蒂扭转,为她紧急实施单孔腹腔镜手术,顺利保住了小姑娘的卵巢。年关将近,产科主任赵茵教授团队为一名双胎孕38周,妊娠合并肝炎的孕妇,实施剖宫产手术,顺利



娩出一对龙凤胎。

●儿科

春节期间,儿童血液肿瘤科吴小艳主任带领全科医护团队轮流值守,给予精心的诊治和照料。2022年儿童血液肿瘤科陆续开展了难治复发急性淋巴细胞白血病的免疫治疗,目前已有2名ALL复发患儿接受CAR-T细胞回输后顺利出院,多名白血病患儿接受ADC药物治疗后病情好转。

●药学部

春节临近,门诊药房的药师们依然在自己的岗位上默默坚守。8点05分,新年的第一张处方传递进来,药师穿梭在每个药架中间,手中不停地轮换着取药单据,片刻,药品已经准确地发到患者手上,核对药师耐心地为患者交代药品的用法用量和注意事项。

●新冠阳康门诊

春节临近,新冠康复患者刘先生在“阳康门诊”通过疏通经络来治疗。我院在省内率先开设新冠“阳康”综合门诊,集结了针灸科、耳鼻喉咽喉头颈外科、口腔科、中医科、营养科等10多个学科的40多名专家,提供有针对性的检查和治疗服务。

●肿瘤中心

为保障患者的治疗疗效及安全,肿瘤中心的许多医务人员同样放弃了与家人团聚的机会,坚守医疗阵地。以杨坤禹教授为首的颅颈肿瘤医护团队,在年复一年的春节假期期间,一直保持着每日查房、按期放化疗的常态化工作习惯;腹部肿瘤亚专科的林振宇副教授,则已经是第三次春节值班。同时,肿瘤中心的医务人员还大多肩负着临床科研及转化研究工作,林振宇参与了肿瘤中心张涛教授和胃肠外科陶凯雄教授牵头发起的局部晚期直肠癌新辅助免疫治疗全国多

中心临床研究(Union study),春节期间,相关患者随访及临床研究数据更新工作也是一刻未停。

●西院区

春节前夕,66岁的刘大爷因为肝癌合并肝硬化失代偿期,来到西院区肝脏移植中心/肝胆胰外科就诊,顾劲扬教授主刀为他进行了肝脏移植手术。这是协和医院2023年新年后第3台肝脏移植手术。春节期间,顾劲扬教授继续带领团队坚守岗位,为终末期肝病患者解除病痛,带来生的希望。元旦前夕,呼吸与危重症医学科张建初教授团队收治了一位88岁高龄新冠感染合并糖尿病、高血压、慢阻肺等多种基础病的患者,经过精心治疗,老人终于好转出院。为守护患者健康,西院区呼吸与危重症医学科近50位医护人员留守病区。新春佳节,西院区心血管内科床位利用率仍在60%以上,科室强化值班安排,为春节期间医疗需求和医疗安全提供有力保障。

●金银湖院区

春节期间,金银湖院区肿瘤科的值班电话铃声此起彼伏。秦袖主任带领医师24小时在病房坚守,每日查房及时了解患者病情变化,耐心解答患者和家属的疑问,及时调整治疗方案……张鹏护士长带领护理团队日夜奋战在护理一线,为重症患者行经鼻高流量,并指导患者行俯卧位通气治疗。“7床,16床,23床……”走进金银湖院区呼吸与危重症医学科,医生与护士正在匆忙地查房、写病历、配药、沟通病情,为患者进行床旁治疗。年前,徐爹爹因右肺占位性病变合并新冠,高烧不退,在金银湖院区进行救治,考虑到患者发热、感染重等问题,向非教授为他实施支气管镜,检出耶氏肺孢子菌。针对性治疗后,徐爹爹的体温恢复正常。他说,终于能安心过年了。(党委宣传部)

本报讯 2022年度国际化能力培训——语言能力提升班,于2022年12月15日至2023年1月19日在线上举行,来自我院各临床医技科室的24名医务人员共同参加了课程学习。

协和医院副院长黄恺在开班前做动员讲话。他表示,语言是对外交流的基础,提升英语水平对于面向国际医学前沿,提升自身临床、科研能力,助力学科高水平建设有着重要意义。本次培训以需求为导向,克服疫情影响,线上远程举办,体现了医院对教职工国际化能力的重视。希望学员们把握机会,认真学习,切实提高语言水平。

本次语言能力提升班开设听、说、读、写4门课程,邀请华中科技大学外国语学院4位专家进行系统性授课,详细讲解语言学习、技巧提升、疑难解析、应试策略等,理论与实践相结合,课堂互动性展开,切实提升学员们的语言运用水平。在连续6周的线上培训中,我院医务人员在授课专家的引导下进行了全方位的语言学习和表达实践,学员们均表示获益匪浅。

为培养具有全球胜任力的医学人才,服务学科建设,助力我院国际一流医学中心建设,国际交流办公室自2021年启动“协和医院国际化能力培训”,每年以相应主题举办,提升我院教职工开展国际交流与合作的能力,已有近百名职工参与。(国际交流办)

本报讯 近日,国家留学基金管理委员会公布了“2023年创新型人才国际合作培养项目”名单。我院申报的“临床医学高水平人才培养计划”获批立项。该项目为华中科技大学医科专业首个获批项目。

项目依托于我院与德国海德堡大学稳定、长期的合作基础,旨在搭建临床医学高水平创新人才培养平台,培养出一批具有国际视野和国际竞争力的高水平临床医学人才,致力于解决临床医学领域内的重点、重大问题。

根据国家留学基金委安排,本项目每年可派出共计9人赴德攻读博士学位、联合培养、开展博士后研究或进行学术访问,项目执行期三年(2023-2025年),累计可获全额资助派出27人次。

“临床医学高水平人才培养计划”由协和医院胰脾外科主任吴河水教授牵头,吴河水教授长期以来与海德堡大学胰脾癌研究所所长Rienk Offringa教授建立了良好的合作关系,并成立了中德胰腺癌个体化治疗实验室,在科研合作、人才培养方面均取得显著成果。本项目瞄准临床医学领域教育前沿问题,将以创新的培养模式,整合双方优势资源,探索高层次复合型医学人才培养新机制,服务于“健康中国2030”发展规划。

据悉,“创新型人才国际合作培养项目”是国家留学基金管理委员会为服务国家战略,推动国内与国外高水平大学、顶尖科研机构的实质性学术交流与科研合作,培养更多创新型、紧缺型、复合型国际化拔尖人才而重点推动的成建制资助项目。(胰脾外科)

协和医院2022年度国际化能力培训——语言能力提升班成功举办

我院获国家留学基金委『2023年创新型人才国际合作培养项目』立项



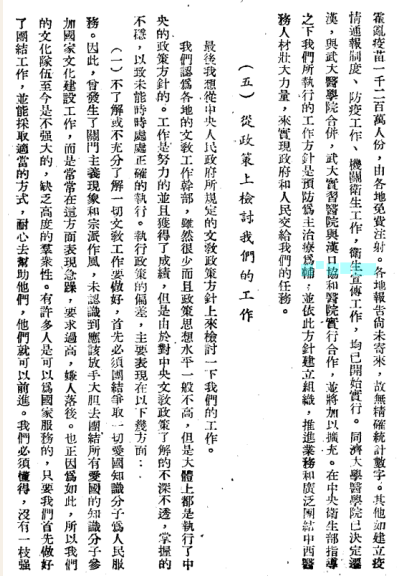
党报上的红色协和

求木之长者，必固其根本，欲流之远者，必浚其泉源。现代协和的诞生离不开党的领导，同步于伟大的时代，我们回到历史深处，重现历史场景，寻找的不仅是今天的渊源，更有明天的答案。本期鎏金岁月·院史专栏，让我们跟随当年的新闻报道，一起看看1950—1970年代的协和。

协和医院的发展与祖国共命运，与时代同脉搏。1949年以后，各级党报党刊上出现了越来越多协和人的身影。翻阅半个多世纪前的新闻报道，那些饱含时代感的文字所记述的，既是历史中的协和足迹，也是新中国医疗卫生事业发展的珍贵侧影。

《长江日报》首记，解放后协和迎来发展良机

解放后在武汉出版的第一张党报是《长江日报》，创刊于1949年5月23日，它是当年首府设在武汉的中共中央中南局的机关报。1950年9月20日，时任中南行政委员会文教委员会主任的赵毅敏在《长江日报》发表《关于中南区文化教育报告》，其中谈及协和医院正在进行的合作事宜：“同济大学医学院已决定迁汉，与武大医学院合作，武大实习医院和汉口协和医院实行合作，并将加以扩充。”——这一小段文字，是目前能找到的解放后关于协和医院的首条消息。文字虽短，可党和政府在当时百废待兴的局面下，推动协和医院发展，提高武汉地区医疗卫生事业水平、满足人民群众健康需求的拳拳之心，可以说彰显无遗。



1950年9月20日《长江日报》版面

抗美援朝中的协和战队，再登《长江日报》

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，连同各个医学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、中南军区兼四野后勤部政委潘振武、中南卫生部部长孙仪之、中南教育部副部长陈剑修、中南总工会青委会副主任、武汉市总工会副主席赵敏等出席致词，向这些志愿赴朝参加战地医护工作的医务工作者们表示敬意。



1951年1月11日《长江日报》版面

当天，《长江日报》刊登的报道，对“协和中队”随中南区抗美援朝志愿医疗手术大队踏雪北上，做了详细的记载。

“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，盈耳不觉。至大智门车站前，始互相作别。”（原文）”

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扎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，医疗队陆续返乡。

抗洪抢险，登上新华社长篇通讯

1954年夏，由于中下游区梅雨期延长，且雨量较大，长江中下游出现了近100年间最大的洪水，造成了严重的洪涝灾害，协和医院响应党和政府的召唤，全院迅速组织“防汛医疗队”，开赴防汛前线，作出了独特贡献。其中，外科医师黄志增被评为“防汛一等功臣”，眼科医师魏厚仁被评为二等功臣，还有护士蔡玉英、司机钟在祥两人被评为三等功臣。在紧张激烈的防汛斗争中，协和医院医疗秩序良好，各个岗位的医护人员坚守职责，这一点，吸引了新华社记者敏锐的目光。



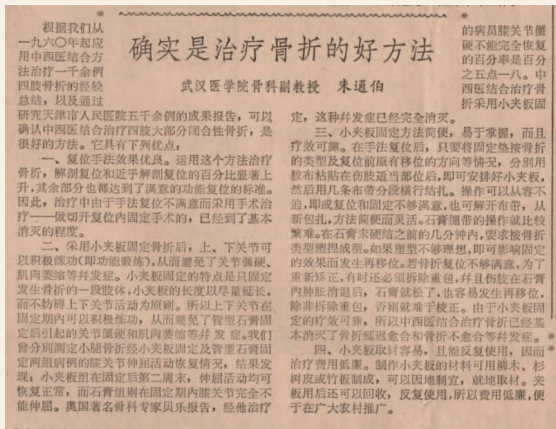
医护人员在照顾受伤的护堤队员(摄于1954年)

1954年8月7日，新华社发表《和洪水搏斗中的武汉一日》长篇通讯，由新华社驻武汉市记者集体采写。涉及到协和医院的内容出现在倒数第三段：

“几天以来，汉口协和医院妇产科生出了二十六个婴儿。这些婴儿在产科大夫和护士们照料下，安静地过着初生的幸福生活。在车站路的一个托儿所里，保育员们和往日一样，关心地抚育着渐渐长大起来的孩子。为了孩子们的安全，这个托儿所已经把孩子们的宿舍搬到了楼上。”（原文）”

整篇文字长达数万字，提及的医院只有一家，那就是汉口协和医院。这26个小生命，在这里似乎有一种特别的寓意，他们，值得我们用生命来保卫，同时给我们无限的希望。

骨科“小夹板理论”，受到《人民日报》持续关注



1965年12月22日《人民日报》第六版截图

1965年12月22日《人民日报》发表了一组有关中西医结合的文章，其中一篇是协和医院骨科朱通伯教授的文章《确实是治疗骨折的好方法》。

“根据我们从一九六零年起来应用中西医结合方法治疗一千余例四肢骨折的经验总结，以及通过研究天津市人民医院五千余例的成果报告，可以确认中西医结合治疗四肢大部分闭合性骨折，是很好的方法。一、复位手法效果优良……二、采用小夹板固定骨折后，上下关节可以积极练功，从而避免了关节僵硬、肌肉萎缩等并发症……三、小夹板固定方法简便，易于掌握，而且疗效可靠……四、小夹板取材容易，且能反复使用，因而治疗费用低廉……”（原文）”

回顾院史，从1962年开始，朱通伯教授带领协和医院骨科团队，包括李同生、杨家玉、冼我权、吴正兴等医生，一起攻关，发表了系列论文，到1965年前后，基本建立了中西医结合治疗骨折的理论体系。

1973年7月11日《人民日报》第二版，发表新华社武汉电《武汉医学院附属第一医院 中西医结合治疗骨与关节损伤》。

中西医结合治疗骨与关节损伤

新华社武汉电 武汉医学院附属第一医院中西医结合，用麻醉下手法复位，外包杉树皮小夹板固定的疗法，医治骨与关节损伤，取得了良好的效果。第一医院对许多病人进行治疗的结果证明，采用这种疗法骨折愈合快，功能恢复好，病人痛苦少，合并症、后遗症少；而且，用杉树皮做小夹板，轻巧、能吸潮，在南方取材也比较方便。因此，这种疗法不仅适用于城市，也便于向农村和山区推广。现在，这个医院除了骨折合并神经、血管损伤较重的病人仍需要开刀以外，百分之九十五以上的闭合性骨与关节损伤已不再需要开刀治疗。即使用难度较大的骨折，如上臂肱骨外髁骨折、桡骨骨折、大腿股骨骨折、骨盆骨折等，用这种中西医结合的疗法也取得成功。一九七一年以来，他们收治了二十一例肱骨外髁骨折病人，采用手法复位，小夹板固定，成功率达到百分之九十五以上。不久前，他们收治了这样一名青

年社员，他的左大腿被压伤，造成股骨上段碎块骨折，合并向外成角，中间一段骨片横置，缩短移位达两厘米。过去，遇到这样重伤的病人，免不了要在大腿胫骨结节的骨质内横穿一根粗而长的钢针作“骨牵引”，等待骨折断端慢慢长住，再去掉钢针。但是，这次他们没有使用“骨牵引”法，而是在克氏斯氏照片上认清骨折发生移位的路径，采用手法牵引屈曲伸直、反折捺正等多种合适的手法，克服了大腿肌肉丰厚，手力不易复位的困难，使它循原来造成移位的路径，返回到骨折断面互相吻合的位置上；然后用杉树皮作小夹板固定，再加松宽胶布条作“皮肤牵引”维持固定。结果，二十五天骨折端就有大量骨痂生长，一个多月达到临床愈合，能下床活动。近两年来，这个医院采用中西医结合的疗法代替“骨牵引”，医治了九十三个股骨骨折病人，骨折的愈合全部达到对位、对线比较满意的程度，骨折愈合的时间也比过去缩短了一个月左右。

1973年7月11日《人民日报》第二版

“武汉医学院附属第一医院中西医结合，用麻醉下手法复位，外包杉树皮小夹板固定的疗法，医治骨与关节损伤，取得了良好效果。”

第一医院对许多病人进行治疗的结果证明，采用这种疗法骨折愈合快，功能恢复好，病人痛苦少，合并症、后遗症少；而且用杉树皮做小夹板，轻巧松软能吸潮，在南方取材也比较方便。因此，这种疗法不仅适用于城市，也便于向农村和山区推广。（原文）”

因为易于掌握，实用性强，效果好，从1973年开始，受卫生部委托，朱通伯教授领导协和骨科同仁开办“中西医结合治疗骨与关节损伤”学习班，向国内外同行推广传授治疗经验。

创造医学奇迹，两登《武汉晚报》头版

综观1960年代《武汉晚报》关于协和医院的报道，有两则消息相当突出，均放在头版显著位置。一则消息是1965年6月23日《武汉晚报》头版，标题是《敢于战胜困难 抢救阶级弟兄——武医一院为贫农病员切除巨瘤成功》；另一则消息是7月11日的头版，标题是《运用一分为二的观点揭露矛盾分析矛盾处理矛盾——武医一院抢救大面积烫伤女工成功》。



1965年6月23日《武汉晚报》头版截图

今天，岁月的印记斑驳，这一张张老报纸大部分已经泛黄发脆，但重新读来，当年的那些事迹、那些人物仿佛仍鲜活如初，这是协和的初心，是历史的况味，也是时代的脉搏。（整理撰写/张玮）



扫描二维码
阅读全文



在近期的热播剧《狂飙》中，主角称自己得了“绝症”，而诊断书上赫然写着“干眼症”，幽默桥段一时引起很多网友热议。干眼症真的是难以根治的“绝症”吗？哪些因素会导致干眼症？哪些方法可预防与缓解干眼症？协和眼科专家为大家科普！

干眼症，真的是“绝症”？

干眼是由各种因素导致的慢性眼表疾病，可引起泪膜失衡，最后造成眼部的一系列症状，甚至危及视功能。临床上诊断干眼通过症状和临床检查判断程度。干眼最直观的感受就是眼干、易疲劳，此外还有畏光、异物感、烧灼感等。

干眼症是慢性病，根治很难，但能通过合理治疗、适度用眼、注意用眼卫生习惯等方式，缓解疾病症状。如果没有得到及时有效的治疗，严重者将出现眼表和眼睑的慢性炎症、角膜溃疡，甚至失明。



如果眨眼后形成的泪膜不稳定，很快破裂，相当于水很快就从眼表流走，即使泪水不少，眼睛仍然会干燥。因此，任何导致泪膜破得太快的原因，都会导致干眼，泪膜的不稳定，才是干眼症形成的根本原因。

干眼症，真的是“绝症”？

眼科 张明昌

防治干眼症，记住六个字

忌：近视手术后过度用眼

近视手术会影响到眼泪的分泌机制，很多接受过近视手术的患者会有干眼症。因此，近视手术后要注意休息，不过度用眼，可以适当使用人工泪液等修复类药物。但是需要注意，人工泪液仅仅能给眼睛补充水分，我们人体的泪液中除了水，还含有一些油脂、蛋白，因此人工泪液不能代替自身的泪液，必要时还是要进行抗炎治疗，恢复眼泪正常的分泌。

练：眼部瑜伽后热敷更好

要有意识地注意规范眨眼，眨眼时要保证上下眼睑相碰，保持一定频率；还要注意环境的加湿；休息时可以使用热毛巾，或将手掌心搓热敷在眼睛上；眼保健操也可以改善眼部血液循环，缓解视疲劳，但是要注意一定要闭着眼睛，穴位要按压到位，使用适当的力度，按照指示规范地按揉。

防：避免暗处使用电子屏

过度使用电子屏，会使得眨眼的频率下降，眼睛暴露在空气中时间较长，泪水蒸发就会增加；过度的光刺激也会造成眼表损害，导致泪液分泌功能下降。因此，减少电子设备的使用，避免在昏暗环境下使用电子屏，对于预防干眼症来说很关键。

摘：敏感体质不宜戴隐形

如果眼睛常常发红、有异物感，一佩戴隐形眼镜症状就加重的人，最好避免或减少佩戴。生活中除了要注意定期更换护理液、晚上睡觉时不佩戴，还要在摘戴隐形眼镜时保持手部卫生，洗完手后一定要擦干或吹干手再摘、戴隐形眼镜。

清：眼周卫生清洁需注意

要注意眼周的清洁，日常所用的毛巾、枕巾要让太阳暴晒；经常化妆的女性，要将睫毛根部的化妆品清洗干净；皮肤爱出油，也会影响到眼睑周围的清洁，这类人建议减少油脂摄入，防止油脂过多分泌。如果眼睛爱充血、眼睑发痒，建议到医院进行检查，做祛螨治疗。

治：眼药水不可频繁使用

许多人会选择使用滴眼液来缓解视疲劳。滴眼液的清凉感会让充血、升温的眼睛感到非常舒服。但是现在的一些“网红”滴眼液过度追求清凉感，实际上里面可能加了冰片，有些可能添加了过多的防腐剂，长期使用不仅对眼睛无益，还可能造成进一步的伤害。任何眼药水都不能频繁、长期地使用，购买和使用都要遵医嘱，当觉得眼睛很不舒服时，最好是到医院检查。



扫描二维码
阅读全文