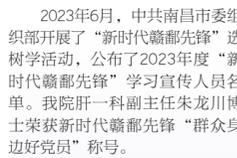


# 喜讯：朱龙川博士荣获“新时代赣鄱先锋”称号



2023年6月，中共南昌市委组织开展了“新时代赣鄱先锋”选树学活动，公布了2023年度“新时代赣鄱先锋”学习宣传人员名单。我院肝一科副主任朱龙川博士荣获新时代赣鄱先锋“群众身边好党员”称号。

**朱龙川**，男，1984年生，中共党员，医学博士，副主任医师。先后荣获南昌市优秀医生、南昌人社局记功奖励、2020抗击新冠疫情优秀青年奖等称号。

**他勇于担当 是挺身而出的抗疫先锋**  
2013年的一天夜里，朱龙川接到医务科电话，告知南昌市出现人禽流感疫情，要求立刻返回医院执行疫情防控任务。人禽流感传染性极强、医务人员被感染风险极大，但他没有犹豫，向家里交待了片语，便迅速赶往医院。在之后的几个月里，他与应急团队并肩，积极承担南昌市人禽流感的防治工作，经过各方努力，最终禽流感疫情得到有效控制。

2020年初，新冠肺炎肆虐全国，我院是市级定点医院，朱龙川积极请战，进驻发热门诊担任负责人。与2013年相比，此时家中的困难更多了。尽管如此，他依然

克服重重困难，奔赴抗疫最前沿。为减轻一线轮班医生的压力，他迎难而上，加入一线轮班工作，每天4小时在发热门诊戴着厚厚的装备为病人诊治，其余20小时随时为一线医生解决临床问题或协调发热门诊各种繁杂事务，夜间、凌晨都不例外。然而，朱龙川对此却看得很淡，他非常乐观的说：“这就好像自己刚出生的孩子，他睡我就睡，他醒我就醒。”2020年，朱龙川因在新冠抗疫战中表现优秀，获得多项荣誉，南昌市人力资源和社会保障局给予其记功奖励一次，中华医学学会感染病学分会授予其“抗击新冠疫情优秀青年奖”。

2022年3月，新冠疫情再次突袭南昌，朱龙川又一次奔赴前线，被任命为隔离病房负责人。进入隔离病房前，朱龙川身体已有微恙，但他觉得问题不大，没有向医院告病。此次疫情来势很猛，隔离病房的医疗工作瞬间提升至高强度，每天忙到凌晨时分是家常便饭。连续7天的繁重工作，使他抵抗力下降、病情加重，出现了畏寒、发热、腹痛的症状，经CT检查，被诊断为腹腔感染。无奈之下，朱龙川只能接受医院下达的进入隔离病房治疗的命令。朱龙川说：“作为共产党员，本应疫情不退我不退，只怪自己身体不争气，实在是心有不甘啊！”

**他善于钻研 是勤奋刻苦的医学工匠**  
对朱龙川而言，进行临床科研的目的就是解决患者疾苦。肝硬化失代偿期患者常合并大量腹水，造成患者腹胀难忍、无法进食。腹腔镜穿刺放液是改善此类患者症状的有效方法，但穿刺口渗液甚至继发感染却是困扰医生与患者的临床难题。常规的纱布加压包扎效果差强人意。针对这一问题，朱龙川与科室护士长一同苦心钻研，最终成功研究出一种一次性止血及腹水外



漏加压装置，可有效阻止穿刺口腹水外渗且无明显副作用，另用于股静脉拔管后止血也有良效，同时也可节省人力与耗材。该项发明已于2015年成功获我国实用新型专利，目前已转化生产并投入临床使用，最终服务于患者。

**他关爱患者 是德高医精的人民医生**  
朱龙川从医十余年，对待患者始终都是无微不至。老李是一位来自抚州农村的肝癌患者，入院时合并消化道出血、肝性脑病等多种并发症，经过朱龙川医生团队3个月的心治疗，终于迎来了好转出院的这一天。然而，朱龙川却发现老李的爱人独自躲在电梯间角落默默的哭泣。经询问得知，他俩错过了回家的班车，无力再次购买车票。朱龙川立即拿出自己的200元，委托胡青青护士长把钱交给老李的爱人并告诉她这是科室的一点心意。老李夫妻俩内心得到了安慰，感谢之后重新收拾好行囊回家了。

## 我院组队参加市直卫健系统羽毛球比赛获佳绩

6月15日-6月18日，2023年市直卫健系统第一届运动会“活力卫健杯”羽毛球比赛在南昌市工人文化宫举行。我院派出了12名队员参加比赛。在本次比赛中，我院队员分别参加了男单、男双、女单、女双、男女混双以及团体赛。参赛队员个个全力以赴、敢拼敢战，以良好的竞技状态和饱满的热情对待每一场比赛，充分展现了我院职工不畏强手、奋勇争先的拼搏精神和高度的集体荣誉感。



（肝五科 供稿）

## 宝贝 祝你生日快乐！

“祝你生日快乐！祝你生日快乐……”5月7日上午，肝五科病房护士站传来了温馨甜美的生日祝福歌，安静的病房顿时热闹了起来。护士万里婷和王燕手捧精美的生日蛋糕，带着彩色气球，翩然登场。其他几位护士姐妹领着一位小患者来到护士站。小家伙开心地乖乖坐下，护士姐妹们忙着把准备好的蛋糕摆上来，点上蜡烛，并为小家伙戴上金闪闪的生日帽。“祝你生日快乐！祝你生日快乐……”歌声响起，在一声声的祝福里，小家伙一口吹灭了蜡烛。



这个小家伙叫邦仁。才9岁的小邦仁早就肝五科的“熟人”了。2021年11月，因“上腹部间歇痛”半个多月来我院就诊，诊断为“肝细胞癌”。之后在肝五科做了多次介入手术，目前恢复较好。对肝五科来说，他是一位比较特殊的患者，不仅因为他过小的年纪，还因为他的懂事和坚强让医护人员更加心生怜悯。

日才是小邦仁9岁的生日，但因他5月7日出院，所以姐妹们决定给他一个惊喜，提前为他庆祝了！生日代表着生命，代表着希望。我院医护人员希望给予患者的不仅仅是药物的治疗、精心的照顾，更有心灵的慰藉、人文的关怀。衷心希望小邦仁能早日战胜病魔，过上健康快乐的生活。



医院已通过 ISO9001:2000 质量管理体系认证

# 厚德 博爱 创新 奉献



医院地址：南昌市洪都中大道165号  
邮编：330002  
电话：0791-88499696  
医院网址：www.ncdiy.com  
E-mail: ncdjyy\_xk@163.com  
主 编：熊少云  
副 编：曾卫新  
执行编辑：张小芳  
编 辑：谢春梅 胡俊 刘静 张子婷



# 南昌九院报



内部资料 免费赠阅  
医院地址：www.ncdiy.com 医院地址：南昌市洪都中大道165号 邮编：330006  
2023年07月 第05期 总第217期

## 南昌市委卫健工委书记、市卫健委主任朱世鸣到我院调研

6月29日上午，南昌市委卫健工委书记、市卫健委主任朱世鸣一行来我院调研疫后重建及医院运营情况，院党委书记熊隆信、院长熊少云等在家院领导接待调研。

朱世鸣实地走访了我院肝一科、肝五科、感染二科等临床科室，查看了医院特色诊疗学科和学科建设情况。

朱世鸣表示，医疗卫生健康系统经历了疫情大考，既是对深化改革成果的检验，也考验了医院的统筹协调能力，同时为医院高质量发展积累了经验。



前排中为朱世鸣主任

## 医院开展系列活动庆祝“七一”建党节

（湖区）“七一”主题党课暨在党50年



心医院（青山湖区）党务技能大赛



2023年是中国共产党成立102周年，为了纪念党的生日，加强党组织和党员的凝聚力与战斗力，充分发挥党员先锋模范作用，深入推进“学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想”主题教育，医院开展系列活动庆祝“七一”建党节。

本次大赛采取案例讲解和知识竞答相结合的方式。通过激烈角逐，行政党支部周亚岚同志获一等奖，综合科党支部边群明同志获二等奖，医技党支部胡俊同志获三等奖。

**红色教育：重走小平小道 追寻红色足迹**  
6月28日下午，医院组织全体党员前往小平小道陈列馆开展红色教育。医院党委书记熊隆信、院长熊少云、在家院领导及在职党员100余人参加。

大家详细了解了小平同志在新建拖拉机修造厂度过的那段不寻常岁月，并驻足于一幅幅照片、一份份史料、一件件实物前，认真聆听小平同志当年在这里工作、生活的点滴故事。小平同志在江西走过的真实足迹、奋进历程、伟人丰富的内心世界、坚定的为民情怀深深地感染着每一个人。

在党委书记熊隆信同志的带领下，全体党员面对鲜红的党旗，高举右拳，重温入党誓词，感悟初心使命。

**文明实践：清洁医院环境 营造文明氛围**  
6月，各党支部组织党员开展了以“清洁医院环境”为主题的新时代文明实践，对院区环境卫生进行一次深度清洁。支部党员拿起清扫工具，到院区外草坪、过道等处捡垃圾、拾烟蒂，清理卫生死角，为患者创建了整洁、卫生、文明、有序的就医环境。

**生动党课：宣讲主题党课 颁发纪念勋章**  
6月30日上午，我院举办“七一”主题党课活动暨“光荣在党50年”纪念章颁发仪式。院党委书记熊隆信以《学习党的二十大精神，团结奋斗开创医院高质量发展新局面》为题，为全体党员讲授党课。老党员邓见廷、第48届南丁格尔奖获得者、全省优秀共产党员、第十五届省党代会代表、第十二届市党代会代表胡敬华同志，分别分享了“我的初心故事”。

在纪念章颁发仪式上，党委书记熊隆信向老党员邓见廷同志颁发了“光荣在党50年”纪念章，并代表医院党委

向邓见廷同志表示热烈的祝贺和崇高的敬意。

专家们专业诊断和耐心解答获得当地居民的高度赞誉。他们用精湛的医术和高尚的医德传承了红色基因，践行了全心全意为人民服务的宗旨，以实际行动为群众办实事、解难题。

（党办 赵坚）

（党办 赵坚）



## 端午节前廉情教育 敲响廉洁警钟

为进一步推动“勤廉医院”建设，切实加强节假日期间党员干部和广大职工的廉情监督，严防节日期间“四风”问题反弹，6月21日下午，医院组织召开端午节前廉情工作部署会。在家院领导及全院80余名中层干部参加会议。

会议指出，节点即“考点”，全院职工要时刻绷紧廉洁纪律这根弦，远离“节日病”，守好“廉洁关”，切实从上述典型问题中汲取教训，举一反三，自觉做到戒奢以俭、廉洁过节、文明过节。

会议强调，一是全体党员干部要坚决克服侥幸心理，绷紧思想防线，筑牢纪律底线，严守廉洁纪律要求，深刻认识到“红脸出汗”比“出事”好，“扯袖子”比“戴铐子”好，把权利“关笼子”比把人“关笼子”好；二是科室负责人要率先垂范，严格履行“一岗双责”，做到管行业管行风，自觉抵制不良风气侵蚀，抓好科室的廉政建设、行风建设，共同建好“三个关系”，即同事之间保持清爽关系，上下级保持规矩关系，与供应商共建“亲清”关系。三是强化履职尽责，近期各级明察暗访都在持续进行中，全院各科室尤其是窗口部门要切实加强节假日期间值班值守，杜绝各类违纪违规行为的发生。

## 医院召开严禁违规操办“升学宴”集体谈话会

正值中、高考升学之际，为进一步推进勤廉医院建设，树立文明院风，号召职工以文明节俭的方式分享喜悦，感谢师恩，6月21日上午，医院召开严禁违规操办“升学宴”集体谈话会。子女有中、高考生的22名职工参会。会上，院纪委书记杜小军首先对与会人士表示祝贺，祝贺大家对子女的多年悉心培养收获了丰硕的果实。杜小军要求大家强化思想认识，以违规操办“升学宴”的典型案为借鉴，自觉抵制陋习和不良风气，杜绝人情“微腐败”，弘扬勤俭节约、艰苦奋斗的优良传统，倡导健康文明的庆祝方式。

杜小军强调，要做好家庭教育，教育引导子女崇尚节俭、拒绝浪费，不盲目攀比。医院纪委也将切实履行监督责任，强化执纪问责，就“升学宴”开展专项监督检查，发现一起查处一起。

（监审科 葛帅）

## 医院一项目喜获江西省医学科普奖



6月29日，第二届江西医学科普奖颁奖大会在南昌隆重召开，大会颁发了第二届江西医学科普奖、青年科技创新奖和科普奖。我院《非生物型人工肝技术推广应用序列表》喜获医学科普普及奖。

据悉，该序列表包括《非生物型人工肝治疗重型肝炎新进展》《非生物型人工肝操作与应用》《非生物型人工肝基础与临床》三部著作。作者为来自我院重症肝病诊疗团队的熊墨龙、谢能文、朱龙川、何金秋等。该序列表从非生物型人工肝临床实践角度出发，围绕人工肝临床实践中所遇到的具体问题进行了详细讨论，既包括血液净化原理基础理论探讨，又包括了人工肝治疗的新技术、新方法、新模式，是读者理解每一步人工肝临床操作的理论基础。

丛书结合大量精美的示意图和清晰的表格进行描述、总结归纳，理论与实践相辅相成，是学习非生物型人工肝基础理论和临床操作方面全面、深入、细致的参考书和工具书，适合广大肝病科、传染科、人工肝治疗室、重症监护科、临床血液净化中心医生和护士系统性学习和指导临床实践。

我院人工肝治疗中心创立于1997年，专注于运用多种人工肝技术对重症肝病、肝衰竭进行治疗。20余年累计治疗量突破1万例次。技术水平和治疗总量位居江西省首位、全国前茅。2018年，获批为全国人工肝及血液净化技术示范中心。

鉴于当前在临床肝衰竭治疗工作中缺少结合非生物型人工肝治疗相关血液净化基础理论和临床操作的书籍，我院人工肝治疗中心总结20多年的临床经验，结合目前非生物型人工肝最新理论和技术进展，对人工肝血液净化理论和实践做了全面概述，总结编著出《非生物型人工肝治疗重型肝炎新进展》《非生物型人工肝操作与应用》《非生物型人工肝基础与临床》3部序列表。

中心还先后培养500余名来自全国各地医院的人工肝专业技术人才。在何金秋教授、熊墨龙教授带领下，中心成功举办了全国人工肝临床新技术学习班10余期。中心通过教学、培训与合作交流，为我国危重肝衰竭救治、人工肝与血液净化学科的发展做出了重要贡献。

（人工肝治疗中心）

## 中晚期肝癌治疗的新选择、新希望——肝动脉灌注化疗

我院肝肿瘤科最近成功为一批肝癌患者实施肝动脉灌注化疗。此项技术的顺利开展，标志着医院肿瘤介入治疗迈上了新台阶，让肝癌患者治疗更系统更全面。

患者王先生2022年8月检查发现患有肝癌，来我院肝肿瘤科就诊。考虑该患者属于乏血供肿瘤（胆管细胞癌），以张克勤主任为首的肝肿瘤团队对治疗方案进行了反复讨论，最终决定采用肝动脉灌注化疗。随后，张克勤主任带领手术团队成功为李先生实施了肝动脉灌注化疗，全程无明显不良反应。术后，李先生生命体征平稳，恢复良好并顺利出院。随后，李先生接着完成了一个疗程（3次）的肝动脉灌注化疗。2022年11月复查磁共振，显示肿瘤已无活性。

患者祝先生2022年9月检查发现患有巨块型肝癌（直径17\*12cm），来到我院肝肿瘤科就诊。考虑该患者肿瘤巨大，如果做常规的肝动脉化疗栓塞治疗，术后反应可能会偏重，最终决定采用肝动脉灌注化疗。术后，患者无明显副作用，经调理后顺利出院。经过一个疗程的肝动脉灌注化疗后，



2022年12月复查，CT显示肿瘤大部分已坏死。

患者钱先生，2023年1月发现一个直径为9\*8cm的原发性肝癌，

在肝肿瘤科行肝动脉灌注化疗治疗后，2022年4月复查，肿瘤已明

显缩小至5\*5cm。

（肝肿瘤科 杨文娟）

## 我院举办病例分享大赛

6月30日，我院在学术报告厅举办2023年度病例分享大赛。此次大赛为迎接第六个“中国医师节”举办的系列活动之一。副院长张志成和全院医务人员代表100余人到场观摩。

来自全院各临床科室的15名选手参加比赛。参赛人员在案例展示时化身“福尔摩斯”，剥茧抽丝，层层递进，揭开各种疾病的神秘面纱，向观众呈现了一个个真实的医疗案例。他们以高度的专业素养和深厚的知识功底详细讲述了病例背景、诊断过程、治疗方法和治疗效果。精彩的演讲和深入的分析使整场比赛充满了专业智慧与激情。

现场的专家评委和大众评委认真聆听每位参赛者的分享。专家评委还对每一个参赛案例进行点评，从诊断思路、治疗方案和演讲技巧等方面予以专业评价，提出了宝贵的意见和建议。

比赛结束后，张志成副院长做总结发言。他指出，此次比赛是一场爱岗敬业者的精彩表演，是一次岗位的练兵，是一次医院文化风采

（医务科 曾玮）

## 南昌市结核病临床诊疗技能竞赛在我院成功举办

6月27日，2023年南昌市结核病临床诊疗技能竞赛在我院顺利举办。竞赛由南昌市卫生健康委主办，我院承办。南昌市卫生健康委疾控科科长熊光星出席活动并致辞。我院结核病防治专家受邀对此次竞赛进行全程指导。来自南昌市各个县区及我院的12名选手参加比赛。

竞赛分为基础知识、影像诊断、病例分析三个项目，主要考核选手的结核病基础、防治政策、病原学诊断、影像学检查和规范诊疗等知识内容的掌握情况。经过三个项目的紧张激烈角逐，评选出个人全能奖及个人基础知识、影像诊断、病例分析三个单项奖。我院感染三科的黄美玲、李小广分获个人全能一、二等奖。

此次竞赛活动充分展现了我市各级医疗机构的结核病诊疗能力和医务人员专业素养，各



的展示，达到了以赛促练、以赛促教、以赛促学的效果。病例分享大赛让住院医师们同台竞技，既有助于多学科之间交流借鉴、相互启迪，又为医师们提供了展示医术的平台，营造了见贤思齐和比学赶超的良好氛围，是一项务实有效的促学提能举措。

张志成强调，希望大家在今后的临床工作中要勤于思考、善于总结、敢于实践，将每一个病例通过总结和记载成为自己成长道路上的宝贵财富。



级医疗机构以及相关医务人员也通过竞赛活动得到了充分交流。通过以赛促学、以赛促训、以赛精技，全市结核病防治机构的诊疗服务能力和结防队伍整体业务水平将得到持续提升，我市2035年“终结结核病流行”的工作目标也将加快实现。

（公卫科 胡泽伦）

## 联系我们

急诊（狂犬疫苗接种）

88499510

医保咨询

88499521

服务中心

88499503

投诉接待

88180719

一站式服务

88499546

健康咨询

88499555

门诊免费预约

4008881269

肝内科

88499613

肝外科

88499623

肝内科

88499633

肝外科

88499643

肝内科

88499653

感染内科

88499603

感染外科

88499608

感染内科

88499662

骨科、普外科

88499673

中医科

88499567

呼吸内科

88499586

消化内科

88499587

妇产科

88499592

ICU

88499648

人工肝中心

88499522

血液净化中心

88499523

介入室

88499526

消化内镜室

88499560

骨科、普外科门诊

88499513

妇产科门诊

88499512

HIV门诊

88499548

发热门诊

88499541

口腔科

88499516

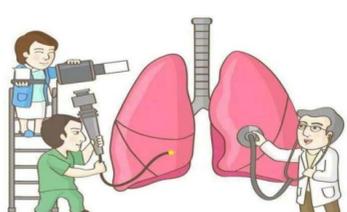
中医皮肤科

88499517

健康体检科

88499684

## 看看你需要做肺功能检查吗？



肺功能是一项无创、无痛苦的检查，它仅需要配合医生的指令呼吸就能完成，那肺功能检测怎么做？

- 操作前不要紧张，配合医生进行；
- 保持用嘴呼吸并尽可能含紧咬嘴，保证检测过程中不漏气，配合医生的口令，即时做呼吸和吸气动作；
- 操作过程中尽最大可能吸气，然后以最大力量、最快速度呼气。

哪些人群需要做肺功能检查呢？

- 如果年龄≥40岁，长期吸烟或接触二手烟污染；
- 长期从事接触粉尘、有毒有害化学气体、重金属颗粒等工作；
- 长期使用柴草、木炭等生物燃料烹饪、取暖或常暴露于厨房油烟等室内空气污染；
- 生活在空气污染严重的地区；

通常所说的防晒有物理防晒、化学防晒；物理防晒安全无刺激，包括打伞、戴帽子、戴墨镜、穿防晒衣等；化学防晒是指使用防晒霜、乳、喷雾等。

防晒霜如何选择

防晒霜包装上的SPF是UVB（户外紫外线）防护能力的标志，它的数值越高，防晒效果越好；PA后+号越多，防皮肤晒黑效果越好。但是需要注意，防晒指数越高的产品，越容易引起皮肤过敏，使肌肤有不适的感觉，一定要挑选SPF指数适当的防晒霜并且反复涂抹。

- 耳朵、嘴唇、膝盖后、脚面和脆弱的眼部肌肤，要使用不同类型的防晒用品。
- 敏感肌、痘痘肌要慎重挑选防晒霜，防止过敏和闷痘。
- 春天阳光比较柔和，可以选用普通防晒系数的防晒霜，一般在SPF15左右就足够了。
- 除了防晒霜，还可以试试隔离霜，隔离霜也有一定的防晒功效。

使用防晒霜的注意事项

防晒霜正确的用法是：先用纸巾轻轻擦去汗水和油脂，或者用吸油纸吸去油脂，然后用防晒粉饼来补救；如果脸上汗和油很多，那么务必先用卸妆湿巾擦去汗水和油腻，然后补防晒霜，也可补水喷雾将脸部清洁后再补防晒霜。防晒霜要提前半小时涂，将防晒产品均匀涂抹在皮肤的各部位，这样才可以成膜发挥作用。防晒霜涂的量不够也起不到防晒作用，每次使用最好不少于1个硬币大小的量。

- 室内也需要防晒，尤其是经常处于窗户附近，紫外线会从窗户透进来。长时间在室外暴晒，最好每隔2个钟头补涂一次防晒霜。流汗或者毛巾擦拭等都会降低防晒效果，必须补涂防晒霜。
- 不要混合使用不同品牌的防晒霜，各个品牌防晒霜的成分是不一致的，如果混用，重叠在皮肤上，有可能造成成分相互干扰或相互排斥，降低防晒功效，甚至引起皮肤过敏。
- 防晒产品一般分为防水和不防水两种，不具有防水性的防晒产品用普通洗面奶就能洗干净；防水性防晒产品效果好，需要用卸妆产品才能洗干净。出了一天门，晚上最好进行防晒修护，用一些防晒修护的乳液或者面膜进行修护。

（中医皮肤科 供稿）

当头晕头痛的时候，我们通常会想到去量个血压。心脏不舒服了，我们可以做心电图。总是咳嗽、咳痰，消炎后又无效，大部分人第一个想法就是去做个胸部CT，那你是否想过要做肺功能检查呢？

常规体检的胸部CT只能识别肺部影像学改变，不能用于慢阻肺和哮喘的诊断，也评估不了肺功能损害的程度。这个时候，就需要前往专业机构进行完整全面的肺功能检测，包括肺容量测定、肺通气功能测定、肺换气功能测定、气道阻力测定、支气管反应性测定等多种检查项目。

- 有慢性咳嗽、咳痰、呼吸困难等呼吸道症状；
- 患有哮喘、过敏性鼻炎、慢性支气管炎、肺气肿、慢阻肺等慢性呼吸系统疾病；
- 直系亲属中有慢阻肺家族史；
- 小时候有反复的呼吸系统感染。

如果存在以上高危因素，建议每年至少做一次肺功能检查。

肺功能检查的临床意义？

- 诊断支气管哮喘、慢阻肺等呼吸道疾病；
- 鉴别呼吸困难、慢性咳嗽的原因；
- 评价肺功能损害的类型和严重程度；
- 监测药物及其他治疗的效果；
- 评估疾病进展及判断预后；
- 评估胸腹部外科手术的风险；
- 劳动强度、耐受力的评估。

（呼吸内科 汤坤）

## 这些防晒小知识你get到了吗？



物理防晒的注意事项

- 防晒伞要选择有涂层的，主要是涂层起作用，涂层有效期，淋雨会缩短防晒伞使用寿命。
- 阳光强烈时，穿深色衣衫会起到防晒的作用，而不是白色的，因为白色衣服只会反射热量，却无法阻隔紫外线。
- 皮肤越白的人更要注意防晒，因为白皮肤越容易被晒伤，晒伤后也更难恢复。
- 夏季每天上午10点钟至下午2点钟，太阳光中紫外线的辐射强度最大时，应避免或减少外出。

哪些食物可以起到防晒作用

防晒食物包括维生素C水果，比如：番石榴、猕猴桃、草莓、圣女果、西红柿或是柑橘类都可以；黄红色蔬果，比如：红色、黄色蔬果及深绿色叶菜如胡萝卜、芒果、西红柿、木瓜、空心菜等，都含有大量胡萝卜素，有助于抗氧化，增强皮肤抵抗力；豆制品，如大豆中的异黄酮是一种植物性雌激素，具有抗氧化能力。这些我们可以多吃一点。

但是食物中有一种感光食物，如香菜、韭菜、酱油、白萝卜等，吃多了经紫外线照射易产生斑点，加重紫外线对肌肤的伤害。而鱼腥、鳗鱼、鲱鱼、冬瓜、花椰菜、草莓及筋肉等则是优良的防晒食物，都含有“防晒营养素”，多吃这些美食可从中摄取保湿防晒成分。

（中医皮肤科 供稿）

直系亲属不能输血？

当然不能！输血必须满足以下条件

直接亲属之间能不能直接输血？



你知道吗？输血治疗实际上是一种细胞移植的干预治疗，常常有发生免疫反应的风险。临床输血有“三不”原则，即：可输可不输的血坚决不输；能少输绝不输多；能用自己的血坚决不用别人的血。

在影视剧里，我们经常会看到这样的情节，某个剧中人物出现大出血，找不到合适的血源，直系亲属们父母、子女争先恐后地要为伤者献血、输血，场面非常感人。事实果真就是这样吗？

其实，直接亲属之间是不能直接输血的。直接亲属间输血违反医学常识，因为这可能会导致一种严重的免疫性输血反应——输血相关移植物抗宿主病。

为什么直系亲属间输血更容易发生免疫性输血反应呢？

原来，在正常输血时，输血血液中淋巴细胞会被患者体内的免疫系统识别并清除。但如果是直系亲属间互相输血，情况就不一样了。亲属之间遗传基因越相似，就越可能携带相同的单倍体器官。往往患者本身的免疫力低下，患者的淋巴细胞就无法识别输进来的活性淋巴细胞，会把它当成“自家人”，让它在患者体内存活下来，并进行繁殖。

但这些献血者的外来活性淋巴细胞毕竟不是真的“自家人”，这些外来的活性淋巴细胞会在体内进行迁移和繁殖，一定时间后会“反客为主”，甚至攻击患者自身的淋巴细胞，破坏患者的组织器官，导致严重的全身体并症，即为免疫性输血反应。这种病的死亡率高于90%，甚至为100%。

当然，直接亲属间也不是绝对不能输血。如果血液经过辐照处理，其中的免疫活性淋巴细胞被灭活处理后，其血液在紧急情况下也是可以输给亲属的。

（输血科 李金明）

## 药物不好吞咽 能掰开吃吗？

家有老年和儿童患者的朋友经常会询问一个问题：药片太大吞不下，可以掰开吃么？

首先 像包衣片、胶囊剂这种穿了“外套”的药物，是不可以掰开服用的。这些“外套”的存在自有它的道理。有些药物因味道苦、气味难闻或者需要避光，做成胶囊或包衣片来掩盖或者遮挡；有些药物在表面穿上肠溶衣，能使药物只溶在肠，而在胃里溶解。比如常吃的阿司匹林肠溶片，对胃有刺激性，如果掰开了吃，就起不到保护胃的作用；又如奥美拉唑肠溶片，在胃酸中会被破坏，所以才做成肠溶，让它到肠道里再溶化，如果掰开服用就起不到效果了。

还有常见的缓释剂和控释剂大多数也是不能掰开吃的。这些药因为采用了特殊的“制剂工艺”，使药物在体内缓慢释放，延长作用时间。一旦掰开或研碎，破坏了工艺，就会导致药物“突然释放”，不但影响疗效还会产生一些副作用。因此，一般的缓、控释剂是不可以掰开或者研碎服用的。

不过有个别缓释片采用了若干独立缓释的微囊压制成片剂，掰开或者分散到水中后，仍然有缓、控释作用，这一类就可以掰开服用（如琥珀酸美托洛尔缓释片，单硝酸异山梨酯缓释片）。但是仍然不能研碎或研碎。因为这种做法会破坏微囊。

这里给大家介绍一个小窍门：如果药片中间有刻痕，一般代表可以掰开服用。需要注意的是，可以掰开服用不代表可以研碎服用。总之，在用药前一定要详细阅读说明书或者直接咨询医师、药师，特别是大多数控释剂、缓释剂都用于老年人的心脑血管疾病，所以千万不要擅自掰开、鲁莽用药！（药剂科 邱小童）

