

关注健康热点，传递养生观念，聚焦疾病防治

热线 86901890



## 百余名医务人员参加市痛风和高尿酸血症医防管理培训

## 控制“第四高”，早期干预管理很重要

本报记者 朱丹君/文 通讯员 林桉然/图

10月11日，市痛风与高尿酸血症医防管理培训会在市一院举办。当天，二级及以上医院的相关科室负责人和临床医师，以及各镇（社区）卫生院、村卫生室（社区卫生服务站）等100多名医务人员参加。

早在去年12月，市卫健委依托市一院风湿免疫科，成立温岭市痛风和高尿酸血症医防中心，通过技术培训、早筛早诊、基层指导、健康教育、考核评估和适宜技术推广等工作，落实分级诊疗、双向转诊和规范治疗等制度，形成专科与全科一体的专病医防服务模式，不断促进公共卫生和临床医疗的医防协同一体化管理，有望全方位、全周期保障人民健康。

**成立医防中心，将疾病预防延伸至基层**

近20年来，随着我国人民生活水平的不断提高，高尿酸血症的患病率呈逐年上升趋势。高尿酸血症和糖尿病、高血压、高血脂等疾病，已成为我国高发的“四大”慢性疾病之一。据统计，我国高尿酸血症患者已成为继高血压、高血糖、高血脂后的“第四高”。在高尿酸血症中，有一部分人会发生痛风。

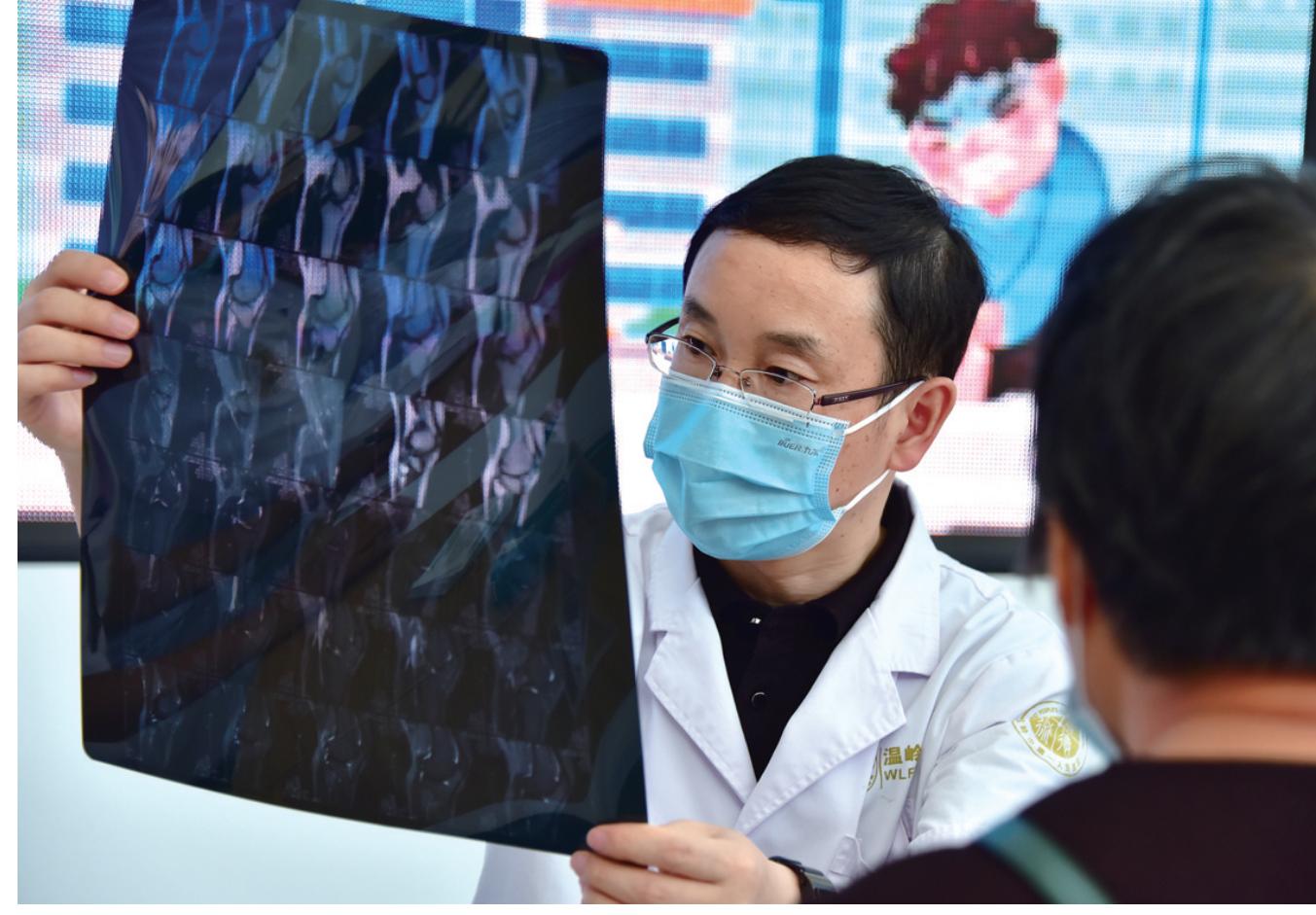
设立痛风和高尿酸血症医防中心，是将医疗工作延伸至预防与保健，是医院多元化发展的有益探索。

市第一人民医院医共体党委书记陈军政表示，今天，我们在这里与大家交流痛风诊疗经验，毫无保留地把痛风等常见风湿病的诊疗经验展示出来，帮助大家规范诊治。

会上，陈军政还介绍了该院风湿免疫科的基本情况。2016年，风湿免疫科病房正式挂牌。2017年，从肾内科中独立出来。与上海仁济医院、浙一医院、浙二医院、温州医科大学附属第一医院等建立密切联系。每个月，上海仁济医院专家来院开展查房、门诊，指导疑难患者诊治。

长期以来，市一院风湿免疫科医务人员致力于风湿等疾病的公益科普宣传。建立“风湿科普大全”公众号，免费普及风湿病有关的知识，目前有23000人关注。为了更好地为广大痛风患者提供全方位的健康管理，该科室于2019年开发了痛风慢病管理小程序，目前已有超过3000名患者注册使用。

在培训会上，市卫健委党委委



员、副局长陈军殷切期望，市痛风和高尿酸血症医防中心要加强组织协调、培训指导、宣传教育，建设成为站位高、人才强、专业尖、服务优、辐射广的医防中心。以医共体为单位开展基层医疗机构临床医师痛风和高尿酸血症诊疗规范同质化培训，实现痛风和高尿酸血症的早期发现与干预管理。加强对痛风和高尿酸血症的预防知识的宣传，提升人民群众的健康素养和健康水平。

**线下义诊+线上教育，帮助患者更好地控制高尿酸**

活动中，市一院风湿免疫科主任程勇军主任医师，做《痛风和高尿酸血症诊疗规范及早期干预管理》讲座，介绍了痛风与高尿酸血症的概念、发病机制、临床表现、常用治疗药物，以及患者容易陷入的几大误区。他指出，痛风不仅让人痛不欲

生，还会造成对关节、肾脏、心脏的破坏与损害，所以早期干预管理很重要，需要健康教育、生活方式改变、规范合理用药，才能持续保持血尿酸达标。

程勇军还分析了痛风与营养的关系。他表示，肥胖、高脂血症、糖尿病和高血压等痛风常见伴发病都与膳食的关系十分突出，肥胖、大量摄入高嘌呤的食物以及大量饮用酒精也易引发高尿酸血症。因此，痛风的营养治疗应遵循原则：限制食物总热量，保持理想体重，进行适量的糖类与适当的蛋白质摄入，避开内脏、贝类等高嘌呤食物，在发作期或进展期严格禁酒，多饮水，多选用蔬菜、水果、牛奶等碱性食物。

10月12日是世界关节炎日。关节炎是最常见的慢性病之一，在我国发病率和致残率不低，严重影响患者的生活自理能力和劳动能力。多个系统受累的，一定要考虑是风湿免疫方

面的疾病。市一院风湿免疫科王文龙副主任医师结合众多病例，讲解了《关节炎鉴别诊断》。他从关节炎的概念、常见病因、分类讲起，还讲解了关节炎的诊断思路等。同时，他还对脊柱关节病、白塞病等疾病作了详细讲解。讲座现场，专家们带来满满的干货，让与会人员受益匪浅，不少人还拿出手机拍摄、记录。

当天下午，市一院风湿免疫科全体医务人员在门诊大厅开展义诊。对应约而来的病人，专家们耐心、细心接待。据统计，本次义诊惠及群众68人。

10月12日晚上7点至8点，市一院风湿免疫科还开展线上患者教育。邀请金华市中心医院风湿免疫科主任杜红主任医师，讲解《类风湿关节炎的治疗：这些细节决定成败》。程勇军主任医师则带来《痛风性关节炎的诊治误区》。感兴趣的市民，可关注“风湿科普大全”公众号，了解更多关于高尿酸血症的相关科普知识。

**大咖来会诊**

**又有一大批大咖来啦！**

本报讯（记者朱丹君）想获得省城医生的治疗意见甚至亲自操刀手术，却无奈挂不上号，怎么办？别急，每月都会有一大拨医学大咖来温岭。有需要的市民，可提前一个星期预约。

台州骨伤医院

10月18日，上海华山医院运动医学科华英汇主任医师，将来院会诊及手术。

10月24日，上海华山医院手外科胡韶楠主任医师，将来院会诊并开展手术。

浙大二院骨科副主任叶招明主任医师领衔的骨科医疗团队，每周六定期来院会诊，开展手术指导。

上海六院血管外科梅家才主任医师、足踝外科梅国华副主任医师、创伤骨科周祖彬副主任医师，可根据患者预约时间到特需门诊会诊及手术。

台州恩泽医疗中心（集团）温岭东方医院

台州恩泽医疗中心（集团）牵手温岭东方医院，通过派驻医疗团队、远程会诊等方式，让大溪及周边的老百姓在家门口就能享受同质化、一体化的专业诊疗服务。

每周一全天，温岭市第一人民医院感染科蔡丽敏主任医师，来院坐诊。

每周四全天，恩泽医院妇产科潘一红主任医师，来院坐诊。

每周六全天，恩泽医院泌尿外科李飞平主任医师，来院坐诊。

每周六上午，恩泽医院骨科朱让腾主任医师，来院坐诊。

每周日全天，恩泽医院心胸外科马德华副主任医师，来院坐诊（10月）。

每周一，恩泽医院主治医师李彩，来院坐诊。

每周二，恩泽医院小儿外科罗春芬主任医师，来院坐诊。

温岭仁爱老年病专科医院

10月24日，邵逸夫医院康复医学中心副主任医师吴涛，将来院坐诊。

每周五全天，北京同仁堂特聘中医专家李天成资深主治中医师，将来院坐诊。

每周二、每周四全天，温岭市第一人民医院感染科蔡丽敏主任医师，将来院坐诊。

每周日全天，温岭市第一人民医院内分泌科主任医师陈恩福主任医师，将来院坐诊。

●温岭爱尔眼科医院

每周四，原台州市立眼科医院院长、温岭爱尔眼科名誉院长麻张伟主任医师，将来院会诊、手术。

10月24日，温州视光专家姜俭，将来院会诊。

牙博士口腔温岭机构

10月24日，第四军医大学口腔正畸学博士，黄世友主治医师，将来院会诊。

10月24日至25日，南京军区总医院口腔科主任董震（南京大学口腔临床硕士），将来院会诊。

台州骨伤医院医务人员走进泽国四中宣传“三减三健”

**小调整 赢大收益**

本报讯（通讯员陈泳波）10月10日，台州骨伤医院党总支联合泽国四中，开展了“三减三健，迈向健康”主题教育讲座。

会上，国家二级营养师、台州骨伤医院营养科主任赵慧玲给学生们讲解了日常生活中“三减三健”的重要性，即减盐、减油、减糖，健康口腔、健康骨骼、健康体重，如何从改变个人生活习惯做起，以生活习惯的“小调整”获得身体健康的“大收益”。重点向学生们讲述了健康素养方面的知识和技能及学校常见的传染病及预防。

学生们纷纷表示，掌握了这些知识，以后会更加注意个人饮食卫生，加强身体锻炼，并纠正自己及家长的不良饮食习惯。

**百佳医生·市一院**

## 市一院血液内科（肿瘤内科）主治医师梅琴：全力以赴，为患者带来生的希望



本报记者 朱丹君 实习生 林毅涵/文  
通讯员 林桉然/图

### 耐心面对患者，深受患者好评

工作中，梅琴最不想面对的事情之一就是告知患者恶性肿瘤的诊断结果。她知道自己无论采取怎样温和的方式，对于患者及家属来说都无异于晴天霹雳。每每面对悲伤难抑的家属和病患，梅琴都会后悔自己读本科时，没有修心理学的双学位，无法用心理学知识给他们带去更多的帮助和安慰。

当然，在与患者打交道的过程中，梅琴感受到的不仅仅是悲伤。患者的坚强，对生的渴望，与亲人之间的感情，都让梅琴的心态更加平和，更加珍惜自己拥有的一切。平和的心态，也让她更加有耐心去面对患者，帮助他们减少痛苦，提高生活质量，延长生存期，实现带瘤生存。

对所有患者，梅琴都一视同仁、尽心尽力，这也让患者心存感激。近期因为工作需要，梅琴被借调到三甲办，参与医院三甲创建工作，有段时间没去临床，一次下班在公交车上遇见一位患者的家属，阿公很开心地问：梅医生你去哪里了？好久没见到你，什么时候回来？真想念你。说完，这位阿公还跟周围的乘客介绍她是一位好医生。当时感觉很不好意思，但被人肯定和记得的感觉真好啊。梅琴说。

**勇敢面对病毒，给予患者治愈的信心**

2020年，临近春节，梅琴计划和丈夫及孩子一起到湖北省黄冈市老家探亲。由于夫妻俩都是医务工作者，平常要参加科室值班，参加工作这么多年，一家人回老家过春节只有3次。

然而，1月19日，市一院收治了一例新冠肺炎患者，医院要组建第一批到隔离病房工作的医疗团队。得知这个消息后，身为党员的梅琴没有太多考虑，立即退了动车票，主动要求加入其中。

进入隔离病房，梅琴经常是早上6点起床，穿着厚重的防护装备，开始一天的忙碌。直面病毒，她也会害怕，害怕自己救不了患者。在确诊的患者中，其中有一例危重症患者，患者心态很差，于是梅琴在查房时总是为患者加油、打气。梅琴说：关键时刻，医务人员首先不能被吓倒，需要给予患者治愈的信心。

战疫期间，养育梅琴长大的奶奶病重去世。为了不打扰梅琴工作，家人没有立即告诉她，直到3天后，她才收到消息。虽然梅琴的心中万般不舍和遗憾，但一想到隔离病房还有病人在等着自己去救治，她就擦干眼泪，重新打起精神，穿上防护服，为患者带去生的希望。

行医9年，无论是作为血液内科（肿瘤内科）的医生，还是被借调到三甲办参与等级医院创建，抑或是去隔离病房参与抗击新冠肺炎疫情，梅琴都全力以赴。宠辱不惊，厚积薄发，一直是她的人生信念。

降尿酸的非布司他要在专科医生指导下使用

**盲目服用可能会“雪上加霜”**

本报讯（记者朱丹君）高尿酸的人越来越多，长期高尿酸不但会导致痛风，也是引发心脑血管疾病的危险因素。说到降尿酸药物，绕不开非布司他。因为降尿酸效果明确，受到不少患者青睐。但是，这种药物的副作用，你清楚吗？

前几天，市一院风湿免疫科副主任医师王文龙接到一名女同事的咨询：父亲患有痛风多年，且反复发作，于是就给他买了非布司他，但服用后，父亲更痛了，连路都走不到了。你父亲痛风几年了？有没有肾脏病、心脏病、中风？痛风十几年了，没有肾脏病，但有心肌梗死病史，放过两次支架。去年还脑梗死过1次。听了这话，王文龙立即叫停服用非布司他。

2019年2月，美国食品药品管理局（FDA）发布信息，警告抗痛风药非布司他可能增加患者死亡的风险。王文龙表示，使用非布司他的人，比使用别嘌醇降尿酸的人，可能更易发生心血管栓塞事件。所以，有心脑血管疾病的人服用前一定要慎重评估，且服用期间需要监测心脑血管风险。另外，服用非布司他还可能会导致肝功能异常，引起转氨酶升高，所以，服用期间需要监测肝功能。

处方药必须在医生指导下使用，而且得是专科医生。不同科室的医务人员，可能对非布司他的理解只有一知半解，可参考性就很差了。王文龙说，高尿酸血症本身的危害就很大，除了引起痛风，还会增加心脑血管病、肾脏病、肾结石等患者的风险，如果盲目服用，有可能反而会“雪上加霜”。

王文龙再次提醒，有心脏病、脑卒中（脑梗死、脑出血）等病史者，尽量避免使用非布司他。当出现胸痛、气短、心跳加速或心律失常、单侧麻木或虚弱、头晕、说话困难、剧烈头痛等症状，应立即就医，与医生探讨是否与非布司他有关，再决定是否进一步使用。