



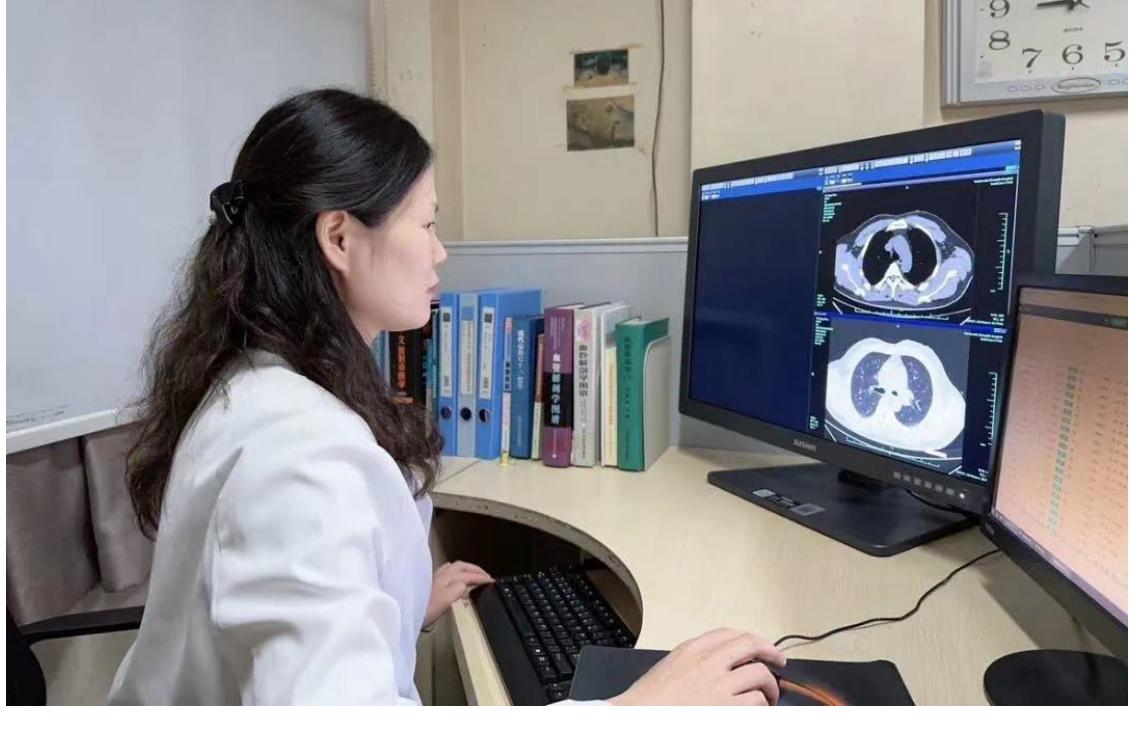
## 获评第一届浙江省 优秀基层放射医师

## 朱玲英 精准诊断是我们的责任与担当

## 名片

朱玲英

浙江省肿瘤医院台州院区放射科副主任，副主任医师。长期致力于肿瘤综合影像诊断工作，尤其在乳腺及胸部影像综合诊断方面有较丰富的经验。她是温岭市医学影像学扶持学科带头人，还担任浙江省抗癌协会核医学与分子影像专委会、浙江省医学会放射学分会委员会乳腺学组等多个学术团体的委员职务。工作期间，总共发表论文十余篇。主持和参与市级以上课题研究9项，台州市继续教育1项。



虎。朱玲英说，如果遇到复杂的病例，诊断医师不仅要花费更多的时间读片，而且要与临床医师、患者沟通询问病史，甚至组织多学科专家会诊。因此，尽管最终患者拿到手里的是寥寥几张影像片子和一纸报告，但每一份诊断报告的背后，都凝聚了放射科医师的学识与责任。

2000年我刚进医院的时候，科里使用的还是一台老式X线摄影机。工作多年，朱玲英可以说见证了医院影像科的发展，后来，医院陆续引进了多排螺旋CT、数字X线摄影机、数字钼靶机、高强磁共振、DSA等先进设备。

随着影像设备的更新换代，仪器的精细度和清晰度也在不断提高，随之而来的影像诊断新知识、新技术爆发式增长，从单一影像诊断向综合影像诊断方向发展。尤其是近年来医院提出的精准医疗及MDT团队的成立，对影像科医生的要求越来越高。

作为基层医院医生，必须要做到医研结合，才能快速成长，成为一名技艺精湛的放射诊断医生。经验和学习是朱玲英在采访中提及最多的词汇。朱玲英时常鞭策自己更新学科内最前沿的信息，还先后到复旦大学附属肿瘤医院、浙江大学医学院附属第二医院、台州医院、台州市中心医院等多家医院进修学习。

## 授人以渔，为基层培养乳腺钼靶诊断专业人才

对于工作，朱玲英充满激情，甘于奉献。从2009年开始，朱玲英一直担任基层粉红丝带两癌筛查的技术专员，每年诊断乳腺钼靶病例超过5000例。

授人以鱼不如授人以渔，朱玲英深知，只有教会基层医务工作者两癌筛查技术，才能让国家的两癌筛查计划落到实处，才能让更多的百姓获益。为此，在担任技术专员期间，她毫无保留，为基层培养了100余名熟悉BI-RADS分级的乳腺钼靶诊断专业人才。

2015年，朱玲英受台州市卫计局指派，为台州市各县市两癌检查项目承担单位作乳腺钼靶检查技术培训，并荣获两癌筛查优秀个人荣誉。

2019年，温岭实施为民办实事项目，每年开展1万例的肺癌筛查，她成为该项目诊断的中坚力量以及质量控制专员，为众多早期肺癌患者带来了治愈的希望。

2020年新冠疫情袭来，朱玲英不顾个人安危，主动报名参加医院第一批的影像诊断工作，并积极主动地查找相关资料。

加班加点，这是朱玲英和放射医师的工作常态。在我们医院，诊断医师紧缺，为了尽快出报告，我们中午、下午都无法休息，晚上回到家常常都是10点

多了。由于长年累月在临床一线工作，朱玲英患有严重的颈椎病和腰椎间盘突出症。

2022年底，我国全面放开了对疫情的管控，朱玲英和科室的同事大都阳了。雪上加霜的是，她的腰椎间盘突出症复发了。按照医嘱，她需要卧床休息三个星期，但是她只在家休息了几天，便坚持带病上岗，没办法，科室里人手紧张，忙不过来。

## 细致入微，为临床医生提供精准的指引

肿瘤不同于其他疾病，阅片时难度更高，需要看得更细致。朱玲英长期致力于肿瘤综合影像诊断工作，尤其在乳腺及胸部影像综合诊断方面有较丰富的经验。由于诊断准确率高，不少患者找她会诊。

为临床治疗提供准确的诊断依据，这是一件非常有成就感的事。回顾多年放射工作，朱玲英表示，做出精准影像诊断是放射医师的责任与担当。每精准诊断一名患者，她的内心深处便多了一份自豪感。

让医学影像检查为临床医学贡献更大的力量，为广大群众谋求福祉，一直是朱玲英及其团队的不懈追求。为此，朱玲英制定了系统的学习、进修和人才培养计划，为科室持续良性发展进行着人才储备和梯队建设。

记者 朱丹君

通讯员 程妮娜 文/图

近日，由浙江省医师协会放射医师分会常委会发起的第一届浙江省 优秀基层放射医师 评选结果揭晓，浙江省肿瘤医院台州院区放射科副主任朱玲英榜上有名，成为台州唯一一位获此殊荣的基层放射医师。

从事医学影像诊断20多年，朱玲英投身在黑白灰的影像世界里，用火眼金睛精准搜寻、定位病灶，为临床诊断提供明确的诊断依据。作为温岭市两癌、肺癌等筛查工作的核心成员，她每年诊断的乳腺钼靶筛查患者超5000例。

**精益求精，推进医院影像事业的发展**

一头温柔的长卷发，说话耐心又细致，这是朱玲英给人的第一印象。

多数无法用肉眼看见的病变都需要通过医学影像技术进一步分析，很多人提起放射科的第一反应就是拍片，但其实放射医师阅片后提供的影像学诊断才是关键。面对电脑屏幕，仔细阅片，缜密思考，最终做出正确影像学诊断，是朱玲英日复一日的工作常态。

患者做完一个检查，需要我们在短时间内快速、准确地出具检查报告，不能有丝毫的马

## 健康浙江建设（行动）宣传专栏

## 卫生健康现代化建设在行动之年度任务

近日，浙江省卫生健康委印发《2023年浙江省卫生健康工作要点》，紧紧围绕省委、省政府深入实施“八八战略”、“三个一号工程”和“十项重大工程”等决策部署，以卫生健康现代化建设九大行动为主线，量化细化目标指标，明确具体的实施路径和工作举措，突出措施的可操作性、进度的可追踪性和结果的可评价性，确保卫生健康现代化建设开好局、起好步。

实施全民健康促进行动  
主要目标指标

健康浙江发展指数达85
人均预期寿命达到82.4岁
居民健康素养水平达39%以上
重大慢病过早死亡率降至9.3%
总体癌症五年生存率达47%
人均基本公共卫生服务经费达102元以上
培育健康浙江行动省级样板50个
城乡居民免费健康体检人数达1000万以上
居民电子健康档案开放率达70%以上
居民心理健康素养水平达25%以上
家庭医生签约服务覆盖率达42%以上
重点人群签约覆盖率达到85%以上

01

构建卫生健康现代化监测评价指标体系，重点指标纳入健康浙江考核；完成国家级慢病示范区复审。制定《浙江省两慢病医防融合管理路径指导意见》，以县（市、区）为单位，20%以上社区卫生服务中心（乡镇卫生院）建成慢性病一体化门诊，高血压和2型糖尿病患者基层规范管理服务率均达62%以上。完成重点人群慢阻肺筛查12万例。推进儿童青少年近视、肥胖、脊柱弯曲异常等筛查干预，全面建立中小学生健康档案。

02

建立省市县城乡居民健康体检结果抽查核查通报制度，在6个县（市、区）开展健康体检数据分析监测。丰富居民端“浙里健康”医疗健康数据开放内容，建成省统建电子健康档案系统，在40%以上的县（市、区）推广使用。结合健康体检，为100万老年人开展口腔健康、营养状况、认知功能和心理状态的筛查、评估和干预，探索建立老年人健康画像数据库。

03

出台《浙江省关于推进慢性病综合防治高质量发展的实施意见》；编制《浙江省慢性病综合防控示范区评价细则》，进行示

## 重点工作举措

范区年度建设效果评价，并将评价结果纳入健康浙江考核；完成国家级慢病示范区复审。制定《浙江省两慢病医防融合管理路径指导意见》，以县（市、区）为单位，20%以上社区卫生服务中心（乡镇卫生院）建成慢性病一体化门诊，高血压和2型糖尿病患者基层规范管理服务率均达62%以上。完成重点人群慢阻肺筛查12万例。推进儿童青少年近视、肥胖、脊柱弯曲异常等筛查干预，全面建立中小学生健康档案。

04

出台《关于推进浙江省肿瘤防治高质量发展的实施意见》《浙江省加速消除宫颈癌行动方案》，推进城乡妇女两癌筛查干预，覆盖人群70%以上。高质量完成国家重点公共卫生服务癌症筛查与早诊早治项目。支持台州市、绍兴市、丽水市和宁波市海曙区开展肿瘤筛查项目，支持台州市开展胃癌筛查项目，支持绍兴市开展前列腺癌筛查项目，支持永康市和宁波市奉化区开展消化道肿瘤联合筛查项目。

鼓励各地结合本地癌谱特征，将重点癌症筛查纳入民生实事，扩大癌症筛查覆盖面。

05

出台《浙江省心理健康促进行动实施方案（2023—2025年）》，二级以上综合性医院根据需求开设精神心理门诊、病房，推进基层医疗卫生机构设立精神心理科门诊。启动实施“医校心理援助”计划和精神卫生“百千万”服务基层行活动。50%以上县（市、区）开展抑郁症、老年痴呆等常见精神障碍防治和儿童青少年心理健康促进项目。

06

落实《关于推进家庭医生签约服务高质量发展的实施意见》，鼓励退休临床医生、社区护士、公卫医生、专科医生等加入家庭医生签约团队，优先签约十类重点人群，家庭医生签约服务人数增加100万人以上。65岁以上老年人城乡社区规范健康管理服务率达到62%以上。

来源：省卫生健康委办公室

## 自己救自己

市一院完成首例自体造血干细胞移植

本报讯（记者朱丹君 通讯员王凌云）治疗过程中，医护人员每时每刻盯着病情变化，照顾得非常细致。真的非常感谢！9月8日上午，市一院首例自体造血干细胞移植患者陈阿婆经评估后顺利出院，患者家属感激不已。据悉，这名患者由于家庭经济困难，还获得医院及社会慈善机构捐助，基本上免付所有治疗费用。

2021年10月，陈阿婆因腰背部疼痛被确诊为多发性骨髓瘤，经过标准的化疗方案治疗后，疼痛得到缓解。但是，由于药物维持治疗效果不长久，陈阿婆存在病情反复的情况。今年，医生和患者商量后，决定开展自体造血干细胞移植。

什么是自体造血干细胞移植？这是为了最大限度清除肿瘤细胞，在接受大剂量化疗或联合放疗后，将先前采取的患者自身造血干细胞回输给患者，通过移植植物中的多能干细胞在体内定居、增殖、分化，使患者机体恢复造血功能、形成免疫力的一种治疗方法。

根据患者实际情况，医院血液内科移植团队立即开展工作：完善相关检查，进行系统评估，邀请多学科会诊，排除移植禁忌证。通过周全细致的一系列工作，团队为患者精心设计了个体化移植预处理方

案，采集了所需的造血干细胞，并将采集的造血干细胞专业冻存。8月7日，团队将患者之前采集、冻存的造血干细胞回输到患者体内。

在全科人员的紧密配合下，整个移植过程井然有序。血液肿瘤内科医护团队通力协作，严格把控每一个环节，患者移植过程中未发生感染等并发症，安全度过了移植最危险的预处理期和骨髓抑制期。

目前，自体造血干细胞移植多来源于患者外周血干细胞，无须采集骨髓，无须HLA（人类白细胞抗原）配型，移植相关死亡率低，已广泛应用于恶性血液病。由于移植使用的是患者自身的造血干细胞，移植成功率较高，有效避免了移植后排斥反应引起的并发症。

此次自体造血干细胞移植，在采集干细胞、预处理、回输干细胞等整个移植过程中都非常顺利，患者安全顺利出院。据该院血液内科主任郭君宾介绍，近年来，血液内科陆续派出医护人员进修学习，开展了一系列尖端技术的应用，包括自体造血干细胞移植。

首例自体造血干细胞移植获得成功，实现了该院血液病诊疗技术在造血干细胞移植领域零的突破，也为温岭及周边地区广大血液肿瘤患者带来了更多希望和福音。

## 全民健康生活方式宣传月宣传专栏

## 三减三健 之减油篇

## 每日不超过25克，拒绝油腻

本报讯（记者朱丹君）生活中，少不了油。食用油不仅是人们日常生活中炒菜做饭的必备食材，而且是人体脂肪酸的主要来源，是人体保持健康所必需的基本营养素之一。同时，食用油能提高人的食欲，促进脂溶性维生素的吸收。但是，食用油的摄取并不是越多越好。

监测显示，我国居民烹调油摄入量普遍偏高。《中国居民营养与慢性病状况报告2020》指出，中国居民每标准人日烹调油摄入量已达到43.2克，远高于推荐的25克；平均每标准人日能量来源于脂肪的比例为34.6%，城市居民更是达到了36.4%，均超过推荐的应控制在30%以下。

高脂肪、高胆固醇膳食（包括摄入过多的烹调油和动物脂肪）是高脂血症的危险因素。长期血脂异常，可引起脂肪肝、动脉粥样硬化、冠心病、脑卒中、肾动脉硬化等疾病。高脂肪膳食也是肥胖发生的主要原因，而肥胖是糖尿病、高血压、血脂异常、动脉粥样硬化和冠心病的独立危险因素。

2020年9月1日，全民健康生活方式行动国家行动办公室与国家卫生健康委、中国营养学会、中华预防医学会、中国烹饪协会等多部门共同发起了“减油”联合倡议，倡导减油节粮、共减共享的健康文明理念，助力健康中国建设。

## 减油核心信息

（一）油是人体必需脂肪酸和维生素E的重要来源，有助于食物中脂溶性维生素的吸收利用，但摄入过多会影响健康。

（二）植物油和动物油摄入过多会导致肥胖，增加糖尿病、高血压、血脂异常、动脉粥样硬化和冠心病等慢性病的发病风险。

（三）建议健康成年人每天烹调油摄入量不超过25克。

（四）烹饪时多用蒸、煮、炖、焖、凉拌等方式，使用不粘锅、烤箱、电饼铛等烹调器，均可减少用油量。

（五）家庭使用带刻度的控油壶，定量用油、总量控制。

（六）高温烹调油、植物奶油、奶精、起酥油等都可能含有反式脂肪酸。要减少反式脂肪酸摄入量，每日不超过2克。

（七）少吃油炸香脆食品和加工的零食，如饼干、糕点、薯条、薯片等。

（八）购买包装食品时阅读营养成分表，坚持选择少油食品。

（九）减少在外就餐频次，合理点餐，避免浪费。

（十）从小培养清淡不油腻的饮食习惯。

（温岭市疾病预防控制中心宣）

## 帮你问医生

## 牙龈出血和血压有关吗？

张大伯：我因牙龈出血到医院就诊，医生给我量了血压，说是偏高，让我到内科就诊。请问牙龈出血和血压有关吗？

市一院心内科主任医师陈云鹏：临床数据显示，心脑血管系统疾病患者的牙龈炎、牙周炎患病率高达90%。中老年人高血压导致牙龈出血很常见，而且多在夜间发作，发病时牙龈会持续甚至大量出血。

之所以会发牛牙龈出血，一方面是患者可能有慢性牙龈炎，血压升高导致炎症部位毛细血管壁破裂；另外，高血压可

引起微循环功能、凝血功能障碍，从而出现出血症状。

需要指出的是，这种牙龈出血多出现在高血压首次发作、血压不稳、未坚持服用降压药的患者，或者是患高血压又同时接受抗凝治疗（服用阿司匹林、华法林、波立维等药物）的冠心病患者身上。

高血压性牙龈出血是完全可以避免发生的，关键在于通过定期体检，早期发现血压的异常，并及早进行干预，减少并发症的发生。

（记者 朱丹君 整理）