



重磅！为全国行业标准“定调”

市一院专家参与执笔8部国家级专家共识、指南

本报讯（记者朱丹君 通讯员王凌云）近日，《中国类风湿关节炎相关自身抗体临床应用指南（2025版）》在《中华风湿病学杂志》上重磅发布。这部指南凝聚了国内41位顶尖专家的智慧，其中市一院检验科主任周仁芳为核心执笔专家，这是他自2018年以来执笔制定的第8部国家级专家共识、指南。

对不少市民来说，类风湿关节炎是临床上最常见的自身免疫系统疾病之一，即自己的免疫系统攻击自己的器官和组织，主要表现为以慢性、炎性滑膜炎为主的多关节炎。当前，我国约有500万名类风

湿关节炎患者。其早期临床表现不典型，致残率高，病因不明，现代医学无法根治。

作为台州市市名医工作室领衔人，周仁芳带领团队深耕“自身抗体检测”领域，这正是类风湿关节炎早期诊断的“金钥匙”——这些抗体能在症状出现前就发出“预警”，直接关系到治疗效果和患者生活质量。

从系统性自身免疫病到自身免疫性肝病，从抗磷脂综合征到血管炎、IgG4相关性疾病等，周仁芳团队的研究足迹覆盖多个细分领域。周仁芳执笔制定的8部国家级专家共识、指南，均发表于《中华

检验医学杂志》等中华系列期刊上，不仅填补了相关疾病实验室诊断标准的空白，更推动我国自身免疫病实验诊断迈入标准化、精准化时代。

值得关注的是，《中国类风湿关节炎相关自身抗体临床应用指南（2025版）》，也是国家皮肤与免疫疾病临床医学研究中心风湿免疫病实验诊断分中心（依托市一院检验科建设）的重要成果。正是这个平台，让台州医学力量与北京协和医院等顶尖机构深度合作，让基层医院也能共享前沿科研成果，为惠及更多患者奠定了坚实基础。

市一院检验科于2019年通过

医学实验室ISO15189认可，并连续4年在国家公立医院绩效考核（检验部分）中获得满分成绩。它是国家皮肤与免疫疾病临床医学研究中心风湿免疫病实验诊断分中心、“十四五”国家重点研发计划高性能免疫现场快速检测系统研发示范协作单位、浙江省临床检验中心示范实验室等。

近年来，市一院检验科获得教育部重点实验室、省级、市级等课题35项，连续6年获得省级课题，SCI收录、中华系列期刊上发表学术论文50余篇，执笔国家级专家共识、指南8部，出版（副主编、编委）专著11部等。

市一院发起“杏林传书·悦读同行”公益活动 两天捐赠300本书籍 传递书香



捐献书籍的“医二代”拿到了赠书奖状。

本报讯（记者朱丹君 通讯员徐巧文/图）“这些书曾给予我力量与知识，如今流转出去，希望能让更多人受益。”近日，市一院发起“杏林传书·悦读同行”公益活动，号召员工捐赠闲置图书，得到了众多医务人员的积极响应。

7月23日上午，医院委托托班捐赠现场，300余本捐赠的儿童书籍筑起一道独特的风景线。这些书籍大多承载着孩子们的阅读心得：“这些书陪我长大，现在送给医院图书馆，希望给其他小朋友带来快乐与知识。”孩子们纯真的话语，让捐赠活动更具意义。

医脉相承，书香传家。7月25日，一批涵盖医学专著、

健康科普的捐赠书籍，入驻医院文化地标——半书房。活动特别设置了爱心图书角，供市民现场借阅。一名市民翻阅着《中医养生智慧》，感慨道：“原来医生的书架离我们这么近。”

据医院图书馆管理员介绍，这批捐赠的书籍将充实到半书房、阅览室及病区、门诊图书角，部分将调配至其他公益机构，实现资源合理利用，让更多的市民共享阅读。

这场跨越两天的书香传递之旅，不仅盘活了医院员工闲置的图书资源，更彰显了医务工作者的人文情怀和社会担当。医院负责人表示，将以此次活动为契机，持续推进书香医院建设，让阅读之光照亮更多的角落，用知识的力量温暖更多的心灵。

“医二代”探秘手术室



7月27日，42名“医二代”走进市一院手术室，开启医学探索之旅。在“腔镜下寻宝”游戏中，孩子们手握腹腔镜器械尝试夹豆子时，屡屡被“眼手分离”的操作难住——屏幕图像与手部动作“反向”，切身体会到掌握手术技艺的不易。据悉，该院小杏苗公益活动已连续举办4年，为200多个职工家庭搭建了沟通的桥梁。

通讯员 杨诗奕 摄

本报讯（记者朱丹君 通讯员程妮娜）7月31日至8月1日，第四届“有为青年”温岭中学生暑期职业体验夏令营在浙江省肿瘤医院台州院区（台州市肿瘤医院）举行，吸引了50多名初高中生参与。

此次活动是温岭团市委为深入推进全国青年发展型县域试点建设，深化青年英才培育行动，促进学生在初中高中阶段树立正确的择业观、人生观和增强家乡归属感而开展的系列活动之一，同时也是该院举办的第四届职业体验夏令营。

7月31日，夏令营正式拉开帷幕。同学们身着白大褂，佩戴定制听诊器，“沉浸式”体验医疗相关职业。当天，他们在医务人员的带领下参观了康复科、检验科、中药房等特色科室，了解了康复器械、大孔径CT等设备的作用，还接受了防护服穿脱、应急抢救、血型检测、简易体格检查等培训。

同学们在认真听取中药相关知识介绍，参与香牌、中药手串的制作，对中医传统文化有了进一步认识。在专业医生的指导下，同学们

50多名“有为青年”穿上白大褂 职业体验 遇见未来的自己



同学们穿上沉甸甸的铅衣。通讯员 王小菲 摄

学习如何使用腹腔镜模拟器，并学习如何进行外科手术缝合。医生们生动形象的讲解，让同学们对医学产生了浓厚的兴趣。几名同学还围着腹腔镜模拟器重复练习，工作人员在旁边为他们答疑解惑并进行操作指导。

青春在白大褂下闪光，梦想在医学世界里起航。“这个活动很有意义，对我们未来职业的规划起到

一个风向标的作用。”王昱斐同学参加过三届暑期职业体验夏令营，今年考上了浙江中医药大学临床医学专业，“特别幸运，我在初中升高中时参加了这个活动，那时我便下定了决心要走从医这条路，高一果断选择了物化生课程。”

“穿上沉甸甸的铅衣，我真正感受到当医生的辛苦。”在交流会上，同学们就两天的体验生活踊跃

发表自己的感受。这不仅是一次探索医学奥秘、领略医学魅力、感受医学使命的体验之旅，更是一次点燃医学梦想火焰的宝贵经历，引领更多中学生立志成为有理想、有担当的“有为青年”。

2022年8月，浙江省肿瘤医院台州院区（台州市肿瘤医院）被授予温岭市“有为青年”中学生职业体验基地称号。至今，该院已成功举办四届温岭中学生暑期职业体验夏令营，参与人数不断攀升。课程内容涵盖医院历史、医学概论、外科体验、中医应用、设施设备、急诊急救、医学人文等七大板块。

“这样的职业体验，可以让初高中生进一步了解医生这个职业，揭开医学的神秘面纱，体会到医学的温度，也能激发他们学医的兴趣，为医学行业输送更多的人才。”该院党委委员蒋庭介绍，医院的职业体验覆盖了大学生、初高中生以及幼儿，每年参与人数达到100多人。在交流会上，蒋庭还鼓励同学们做“眼中有光、脚下有路、肩上有责、心中有德”的新时代青少年。

半个西瓜下肚，血糖飙升近4倍 糖尿病患者要科学吃瓜

本报讯（通讯员肖霞 程妮娜）眼下，葡萄、西瓜、桃子等时令水果纷纷上市。今年夏天的水果，又新鲜又便宜，让人恨不能敞开了肚子吃。不过，笔者要给大家刹刹刹车，各类水果里面含有不同程度的糖分，对于糖尿病人来说，吃多了会导致血糖飙升，影响病情稳定。

近期，浙江省肿瘤医院台州院区（台州市肿瘤医院）急诊科接诊了一名糖尿病患者。因为天气闷热，陈大伯在晚饭后一口气吃了半个西瓜，随即餐后血糖飙升到22.7mmol/L（正常空腹血糖应低于6.1mmol/L），还出现头晕、脱水等症状。

陈大伯是一名患病多年的糖尿病患者，平时用胰岛素控制血糖。这天天气太热，他忍不住吃了西瓜，饭后测了血糖，把家里人吓了一跳。医生调整胰岛素剂量后，才控制好他的血糖。

为什么西瓜对糖尿病患者如此危险？据介绍，西瓜含糖量虽低（5%~8%），但升糖指数（GI）高达72，属于高GI食物。它内含的葡萄糖和果糖能被人体快速吸收，而糖尿病患者的胰岛素调节能力不足，

无法及时处理大量糖分。当血糖超过10mmol/L时，肾脏开始排糖，引发多尿、脱水，严重时还可能诱发酮症酸中毒等急症。

医生提醒，糖尿病患者吃瓜一定要适量，单次别超过200克，100克西瓜约等于5克碳水，需相应减少主食（如半碗米饭）。另外，要避免血糖“危险时刻”，不能在餐前或餐后吃水果，一般吃水果的时间应选在两餐之间、饥饿时和体力活动后，如上午10时、下午3时。在血糖控制很好的情况下，运动后吃些水果可以补充能量，避免运动后低血糖。

“首次尝试后随机测血糖，波动超过2.0mmol/L的需求调整进食量；血糖控制差（空腹>7.0mmol/L）或急性发作期暂禁食。”医生提醒，若患者出现头晕、多尿、呼吸烂苹果味，需立即检测血糖，若血糖>16.7mmol/L，要暂停所有碳水摄入，及时就医。

此外，糖尿病人在选择水果时要慎重，热带水果最好不要吃，比如熟香蕉、榴莲、菠萝蜜、桂圆、椰子等，可以吃苹果、青瓜、草莓、杏子、柑橘、梨、蓝莓等低升糖指数和低升糖负荷的水果。

这个器官“慢悠悠”了，千万别大意 安装心脏“智能小马达”关键时刻能救命

本报讯（记者朱丹君 通讯员林江燕）“您的心脏电路老化了，起搏器就是给您配了个‘智能小马达’——它在心脏偷懒时推它一把。”在台州市中西医结合医院心血管内科，医生对安装了起搏器的李大伯如此解释。

前段时间，李大伯在活动后突然晕倒。心电图显示：阵发性室速，心率最低时仅40次/分（远低于正常的60~100次/分）。这意味着，心脏泵血严重不足，大脑等重要器官随时可能因缺血缺氧而衰竭，猝死风险极高。

医生团队迅速行动，通过冠脉造影排除了冠心病引起恶性心律失常的可能，最终确诊导致患者晕厥和心跳过慢的“罪魁祸首”是高度房室传导阻滞——心脏自身的“电路系统”出现了严重故障，指令无法正常传导，心跳就慢下来了，甚至可能暂停。

为挽救患者生命、防止晕厥再次发生，医生当机立断，为患者植入了永久性双腔心脏

起搏器。术后，患者恢复良好，心跳恢复了正常节律，现已平安出院。

简单来说，心脏起搏器是一个植入体内的微型智能设备，大小约如一块手表表带一枚银圆。它的核心任务是确保心跳不会过慢或停止。当起搏器“感觉”到人体的心跳太慢、太乱或者停跳了，它会立刻发出微弱的电脉冲，通过导线刺激心肌收缩，让心脏重新规律、有力地跳动起来。

该院心血管内科主任狄君斐提醒广大市民，如果家里人，特别是中老年人，反复出现心跳过慢并伴随头晕、眼前发黑或晕厥，绝不是小事。这是心脏发出的求救信号，务必立即到正规医院的心血管内科就诊。目前，现代医学的心脏起搏器植入技术非常成熟，植入手术创伤小（通常只需局部麻醉）、恢复快。这个小巧的装置，就像给心脏装上了智能的“备用马达”和“安全卫士”，时刻守护着生命的律动。

上了岁数，膝关节“生锈”了 一招“换膝”解老人十余年难题

本报讯（通讯员蒋小云）“我现在走路，膝盖都不痛了。”近日，78岁的余阿婆在台州市中西医结合医院关节外科接受了单髁置换保膝手术，术后恢复良好。

余阿婆的右膝患有膝关节病十多年，因为反复疼痛导致行走困难。一开始，余阿婆想着自己年纪大了，身体“零件”开始老化，所以并未引起重视。疼痛时，她尝试过针灸、贴膏药等，效果都不明显，近两年疼痛加剧，甚至连入睡都困难。

经人介绍，余阿婆来到该院关节外科主任陈翰门诊处就诊。

经各项检查，余阿婆被诊断为右膝关节骨性关节炎。膝关节软骨退变、软骨下骨水肿以及骨对骨的摩擦，是导致她膝关节疼痛的主要原因。陈翰建议手术治疗，并耐心讲解手术方案，细心解说膝关节置换新技术的优势，最终打消了余阿婆的顾虑。

入院后，陈翰告诉余阿婆，比起“一刀切”的关节手术（全膝关节置换手术），更建议做膝关节单髁置换手术，该手术方式创伤更小、见效明显。余阿婆和家人商量后，选择了膝关节单髁置换这种保膝新技术。

7月17日，余阿婆被推进手术室，医生在其右膝关节内侧开了一个10厘米左右的切口，除去膝关节内侧已经磨坏的软骨和半月板，取而代之的是仿生的单髁假体。手术仅用2个小时就顺利完成，术后3天患者即可下地活动。

据陈翰介绍，如果把全膝关节置换比作“拔牙”，那么单髁置换就相当于“补牙”，在更换膝关节内侧软骨和半月板的同时，最大限度地保留膝关节的其他组织和结构，创伤小、疼痛轻、恢复快，适用于患有膝关节骨性关节炎的中老年人。

自2023年以来，台州市中西医结合医院关节外科已开展数十例膝关节单髁置换保膝手术。该术式属于膝关节镜“天花板”手术之一，是一项膝关节技术沉淀的新型手术。

很多中老年人在日常生活中都会遇到类似的困扰：膝关节就像“生锈”了一样，上下楼梯特别困难。这是膝关节骨性关节炎的典型症状。医生提醒，如果市民出现关节疼痛及压痛、关节活动受限、关节肿大或畸形、骨摩擦感（音）、关节无力、活动障碍等症状，要及时就医。