



名医领航·守护健康 >>

陈霞名医工作室:

# 让更多人远离“胃”来之忧

记者 朱丹君 通讯员 杨诗奕 文图

近日,温岭市陈霞名医工作室正式获批入驻市一院消化内科,由科室副主任、主任医师、教授、硕士生导师陈霞领衔。这标志着我市在消化系统疾病防治,尤其是“早癌筛查+慢病管理”双轮驱动模式上迈出坚实步伐。

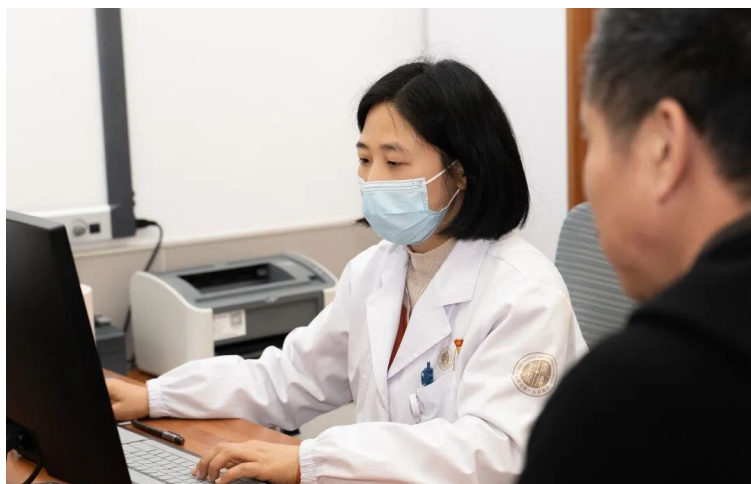
## 早癌筛查:让“看不见”的病变无处遁形

消化道肿瘤,尤其是胃癌,在我国发病率居高不下,但若能在早期发现,治愈率可高达90%以上。然而,早期胃癌往往无明显症状,常规检查极易漏诊。如何在病变尚处于“萌芽”阶段就精准识别?这是陈霞团队多年来努力实现的课题。

作为第三期“浙江省医坛新秀”之一,陈霞率先在温岭地区创新应用内镜窄带成像(NBI)结合放大内镜技术,通过增强黏膜表面微血管和腺体结构的对比度,使肉眼难以察觉的细微病变清晰呈现。“就像给胃黏膜装上‘高清显微镜’,我们可以看到0.1毫米级别的异常。”陈霞解释道。

这项技术不仅提升了早癌检出率,更关键的是,为患者争取到“内镜下根治”的黄金时机——无须开腹手术,仅通过内镜即可完整切除病灶,具有创伤小、恢复快、费用低等优点。

该技术成果荣获温岭市医学新技术新项目三等奖,并在临床



陈霞在门诊工作。

中惠及大量高危人群。

一名58岁的女性患者因长期胃部不适就诊,陈霞对她行胃镜检查发现胃窦直径约5毫米的平坦糜烂灶,随后行“NBI+放大精查”考虑是早期胃癌,成功实施内镜下黏膜剥离术(ESD),术后随访至今无复发。

## 慢病管理:从“治已病”转向“防未病”

除了早癌筛查,陈霞还推进慢性消化系统疾病的全程管理。在我市及周边地区,慢性萎缩性胃炎、幽门螺杆菌(HP)感染、功能性胃肠病、胃食管反流病等消化慢病高发,因缺乏系统管理,患者常反复就诊、疗效不佳。

为此,陈霞名医工作室以“全周期、全方位、多学科”为核心理念,打破传统单科诊疗壁

垒,整合营养科、病理科、儿科及滨海新城院区资源,构建起覆盖预防、筛查、诊断、治疗、康复、随访的闭环管理体系。

在工作室运行中,营养师为患者量身定制低脂、低酸、高纤维饮食方案,有效缓解消化道症状及改善生活质量;病理科提供高精度黏膜病理分析,助力精准分型与风险评估;儿科专家参与青少年胃肠道疾病的早期防治;滨海新城院区的加入,将优质服务延伸至东部片区,让群众在家门口就能享受同质化诊疗。

“慢病管理不是‘开药了事’,而是生活方式的重塑与长期陪伴。”陈霞表示,工作室将为每一名患者建立电子健康档案,开通线上咨询通道,并定期开展“胃健康讲堂”等公益宣教活动,推动从“治已病”转向“防未病”。

## 科研反哺临床:从常见病中寻找突破

作为硕士生导师,陈霞带领团队开展多项关于胃黏膜病变演进、幽门螺杆菌耐药机制及肠道菌群与胃肠道疾病的课题,力求将科研成果转化为临床实用工具。同时,她积极参与台州地区消化内镜质控工作,推动基层医院早癌筛查能力提升,践行“名医下沉、技术共享”的理念。

在炎症性肠病(IBD)领域,陈霞推动建立温岭首个IBD规范化诊疗门诊及专科病房,成立IBD-MDT团队,引入生物制剂、小分子靶向药物等前沿疗法,让IBD患者不出温岭就能得到及时诊治,并通过患者教育、营养支持和定期监测,显著降低住院率与手术率,提升患者生活质量。

尽管已在临床一线取得丰硕成果,但陈霞并未止步。“我的研究方向将回归‘常见病’。”在陈霞看来,慢性胃炎、胃食管反流病、功能性胃肠病、炎症性肠病等虽非急危重症,却影响着数百万民众的生活质量,且机制复杂、诊疗标准不一。“只有深入研究这些‘大病种’,才能真正提升基层消化疾病的同质化诊疗水平。”

“消化健康是全身健康的基础。我的目标,就是让更多人远离‘胃’来之忧。”在她的引领下,市一院消化内科将以名医工作室为支点,撬动区域消化疾病防治新格局,为百万市民筑牢“肠”治久安的健康防线。

惊险!

## 3厘米鱼刺刺破小肠

本报讯(通讯员张晓晓)春节聚餐,鱼鲜味美,寓意“年年有余”,但隐藏在美味背后的“刺”机不容小觑。

近日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)接诊了一名七旬老人,他在吃鱼后持续腹痛达5个小时,经CT检查提示可能存在空腔脏器穿孔。普外科团队迅速实施手术,术中发现罪魁祸首是一根长约3厘米的鱼刺。所幸救治及时,患者术后恢复平稳。

这起事件再次为市民敲响健康警钟:进食鱼类等带刺食物时,务必细嚼慢咽、专注用餐。尤其是老人与儿童,因吞咽反射较弱、咀嚼不充分,需格外警惕细小鱼刺。一旦误吞异物并出现持续腹痛、吞咽困难、胸痛等症状,应立即就医,由专业医生评估处理,切勿心存侥幸、延误病情。

很多人以为鱼刺只会卡在

喉咙,实则不然。一根尖锐的鱼刺被误吞后,不会被胃酸完全软化,而是随胃肠蠕动不断移动、摩擦、穿刺,开启一场“穿孔式”的危险旅程。3厘米长的鱼刺足以造成小肠穿孔、急性腹膜炎、腹腔脓肿,严重时会引起感染性休克,死亡率显著升高。

值得注意的是,许多患者初期仅表现为轻微腹痛,常误以为“吃坏肚子”,因而拖延数小时乃至数天,可能错失最佳救治窗口期。误吞鱼刺后,出现突发刀割样、持续性腹痛,按压时剧痛难忍;腹部僵硬如木板,伴恶心、呕吐、发热;乏力、心慌、出冷汗——这些可能是感染或休克的前兆。

医生建议,吃饭时一定要细嚼慢咽,不谈笑、不刷手机,保持专注。特别是老人与儿童,尽量食用去刺鱼片或鱼泥,鱼刺、枣核、鸡骨等尖锐异物务必洗净。

## 中医“助长贴”受热捧

医生提醒:贴敷规范才有效

本报讯(记者朱丹君)春季万物复苏,儿童生长发育也迎来一年中的“黄金期”。近日,市妇保院推出“春季助长贴”服务。早在春节期间,前来咨询的家长便络绎不绝,不少父母希望通过中医外治手段,为孩子的身高增长和体质改善争取更多可能。

“孩子脾胃不好,影响吸收,身体就长得慢。”家长陈先生表示,“带他来做脾胃推拿,希望调理好之后能长高一点、长快一点。现在家长对孩子的健康和身高都很关注,我希望孩子能够长到175厘米。”

据悉,市妇保院已连续多年开展“助长贴”服务,高峰期周末门诊量可达七八十人次。那么,究竟哪些孩子适合使用“助长贴”?该院小儿中医外治室负责人、副主任护师陈云琴介绍,适用人群主要包括:生长发育迟缓、体质虚弱的儿童,尤其是早产儿;脾胃功能较差,存在厌食、挑食、便秘等问题的“饭渣”宝宝;

免疫力低下、易感冒,或夜间易惊醒、睡眠质量差的孩子。

“助长不是‘拔苗助长’,而是一个循序渐进、综合调理的过程。”陈云琴强调,春季是中医理论中“生发之气”最旺的时节,正是调理脾胃、促进生长的关键窗口期。但“助长贴”并非“万能贴”,必须在专业医生指导下规范使用,并配合科学的生活方式。

陈云琴建议,家长应确保孩子每晚在9时30分前入睡,以利于夜间生长激素分泌;饮食上注重优质蛋白和钙质的摄入,促进骨骼发育;同时鼓励孩子多进行跳绳、摸高、打篮球等纵向运动,助力自然长高。

值得注意的是,“助长贴”并不适用于所有儿童。若孩子正处于发热、急性腹泻、呼吸道感染等疾病发作期,或有皮肤破损、湿疹、严重过敏等情况,则不宜贴敷,以免加重病情或引发不良反应。此外,“助长贴”需精准作用于特定穴位,方能发挥疗效。

## 凝聚“她”力量 共庆妇女节



近日,浙江省肿瘤医院台州院区(台州市肿瘤医院)工会联合新河镇工会开展“春日绽芳华 巾帼风采扬”系列活动,通过包饺子、趣味游园会等活动,让女职工在欢声笑语中缓解压力、共庆节日。

通讯员 程妮娜 摄

## 趣味运动迎“三八”



3月4日,温岭市第一人民医院滨海新城院区举办“迎三八”集体跳大绳活动。现场气氛热烈,职工们团结协作、奋勇争先,在欢声笑语中释放压力、增进情谊,展现了昂扬向上、凝心聚力的精神风貌。

通讯员 李梦婕 摄

# 展翅艺术 发芽成长

“小主持”大舞台,“小记者”大视野

温岭市融媒体中心(传媒集团)主办

# 温岭电视台 青草地艺术培训

报名咨询 17705861152 17706582861

地址:温岭市横湖中路161号 温岭市融媒体中心



温岭电视台小主持



温岭日报小记者