



东济之声

2024年第2期(总第415期)
印刷日期:2024年2月29日 星期四
12期/年(月) 本期共4版

编印单位:广州医科大学附属第三医院

准印证号:(粤A)L0230003

内部资料 免费交流

我院获评两项省级临床重点专科建设项目

近期,广东省卫生健康委员会下发《广东省卫生健康委员会关于公布2023年广东省临床重点专科建设项目的通知》(粤卫办医函〔2024〕10号),我院妇科(生殖健康与不孕症)、新生儿专业(NICU)两个专科成功获评2023年广东省临床重点专科建设项目。

妇科(生殖健康与不孕症)专科临床诊治、科学研究和临床转化位居国内先进水平。专科坚定“一个建设目标”:集优质医疗服务、高新诊疗技术、前沿科学研究、高层次人才培养为一体,整体实力和水平达国内领先、国际先进的高水平专科;分为“五个发展方向”:以肿瘤妇科为优势、不孕不育症与生殖遗传为亮点、盆底妇科及妇科生殖内分泌为特色、普通妇科为基础;着重“七个建设”:基本条件设施建设、关键技术能力建设、科研能力建设、人才队伍建设、人才培养能力建设、制度与机制建设、专科文化建设七方面。

肿瘤妇科以临床和科研相结合,探索妇科恶性肿瘤的精准治疗。肿瘤妇科是国家癌症中心卵巢癌规范诊疗质量控制试点中心(2022)、国家癌症中心宫颈癌规范诊疗质量控制试点中心(2023)、广东省健康管理学会卵巢癌MDT推广联盟副主任单位、广州市妇科肿瘤靶向治疗重点实验室,妇科肿瘤患者诊治数量在综合医院位于前列,获批国家癌症中心二个癌种,是广州市级医院唯一单位。

生殖不孕科专科在1989年诞生了全省第一、第二例试管婴儿,是国内第一家取得试管婴儿成功的单位。专科目前

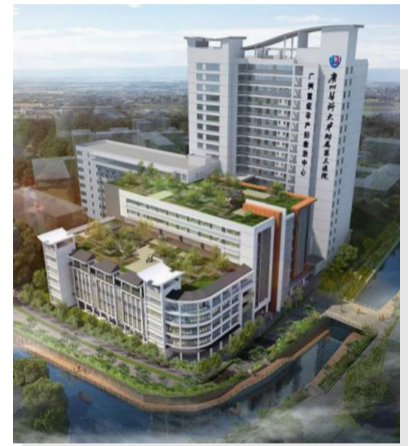
是华南地区规模最大、辅助生殖技术项目最多的生殖健康诊疗中心之一,近3年,每年门诊量约25万人次,取卵周期数近8000例,取卵术、胚胎移植术、人工授精术、减胎术等手术约2万例。在全省率先开展卵子玻璃化冷冻、卵子激活、卵巢早衰的干细胞治疗等先进技术,构建无精子症诊疗体系和平台,在全国率先开展基因矫正的自体造血干细胞移植等基础研究,研究成果发表在《Cell》等顶尖SCI杂志。

盆底诊治中心为国内最早开展盆底功能障碍性疾病的诊断及治疗专科之一,是广东省卫生厅妇幼安康工程-女性盆底障碍防治项目技术示范中心,也是全球单孔腹腔镜培训基地之一。团队于2016年在广东省内乃至国内率先开展经阴单孔腹腔镜手术(NOTES微创技术),2018年经阴单孔腹腔镜下阴道骶骨固定术在AAGL国际大会上演示,获得腹腔镜手术视频金奖。“经自然腔道内镜技术在妇科良性疾病中的应用和推广”项目荣获广东省科技成果推广奖、华夏医学科技奖三等奖。获批广州市临床特色

技术项目。

妇科生殖健康专科目前是华南地区规模最大、辅助生殖技术项目最多的生殖健康诊疗中心,以女性生殖内分泌专科为特色专科和优势专科,支撑其他各亚专科的发展。目前,女性生殖内分泌亚专科的技术水平和服务能力均居广东省前列,在华南地区发挥引领作用,为国家妇幼司首批妇科内分泌专科建设试点单位、全国“月经专病门诊规范管理与建设”指导单位,是广东省唯一一家获得该称号的单位内分泌妇科专科,在肥胖相关不育、生殖的调控和子宫内膜容受性的分子调节机制方面颇有建树。

依托妇科微创诊治中心和宫腔镜诊治中心,普通妇科广泛开展妇科微创手术及阴式手术,贯彻微创理念。现已完成LESS及vNOTES手术2000余例,在妇科良性疾病中应用率达95%以上,手术量排名为省内首位,国内领先,作为执笔专家单位领衔撰写国家级诊疗指南《妇科经阴道自然腔道内镜手术专家共识》,定期举办宫、腹腔镜及阴道镜规范化培训班,是基层医药学会授牌基层医生阴



我院荔湾区区新貌规划

道镜培训基地。

新生儿专业(NICU)是广州医科大学儿科学硕士研究生培养基地,是国家新生儿围产期医学专科医师培训基地、全国新生儿科医师联盟常务理事单位、广东省重症新生儿救治中心、广东省新生儿保健特色专科、广东省新生儿专科护士培训基地、广东省青年文明号。亚专科建设以超早产儿综合管理作为优势特色专科,近5年来,年收治超早产儿(胎龄<28周)/超低出生体重儿(出生体重<1000克)80-100例/年,整体存活率超过90%,达国内先进水平。曾成功救治出生体重385克的超早产儿,为省内救治成功的最低出生体重儿。专科于“十二五”期间已评为省级临床重点专科,本次再度入选省级临床重点专科,是卫健部门对新生儿专业医疗服务质量和专科能力的再次肯定。

(文/图:妇科、生殖医学中心、新生儿科)



我院黄埔院区

我院党委书记苏广武谈高质量发展:科技驱动发展,争创妇产科国家区域医疗中心

2月18日是农历新春第一个工作日,省委、省政府召开全省高质量发展大会,促进产业和科技互促双强,全面提升科技高水平自立自强能力,为全省高质量发展绘制蓝图。卫生与健康领域的科技创新既是引领卫生与健康事业发展的原动力,又是促进健康产业发展的关键举措。在广东推进生物医药产业科

技创新、发展新质生产力的大道上,作为高水平医院,我院党委书记苏广武在接受南方日报的采访中表示,医院将以科技创新带动医院高质量发展,争创妇产科国家区域医疗中心。

我院建院日为1899年12月12日,是国内第一家女子西医学学校附属医院,也是最早的西医医院之一。2023年,我院相继获批为广东省妇科疾病临床医学研究中心、广州市妇科疾病医学研究所,生殖医学科团队在国际顶刊发表研究成果——在全球首次建立了高精度的单细胞多组学数据,为不孕不育症的研究提供了重要的理论基础。

苏广武书记表示,公立医院要发展,前提就是不断创新,为发展提供源源不断的动力,这需要有破旧立新、时不我待的勇气和担当,也要有稳中求进、以进促稳的策略和智慧。卫生健康领域科技创新还要做到“顶天立地”,既要在卡脖子、行路难的“顶天”领域统筹谋划、攻坚克难,实现超越与引领;也要在人民群众所

需、所想、所求“立地”方面,切实提高人民群众就医的幸福感和获得感。

新的一年,医院将围绕“双一流”大学的建设要求,秉承“科技赋能谋发展,创新驱动赢未来”的理念,全力加强科技创新,持续推动医院高质量发展再上新台阶。我们将不断完善学科建设体系,着力打造领军学科、优势学科、骨干学科、潜力学科四位一体的学科建设体系,深化围产学科群的建设,全力争取在省级、国家级临床重点专科建设中不断取得突破。

同时,医院将充分做好申报妇产科国家区域医疗中心的准备工作,并将加强与国内外高校、医院的交流合作,优化科技创新激励措施,不断提升医院科研创新氛围,激发医务人员的内在创新动力,鼓励医务人员大胆探索、勇于创新,加快发展医院科技事业发展,更好地服务社会,造福人民。

(文/图:转载自《南方日报》)



我院党委书记苏广武

近日,广东省司法厅公布2022年度广东省司法鉴定机构诚信等级评估结果(广东省司法厅〔2023〕第10号文),我院法医物证司法鉴定所凭借优质服务 and 良好信誉,在广州市34家参评单位中获评A级,本次评审中A级单位仅8家。

我院法医物证司法鉴定所于2004年3月8日经广东省司法厅批准成立。鉴定所依托于广东省普通高校生殖与遗传重点实验室而成立,技术力量雄厚、检验设备齐全、管理完善。2007年4月通过卫生部临床基因扩增检验实验室技术验收,2011年通过中国合格评定国家认可委员会(CNAS)实验室认可及资质认定,成为广州市单一类别鉴定机构中以及广东省医疗系统中首家通过国家级资质认定和CNAS认可的司法鉴定机构;也是广州市司法鉴定协会成立发起单位之一。

司法鉴定机构诚信等级评估,是评价司法鉴定机构能力和鉴定质量的重要手段,是广东省司法厅按照司法部依照《司法鉴定机构诚信等级评估办法(试行)》,从八个维度对司法鉴定机构进行量化评估。此次,我院法医物证司法鉴定所获评“A级”,充分体现了行业监管部门对我院司法鉴定所执业水平的高度认可,有利于进一步树立良好的行业形象、提升社会公信力。

(文:法医物证司法鉴定所)

我院获评全省司法鉴定机构诚信等级A级

我院召开2023年度统一战线工作情况通报会

1月31日下午,我院在行政楼5楼1号会议室召开2023年度统一战线工作情况通报会,各民主党派、无党派人士代表和政协委员等近10人参加。医院党委副书记刘丹出席会议。

会上,刘丹副书记通报医院2023年工作情况,与会人员先后发言,畅所欲言。大家围绕医院的发展建设,结合工作中遇到的问题,展开了热烈的讨论,

并对医院的管理工作提出了建议。

最后,刘书记在讲话中表示,要充分发挥统一战线重要法宝作用,积极听取医院统一战线对象的意见,并将其汇聚成推进医院高质量发展的重要力量,希望大家继续关心、支持医院的发展,充分发挥主人翁精神,共同携手把医院建设成为群众、职工双满意医院。

(文/图:党委办公室)



刘丹副书记讲话

我院召开挂职人员座谈会

2月2日上午,医院党委在行政楼五楼1号会议室召开了医院挂职人员座谈会,会议由党委书记苏广武主持,党委副书记刘丹、办公室副主任张兆金、到职能部门挂职的5名专业技术干部参加了会议。

会上,挂职人员逐一汇报了到医教研管理部门挂职后开展工作的情况和挂职的感受。



挂职人员座谈会

苏广武书记在总结讲话中指出,实施业务科室专业技术人员到职能部门挂职工作机制,是医院加强干部培养,提升干部的综合素质,为医院管理干部储备力量的一种新探索。挂职干部同时兼任原科室的业务工作,希望在挂职工作中有所锻炼和收获。苏书记对挂职干部提出了三个建议:一是要多思考,积极参与挂职科室的管理工作,从管理中发现问题的办法,二是要多干事,积极参与挂职科室日常具体的事务,在处理各项具体事务中提高管理能力。三是多交流,总结一段时间以来对管理工作的感悟和感受,多与科室负责人和院领导交流,以便更好地发挥个人的工作优势。

(文/图:党委办公室)

我院举行第八届行风社会监督员聘请仪式暨迎春座谈会

为进一步加强党风政风行风和医德医风建设,充分调动和发挥社会各界的监督作用,2月4日下午,我院第八届行风社会监督员聘请仪式暨迎春座谈会在员工培训中心大培训室举办,院领导班子成员及相关职能科室负责人参会。

会上,杨宁副院长宣读了《关于聘请第八届行风社会监督员的通知》,聘请来自政府部门、新闻媒体、社区医疗以及周边友邻单位的11名同志为医院社会监督员。随后,医院党委苏广武书记为社会监督员颁发聘书和胸卡。

座谈会上,苏广武书记为在座社会监督员介绍了医院发展历史、规模、学



座谈会现场

科特色、人才队伍、去年医院取得的工作成绩及今年的工作计划。社会监督员们在座谈会发言中,纷纷对我院各项工作予以高度认可,表示将认真履行监督职责,促进医院的医德医风和行风建设

更上一个新台阶,同时对服务社区居民、提升医疗质量、加强行风建设、双方携手共建等方面提出了意见和建议。

苏广武书记在总结讲话中,向给予我院在医院行风、医德医风建设、医疗服务等方面提出第三方指导性意见的社会监督员表示感谢,并希望各位监督员能够继续向我院多提意见、加强与我院沟通、支持我院发展,我院也将认真听取意见,不断提高医疗服务水平,为广大患者提供更为优质的医疗服务和良好的就医体验。

(文/图:纪检监察室)

行政第二党支部开展“凝心聚力 勇担使命”2023年度微党课评比活动

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,不断增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,把握“两个



行政第二党支部2023年度微党课评比活动

确立”,1月26日,行政第二党支部组织开展了“凝心聚力 勇担使命”2023年度微党课评比活动,致力于将“我是微党课主讲人”活动打造成支部主题党日活动的特色品牌,切实提高广大党员积极性和参与度。本次活动邀请内科第一党支部孙嫣书记、内科第四党支部王懿春书记、中医科党支部冯崇廉书记莅临现场担任活动评委。

2023年度行政第二党支部各党小组共开展了35次微党课活动,经个人自荐、党员推荐、各小组讨论等多种方式,本次比赛共有4位党员依次进行了

限时10分钟以内的PPT讲演,评委现场打分,最终评选出了一等奖1名、二等奖1名、三等奖2名。

本次微党课评比活动是行政第二党支部第五届活动,党员们在活动中凝聚了力量,振奋了精神。党员们纷纷表示,要时刻提醒自己不忘初心、牢记使命、勇于担当,为推动医院高质量发展不懈奋斗。未来行政第二党支部将继续打造“我是微党课主讲人”活动,将该活动做精做细,做强做大,进一步丰富党员学习教育形式,充分调动党员积极性,提高党员教育实效。

(文/图:行政第二党支部)

医技第一党支部开展“树牢法治意识,增强法治观念”主题党日活动

为加强党性教育,提升法治观念思维,2月29日下午,医技第一党支部在珠影市三宫开展“树牢法治意识,增强法治观念”主题观影活动,组织支部党员观看电影《第二十条》。

《第二十条》片名取自《中华人民共和国刑法》第二十条规定,即刑法有关“正当防卫”的内容。影片以正义与情感、法理与伦理的辩证关系为背景,用艺术的形式讲述了法条背后的公理人情,传递着人民群众对公平正义的价值期待,讲述了一系列围绕“正当防卫”的典型事件。



主题党日活动合影

正义虽然会迟到但并不会缺席,影片的故事情节和深刻的主题让大家感触颇深,通过观影大家对“正当防卫”有了更深刻的认识,也让每一位曾经见义勇为、愿意见义勇为,却担心害怕触犯法律的勇士产生共鸣,感受到公平正义的力量。电影《第二十条》坚定了人民群众“法,不能向不法让步”的理念,正当防卫的法治理念也根植于人民群众的心中。

(文/图:医技第一党支部)

龙年新春 柔济医院“年味”浓

为提高员工的幸福感和归属感,增强职工凝聚力和向心力,团结带领全体职工推动医院高质量发展再上新台阶,龙年春节前后,我院在两院区分别开展了新春游园会、新春慰问、元宵节文化活动等,欢乐喜庆的文化艺术活动,为职工和家属、广大市民送上了新春的美好祝福。

2月2日下午,我院在荔湾院区文化长廊前广场举办了“龙行龘龘,福暖柔济”为主题的2024年柔济职工文化艺术节开幕式暨新春游园活动。游园活动不仅有欢乐喜庆的歌舞表演,还有种类丰富的互动游戏,内容精彩纷呈。

苏广武书记在活动中向广大职工的付出表示感谢,并为职工和市民送上新春的美好祝福,同时指出医院将持续办

好柔济职工文化艺术节,让系列文化活动更好地丰富广大职工的业余生活,打造让职工更有归属感、更有温度、更有人文气息的柔济之家。苏广武书记还参与到文化艺术节的表演当中,与广大职工、职工家属子女等一起分享节日的欢乐。



苏广武书记与职工一起表演节目



柔济新春游园会

春节前夕,院领导带队,向我院离退休老同志及其家属、留校研究生代表、困难党员、患病职工等进行走访慰问并送出新春祝福。除夕当天和大年初一,院领导们也分别带队,为两院在岗值班医护人员、住院患者送上节日的关怀与慰问,并高度肯定了柔济医者坚持在岗、敬业奉献的职业精神。



院领导慰问学生

(文/图:工会、离退休办、医院办公室)

柔济元宵节文化活动



元宵节文化活动

2月23日,在元宵节到来之际,医院在黄埔院区门诊大厅举办了“福暖柔济,喜闹元宵”为主题的2024年柔济元宵节文化活动,职工和市民共享节日喜悦。医院党委副书记、工会主席刘丹,医院党委委员、妇研所所长、黄埔院区管委会主任陈敦金到场参加活动,并向到场人员送上元宵佳节的美好祝福。

我院成功承办第十届珠江母胎医学论坛

1月26日-28日,由广东省医师协会母胎医学医师分会主办,我院和南方医科大学南方医院承办的“广东省医师协会母胎医学医师分会年会暨第十届珠江母胎医学论坛、第七届粤港澳大湾区母胎医学高峰论坛”在广州越秀国际会议中心成功举办。我院陈敦金教授担任大会主席,我院党委苏广武书记在开幕式上致辞。

本次会议邀请了全国三十多位知名妇产科学者,共进行了32场母胎医学的相关专题报告,会议内容不仅聚焦母胎医学相关疾病的诊疗前沿知识,也涵盖了学科建设与发展等相关内容分享。会议通过多个平台上进行线上直播,收看人数近5万人次。



为各单位授牌

为进一步加强全省妇产疾病临床医学创新体系建设,提升临床研究能力,搭建区域性临床研究公共服务平台及网络,培育高水平研究团队,提高广东省临床诊疗水平,作为广东省妇产疾病临

床医学研究中心建设单位,我院在本次会议上公布了“广东省妇产疾病临床医学研究中心核心单位”并向各家单位授牌。

(文/图:妇研所办公室)

我院顺利举办第四届护理精英人才培养对象遴选会

为贯彻落实“人才兴院,成就员工”的办院方针,推动我院护理学科持续性发展,加快业务骨干及青年人才的培养,促进专科护理发展,1月18日下午,医院在员工培训中心圆满举办了第四届护理精英人才培养对象遴选会。



杨宁副院长讲话

我院杨宁副院长、护理部相关负责人等参加会议,会议邀请了全省知名护理专家作为考评专家。全院护理管理干部、专科护士、硕士学位护理人员、临床护理骨干等共100余人参加会议。杨宁副院长主持会议并致辞。

随后参加遴选汇报的护理人员就个人的临床成长、研究方向及工作开展情况、成果及下一步计划等进行了汇报。考评专家对汇报者逐一进行了个性化的点评,提出了建设性的建议。并表示,护理精英人才应围绕亚专科方向,确立明确的目标,高效分配时间和精力,联合团队、集思广益、持续深耕,共同发展更大的项目。

护理部陈丽萍主任在总结中表示,护理学科的发展需要不同层次的护理人才去奋斗、推进和贡献,寄语各位汇报者结合专家的意见和建议,充分领悟、梳理未来的方向、目标及举措,以此次遴选会为契机,在未来的职业道路上不断成长并成才,为推动医院高质量发展及护理学科建设贡献自己的光和热。

(文/图:护理部)

筑牢安全防线 我院开展春节前夕安全检查工作

为筑牢岁末年初医院安全生产防线,营造安全和谐的医疗环境,我院荔湾院区、黄埔院区在节前开展了安全检查工作,以确保春节期间两院区各项工作安全稳定。

2月5日上午,医院领导班子在行政



安全检查工作会议

楼五楼一号会议室组织相关职能部门召开春节前安全检查工作会议。会上,苏广武书记传达了上级关于安全生产方面的文件精神,随后各职能部门负责人分别汇报节前安全检查存在问题及整改情况,并对做好春节期间和春节前后安全工作提出三点要求:一是要做好充分的准备,做好各类活动的安全保障,尤其是人力、设备和突发事件的应急处理预案等;二是对于发现的安全隐患要及时整改;三是值班人员要尽职尽责,保持通讯畅通,确保及时处理突发事件。

2月5日下午,苏广武书记、杨进顺副院长一行对医院消防安全、安保、水电暖通设备设施等院内区域进行巡查指导,在巡查中,苏广武书记多次强调

“生命安全至上”的原则,要求落实好节假日安全应急值守制度,确保突发事件应急工作顺利开展。春节前夕,医院党委领导班子成员分头到学生宿舍、临床科室、氧气房、实验室等地进行安全检查,黄埔院区管委会主任陈敦金带队对院区进行深入检查。

通过此次节前安全检查,我院对各项安全工作进行了一次全面梳理,广大职工进一步提升了安全意识,医院各部门时刻保持警惕,严格遵守各项规章制度及安全操作规程,不断加强安全管理,提升安全防范能力,为广大患者提供更加安全、优质的医疗服务。

(文/图:总务科、黄埔院区综合办、医院办公室)

我院江庆萍团队研究揭示PAX2调控子宫内腺癌发生的分子机制

子宫内腺癌是女性生殖系统最常见的癌症之一,早期诊断和治疗一直是临床的难点及研究热点。世界卫生组织(WHO)肿瘤分类蓝皮书指出,配对盒基因2(PAX2)蛋白表达丢失是子宫内腺癌非典型增生和子宫内腺癌的重要生物标志物,并已广泛用于临床诊断中。然而,PAX2在子宫内腺癌中的作用机制的分子调控机制尚不清楚。

近日,我院江庆萍教授团队,在病理领域国际权威顶刊杂志Journal of Pathology在线发表了题为“PAX2 is regulated by estrogen/progesterone through promoter methylation in endometrioid adenocarcinoma and has an important role in carcinogenesis

via the AKT/mTOR signaling pathway”的论文(中科院小类1区、大类2区,IF:7.3)。

该团队在临床样本中证实PAX2的mRNA在子宫内腺非典型增生和子宫内腺癌中表达显著下调,PAX2蛋白以全阴性的失表达为主。在功能实验中发现过表达PAX2显著抑制子宫内腺癌癌细胞在体外的增殖、侵袭和迁移,以及在体内裸鼠皮下成瘤的恶性生物学行为,并显著抑制细胞AKT/mTOR信号通路的活性。

通过进一步生物信息学分析及临床样本测序发现,PAX2在子宫内腺癌中的失表达与启动子甲基化有关。众所周知,内腺癌是激素相关性癌。

PAX2启动子的甲基化与激素是否有关系呢?该团队发现雌激素通过雌激素受体促使PAX2启动子甲基化,从而抑制PAX2的表达;而孕激素通过孕激素受体促进PAX2启动子去甲基化,进而上调PAX2的表达。

上述研究结果阐明了PAX2在子宫内腺癌中的表达和功能,并揭示了迄今为止尚未报道的潜在分子调控机制,为子宫内腺癌的早期诊断及治疗提供了一个新思路。

该研究由江庆萍教授领导的团队完成,课题组成员陈辉、江庆萍教授的硕士研究生李玲君和刘慧敏是本论文的共同第一作者。

(文:病理科)

苏元二中学生到我院黄埔院区开展志愿服务

春节前夕,广州市黄埔区苏元学校(广州市二中苏元实验学校)初二年级13名学生到我院黄埔院区开展志愿服务活动。

活动开始前,我院相关部门工作人员先对学生们进行了专业知识培训。活动中,9名学生门诊负责导诊指引服务,为来院患者提供有关科室位置、门诊挂号流程、就医费用支付、自助机使用等指引和帮助,4名学生在医院饭堂帮助饭堂工作人员提供餐饮服务。



小志愿者合影

本次实践活动中,同学们在工作中热情细致,获得不少来院患者的称赞。我院为学生们提供了社会实践、体验的场地和岗位,帮助学生们熟悉和了解公立医院门诊和后勤相关工作,加强学生与社会各界的联系,加深了学生们对社会职业的认识和了解,并对培养学生的社会责任感和服务精神起积极的促进作用。

(文/图:黄埔院区综合办)

第十四届高级护理实践大会暨妇科产科与生殖健康和生育力保护会议在我院顺利举办

为进一步健全和完善高级护理实践体系、提升培养和认证专科护士或高级实践护士的国际化水平,实现专科护士认知和能力的迭代升级,全方位提升临床护理服务领导力,并推动“十四五”高质量发展和2030健康中国战略目标实现,日前,由广东省护理教育中心、广东省护士协会主办以“新职级 新标准 新超越”为主题的第十四届高级护理实践大会暨第五届粤港澳专科护士大会在广州顺利召开。我院作为妇科产科护理学科群联盟主委单位承办妇科产科与生殖健康和生育力保护分会会议。



会议现场

会议邀请了国内妇产科、生殖领域的8位学者进行授课,主题涵盖妇产科临床新进展、专科护士临床实践、科研

课题申报等多方面,课程有效拓宽了参加人员专业知识视野、提高了专科技能临床运用,提升了专科护理能力。来自全省各个医院的护理骨干近100人参加会议。

护士是推动护理事业前进的重要力量,护理工作直接关系到患者的生命和健康。本次会议聚焦妇产生殖护理知识和实践,参会护理人员纷纷表示将会将所学服务于患者和社会,为妇科、产科以及生殖健康和生育力保护领域的发展贡献力量。

(文/图:生殖医学中心)

体检查出乳腺增生怎么办？

今年体检，小蓝（化名）又被检查出有乳腺增生。虽然体检医生说不是什么大问题，但小蓝心里总有点怕怕的——每次来大姨妈之前，都感到胸部肿胀，轻轻一碰都很痛。这样的乳腺增生，会不会影响以后哺乳？会不会发展为乳腺癌？还有，怎么明明是“平胸”，竟然还会得乳腺增生，到底增生到哪里去了？



10个女性 9个都有乳腺增生？

“70%-80%的女性都会有乳腺增生症，大部分在20-45岁的育龄期，以及50岁左右绝经前后。”乳腺外科专家唐毅说。人的乳腺组织主要受雌激素和孕激素影响。当两种激素水平增高，乳腺组织就会增生，当激素水平下降，乳腺组织就会收缩。有时候，增生过度，不能完全消退，就形成了乳腺增生。

经前胸部胀痛 大多不要紧

月经前，女性身体的激素水平在不断增高，乳腺组织受激素影响，也会增生。所以，很多有乳腺增生的女性，月经前往往会感到胸部胀痛，到月经后，胀痛感才慢慢消失。这类情况一般不必担心，也

需治疗。绝大多数乳腺增生，不会发展为乳腺癌，也不影响哺乳。

通常，自我调节就能改善乳腺增生症。比如，保持好心情、少熬夜，适当控制脂肪类食物摄入，尽量减少咖啡因、口服避孕药的摄入，及时治疗子宫及附件的慢性炎症、月经失调等妇科病。

跟胸的大小无关 男性也会得

不少女性都对乳腺增生有这样一个误会：胸大的人才会有资格得乳腺增生。其实，这跟胸大胸小没有什么关系。要知道，很多男性也会得乳腺增生症。

唐毅介绍，胸部主要由肌肉、脂肪、乳腺组成，前两者就占据了胸部体积的90%以上。换句话说，有些人胸部较小，是因为脂肪和肌肉少，而不是因为乳腺组

织少。哪怕她们存在乳腺增生，胸部也不会明显增大。而且，小胸人群的乳腺密度还可能更高。较高的乳腺密度，可能与乳腺疼痛相关。

两种情况 要看乳腺专科

①如果胸痛胸胀不规律，不随着生理期波动，且疼痛的位置固定，就需要去乳腺科，做进一步的乳腺B超、乳腺钼靶等检查。

②如果乳腺增生症伴有乳腺结节，或乳腺结节位于乳头乳晕下方，应在怀孕前到乳腺专科就诊，以免影响哺乳。

唐毅提醒，高危人群如有乳腺癌家族史、年龄大于45岁、有吸烟史等，要特别注意乳腺增生的问题。

（文：乳腺外科）

泡温泉，会杀精？

天冷时节，温泉里泡着，别提多享受。但听闻高温会影响精子质量，可能还会导致不育，真的吗？广州医科大学附属第三医院生殖医学中心蓝宇医生带大家一探究竟。

蓝宇医生说：“泡温泉、蒸桑拿这类高温休闲项目，对男性精子确实‘不友好’。”

他曾经接诊过一名患者李先生，备孕许久，妻子一直没怀上，经过检查，发现精子质量不佳。询问相关病史后得知，李先生是一家温泉店的老板，养成了泡温泉的习惯，经常晚饭后的闲暇时间就泡一泡。

高温杀精，是真的

温泉、桑拿热气腾腾，一套下来全身舒畅，却不知精子受尽折磨。蓝宇医生指出，精子最好的生长环境，其实需要略低于体温，大约是35~36摄氏度。精子在男性的在睾丸和附睾中形成和成熟。阴囊包裹着“蛋蛋”，位于体外，就是为了方便降温散热。一旦温度升高，超过37摄氏度，而且时间超过半小时，就会伤害精子生长的微环境，从而影响精子的质量。

此外，高温环境中，人容易出汗，人体处于缺水状态，血液随之浓缩，这对精子的运输和生存同样不利。换句话说，高温不仅会“烫”伤、“烫”死精子，还会破坏培育它们的“土壤”。

因此，长时间泡温泉，尤其是还喜欢高温池的，精子质量就下降得更明显了；同时，一些温泉卫生条件不好，还容易引起反复生殖道感染，例如前列腺炎、精囊炎、附睾炎等等，严重者可能会导致梗阻性无精子症。

以下这些情况，也会“高温杀精”：

- 习惯穿紧身裤
- 发高烧
- 经常久坐，多见于司机、办公室上班族
- 厨师、电焊工、炼钢等高温环境，多见于从事相关工作的人群
- 长时间剧烈运动，如运动员

如有备孕计划 请暂时别泡

为了子孙后代，男性是不是不能泡温泉、蒸桑拿了？对此，蓝宇医生回应：“其实不必过于紧张，这个的影响大多是可逆的。”通过改善生活习惯，适当通过食物和药物辅助改善精子生存环境，大部分人都能逐渐恢复。前文案中提到的李先生，在暂停泡温泉后，精子质量就逐渐恢复了。

精子会不断再生，生长周期大约74天，根据每个人对高温的耐受能力，恢复的时间也有差距。因此，谨慎起见，有备孕计划者，提前3个月暂停参加这类活动，直到怀孕为止。

泡过温泉后不久 妻子怀孕了，有影响吗？

能够成功和卵子结合的精子，基本都是亿里挑一的佼佼者，不必太忧心，按时产检即可。即便胚胎真的有问题，也会自然流产，基本就是有或无的原则。

掌握小技巧 泡温泉少伤精

蓝宇医生建议：泡温泉时可以控制一下时间和温度。每个人对温度的耐受能力不同，尽量不要让自己感觉热得不适，整个过程最好控制在半小时内。结束后可以通过冲凉水或泡凉水澡来帮助阴囊尽快降温。

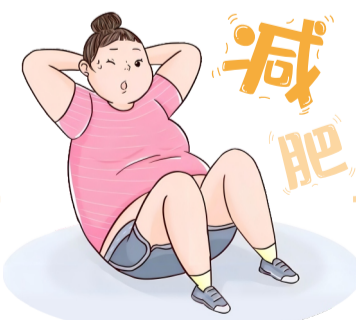
此外可以多吃富含维生素E、维生素C、锌元素、硒元素的食物，如柑橘、草莓、西红柿、核桃、杏仁、贝壳、鱼肉、蘑菇等等。或根据医生的建议服用一些抗氧化和改善内分泌作用的药物。注意，不要擅自服用补肾益精的补药。如需服用，请在中医或中药师指导下进行。

（文：生殖医学中心）

“胖”友必看！如何开启你的热辣滚烫人生？

在近期热映的春节档电影中，导演贾玲为了影片减重100斤，突破了自己“胖胖的”的固有印象，还成功塑造了一个励志而又坚毅的女性形象。

走出影院之后，许多“胖友”也开始盘算节后减重的可能性。但是，高强度运动减肥不适合所有人，普通人减肥减多少，怎样减才是合适的，应该寻求怎样的专业帮助？广医三院内分泌代谢科张莹主任医师为您解答。



肥胖对身体的危害有哪些？

肥胖既是一个独立的代谢疾病，还是多种健康问题的风险因素。包括2型糖尿病、高脂血症、高尿酸血症、心血管疾病、高血压、多囊卵巢综合征、不孕不育、抑郁症、骨关节炎和多种癌症等。

Q2：超重和肥胖的原因是什么？

常见的引起超重肥胖的原因是：

- 1. 不良饮食习惯
高脂高糖的膳食结构是常见的肥胖原因，另外，摄入过多、摄食频率高、有夜食嗜好、暴饮暴食的习惯等也会增加肥胖风险。
同时，很多人认识可见的“糖”，却对“隐藏”着的糖与热量视而不见，在营养过剩的同时，又存在着膳食纤维摄入不足，维生素D不足，膳食不平衡等隐性营养不良。
- 2. 运动量不足
久坐不动的生活方式减低了能量消

耗，增加了体重增长的可能性。

3. 睡眠不足

值得注意的是，缺乏足够的睡眠也可能加速体重增长。饮食，运动，作息的很多不良习惯，可以使得我们的基础代谢率下降，而基础代谢下降是导致我们发胖的主要原因。

我们可以通过一些小技巧来干预，例如：进餐多咀嚼几口，晚餐时间提前1小时，早点睡觉等等，都可以极大地提高我们的基础代谢，在全天热量摄入保持总量不变的情况下，实现逐渐的减重。

4. 疾病原因

很多内分泌疾病的表现也可能会让人变胖，例如最常见的胰岛素抵抗，还有下丘脑性肥胖、库欣综合征、甲状腺功能减退、多囊卵巢综合征、生长激素缺乏症等。

5. 药物原因

一些用于疾病治疗药物也可能会带来体重的增加，例如某些抗精神病药、抗抑郁药、抗癫痫药，甚至某些治疗糖尿病

的药物。

6. 其他因素

研究发现，一些其他因素也会增加超重和肥胖风险。例如：

◎母亲孕期体重增加过多或患妊娠期糖尿病者，孩子长大后发生肥胖的风险增加；

◎学龄前期超重或肥胖的孩子，在长大后更容易发生肥胖；

◎绝经后女性雌激素撤退后，体重更容易增加。

减重，减多少为宜？

减重的适宜量应根据个体的BMI和是否存在肥胖相关并发症来确定。代谢病医师会根据患者的BMI及是否存在肥胖相关的并发症，例如糖尿病，三高，多囊卵巢综合征等，为其进行疾病分期的判断，并据此制定具体的体重管理目标及临床目标。实现体重控制与临床目标的这一过程，通常分为启动、行进和过渡三个阶段。

（文：内分泌代谢科）

主编：苏广武 副主编：刘丹 杨进顺 杨宁 范勇 编辑：张兆金 白恬 王慧 罗培玲 张迅恺

编印部地址：广州市荔湾区多宝路63号 邮政编码：510150 电话：020-81292183 邮箱：gy3ybg@126.com 传真：020-81292949 网址：www.gy3y.com

发送对象：本单位内部职工 印数：1000份 印刷单位：广州市颐彩数码印刷有限公司 地址：广州市荔湾区紫荆道68号之10自编30、31、32、33号商铺 电话：13380095962