



柔济之声

2025年第1期(总第426期)
印刷日期: 2025年2月10日 星期一
印刷期数: 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

广州市生育障碍疑难疾病诊疗中心落户我院

2025年1月9日,由广州市卫生健康委、广州市人民政府外事办公室、广州市商务局联合指导,广东省医院协会主办的“2025广州市国际医疗推介会暨重大疑难(罕见)疾病诊疗中心授牌活动”在广州越秀国际会议中心圆满举办。会上,我院获广州市生育障碍疑难疾病诊疗中心授牌。

据悉,广州市重大疑难罕见疾病诊疗中心项目通过对标国际领先、国内一流,围绕疾病诊疗难点“搭平台、建机制、出成果”,评选了20个建设单位,致力于打造国内国际专病特色鲜明、疾病诊疗模式领先的重大疑难(罕见)疾病诊疗中心。

广州市生育障碍疑难疾病诊疗中心依托广州医科大学附属第三医院,致力于解决复杂生育问题,为男女性生育障碍患者提供一站式服务。以生殖医学科、妇科等



我院获授牌

重点学科为引领,以疑难病诊治、高新技术应用为纽带,搭建生育障碍合并多系统疾病多学科协作综合诊疗平台,整合生殖医学、妇科、产前诊断科、遗传医学、内科、外科、中医科、临床营养科、精神心

理科等资源,实施跨学科综合诊疗策略,为男性无精子症、勃起功能障碍,女性排卵障碍、卵巢功能减退、遗传疾病等生育障碍疑难疾病,构建协作诊疗体系,为患者提供个性化解决方案,为提升生育障碍

疑难疾病诊治能力项目建设与发展生育障碍疑难疾病诊治提供创新技术力量。

我院从培育广东省首例试管婴儿到全球首次应用基因编辑技术纠正遗传基因缺陷、全球首次应用“干细胞+3D打印”修复阴茎海绵体损伤的科学研究,临床和基础医学结合紧密,临床新技术不断涌现,疑难重症诊治技术优势明显。广州市生育障碍疑难疾病诊疗中心落户我院,是对我院在生殖健康疾病方面诊疗能力和技术的高度认可。未来,中心将聚焦生育障碍疑难疾病,坚持“以患者为中心,以疾病诊疗为链条”,推动临床医疗与科学研究协同发展,突出特色、创新发展,坚持精益管理和新发展理念,构建促进研究型医院中生育障碍疑难疾病诊疗中心建设的高质量发展体制机制,为广大患者提供一站式服务。(文/图:生殖医学中心、医务科)

我院陈敦金教授团队获中华医学科技奖三等奖

近日,中华医学会科技评审部公布2024年中华医学科技奖获奖项目。共有80项成果被授予2024年中华医学科技奖医学科学技术奖,其中,我院产科陈敦金教授团队项目获中华医学科技奖三等奖。

据悉,中华医学科技奖是中华医学会面向全国医药卫生行业设立的科技奖,是经卫生部、科技部通过批准的全国首批社会力量设立的奖项之一,旨在奖励医学科学技术领域有杰出贡献的个人和集体,对提高中国医学科技创新能力和科技水平,推广和普及先进医学科学技术,激励科技人员攀登科技高峰将起促进作用。

我院获奖项目为《孕产妇危急重症精准防治策略的创立及推广应用》,由我院与南方医科大学南方医院、中国科学院动物研究所、中山大学附属第一医院等单位共同开展。

孕产妇死亡率是衡量国民健康水平与社会进步的重要综合性指标。子痫前期、胎盘植入性疾病、产科性出血等危急重症是导致孕产妇及围产儿死亡的重要原因。以往由于缺乏高效预测预警指标、临床处置及手术方式固化(子宫切除率高、出血多)、救治流程难以普惠性推广,导致我国孕产妇死亡率高于发达国家。针对上述问题,项目组在国家、省市级课题资助下,依托广东省产科重大疾病重点实验室和广东省产科临床质量控制中心,建立基于临床特征、影像特征及生物标志物“三位一体”的孕产妇危急重症预测、预警多维模型及人工智能辅助决策系统,提高早诊早治率。首创影像组学+3D打印辅助的胎盘植入精准化手术模式,降低手术并发症,生育机能保留率提高到90%以上。创立产科ICU、创新结构化、可复制的危急重症孕产妇救治模式并全国推广,极大提高了重症孕产妇救治水平,逾200余万患者获益,为降低中国孕产妇死亡率做出极大贡献。

(文:妇研所办公室)

援多米尼克,柔济“白衣使者”邓楠带队出发

在中国外交部、国家卫健委和广东省卫健委统一部署下,在广州医科大学及我院党委的悉心安排下,我院泌尿外科邓楠副主任医师从2025年1月11日起赴多米尼克中多友谊医院执行为期14个月的援外医疗任务,在该院泌尿外科进行医疗支援,同时,作为本次医疗队的队长,他还将负责医疗队的管理及外部沟通协调等工作。

1月11日,第7批援多米尼克中国医疗队从广州琶洲港出发,踏上援外医疗工作征程。省卫生健康委交流合作处、省卫生健康对外合作服务中心相关人员,学校党委陈晓辉副书记,医院管理处、兄弟医院负责人和我院张振辉院长等到口岸为医疗队送行。

1月9日,第7批援多米尼克中国医疗队出征仪式在广州医科大学越秀校区举行。省民营医院和卫生社团组织联合党委专职副书记邓林峰和省卫生健康委交流合作处、省卫生健康对外合作服务中心相关人员,学校党委陈晓辉副书记,医院管理处、兄弟医院负责人和我院党委麦倩书书记等参加仪式。医疗队

队长、我院邓楠副主任医师代表医疗队表态发言,他表示将克服语言、文化、环境等诸多方面的困难,尽最大努力提供优质、高效的医疗服务,并积极与当地的医疗团队合作交流,搭建起中多两国医疗领域友好沟通的桥梁。医疗队将用实际行动诠释“不畏艰苦、甘于奉献、救死扶伤、大爱无疆”的中国医疗队精神,为增进中多两国的友谊、助力多米尼克的医疗卫生事业发展贡献力量。

1月2日,医院召开了临行前的欢送座谈会,医院党委麦倩书书记、张振辉院长、刘丹副书记、安庚副院长及相关科室负责人参加了会议。会上,医院领导对邓楠医生参加援外工作的关心关怀和殷殷嘱托,并强调了邓楠医生作为本次援外医疗队的队长,不仅代表着医院形象、学校形象,更代表着国家形象,希望邓楠医生肩负起援外的责任和使命,遵守援外医疗队纪律,增强团队意



我院领导同事为邓楠(右六)送行

识,做好中多两国友谊的使者,并充分发挥专业优势,解决当地医疗健康问题,为当地医院培养带不走的医疗队,造福多米尼克群众。

多年来,我院积极践行社会责任,派出了多名医者参加援外医疗工作。此次赴多米尼克援助,邓楠医生将延续百年柔济医院施医赠药传统、传承柔济医者大爱,发挥自己在泌尿外科方面的专业医疗技术,帮助受援国培养合格的专科医生、为群众普及健康的生活方式和理念、推广中国先进的医疗技术和管理模式,以精湛的医疗技术、高尚的医德树立起中国医疗队的金字招牌。(文/图:医院办公室)

情暖劳动者,穗岁平安年 广州市总工会、市教育局、广医大工会慰问我院一线职工

为把党和政府的关心关怀和广州工会的温暖送到基层,慰问全年无休的医务工作者,1月20日下午,广州市总工会党组书记、常务副主席张哲、机关纪委专职副书记贺文娟、组织部副部长郭碧林,广州市教育局党委副书记谷忠鹏、广州市教

育工会主席崔萍,广州医科大学副校长、工会主席周麟、工会副主席周如建、蔡开贤等一行莅临我院荔湾院区,开展“情暖劳动者 穗岁平安年”2025年新春关爱行动,慰问我院坚守在临床一线的医务人员。我院党委书记麦倩书、院长张振辉,党委副书记、工会主席刘丹及工会等相关部门负责人陪同慰问。

慰问组到临床一线慰问了我院医务人员及窗口部门代表,走访了我院急诊科、生殖医学中心以及西药房、挂号收费处、客服中心等科室,对我



市总工会、市教育局、广医大工会等领导慰问我院医务人员

院节前安全工作给予指导。接受慰问的代表中有我院“全国五一劳动奖章”获得者、国家杰青、全国卫生系统先进个人、“百千万工程”医疗帮扶项目派驻专家等先进代表,也有在临床一线和窗口部门默默奉献的工勤人员。慰问组怀着满满的敬意对坚守一线为人民健康无私奉献的医务工作者表示衷心的感谢,为他们送上沉甸甸的新春慰问大礼包,向他们亲切地致以节日问候。

我院职工收到来自组织的关爱和肯定,倍受鼓舞,纷纷表示将继续坚守岗位,践行我院“柔心济世 尚道精医”精神,用心用情服务好患者,为医疗卫生健康事业高质量发展贡献力量。

(文/图:工会)

我院召开党支部书记例会 暨2024年度党务查房工作总结会议

1月21日，医院党委召开党支部书记例会，医院党委书记、党委副书记、纪委书记、在职党支部书记、临床医学学生党支部书记、研究生党支部党建辅导员、离退休支部党建联络员、纪检室负责人、党办工作人员共39人参会。会议由党委麦倩书书记主持。

会议第一议题由麦倩书书记领学了《中共中央政治局召开民主生活会强调 巩固深化党纪学习教育成果 在加强党的纪律建设上发挥示范引领作用 中共中央总书记习近平主持会议并发表重要讲话》。麦书记强调，要深刻认识党的纪律建设的重大意义，推动全面从严治党工作，狠抓改革落实推动医院党员干部担当作为，要抓好党风廉政建设作为医院高质量发展保驾护航。

纪委秦凯书记传达了近期医院纪委工作部署，要求各党支部高度重视党风廉政建设，通过学习《纪检监察》等报刊杂志、日常廉洁宣讲等形式不断加强支部人员的纪律教育，下一步医院纪委也会根据各支部和科室日常工作遇到的问题和需求，有针对性地为临床开展廉洁课堂教育。各党支部、科室负责人要认真履行“一岗双责”，落实廉洁风险



会议现场

点排查，重点做好“四风”问题和群众身边不正之风和腐败问题的提醒教育。

麦书记反馈了医院接受学校2024年基层党建工作检查的情况。刘丹副书记传达了上级和医院文件精神，并通报了2024年度党务查房工作情况，重点指出了本次党务查房中在制度落实、党员教育、组织建设等方面存在的问题，对今后各党支部在加强主题党日活动教育，做好发展党员工作，加强党费收缴、使用和报销，加强党风廉政建设等工作进一步强调了要求。党委办公室张兆金副主任通报了近期党建重点工作开展情况，并就做好2024年度职业道德考评、2024年度组织生活会和民主评议党员、开展流动党员工作的学习和排

查、做好2025年发展党员等工作进行了提醒。

会上，还就医院党委2024年度民主生活会征求了意见。

最后，麦倩书书记进行了总结讲话，并提出三点意见。一是要加强政治理论学习，以习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑，落实好“三会一课”、主题党日活动、第一议题学习等制度，不断增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。二是要加强基层党组织建设，推动党建与业务工作相融合。要针对本次检查反馈的问题，在强基础、补短板上下功夫，提升支部党员教育管理水平和支部委员队伍建设，做好发展党员工作，加强党建品牌建设，把党支部建设成为宣传党的主张、贯彻党的决定的坚强战斗堡垒。三是做好党风廉政建设，各党支部书记要坚定扛起管党治党政治责任，加强党章党规党纪学习教育，开展经常性提醒警示教育，防范重点领域、重点环节、重点岗位廉洁风险，推动党员干部对标高线、远离红线、守住底线，营造风清气正的政治生态。

(文/图: 党委办公室)

医院开展新春翰墨送福暨员工美食节活动

为弘扬中华优秀传统文化，营造平安祥和、团结奋进的医院文化氛围，在乙巳蛇年新春佳节来临之际，1月23日下午，医院工会组织举办了新春翰墨送福暨员工美食节活动。医院党委书记麦倩书，党委副书记、工会主席刘丹，纪委书记秦凯，副院长范勇和广大职工及家属们一起热情参与了本次活动。

活动当天逢南方小年，医院员工培训中心人头攒动，处处飘荡着“烟火里的”年味儿，洋溢着新春的喜庆气息。活动设置了翰墨送福、美食比拼、互动幸运签、手工DIY4个板块，并在现

场设置了拍照打卡区，员工和家属们积极参与，其乐融融。本次活动工会还联合健康管理中心、中医科、康复科、皮肤科及儿科等部门开展员工及家属健康关爱行动，为职工及家属送上健康关爱大礼包，共同呵护员工及家属的健康。

本次活动，通过书法与美食的结合，给员工及家属带来的中华优秀传统文化与中西结合的美食文化盛宴，丰富了职工的精神文化生活，祈愿



院领导与职工同乐

在新的一年里，全体柔济家人凝心聚力，共创美好未来。

(文/图: 工会)

青春期教育进校园，我院专家团在执信中学开讲

1月15日上午，我院携手广州健康在线传媒举办“青春期教育进校园”，在广州市执信中学，面向初二全体学生开



周伯荣主任与学生互动

讲。我院精神医学科、妇科、男科专家组团前往，为处于青春期的学生们进行青春期生理和心理健康科普。

在讲座中，我院精神医学科周伯荣主任详细介绍了青春期心理的特点、困惑，获得幸福的核心和关键等，引导学生们正确认识自我、做好情绪管理并构建幸福的能力。心理讲座结束后，男、女生分场学习生理健康教育。生殖医学中心男科陈志聪医生、曹明珠副主任医师分别为男同学、女同学讲解青春期身体变化的秘密，引导同学们树立正确的

性别观念，掌握自己性别的生殖健康知识。

青春期萌动的话题往往因敏感而被家长、老师忽视，花季雨季的少年健康成长更需要科学教育与引导。自2015年以来，我院走进广州市内名校开展“青春健康教育”活动，通过开展系列活动，普及青春健康知识，学生们可以正确对待身体、心理上的变化，全面深入了解性知识，了解成长中的困惑，更快乐自信渡过青春期。

(文/图: 医院办公室)

苏元学校学生到我院黄埔院区开展职业体验活动

为拓宽青少年学生的实践体验机会，提升他们对医院及医护工作者的认知，1月17日，我院团委、医务社工和黄埔区苏元学校开展了一场特别的职业体验活动，45名来自苏元学校的学生，在家委的陪同下，走进了我院黄埔院区，进行主题为“‘医’路相逢，‘职’向未来”的职业探索活动。

上午的活动中，专家们向学生们介绍了医院的发展历史、专科特色及医学



活动合影

与科技进步的主题讲座，并为学生们带来了海姆立克急救法、自动体外除颤器

AED及常见急救知识培训。下午的活动中，学生们分组前往急诊科、小儿外科、检验科、药房等科室，近距离观察和学习日常医疗工作流程，并参与门诊导诊志愿服务。

本次活动使学生们更为深入地感受到了医学的魅力，激发学生们对医学科学的兴趣，并体会到医护人员的辛苦与价值。

(文/图: 医院办公室)

我院领导班子开展 春节期间 走访慰问活动

春节期间，为给广大市民提供更好的健康保障，我院两院区医务工作者轮流在岗值班。除夕当天，医院领导班子分别带队，为除夕值班人员送上暖心的新春问候和美好祝福，并表达了对值班人员坚持在岗、敬业奉献的精神表示感谢。



领导班子除夕慰问



春节前夕，医院还组织对我院离休干部遗孀、老党员、重大疾病、孤寡、高龄等26位退休职工进行慰问，院领导分别带队，为老同志们送上医院党委真挚的慰问和新年的祝福，并叮嘱老同志们保重身体，享受和煦美好的晚年生活。

(文/图: 医院办公室、离退休人员管理科)

行政第一党支部开展 “爱国红灯迎新岁” 主题党日活动

春节将至，1月21日，行政第一党支部在员工培训中心举办了以“爱国红灯迎新岁”为主题的党日活动，支部党员们、预备党员、入党积极分子以及入党申请人等积极参与，通过制作手工灯笼，表达对祖国的热爱之情。

制作完成后，党员们踊跃分享交流制作心得。他们纷纷表示，通过亲手制作爱国灯笼，不仅增添了节日的氛围，更深刻地感受到爱国情怀的传递。



活动合影

活动最后，党支部书记对本次活动进行了全面总结，强调此类活动对增强党组织凝聚力、激发党员爱国热情的重要意义。此次主题党日活动，不仅以别开生面的形式迎接新年，更通过手工制作与交流分享，强化了党员及入党积极分子们的爱国意识与集体荣誉感。行政第一党支部将继续开展多样化的活动，进一步提升党组织的活力与战斗力。

(文/图: 行政第一党支部)

聚焦护理发展，我院召开2024年度护理工作总结会议

为全面梳理2024年护理工作成果与经验，剖析现存问题，推动护理事业及医院整体发展，2025年1月15日，我院在荔湾院区19楼学术报告厅举办了2024年度护理工作总结会议。医院张振辉院长、安庚副院长、夏勇副院长出席了会议，两院区部分职能部门与临床科室负责人、全体护理管理干部及护理骨干近180人参加会议，会议由安庚副院长主持。

会上，护理部陈丽萍主任从护理管理、人才培养、学科建设及成果等全面汇报2024年度护理工作。护理部邹小芳副主任作2024年度全院护理质量分析报告。妇

产科护士长、患者安全管理组组长陈云作2024年度全院护理安全事件分析报告。护理部副主任、护理学教研室副主任罗太珍作教学工作总结汇报，详述护理教学重点工作开展情况、成效及改进过程。

最后，张振辉院长作总结讲话。他充分肯定并高度评价了护理团队2024年的工作成绩，并强调，护理工作是医院整体工作的关键，其服务质量关乎医院发



会议现场

展，护理团队的素养与能力直接影响医院服务水平和患者就医体验。

张院长对护理团队未来工作提出四点

要求：一是强化护理服务品质，秉持以患者为中心的理念，洞察患者多样需求，提升就医体验。二是加强专科与团队建设，加强专科护士培训，合理配置利用护理人才。三是强化患者安全管理意识，加强风险防范，保障诊疗安全。四是推进护理科学创新，完善教学培训机制，培养优秀人才，促进科研成果转化。张院长寄语我院护理团队继续弘扬团结协作、勇于创新精神，夯实专业基础，提升整体素质与业务水平，为医院2025年高质量发展作出更大贡献。

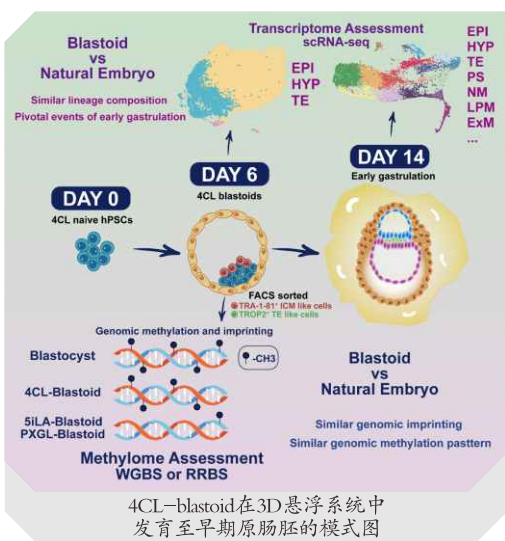
(文/图: 护理部)

揭示人类胚胎发育奥秘，范勇教授团队研究成果在Cell Stem Cell上发表

近日，我院范勇教授团队在类胚胎模型中取得突破，相关成果以“利用与人类正常囊胚甲基化模式相似的类囊胚模拟早期原肠胚形成 (Modeling early gastrulation in human blastoids with DNA methylation patterns of natural blastocysts)”为题，于2025年1月14日在线发表在《细胞·干细胞》(Cell Stem Cell) 期刊上。

近年来，由于人类生殖问题日益严重，研究早期胚胎发育的需求变得愈加迫切。然而，由于直接研究人类胚胎在体内发育受到法律和伦理的严格限制，研究手段长期以来受限。研究人员需要一种既能再现人类胚胎发育过程、又能够避免伦理争议的实验手段。类囊胚 (blastoids) 作为一种新兴的基于 naive 多能干细胞 (pluripotent stem cell, PSCs) 构建的体外模型，能够模拟囊胚发育，为研究人类早期胚胎发育提供了重要的技术平台，但其中仍有许多未知领域等待探索。

在该项目中，研究者通过优化诱导体系建立了在形态学和转录组水平上与人类



正常囊胚高度相似的 blastoid (4CL-blastoid)。并且首次分析了不同培养体系下的 naivePSCs 及其建立的 blastoid 中的 DNA 甲基化和基因印记模式，并与人类正常囊胚的数据进行了对比。研究结果进一步发现 4CL-blastoid 展现了巨大的植入后发育潜力，能够在体外 3D 悬浮培养系统中

发育至第14天，模拟从胚泡形成到早期原肠胚形成的关键过程。4CL-blastoid 作为一种人类胚胎发育的体外模型，为研究人类早期胚胎发育的关键结构和细胞谱系的生成提供了重要的工具模型。从囊胚形成到早期原肠胚的发育，这一模型不仅展示了连续性的发育事件，还在表观遗传学领域开辟了新的研究视角。随着类胚胎技术的不断优化和新模型的开发，有望更深入地揭示人类胚胎发育的奥秘，重塑早期器官发育的过程和细胞谱系的分化轨迹，为生殖医学和遗传疾病研究提供新的思路。

该研究由我院范勇教授团队牵头联合昆明理工大学谭韬教授团队，北医三院李蓉教授和于洋教授团队完成。谢晗博士，安宸瑞研究员，白冰副研究员为共同第一作者，范勇教授，谭韬教授，李蓉教授和于洋教授为共同通讯作者。该研究受到科技部重点研发项目，国家自然科学基金面上项目，广东省自然科学基金杰青项目，广州市科技局市校联合重点项目等支持。

(文/图: 科研管理科)

医院召开2024年度对口帮扶总结会暨外派帮扶专家座谈慰问会

为回顾帮扶工作成果、深入探讨未来发展方向，同时向辛勤付出的帮扶专家致以诚挚慰问，1月23日，我院在荔湾院区行政楼五楼1号会议室召开了2024年度对口帮扶总结会暨外派帮扶专家座谈慰问会。医院党委刘丹副书记、安庚副院长及相关科室负责人参加会议。

会上，我院援黔干部王永，援藏干部汪志辉、周冬梅，陆丰市“组团”帮扶队

长吴小兵及分别进行了对口帮扶工作汇报，分享了医疗帮扶工作经验和工作成果。与会的帮扶专家在会上分享了一年来在帮扶工作的工作成绩、见闻和未来的帮扶工作目标计划等。

安庚副院长对过去一年的对口帮扶工作进行了系统总结，充分肯定了我院医疗帮扶团队在受援医院的工作成绩，并表示未来将进一步加大帮扶力度，在学科建



会议现场

设、人才培养和信息化建设方面进一步发力，助力受援医院提升医疗综合实力。刘丹副书记在会上表达了对对口帮扶专家的慰问和感谢，并表示将为外派专家提供好后勤保障。

(文/图: 医务科)

我院组织举办“医路繁星，爱心无限”医二代冬令营活动

1月20日至22日，我院团委携手医务社工，策划并成功开展以“医路繁星，爱心无限”为主题的2025年医二代冬令营活动。我院党委副书记刘丹为冬令营开营进



医二代制作剪纸送“福”入病房

行致词。刘丹副书记在讲话中希望孩子们能够在这个充满乐趣与挑战的平台上，不仅享受到丰富多彩的活动，更能从中收获知识、技能与友谊。

本次冬令营以志愿服务为主题，将营员分成两组“导诊摄影指引”志愿服务队与“病房阳光传递行动”志愿服务队。“导诊摄影志愿服务体验”小队，将医二代带入医院的日常导诊工作，通过镜头捕捉医患间的温情瞬间，学习摄影技巧的同时，也体验到医疗服务的前线工作。“病房阳光传递行动”小队，则深入病房，为

患者带去温暖与关怀，用实际行动传递正能量，让病房因他们的笑容而更加明亮，这样的设计不仅让参与者亲身体验到多样化的志愿服务岗位，更在无形中加深了他们对医学精神的理解与传承。

本次活动帮助“医二代”们加深了对医学职业精神的理解，提升了他们对社会责任的认识。孩子们不仅学会了用镜头记录生活，用心灵感受温暖，也学会了如何了解患者群体的特点，在志愿服务时如何有效与患者沟通，用专业化知识去提供志愿服务。(文/图: 团委、医务社工)

我院成为广东省健康科普促进会肝胆胰健康管理分会主委单位

为进一步做好肝胆胰健康科普，2025年1月12日，由广东省健康科普促进会主办的“广东省健康科普促进会肝胆胰健康管理分会成立大会”暨第一届柔济妊娠期肝胆胰疾病诊治学习班在我院顺利召开。广东省健康科普促进会余新炳会长、我院党委麦倩书书记、我院安庚副院长和省肝胆胰外科相关专家学者共同参加会议。会议中，我院肝胆外科徐肇耀主任当选为广东省健康科普促进会肝胆胰健康管理分会主任委员，同时我院也成为该分会的主委单位。

会上，我院党委麦倩书书记、广东省健康科普促进会余新炳会长进行致辞。他们在致辞中表示，肝胆胰疾病近年来发病率呈上升趋势，而民众对此类疾病缺乏防范意识、错过最佳诊疗时机的情况屡见不鲜，严重影响生命健康，做好肝胆胰健康科普势在必行。他们强调，学会成立后要进一步做好肝胆胰疾病的健康科普，发展壮大健康科普队伍，持续为公众提供及时、科学、权威的科普知识，让健康知识走进千家万户，造福民众健康。

会议还举办了第一届柔济妊娠期肝胆胰疾病诊治学习班，同时还设有肝胆胰肿瘤临床与科研分会场、妊娠期肝胆胰疾病诊治进展分会场，各位专家就肝胆胰外科诊疗前沿技术、科研进展相关问题进行了分享与授课。



徐肇耀主任（右）获授牌

作为广东省健康科普促进会肝胆胰健康管理分会的主委单位，我院将努力推动全省肝胆胰健康管理事业的进一步发展，运用多种科普手段，让群众更加了解肝胆胰疾病的防治知识，为建设健康广东贡献更大的力量。

(文/图: 肝胆外科)

怀孕后，睡觉要一直左侧卧吗？睡到骨盆疼怎么办？

怀孕后，准妈妈体重和腹围逐渐增加，身体负担越来越大。不少孕妈听说左侧卧的睡姿好，就长期保持左侧卧，但是由于腿部姿势不正确，容易出现骨盆疼痛等症状，这种情况下，还要继续左侧卧吗？我院康复医学科医师为您科普。



患者骨盆模型图示可见，其骶骨旋前情况非常严重



郑女士的错误睡姿

孕期是一段充满期待与喜悦的时光，但同时也是一个需要特别关注身体变化与健康的时期。随着胎儿的成长，准妈妈的身体也在发生着微妙的变化，而这些变化直接影响到睡眠的质量与舒适度。正确的睡姿不仅能够提升孕期的睡眠质量，还能

近日，孕29周的郑女士坐着轮椅来到我院康复医学科就诊，主诉是起床后步行右侧骨盆带剧烈疼痛，右下肢有强烈牵扯感，翻身困难，严重影响生活。经过详细的评估与触诊，刘震主任医师确定患者是骨盆右侧骶骨旋前导致的坐骨神经卡压。

经过进一步的询问得知，患者在网络上得知左侧卧位对怀中宝宝发育有好处，所以怀孕期间一直左侧卧位，由于左侧骨盆长期受压出现不适，郑女士自己改变右腿摆放，形成一个看似“舒服”的左侧卧位睡姿，最后导致疼痛的加剧。

经过康复医学科谢泽良医生徒手骨盆调整治疗后，郑女士第二天过来复查时已经恢复了正常的步行和翻身，疼痛逐渐消失了，工作和生活也恢复了正常。

保障母婴的健康与安全。

刘震主任医师介绍：“孕期，尤其是孕中晚期，随着子宫的增大，会对周围器官产生压迫，影响血液循环与呼吸功能。错误的睡姿可能会加重孕期不适，如腰痛、背痛、水肿等，甚至影响胎儿的生长

发育。因此，选择合适的睡姿对于孕期的健康至关重要。”

怀孕后，推荐这个姿势睡

左侧卧位：孕期最推荐的睡姿是左侧卧位。这种睡姿能够改善子宫与胎盘的血液循环，确保胎儿获得充足的氧气与营养。同时，左侧卧位有助于减轻下腔静脉的压迫，减少孕期水肿与静脉曲张的发生。

使用辅助工具：为了提升舒适度，准妈妈可以在腹部下方与两腿之间放置抱枕或孕妇枕，以减轻身体压力，促进更深入的睡眠。

避免仰卧与俯卧：仰卧可能导致低血压，引发头晕、恶心等症状，而俯卧则直接压迫腹部，对胎儿构成威胁。因此，这两种睡姿在孕期应尽量避免。



孕期正确左侧卧睡姿示范

如何调整睡姿？

● **逐步适应：**对于习惯仰卧或俯卧的准妈妈来说，突然改变睡姿可能会感到不

适。建议逐步调整，每晚尝试多左侧卧位，逐渐适应新的睡姿。

● **灵活调整：**孕期是一个动态的过程，随着胎儿的成长，准妈妈的身体也在不断变化。因此，睡姿也应灵活调整，以保持最佳的舒适度与健康效益。

● **关注身体反应：**在尝试新睡姿时，密切关注身体的反应。如果出现不适或疼痛，应立即调整睡姿，避免对身体造成不必要的压力。如果疼痛未能缓解，应及时就医。

如何提升孕期睡眠质量？

● **建立规律的作息：**保持规律的作息时间，有助于调整生物钟，提升睡眠质量。

● **营造舒适的睡眠环境：**保持卧室的安静、整洁与适宜的温度，使用舒适的床上用品，有助于提升睡眠的舒适度。

● **避免睡前过度兴奋：**睡前避免观看刺激性强的电影、电视剧或玩电子游戏，以免过度兴奋影响睡眠。

● **进行放松活动：**睡前进行深呼吸、瑜伽或冥想等放松活动，有助于缓解孕期焦虑与压力，提升睡眠质量。

刘震主任医师、谢泽良医生提醒，正确的睡姿能够帮助孕妈更舒适与安心地度过孕期。但是如果孕期已经出现骨盆疼痛、耻骨疼痛等症状，也不要强忍，应及时就医，寻求专业医师的帮助，更加安全舒适地度过孕期。

(文/图：康复医学科)

流感来了，如何区分流感和普通感冒？防治指南请收好

最近天气寒冷，流感的患者也多了起来。据中国疾控中心最新数据显示，急性呼吸道感染呈现持续上升趋势，其中流感病毒患病人数增加明显。

流感与普通感冒有什么区别？流感有哪些危害？抗病毒的药物有哪些？出现哪些情况要就医？一篇流感的防护指南请收好。

流行性感冒是什么？

流行性感冒（Influenza, 简称流感），是由流感病毒感染引起的急性呼吸道传染病，属于丙类传染病。其传播迅速，人群普遍易感，特别是老年人和儿童，常引起每年的季节性流行。根据相关统计数据显示，我国每年11月至次年3月属于流感高发期。

流感的症状有哪些？

流感起病急症状明显，症状主要有发热（体温可达 39~40℃）、咳嗽、流

涕、鼻塞、咽痛及头痛等，常伴肌肉酸痛、乏力、食欲减退等全身症状，往往比普通感冒严重。

流感是怎么传播的？

流感的传播途径主要通过呼吸道飞沫传播，常见于患流感的人出现打喷嚏、咳嗽等症状，病毒会随着飞沫在空气中停留，当飞沫未被做防护的健康人群吸入，此时流感病毒就有可能通过呼吸道传给健康人群。

其次也可经口腔、鼻腔等直接或间接的接触传播。例如健康人接触被流感病毒污染的公共物品（如门把手、电梯按钮等），未及时进行规范的洗手，且短时间内接触了自己的口鼻，病毒就可能进入体内引发感染。

流感的危害

流感病毒可引起严重的并发症，如支气管炎、肺炎、心肌炎、脑炎等，甚至可以导致死亡。尤其是老年人、儿童、孕妇、患有慢性疾病的人群，感染流感病毒后出现并发症

的风险更高。

其中孕产妇是流感高危人群，当孕早期发生流感，可导致胚胎死亡、先兆流产、流产等；孕中晚期感染流感，可能合并肺炎、心肌炎、脑膜炎等严重并发症，易导致阴道出血、流产、早产、宫内感染、胎心胎动异常、胎儿窘迫及胎死宫内，甚至导致孕产妇死亡。

另外流感引起的高热环境会引起胎儿畸形、流产、胎儿中枢神经发育不良及先天性心血管疾病等风险，导致胎儿发生脑瘫的风险增加。

抗病毒的药物有哪些？

老年人、儿童、孕妇、患有慢性疾病的人群感染后较普通人群，易发展为重症，一旦出现流感症状及时就医完成相关检查，尽早使用抗病毒药物治疗。

临床常见的流感抗病毒药物分为：神经氨酸酶抑制剂、血凝素抑制剂、RNA聚合酶抑制剂。神经氨酸酶抑制剂主要有奥司他韦、扎那米韦、帕拉米韦，其中奥司他韦可以用于妊娠和哺乳期，扎那米韦可以用于妊娠期，血凝素抑制剂有阿比多尔，RNA聚合酶抑制剂主要有：玛巴洛沙韦和法维拉韦，上述抗病毒药物为处方药，均需就医后经医生的指导下合理使用。

如何预防流感？

严格遵循“三件套，五还要”，对流感预防有效，即勤洗手、正确洗手，做好手卫生。

● 保持环境清洁和通风。

● 在流感流行季节尽量减少到人群密集且通风不良的场所，像学校、幼儿园、办公室、商场、公共交通工具等地方是流感的高发地，避免接触呼吸道感染患者。

● 保持良好的呼吸道卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时，用上臂内侧或纸巾、毛巾等遮住口鼻。

● 咳嗽或打喷嚏后洗手，尽量避免触摸眼睛、鼻或口。

● 出现流感样症状应注意休息及自我隔离，不要带病上班、上学，前往公共场所或就医过程中需要佩戴口罩。

接种流感疫苗是预防流感有效的手段，药物预防是不能代替流感疫苗接种的。推荐每年接种流感疫苗，尤其是儿童、老年人等重点人群。

出现哪些情况及时就医？

一般情况下，当患者症状较轻，主要是对症治疗。例如，在合理用药下，发热可以使用退烧药，咳嗽明显时可以使用镇咳药。鼻塞流涕严重是可以使用抗组胺药等。经上述处理后，患者出现了病情重不缓解或者持续进展，如咳嗽明显、呼吸困难等呼吸症状、反应迟钝嗜睡等神志变化、严重呕吐腹泻等消化系统问题，甚至是原有基础疾病加重危及生命，必须及时就医，听从专业人员的建议。

(文/图：感染疾病科)

主编：麦倩挚 张振辉 副主编：刘丹 秦凯 范勇 安康 夏勇 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