

从百姓需求到创新探索

访市一医院泌尿外科夏术阶教授 ◆ 解雯雯

【专家简介】



夏术阶

主任医师,教授博士生导师。上海交通大学附属第一人民医院副院长,上海交通大学泌尿外科研究所所长。中国医师协会男科医师分会会长,中华医学会泌尿外科学会常委兼科学组组长。上海市医学会男科分会主任委员。上海市医学领军人才。擅长泌尿系肿瘤、结石、男性学、前列腺外科、微创泌尿外科等疑难杂症的诊疗。

专家门诊时间:每周二下午,海宁路100号院区



男人,坚强却也脆弱。他们花去所有时间,试图搭建那个叫做“顶梁柱”的房子。但在慢慢成功的过程中,他们并不知道自己身体的许多衰老部件可能会抛锚搁浅。

联合国报告显示,2015年中国有4000万男性进入70岁,在70岁以上的男性中,有1%的老年男性需要做前列腺增生的微创手术治疗。另数据显示,70%的前列腺癌病人确诊时就已经失去前列腺根治性手术的机会,其实前列腺癌有很好的早期诊断的方法和预警机制,他们不知!

今天是世界男性健康日(10月28日),上海交通大学附属第一人民医院副院长、泌尿外科临床医学中心主任夏术阶教授在此强调:“如今很多患者常常花费大量时间和精力财力‘病急乱投医’,导致不治疗,或错过早期诊断,因此提升大众健康意识,使就诊关口前移乃是关键,这也是百姓的需求。而对医生来说,如何从百姓需求中开展相应创新探索,这是我们医生所需要并正在思考的。”

需求:提升健康意识,就诊关口前移

谈到男性健康,前列腺疾病可谓“小腺体,大问题”。你可知道?80岁以上老年人前列腺增生的中招率几乎高达100%。然而,遗憾的是,而对于这个小腺体,很多人总会从轻发落。一部分人满不在乎地误认为走路慢和排尿慢一样,都是“正常”老年生理现象,不及时就医。有些人更未把尿频、尿急、排尿困难等症状当回事。往往等到忍无可忍才去看门诊,耽误了治疗的最佳时机,比如前列腺增生症患者发生肾脏积水才就医。

对此,上海交通大学附属第一人民医院副院长、泌尿外科中心主任夏术阶教授表示,不少上了年纪的男性每次小便都“尿湿鞋”,却还没有意识到这是前列腺的问题,直到前列腺增生到了一眼就能看出的地步才来医院,这时候治疗起来就相对麻烦了。加上少数非法医疗机构利用患者的恐慌、羞愧心理,片面宣传,更增加了人们对前列腺疾病的误解。另外,还

有部分人认为只有手术才能治疗前列腺增生。

其实,前列腺增生只要发现及时,甚至都不需要采用药物治疗,只需采取“等待观察”的治疗措施就足以防止病情进一步发展。“等待观察”包括患者教育、生活方式指导和随访等,适用于下尿路症状轻微,生活质量尚未受到明显影响的患者。专家告诫,如果老年人遇到“尿湿鞋”,就需要及早就诊。

探索:从“三基”到“五基”理念

夏术阶教授说:“提升大众健康意识,就诊关口前移,这是百姓的需求。而对医生来说,如何从百姓需求中开展相应创新探索,这是医生所需要并正在思考的。”正如晋代杨泉所说:“夫医者,非仁爱之士,不可托也;非聪明理达,不可任也。”科学的思维方式正是一要端正态度,具有责任感;二要化经验为正确的理论,理论再指导到实际工作中解决问题。

“我们常常听到医学工作有三基:基础理论,基本知识,基本技能。但是我觉得这还不够,临床医师需要严格的五基培养。”夏术阶教授说,“繁重的临床工作和铤而走险抢救危重病人的经历,使我认识到,在充分掌握‘三基’的前提下,还更要有另外两基的素养!即医师要有基本的临床思维和基本的科研思维,因为书本上的知识是固定的,疾病也是确定的,但是疾病发生在鲜活的人身上,病人就是最好的老师,要倾听他们诉说,向他们学习。”

所谓基本临床思维,就是在日常的临床工作中对复杂的病人信息和资料进行思考,找到解决问题的最佳途径和方法,也就是通过对患者的主诉、体征、检查结果进行分析,联系相关医学知识或病史,观察推断患者的身心状态,迅速确定诊疗方案的一系列的思维过程。有相关统计显示73%的误诊病历中,是由思维不当引发的,显然基本临床思维的重要性不言而喻。所谓基本的科研思维,是在日常的临床工作中凝练出一些与病人生死攸关的问题,通过实验室、动物学的科学研究,找到解决问题的方法,再回到临床应用中。比如微创治

疗肾脏结石,过去是在皮肤上做20厘米的切口,再切开肾脏取出结石,现在只需要在腰部打一个几毫米的小洞就可以成功取出结石。

创新:术业有专攻,亚学科建设打深井

夏术阶教授表示,要把“五基”理念落到实处,就须要把专病研究得更透彻、更深入。因此创新发展诊疗技术是强需求,延伸而来便是开展亚学科。目前,上海交通大学附属第一人民医院泌尿外科着重亚学科打深井,先后开设了前列腺与尿控外科、泌尿肿瘤外科、泌尿结石外科、肾脏移植、男科/盆底与尿失禁外科等亚学科。

前列腺与尿控外科解决了前列腺微创手术切除的安全和效率的临床难题。有资料显示人口的老齡化使良性前列腺增生症已成为危害老年人健康的最常见疾病之一,随着年龄的增大前列腺逐渐变大,而老年人多伴有心血管疾病,手术风险剧增,甚至危及病人的生命,怎么解决这个问题?专家表示,经过近10年的探索,建立了安全有效的钬激光微创外科技术。即用激光刀模拟外科医生的手指,把增生的前列腺组织像剥橘子一样从前列腺包膜下完整剥下经尿道取出。术中极少出血,提高了手术安全性和有效性,更重要的是还保护了男性勃起功能,得到了国际学术界的认可和国际F1000高度评价,还应邀到法国等地区进行手术演示。

在泌尿肿瘤外科,膀胱肿瘤发病率很高,按照传统的方法,有些病人需要把膀胱全部切除,用肠管重新做一个膀胱,开口在腰部,病人需要长期挂尿袋,这样显然是痛苦和不方便的,泌尿肿瘤外科开展既保留膀胱又彻底切除肿瘤的钬激光开“老虎窗”术式,治疗浸润性膀胱癌。泌尿肿瘤外科还率先开展腹腔镜下肾动脉超选阻断并保留肾脏的治疗肾癌术式。此外,输尿管结石治疗中黏膜剥脱的预防和紧急处理的研究是泌尿结石外科研究的重点,微创激光技术治疗输尿管结石是常用的治疗输尿管结石的技术,但是微创激光

输尿管镜治疗输尿管结石有个严重的并发症就是输尿管黏膜剥脱,或者说把输尿管拉断,最终会可导致病人丢肾等,如何解决这一临床难题?泌尿外科设计了应用膀胱黏膜、腹膜和受损的输尿管黏膜紧急重建输尿管黏膜连续性的方法,避免了丢肾等恶性并发症。夏术阶教授表示:“以上几个例子皆是我们一步步从临床工作中提炼出的科学问题并加以解决的实例。就这些问题发表相关论文112篇,SCI收录37篇,包括发表在国际泌尿外科领域影响因子最高的杂志《European Urology》。”

协作:用“互联网医疗”拉直最后一公里

如今移动互联已经进入并改变着医疗健康领域的各个环节,从日常的健康监测到远程会诊,移动互联网在传统医疗领域的服务模式探索已全面展开。

夏术阶教授十分认可互联网技术对于传统医疗的提升作用。他认为借助互联网的广泛传播,大众健康意识得到逐步提升,从而将就诊的关口前移,让更多疾病得到及时预警和及早治疗。他强调,医学分科越来越细,医生合作越来越重要,由于尽管目前有很多互联网医疗服务平台,但真正倡导并能实现医生间同病种、跨区域协作的并不多。帮助患者精确地匹配医生,这正是互联网医疗与患者之间需要拉直的最后最后一公里。因此,“专家团队医疗”成为落实分级诊疗政策的关键。互联网医疗全面介入传统医疗模式仅“一步之遥”,“互联网+专家团队医疗”,能帮助患者就医“拉直最后一公里”。

“互联网+专家团队医疗”的协作方式,能让优质的医疗资源和服务下沉,引导病人合理分流,让各级医疗机构形成良性互动。夏术阶教授同样表示,互联网医疗是趋势,但也需要有冷思考。“第一,诚信是从事互联网医疗和文化的核心;第二,要解决虚拟世界的务实问题,科学务实服务落地,做互联网可以解决的问题而不是问题的全部;第三,互联网医疗的监管亟需加强,同时还要减少互联网垃圾。”

青春痘内部调理对准了祛痘才有效

◆ 余兰

很多人对青春痘一知半解,很容易上当,用五花八门的方法祛痘,七八年了痘痘至今还没法掉,痛苦极了,给生理和心理造成很大的伤害。青春痘发生的原因很多,所以一定要分辨出痘痘的体内原因何在,一个负责的专家会告诉你,痘痘问题到底出在哪里,怎样内调怎样忌口,该吃什么不该吃什么。许多发青春痘的人认为,痘痘靠外擦就可以好,所以到处打听哪种产品对痘痘效果好压下去快,就认为是最好的产品。实际上他们没有想到皮肤是没有吸收功能的,你压下去多少,等到不用了就会反弹多少。这样反反复复,毛孔就会变得非常粗大,还会留下凹洞和激素性皮炎等副作用。青春痘的发

生和发展是由少到多、由轻变重的过程。切不可盲目选择,以免耽误祛痘而留下永久的遗憾。所以要找对地方找对人。肌肤的靓丽需要足够的营养,痘痘不是靠忌口就能好,每个人忌口不一样,内调也不一样,这几点要搞明白。不然的话,给你的脸带来永久的伤害。

在昌平路667号的青春痘专家,她从医院出国深造,回国后专业从事祛痘已有20多年。祛痘何须用几年,才能解决,这也是大家的心声。无论是什么样的痘痘、痘印、痘坑,我们都会完美的祛除。

新民健康祛痘热线电话:61220588,祛痘时间:每周二、三、六、日上午9时至下午4时。

想健康,需“肾”重

◆ 叶雪菲

肾脏是人的重要器官,它的基本功能是生成尿液,借以清除体内代谢产物及某些废物、毒物,同时经重吸收功能保留水分及其他有用物质。肾脏还有内分泌功能,为机体部分内分泌激素的降解场所和肾外激素的靶器官,同时肾脏还参与控制血压。肾脏的这些功能,保证了机体内环境的稳定,使新陈代谢得以正常进行。因此保护好肾脏对我们的健康至关重要。

那么,哪些人容易患肾脏病呢?复旦大学附属中山医院青浦分院肾内科专家指出,四类人需小心。第一,患有糖尿病、高血压、心血管疾病的人和患有肾脏病家族史的人;第二,患有代谢性疾病,如高脂血症、高尿酸症

等患者;第三,长期使用肾毒性药物(非甾体类抗炎药、抗菌素等)、患有慢性泌尿道感染、尿路梗阻的人;第四,一些不良生活习惯也是诱发肾病的重要因素,年龄65岁以上老人也是高危人群。

做好预防,特别是身体健康的人群,是对抗慢性肾脏病的最好武器。专家建议,平时要做到减少盐的摄入,饮食宜清淡,平衡膳食;多喝水,不憋尿。有计划地进行锻炼,控制体重。避免感冒,当喉部、扁桃体等有炎症时,需及时治疗。戒烟限酒,避免滥用药物。此外每年应定期检查尿常规和肾功能,也可同时做肾脏B超检查。