

“国家标准化代谢性疾病管理中心”今发布 糖尿病风险评估方案

推糖尿病患者一站式诊疗

本报讯(记者 施捷)今天上午,“控制慢病,‘橙’享健康”糖尿病健康教育主题活动在瑞金医院举行。由国家代谢性疾病临床医学研究中心(瑞金医院内分泌代谢科)管理并作为组长单位的“国家标准化代谢性疾病管理中心(MMC)”,同时正式发布了“瑞宁知糖”糖尿病风险评估方案,用于预判未来3年罹患糖尿病或代谢综合征的潜在风险。

最新的流行病学调查结果揭示了目前我国糖尿病防治的严峻形势。我国糖尿病患病率已达到11.6%,这就意味着每10个中国人中就有一个糖尿病患者,其中超重及肥胖人群比例高达33%。以肥胖、高血糖、高血压、血脂异常等特征的代谢性疾病已成为严重威胁国人健康的主要慢性疾病。

同样值得关注的是,我国糖尿病前期的患病率也高达50.1%。即

当糖化血红蛋白、空腹血糖和餐后血糖均处于糖尿病前期标准时,有1/4的人在3年内将会发展成为糖尿病,这一概率是正常人群的11.79倍。然而,18岁及以上成人的糖尿病知晓率仅为30.1%。

中国医师协会内分泌代谢科医师分会会长、瑞金医院副院长宁光指出,代谢中心(MMC)推出“瑞宁知糖”糖尿病风险评估方案的初衷,是要通过专业知识和临床经验总结,并与先进的机器学习技术相结合,建立糖尿病风险的有效评估方案。普通老百姓只要输入年龄、身高、体重、家族史等简单信息,就能通过预测了解自己未来3年罹患糖尿病的风险,并得到个性化建议方案。高危人群或已患糖尿病但不知晓的人群一旦发现,就会被建议其尽快到专科门诊进行进一步诊治。

宁光院士进一步介绍说,“国

家标准化代谢性疾病管理中心”项目,是首次在全国范围内打造的诊疗一体化、标准化及规范化的代谢性疾病全程管理模式,通过线上线下载整合,实现院内高效诊疗、院外全方位管理的模式。经过一年时间,目前全国已有34家医院的代谢中心(MMC)陆续启动,收治病人总数已经超过1万例。到今年年底,还将有135家代谢中心即将启动,届时将覆盖包括北京、上海、天津、重庆、江苏、浙江、广东等近30个省或直辖市。

如今在代谢中心(MMC)就诊的患者,可在一个中心完成一站式的诊疗服务,只需要挂一次号,患者就能享受全面检测、数据分析、疾病诊疗、完善个人信息、打印处方报告以及配合专属的APP进行院外管理。代谢中心还研发了代谢一体机,病人在一台机器上即可完成糖尿病相关的各种并发症检查,

最终实现“上一次检查床,10分钟完成所有糖尿病检查”的目标。在院外,患者也可以通过APP等自主上传血压、血糖、血脂等检测数据,而医生通过及时了解患者的相关指标可以为患者调整更适合的处方及宣教。

据悉,到2018年,“国家标准化代谢性疾病管理中心”的目标建设数量是500家,到2020年能够建成超过1000家,并力争成为代谢病患者管理的新常态。由于代谢中心(MMC)运行已建立起的约400个“标准操作规范”,还使得患者所有的检查指标可以在全国其他代谢中心被认可,大大提高了患者诊疗的便利性和延续性。而通过大数据采集,除医疗服务之外,代谢中心将建立风险预判模型和糖尿病医学资料库,发表高水平研究成果,并最终绘制出“中国糖尿病智能地图”。



种子

董纯蕾

最无情的,总是时光。最诚实的,也是时光。

钟扬教授离开这个世界,快两个月了。然而,这几十天里,总有关于他的“消息”。昨天傍晚,朋友传来一则讯息:不凡的善梦者——纪念钟扬教授读书会,下周日下午在上海书城举行,所有参与者将共同品读钟扬教授的作品。

有师长去探访了钟扬生前矢志十余年在南江海滨种活的那片红树林,尽管往前会更加艰辛,但是他的团队一定会继续这件有意义的事。

便是这样。他似乎从来不曾淡出我们的生活。

坦白讲,关于这些年他在西藏和上海两地无数次往返的故事,知道不少却还是知道得太少;关于红树林,在同事的报道里读到过却从未像如今这样牵念;关于他的学术成就,以前当然知道却来不及详细采访他和这么多种子结下的一生缘分。于我,还有很多和我一样,与钟扬教授仅仅有着比素昧平生、一面之缘稍微多那么一丁点儿关联的人,久久留在我们记忆里的,就是一次又一次精彩至极的科普。他来过新民科学咖啡馆三次,每一次都是经久的掌声,和我们主创团队真诚的继续邀请,“您明年什么时候再来给我们讲讲吧”。没有听过他的科普演讲的人,不会懂得其中的魔力与魅力。

最近一次担任新民科学咖啡馆主讲嘉宾,他分享了很多科普的心得,他说他要花很多时间看最新论文,不仅仅有助于科研,也能为科普积累新鲜的素材,“不能总用书上那些老例子来给人们讲科学嘛”。即便天才如他,善言如他,博学如他,也是要去做很多功课的,为了科普。

你瞧,科学的价值不仅仅在于科研的过程与成果,还包括着科学知识、科学魅力与科学思维方式的传播。就这样,打开了别人的一面窗一扇门一片天,这是多么有价值的事啊!科学家也是如此。也许你没有钟扬的科普天赋,但至少为更好的科普而努力着,这也是科学家的高尚品格之一,这也是科学家可以改变这个世界的力量之一吧。

如果多年后有一天,有一个,不对,应该是有多个优秀的科学家回首童年,感谢钟扬教授的启蒙,我会毫不讶异。他何止一直在为人类找寻种子的路上,他在太多人心里撒下了种子。“留下的每一粒种子,都会在将来生根发芽。”

宝林路第三小学办学有“秘诀” 让学生乐学教师乐教

——家门口好学校——

一所公建配套的小学,20多年发展积累起来的很好口碑,就在于学校对办好“家门口好学校”有着独特的定义——办阳光学校、健康学校、活力学校、绿色学校。“我们一起学习,我们一起成长”,成了宝山区宝林路第三小学师生和家长最津津乐道的一句家常话,而学校面貌日新月异秘诀也恰恰源于此。

秘诀之一:教学就是要让“学生乐学、教师乐教、家长乐见”。以“课本有翅膀,边学边飞翔”为主题,宝林三小以年级为单位,结合每学期的语文、数学、英语、综合学科知识,整合设计了一个学科生活化场景,让每一个学生展示自己学以致用用的能力。据校长严青介绍,这样的课堂教学活动,智慧了教师,惠及了学生。例如,“游园式”教学评价活动,主题为“快乐购物乐淘淘”,“走进春天采摘快乐”、“我们一起互拜拜”等,将期末学业考查与快乐活动结合在一起,在“玩”中对孩子们的学业情况做出准确评价。

秘诀之二:依托环境创设,打造隐性的人文课程。学校的文化墙定义为“我们一起看世界”,把“世界”请进校园,定期布置学生喜欢的主题墙,让学生通过“看世界”主题展,了解世界各地的文化。学校在每一个楼层的走廊地面上贴上有意义的智力游戏,按照学生的年龄认知水平和兴趣设计布置,蕴含着丰富的学科课程知识。作为市和区的“双料”科技特色学校,学校在走廊布置了“纸的历程”,埋下孩子们的科技梦。

秘诀之三:培养创新能力,把创客教育从学校延伸到家庭。学校利用每周一下午的两节课开设“快乐半日活动”,在每个教室开展“家庭创客坊”。学生根据自己兴趣,从布艺坊、配饰坊、包包坊、陶艺坊等近20个创客坊中选择一个参加。三年级学生张沛东的妈妈担任了布艺坊的“编外老师”,教学生制作布包、饰品等。在布艺坊任教的陈洁是一名80后数学老师,她利用课余时间到区少科站学习剪裁缝纫,很快,陈洁成了校园闻名的编织能手。

首席记者 王蔚
上海教育报副总社记者 严旦华 葛健业



亲子嘉年华

学习,不一定要坐进补习班,边玩边学也许更能激发学前儿童的学习兴趣。近日,2017“亲子嘉年华”在上海世博中心举行,为学前儿童和家长带来全新的快乐游戏体验。

活动主办方表示,如今,不少

幼儿因“超前教育”而丧失了游戏时间。活动现场,来自全市近百所幼儿园的教师通过创设简洁而有趣的游戏情境,引导家长学会如何运用简单材料,设计在家中玩得尽兴的游戏。

记者 陆梓华 孙中钦 摄影报道

在沪采集涉外造血干细胞完成首例捐献

四川来沪打工者杨芳兵将挽救韩国青年生命

本报讯(记者 李一能 通讯员 孙燕)今年45岁的杨芳兵来自四川雅安,在上海奉贤区生活多年,2015年成为造血干细胞捐献志愿者。今年8月,他的造血干细胞样本与一位韩国白血病患者配型成功。11月13日,杨芳兵在上海市第一人民医院完成了造血干细胞采集,这是上海第十六例涉外造血干细胞捐献者,也是上海实行涉外造血干细胞市内采集后,第一例送出造血干细胞的志愿者。

昨天下午1点,在上海市第一人民医院的病房内,记者见到了刚刚完成采集的杨芳兵。今年45岁的杨芳兵来自四川雅安,已经在奉贤生活了12年,是一名普通打工者。“雅安地震时全国各地的志愿者都来帮助我的家乡,所以我想参加志愿服务以回馈社会。”

早在2012年,杨芳兵就开始定期无偿献血,至今已捐有10多次。2015年,他在《奉贤报》上看到了招

募造血干细胞捐献志愿者的倡议书,报道了奉贤区第一例涉外造血干细胞捐献者的事迹,于是就申请加入了中华造血干细胞资料库。

机缘巧合,如今他成为了奉贤区第二例涉外造血干细胞捐献志愿者。以前所有涉外造血干细胞捐赠都必须前往北京采集,今年开始上海涉外造血干细胞可以市内采集,杨芳兵也成为了上海第十六例涉外造血干细胞捐献者,也是这一规定实施后,第

一例在本市采集的志愿者。

今年8月初,他被通知自己的造血干细胞样本与一名境外白血病患者造血干细胞移植配型成功,对方是一位20多岁身患白血病的韩国青年。刚开始,有很多人劝他不要捐献,理由各种各样,主要是担心捐献会影响身体健康,但经过反复考虑他还是决定遵从自己的内心,为挽救一条年轻的生命出力。他还专门写了一封信给受赠者,希望他早日康复。

为了确保捐献顺利成功,原本要回老家照顾脑梗老父亲的杨芳兵,把归期一拖再拖。在造血干细胞正式采集前4天,他就来到了上海市第一人民医院,配合完成各类捐献前的准备工作。对于这个决定,身边人都非常支持,公司不仅放了他一个月的假,工资一分也不少。

杨芳兵说,捐献造血干细胞的过程虽然繁琐,但并不痛苦,就和献血差不多,因为长期参加血液捐献方面的志愿服务,他对这些情况比较了解,所以没有心理障碍,但很多人对此还是一知半解,希望越来越多人能冲破传统思想的禁锢,为挽救他人的生命奉献出一份力量。