

健康+

天气转冷，罹患呼吸病的人开始增多。在日前举办的中国非公立医疗机构协会物联网医疗专业委员会成立大会上披露的数据显示，中国肺癌 5 年生存率仅 15.6%，75% 的患者在诊断时已属晚期。如何提升肺癌早期诊断水平？由上海市呼吸病研究所所长白春学教授团队与卫健康公司合作开发的肺癌筛查 App 引起了关注。



更多资讯请关注“上海名医”微信公众号或拨打新民健康会员服务
中心热线:021-80261680

健康大数据

大数据去年节约相关医疗费用1.6亿元

现代信息社会已经进入大数据时代，随着互联网、云计算、物联网等信息技术的迅猛发展，移动医疗是否会颠覆传统医疗模式？大数据到底可为老百姓带去哪些具体实惠？日前在沪召开的第四届世界数字健康大会暨 2015 中国数字医疗论坛新闻发布会上，上海市卫生与

上海名医

备孕“二胎”，你所需要的三项准备

随着我国全面实施一对夫妇可生育两个孩子政策后，那么准备生育二胎要做哪些准备？上海市长宁区妇幼保健院副院长童兴海指出，备孕“二胎”不仅关系到身体，更需要完整的、全面的“备孕计划”。

准备一：全面的家庭计划

当大人们围绕着新生命转时，往往会忽视家中大宝的想法。童兴海表示，在怀孕前，家长就要做好全面的家庭计划，第一个孩子也应参与其中。

根据美国育儿协会的建议，4 岁及以上的孩子，家长可同时告诉他这个消息，如还不满 4 岁，可稍等段时间再告诉他。如果大宝只有 2-3 岁，公布这个消息可能最为困难。因此，夫妻双方除了基础的身体检



专家名片

白春学
主任医师、教授

上海市领军人才和上海市医学领军人才,复旦大学教授,复旦大学呼吸病研究所所长、博士生导师和博士后导师;复旦大学附属中山医院呼

吸内科原主任、中山医院肺部肿瘤综合诊疗中心主任;美国胸科医师学院(ACCP)中国负责人、美国胸科学会(ATS)科研促进委员会委员擅长:戒烟、肺肿瘤、肺血管病、慢性气道疾病等呼吸病。

查外，更应耐心细致地为孩子进行思想准备。

准备二：专业的备孕咨询及筛查

很多人人生二胎的时间距离一胎已经很久，高龄产妇不少。童兴海建议，在怀孕前做孕前优生优育咨询和评估。除心脏、肝肾功能、血糖、血压等检查外，最好进行卵巢功能评估，再看看盆腔结构，并让医生知晓过往生育史，同时丈夫也可做精子检查。

另外，提前 3 个月服用叶酸，避免神经系统缺陷，注意生活规律。童兴海介绍，非计划的受孕，其胚胎的畸形概率往往更高。长宁区妇幼保健院针对“准妈妈”特别增加了营养科、口腔科的检查，让“准妈妈”与宝宝享受全面的健康关怀。

◇远程随访监控,实时了解病人患癌风险

最近，一款名为“肺结节伴侣”的苹果手机 App 悄然上架苹果商店。据了解，随着低剂量 CT 技术的普及，越来越多的人体检时被查出患上肺部小结节，不少人不禁怀疑这是否代表着自己患了肺癌？上海市呼吸病研究所所长白春学教授说道，结节中可能潜伏着恶性肿瘤细胞，但也不必太紧张，如果影像学特点初步判断为良性病变，则建议观察。但如何从根本上消除肺结节患者内心的焦虑？

据悉，白春学教授及其团队先后制订了《肺结节诊治中国专家共识》和《亚太国家地区肺结节诊治指南》，创新使用物联网医疗技术诊断肺结节。如今，团队与卫健康公司合作，精心设计、倾力打造出一款基于苹果 ResearchKit 软件架构的肺结

◇物联网医学有助推动分级诊疗,平衡医疗资源

长期以来，我国居民就医存在“三低、二难、四差”的严重问题，即小医院存在高端设备覆盖率低、技术掌握度低和认可度低。大量患者因此涌向大医院求医问药，引发看病难、入院难的“二难”困境。同时由于大医院患者多，又产生了专家诊疗时预防差、保健差、管理差和康复差的“四差”缺陷。

白春学教授表示，物联网医学通过其理论和技术建立三级联动的平台,可实现大小医院医生、患者与医疗设备的整合，克服资源和医生经验的差别，患者可在大医院确诊、评估和制定诊疗方案，由社区医生和大医院专家共同管理诊疗，

专家名片

童兴海
副主任医师

上海市
市长宁区妇幼保健院业务院长

中华医学会上海分会妇产科学会委员,上海市母婴安全先进个人

擅长治疗女性生殖系统肿瘤、女性盆底功能障碍性疾病等。对于妇科各类腹腔镜下手术、阴式子宫切除术的手术操作及妇科肿瘤的综合治疗有丰富的经验。

节患者管理 App，给肺结节患者带去了一颗“定心丸”。

白教授介绍,利用 App 模型及时诊断,有助于减轻患者痛苦,避免心理负担和误诊。同时,“肺结节伴侣”也为医生持续随访肺结节患者提供了便利工具，实现了对肺结节患者全时空监护及长期的疾病管理。据了解，结合 3D 成像技术,同时通过临床信息学、生物标志物谱、临床生物信息学、数字医学影像,肺结节伴侣 App 可以展示肺结节的实际形态特征，仿佛在肺内部拍摄的视频，使医生和患者更直观地了解病情及动态随访对照。目前,该 App 可应用于肺结节、哮喘、慢阻肺、睡眠呼吸紊乱等疾病的随访监测,未来将纳入包括脑卒中、糖尿病等慢病的监测。

◇物联网医学有助推动分级诊疗,平衡医疗资源

从根本上消除“三低、二难和四差”问题。

中国非公立医疗机构协会副会长兼秘书长郝德明表示，物联网医疗技术的推广，将使我国广大社区人群的医疗保健水平出现革命性的提升。而中国非公立医疗机构协会物联网医疗专业委员会成立将有力推动社会力量兴办医疗卫生事业的发展。同时,云计算、物联网、移动互联网、大数据等信息化技术的快速发展,为优化医疗资源和服务流程、提高服务效率提供了条件，推动了医疗健康服务模式和管理模式的深刻转变。

吴瑞莲

健康一招

下肢乏力就是骨质疏松？

不久前，56 岁的王老伯感觉双下肢乏力，走几步便使不上劲。骨密度检测后发现是骨质疏松，但他每天都吃钙片，怎么还会骨质疏松？上海中医药大学附属第七人民医院内分泌科李晓华主任表示，下肢乏力其实是骨质疏松的早期表现。

李晓华主任解释，王老伯因工作常年得不到足够的太阳照射，体内维生素 D 不足，钙也得不到很好的补充，所以下肢没劲。李晓华提醒，单纯补钙并不一定有用，因为口服入肠道的钙需要活性维生素 D 的帮助而吸收入血。所以，规范的骨质疏松的治疗，需由专业大夫在评估患者的病情及完善骨密度、骨代谢指标等检查后进行药物的联合治疗。

叶雪菲

玩转健康圈

◆ 11 月 12 日上午 11:00,上海市长海医院将在门诊 1 楼大厅由内分泌科主治医师曹晶珠开设“糖尿病健康生活指南”科普讲座。

◆ 11 月 16 日上午 8:30-11:00,上海市第七人民医院将在门诊大厅举办“健康饮食与糖尿病”的义诊活动,届时将有专家提供病情咨询及治疗指导服务,并提供免费测血糖 1 次。