

在新时代新征程中 以服务患者践行初心使命

——参观海鹰机械厂有感

在庆祝建党98周年之际,为了更好地开展“不忘初心 牢记使命”主题教育,行政支部、临床第一支部、医技第一支部和新大楼项目临时党支部联合组织赴上海海鹰机械厂参观活动。



上海海鹰机械厂是海军装备部直属的唯一军机大修工厂,主要承担海军航空兵部队飞机的大修、改装和科研任务。工厂为上海市高新技术企业,先后获得全国质量奖、全国文明单位等荣誉。

参加活动的27名党员先后参观了大修机库、试飞机库等设施,近距离接触了歼击机、直升机、预警机、舰载机等7型军用飞机,使全体党员亲身感受军队建设的快速发展。在这之中有一架特殊的飞机使党员同志们深受教育。这是一架损毁的国产“飞鲨”舰载战斗机,是飞行员张超同志牺牲时驾驶的那架战机。2016年4月27日12时59分,29岁的飞行员张超在陆基模拟着舰训练时,因战机突发机械故障,壮烈牺牲。而这一次事故,竟是由于保障人员的一个小小疏忽引发的。

对于张超来说,他惊天一落是英雄,折翼跑道亦是英雄。他坚守捍卫海疆之初心,执着追梦、壮志凌云,用自己年轻

的生命,为中国航母事业立起了一座熠熠闪光的“航标”!而对于保障人员来说,小小疏忽葬送的是国家最先进的战机和飞行员最宝贵的生命。望着那焦黑的机体,不禁令人扼腕叹息,同时也警醒世人。

作为一名医务工作者,我深刻感受到张超同志所怀揣的初心与梦想,同时也在不断反思着自己。张超的梦想是蓝天,医务人员的梦想是白衣。作为医者,救死扶伤的职业精神不能变,全心全意为患者服务的根本宗旨不能变。同时,医学也是不容许出错的,关系到患者的生命安全,每个医务人员都要恪尽职守,对工作认真负责;钻研医术,对技术精益求精;心系患者,对病人热忱服务——这就是医务工作者的初心和使命。

习近平总书记曾指出:“一切向前走,都不能忘记走过的路;走得再远、走到再光辉的未来,也不能忘记走过的过去。”我们应当回望来路、回想初心,我们更应牢记使命、勇担责任,永葆一名共产党员和医务人员的本色,不断地在服务患者中践行初心使命,并将之镌刻在新时代新征程里。

(行政党支部 严莉萌)



(上接第1版)科技创新等领域开展深入的合作,让周边老百姓享受到优质的医疗资源,从而实现让人民群众满意的预期目标,提升人民群众的满意度和获得感。

谭江平常务副院长提出,要因地制宜协助奉贤区皮肤病防治所新院建设做好规划、制定学科发展方案,包括科室布局、业务种类、优势病种、硬件投入、规范化治疗等;提供医护人员相关的培训和指导;根据需要进行会诊、转诊等服务,实现专家资源下沉,提升其医疗服务能力。

签约仪式后,奉城镇塘外社区卫生服务中心及奉贤区皮肤病防治所一行人参观了本院生物治疗中心、银屑病诊疗中心、过敏性皮肤检测中心等科室。

(医疗资源发展部)

简讯

● 2019年7月6日上午8点,“医·起跑——上海医务职工关爱月定向健康跑”活动正式开跑。本次活动的宗旨是“关爱医务职工身心健康,倡导运动健康的理念,养成健康的生活方式”。



活动分迷官、毛毛虫协走、骑行、健康跑,中间串联了当前安全生产、垃圾分类和建党98周年等知识问答。我院职工许畅、许自金、罗燕清、王保华、吴炜敏、金孙鑫参加了此次活动,并顺利完成了所有赛程。

● 市医务工会合家欢摄影活动,受到了广大基层职工的欢迎。今年,我院又有6个家庭参加了新一轮的活动。市医务工会请来了王开照相馆的资深摄影大



师王伯杰老师的团队。这个活动也是发挥工会群众工作优势,立足职工所需、工会所能,真正做职工群众信得过、靠得住、离不开的知心人、贴心人、“娘家人”。

● 7月21日上午,我院徐艳、桂俊芳、罗希、宋晓娟参加了在华东医院举办的上海市医务职工第九届文化艺术节舞蹈比赛,参赛节目《半壶纱》获得了丁组二等奖的好成绩。

● 根据沪卫退《关于转发〈关于做好2019年高温季节走访慰问工作的通知〉的通知》精神和我院退管会工作计划,一年一度的“高温季节走访慰问”慰问困难退休职工从7月9日起,历时近一个月。退管会同仁探望慰问退休干部和孤老、独居、高龄、身患重病、失能、失独、一老养一老、近期家庭发生重大变故和收入偏低等困难退休职工32人,特别是今年看望了一些二次退休的为老服务志愿者,使更多的退休职工感受到获得感、幸福感、安全感,让他们充分感受到单位的关怀和温暖,感受到组织的关心和关爱。

(工会、退管会 李俊)

工青妇园地

点亮「微心愿」争做圆梦人

为进一步推动在职党员进社区活动常态化,拓宽党员服务群众、服务社区途径,我院党委积极响应彭浦新村街道党建中心主办的“彭必生辉”项目,7月9日医院党委、团总支共同走进社区,帮助困难家庭实现“微心愿”。

“微心愿”是彭浦新村街道党建中心发起的一项公益活动,目前已建立起了滚动征集“微心愿”、及时发布“微心愿”、主动认领“微心愿”、助力达成“微心愿”的链式工作机制,内容涵盖了困难群众的生活必需品、儿童生活学习用品、残疾人生活帮扶等,为发挥党员先锋模范作用、营造互助互爱的社会氛围打造了一个积极有效的区域党建共建平台。

年初,医院党委通过上述平台认领了一名困难群众的“微心愿”——为施女士一家提供一台电饭煲。施女士丈夫于2007年因脑梗瘫痪在床,其孩子患唐氏综合征,全家仅靠丈夫的低保和施女士做家政的微薄收入维持生活,因家中电饭煲年久损坏,所以一直渴望拥有一个新的电饭煲。当医院党员、团员代表化身“圆梦使者”,帮助他们实现这一“微心愿”时,施女士连连鞠躬道谢。当她谈及自己的丈夫和儿子的时候,忍不住流出了辛酸的眼泪,大家对其家庭的不幸表示同情,并表示今后还将持续关注、帮助解决施女士家所遇到的困难。随行的团总支书记汪青良医生对其丈夫的皮肤疾病给予了医学咨询和指导用药。



此次活动的展开,虽然微小,但切切实实满足了群众的心愿和需求,医院党委今后将进一步参与彭浦新村街道“微心愿”等党建共建活动,发动更多党员贡献力量,让更多困难群众实现“微心愿”,传递爱心与正能量。

(行政党支部 胡鹏)

2019年6月表扬

- 信访表扬 3个
- 门诊 戴鹤骏
- 光医学 沈友旭
- 治疗科
- 感染科 石超
- 锦旗 3面
- 中西医 谢昭琼、姜文成、
- 结合科 赵丽诗、张春玉、刘玉华、施欢
- 皮肤 汤晨晨、陈裕充、
- 外科 严建娜、江龙、顾丽虹、全体医生、全体医护人员

表扬信 29封

- 门诊 王礼会
- 光医学 王秀丽、王益周
- 治疗科
- 皮肤 章玲玲 5、刘娜 2、
- 内科 李冰冰 2、丁杨峰、于宁、裴琴、张怡、张娟、高甜甜、徐慧琳、刘艳茹、成媛媛
- 中西医 刘玉华 7、张春玉 6、
- 结合科 施欢 6、李春雯 2、张璐璐、张瑞
- 神经 曹雪萍 4、方圆圆 4、
- 内科 杨璐 3、翁欣 2、
- 肿瘤科 张春玉 8、史娟 8、秦丽 8、张璐璐 3、王沁怡 2、钱红、胡斐

共计 35项



主 编:秦环龙 蒋 卫
副主编:谭江平 陈中建
编 辑:吴剑菲 严莉萌
于 宏 许自金



团结 奉献
求精 图强

上海市皮肤病医院报

SHANGHAI SKIN DISEASE HOSPITAL NEWS

上海市皮肤病医院主办

长宁区门诊部:武夷路200号 (总机:61833000) 2019年7月30日 第7期(总第118期)
静安区门诊住院部:保德路1278号 (总机:66304010)
虬江路分院:虬江路1057号 网址:http://www.shskin.com

不忘医者初心 牢记党员使命

医院党委举办“不忘初心、牢记使命”主题教育专题辅导

本报讯 根据“不忘初心、牢记使命”主题教育工作要求,医院党委于7月22日召开全体党员大会暨“不忘初心、牢记使命”主题教育专题辅导,表彰2018年度医院优秀党务工作者、优秀共产党员及先进党支部,并邀请市委党校教授对全体党员进行理论辅导。医院全体在职党员、中层干部、工青妇组织负责人、民主党派代表、入党积极分子等近130余人参加了此次大会。会议由党委蒋书记主持。

会上,谭江平副书记代表医院党委宣读了《关于表彰2018年度医院先进党支部、优秀党务工作者、优秀共产党员的决定》,由医院党委领导向2名优秀党务工作者、11名优秀共产党员和2个先进党支部颁发证书,并对受表彰的先进支部和优秀个人提出希望,号召全体党员要以受表彰的先进集体和优秀个人为榜样,锐意进取,扎实工作,

党建联建聚力 签约同进促发展



本报讯 7月30日上午,奉贤区皮肤病防治所、奉城镇塘外社区卫生服务中心来我院交流,并签订了党建结对共建协议和医院发展战略合作协议。上海市皮肤病医院党委书记蒋卫、常务副院长谭江平、奉城镇塘外社区卫生服务中心支部书记屠福平、奉贤区皮肤病防治所所长吴秉德等领导及相关职能部门负责人出席。

今后双方党组织将切实加强联系,以“适度、实用、有效”为原则,以党建共建作为加强学习交流的重要平台,共同推进学习和实践活动,促进医疗业务领域合作,共建高质量有亮点的特色皮肤病专科团队,努力实现“资源共享、优势互补、合作共赢”的医院联合体。

会议上,蒋书记表示要发挥党组织引领作用,一要相互学习,共同提高党建工作水平;二要相互借鉴,共同提高医疗服务水平;三要相互交流,共同做好医务人员的交流,双方在党建联建的基础上,不断拓展交流的深度和广度,共同促进党建工作再上新台阶。通过“医社联动”,在人才培养、学科建设、(下转第4版)

为医院的发展作出新的更大贡献。随后,市委党校卜新兵教授以“不忘红色初心 牢记党员使命 为实现新时代伟大梦想努力奋斗”为题,结合当前国内国际形势,从“不忘初心牢记使命是实现新时代历史使命的必然要求”、“认真学习领会讲话精神”、“在学懂弄通理论、历史、实践逻辑中牢记初心使命推进自我革命”三个方面,就当前全党开展的“不忘初心、牢记使命”主题教育的背景、意义和要求等内容作了深入讲解,并鼓励党员同志们在学思践悟中增强工作本领和人生智慧。

蒋书记在总结中指出,医院党委之前已向全体党员和各党支部下发了《习近平新时代中国特色社会主义思想学习纲要》、《共产党员如何不忘初心、牢记使命》等学习材料,卜教授的这场旁证博引、数据详实、语言生动、条理清晰的专题辅导,进一步帮助医院广大党员与干部在笑声中学习、在欢乐中思考,使得大家对“初心”和“使命”深刻内涵有了更深入的理解,对当前和今后一段时间推进“不忘初心、牢记使命”主题教育具有十分重要的意义。每一位党员、每一位干部要把“初心”和“使命”自觉融入到干事创业的实践之中,积极落实“守初心、担使命、找差距、抓落实”的总要求,坚定理想信念、勇于担当作为,进一步推进医院的建设和发展。(党办)

烈日炎炎中的清凉

本报讯 烈日炎炎,暑气熏蒸,上海又到了一年中最酷暑难耐的日子。每年的盛夏都是我们接受挑战的时刻,夏季是皮肤病高发的季节,我院门诊量随着气温的升高也在不断攀升。近几日,医院党政班子成员分别在保德路门诊住院部、武夷路门诊部、虬江路分院三地慰问坚守临床一线的职工们。每到一处,院领导都为大家送上清凉解暑的慰问品,感谢他们冒着酷暑仍然坚守在工作岗位上,询问他们的工作情况,并叮嘱大家一定要注意防暑降温,注意自身健康。当清凉解暑的慰问品送到一线职工们的手中时,更是送到了一线职工们的心中,为他们带去一份清凉。

在关心医院职工的同时,院领导也牵挂麻风休养员们。7月31日,院领导探望住院的麻风休养员。为他们送去防暑降温品,关心了解他们的生活状况,叮嘱他们安心休养、保重身体,嘱咐医务人员要全心全意为休养员服务,照顾好他们的生活,让他们感受到生活在社会主义大家庭的温暖。(院办 麻风感染科)



关注皮肤健康 相信专业智慧

第17届国际光动力大会于2019年6月28日至7月4日在美国马塞诸塞州波士顿召开,我院光医学学科带头人王秀丽教授率团参加了此次大会。作为光动力领域世界级盛会,国际光动力大会每两年举办一次。来自世界各地不同国家、不同肤色的500余位光动力领域的顶级专家学者济济一堂,互相交流讨论光动力领域新进展、新理念,为促进全世界光动力的研究,推动光动力的不断发展提供一个良好的平台。

申办成功,瞬间永恒 美国东部时间2019年6月30日下午19点00分国际光动力协会(IPA)召开理事会议,我院王秀丽教授作为理事出席了会议,并作为2023年国际光动力大会举办申请候选人做了申办汇报陈述,用英文向与会评委汇报了国际光动力大会的规划,中国举办国际光动力大会的优势,国际光动力在中国举办的意义,以及中国对举办国际光动力大会的热情与期待,都作了详细阐述,汇报内容细致,重点突出,展现了中国人的热情友好、中国有成功举办国际光动力大会的能力,更表达了中国渴望加深国际合作与世界一起进步的理念,获得了国际评审专家的高度认可。经过理事会的充分讨论,闭门投票,理事会主席Tayyaba Hassan教授和Luis G. Arnaut教授共同宣布中国上海赢得了第19届2023年国际光动力大会的举办权。在场的中国代表团成员无不欢呼雀跃,激动不已,第一

7月23日至7月24日,我院在保德路院区举办了2019年度新职工岗前培训暨新职工见面会。常务副院长谭江平和部分职能部门负责人出席了见面会,会议由人事科周国江科长主持。谭江平常务副院长代表医院领导班子致欢迎辞,并简要介绍了医院的历史、科研教学、临床业务、学科人才发展以及未来愿景等情况。他对新职工们的到来表示热烈欢迎,并勉励大家加强学习。谭院长对新职工们寄予了很高的期望,希望他们在未来的职业生涯中不忘初心,努力为皮肤病诊疗技术的更新发展作出贡献。

此次新职工岗前培训内容丰富,相关职能科室安排了党务、医德医风、红十字、医务、院感、门办、科教、财务绩效、信息安全以及人事等相关制度方面的培训课程。希望新职工们能积极参与医院的各项工作,为我们医院的发展添砖加瓦。新职工集中岗前培训是新职工入职的第一课,既丰富了专业知识,又了解了医院的概况和相关规章制度,为迅速适应工作岗位和要求打下了坚实基础。

(人事科 张培)

2019年度新职工岗前培训顺利召开



光荣和梦想 我院光医学团队成功申办2023年国际光动力大会

时间将此消息传回国内。中国光动力近年来进步显著,但发展离不开国际社会的支持与指导,此次光动力大会能在中国举办,必定会加速推动中国光动力发展,促进中国光动力与国际对接,中国将迎来光动力发展的新一个黄金十年。

廿载春与秋,醉心光动力 此次,王秀丽教授代表中国成功申办2023年国际光动力大会并非一蹴而就,王秀丽教授早在1996年就开始从事光动力治疗在皮肤科的应用与研究,2005年第10届慕尼黑国际光动力大会王秀丽教授与王宏伟教授是当时唯一参会的中国代表,自此与国际光动力大会接下了不解之缘,当时两位王教授非常荣幸地作为信使将国际光动力大会举办交接材料从慕尼黑带回来了上海,交给2007年国际光动力大会主办方上海交大附属仁济医院朱菁教授团队。当时光动力作为一门新型治疗技术,在中国还并未像今天这样普及,业界也对此知之甚少。王秀丽教授和王宏伟教授立志中国光动力治疗的临床应用与基础研究,推广与普及。二十年来两位王教授先后创新性地治疗恶性肿瘤的ALA-PDT技术应



用于良性增生性疾病——尿道尖锐湿疣,开创了光动力治疗尖锐湿疣的先河;揭示了光动力治疗皮肤鳞癌相关免疫机制,将祖国医学与现代光动力技术结合,创立了梅花针增敏光动力治疗皮肤癌体系;建立了“首次短时间、低能量,之后逐渐递增”痤疮光动力治疗原则;牵头成立光动力临床治疗中心,研究制定了皮肤疾病光动力治疗的中国方案,牵头发表了《氨基酮戊酸光动力疗法临床应用专家共识》,发表了学术论文180余篇(SCI论文80篇),主编著作3部,获省部级科技进步二等奖2项、三等奖3项、医学三等奖2项、成果推广奖1项,国家专利4项。在全国光动力专家共同努力下,目前光动力治疗已被广泛应用,国内已有1000余家医院开展了光动力治疗,涌现出大量临床及基础研究结果,此时中国光动力更需要走出去与国际光动力治疗与发展相接轨,于是王秀丽教授萌发了再次申办国际光动力大会的想法,希望通过举办国际光动力大会促进中国与世界的交流,为中国光动力学界提供更为广阔的国际学术交流平台。为此,王秀丽教授团队通过辛勤的

目前我院已拥有计算机断层扫描(CT)及磁共振检查没有电离辐射、具有较

CT与磁共振 磁共振检查没有电离辐射、具有较高分辨率,能多序列、多方向、多种技术成像,特别适合于神经、软组织、肌肉韧带等的检查,对颅脑缺血性、占位性病变及脊髓、椎间盘、盆腔、软组织病变等诊断独具优势;那是否意味着磁共振就可以取代CT了呢?答案当然是否定的。磁共振检查并不适合所有的人,具有较多的局限,体内有心脏起搏器、钢板或其他金属材料异物及幽闭恐惧症患者不能进行检查,检查前需去除身上所有金属制品,抢救车、监护仪等也不能进入机房;检查的速度较慢、信号噪声较大,完成一个部位至少需十多分钟,不适合于急症、危重、不能配合检查的患者;对肺部、胃肠道疾病检查效果欠佳;检查费用也较CT稍贵。

因此,CT和磁共振检查各有优缺点,并不能相互取代,而是相互辅佐、相互补充,缺一不可的,临床医生应根据患者的病情需要及身体情况做合理选择。 我院这两件大型检查设备投入使用后,将对临床、科研工作都带来了极大的帮助与提升,我们要充分利用好现代化的医学装备,积极开展具有我们专科医院特色的项目,方便病人、提高诊疗能力,为医院的发展贡献力量。(医学影像科 赵宇靖)

上海市皮肤病医院报

临床与科研工作,先后16年以来率团队参加8届国际光动力大会进行学术交流与展现,赢得了国际光动力协会主席Tayyaba教授等国际专家的高度认可。

孜孜以求,来之不易 此次上海成功申办2023年国际光动力大会,赞誉不断,但申办之路并非一帆风顺。早在2017年葡萄牙举办的国际光动力大会上,王秀丽教授就曾提出2021年在上海的举办权。为此,团队在前期做了大量筹备工作。申请答辩当天,王秀丽教授特意身着靓丽的中国旗袍,并反复练习英语发音,早早地来到了申请会场。当天的汇报答辩非常精彩,很多国际光动力协会理事也投票支持,但经过国际光动力协会理事会的激烈讨论后还是以微弱票数惜败给已经连续申请数次的俄罗斯。申办受挫,参与申办的中国学者满怀憧憬的心情一下子跌到谷底,他们分外清醒地认识到申办过程的复杂性和艰巨性。在此之后,王秀丽教授凭着一腔热情和一股韧劲,更加坚持地要将国际光动力大会再次带回上海,促进中国光动力与国际对接,推动中国光动力发展,这要求我们要拓宽思维,大胆创新,积极吸纳相关学科的现代科学方法和技术手段,加强学科之间的相互吸收和渗透,相互融合,并不断加大光动力技术在临床和科研中的建设与发展速度,不断为该学科的理论与实践注入新的活力、新的元素。时隔两年,中国学者再次回到申办会场,分外自信与从容,终于众望所归。(下转第3版)

磁共振检查没有电离辐射、具有较高分辨率,能多序列、多方向、多种技术成像,特别适合于神经、软组织、肌肉韧带等的检查,对颅脑缺血性、占位性病变及脊髓、椎间盘、盆腔、软组织病变等诊断独具优势;那是否意味着磁共振就可以取代CT了呢?答案当然是否定的。磁共振检查并不适合所有的人,具有较多的局限,体内有心脏起搏器、钢板或其他金属材料异物及幽闭恐惧症患者不能进行检查,检查前需去除身上所有金属制品,抢救车、监护仪等也不能进入机房;检查的速度较慢、信号噪声较大,完成一个部位至少需十多分钟,不适合于急症、危重、不能配合检查的患者;对肺部、胃肠道疾病检查效果欠佳;检查费用也较CT稍贵。

因此,CT和磁共振检查各有优缺点,并不能相互取代,而是相互辅佐、相互补充,缺一不可的,临床医生应根据患者的病情需要及身体情况做合理选择。 我院这两件大型检查设备投入使用后,将对临床、科研工作都带来了极大的帮助与提升,我们要充分利用好现代化的医学装备,积极开展具有我们专科医院特色的项目,方便病人、提高诊疗能力,为医院的发展贡献力量。(医学影像科 赵宇靖)

因此,CT和磁共振检查各有优缺点,并不能相互取代,而是相互辅佐、相互补充,缺一不可的,临床医生应根据患者的病情需要及身体情况做合理选择。 我院这两件大型检查设备投入使用后,将对临床、科研工作都带来了极大的帮助与提升,我们要充分利用好现代化的医学装备,积极开展具有我们专科医院特色的项目,方便病人、提高诊疗能力,为医院的发展贡献力量。(医学影像科 赵宇靖)

武夷路专门门诊			
时间	周一	周二	周三
上午	医学美容	医学美容	医学美容
	环境与职业	环境与职业	环境与职业
	银屑病	银屑病	银屑病
下午	痤疮	痤疮	痤疮
	甲真菌	甲真菌	中西医
	皮肤科	皮肤科	皮肤科
	医学美容	医学美容	医学美容
	环境与职业	环境与职业	环境与职业
	银屑病	银屑病	银屑病
上午	痤疮	痤疮	痤疮
	甲真菌	甲真菌	中西医
	皮肤科	皮肤科	皮肤科
下午	医学美容	医学美容	医学美容
	环境与职业	环境与职业	环境与职业
	银屑病	银屑病	银屑病
上午	痤疮	痤疮	痤疮
	甲真菌	甲真菌	中西医
	皮肤科	皮肤科	皮肤科
下午	医学美容	医学美容	医学美容
	环境与职业	环境与职业	环境与职业
	银屑病	银屑病	银屑病
上午	痤疮	痤疮	痤疮
	甲真菌	甲真菌	中西医
	皮肤科	皮肤科	皮肤科

长宁区门诊部			
地址:上海市武夷路200号			
邮编:200050			
医院总机:021-61833000			
预约:021-61833100			
附近公交:地铁2,3,4,11号线,01,44,57,62,71,76,96,138,923等。			

保德路专门门诊			
时间	周一	周二	周三
上午	医学美容	医学美容	医学美容
	痤疮	皮肤科	甲真菌
			环境与职业
下午	医学美容	医学美容	医学美容
	痤疮	皮肤科	甲真菌
	光敏	皮肤科	环境与职业
上午	医学美容	医学美容	医学美容
	环境与职业	痤疮	甲真菌
	小儿皮肤	甲真菌	
下午	医学美容	医学美容	医学美容
	环境与职业	痤疮	甲真菌
	小儿皮肤	甲真菌	

静安区门诊住院部			
地址:上海市保德路1278号			
邮编:200443			
医院总机:021-61833000			
预约:021-61833100			
附近公交:地铁1号线,46,95,253,705,741,745,760,726,812,849,862等。			

虬江路分院			
地址:静安区虬江路1057号			
近西藏北路			
邮编:200071			
医院总机:021-66300588			
预约:021-66304010			
咨询:021-66304025			
附近公交:地铁3,4号线(宝山路站),地铁8号线(中兴路站),65,69,78,108等。			
自驾线路:南北高架永兴路口下直接右转,沿虬江路直行即可。			

上海市皮肤病医院报

夏季话游泳——皮肤病与游泳

游泳,是很多朋友喜欢的一项运动项目,有的人每周都会去游泳馆,一游就是好几个小时,既锻炼身体又放松心情,不过,有说法称去游泳馆游泳,也有患皮肤病的风险,这到底是怎么回事?那么:游泳为什么会容易导致皮肤过敏或者皮肤病?又该如何防治呢?如防护和清洁等工作做的不好,的确有发生皮肤疾病的风险。最常见的一大类疾病是感染性皮肤病。公共游泳场所潮湿闷热的环境容易滋生各种病原体,同时,原本自身携带了病原体的入会传播病原体。在公共泳池里,藏匿着各种肉眼看不见的病原菌:真菌、细菌、病毒……它们埋伏在公用浴巾、拖鞋、扶梯、躺椅等部位,引起各种皮肤疾患。皮肤真菌感染会导致水泡、鳞屑、红斑、浸渍、糜烂等皮损,通常发生在手足、会阴部、臀部等部位,并伴有不同程度的瘙痒症状。而细菌感染则会引起皮肤表面出现丘疱疹、脓疱疹,特别是有皮肤破损时更易被感染,严重者甚至可能引起系统症状。病毒感染最易导致传染性软疣的发生。皮损表现为肤色或淡红色丘疹,通常为绿豆大小,皮疹顶端可见凹陷,能够挤出白色的干酪样的软疣小体。另一大类疾病为皮炎类

疾病。游泳池的水中含有氯、氯等消毒成分。若是浓度太高,或本身对消毒剂过敏的人很容易产生刺激性或过敏性皮炎。而一些户外的游泳场所,若是紫外线防护不到位,则很容易引起暴露部位的日光性皮炎。这一类皮肤病的主要皮损表现为红斑、丘疹、脱屑,严重者可能伴有皮肤破溃或渗出,伴有瘙痒症状。游泳可能导致这么多皮肤问题,那是不是不能游泳了呢?那么下面就给大家一些小贴士,告诉大家如何防治。

- 1. 游泳时间不宜过长** 皮肤长时间浸泡在水里,角质层的细胞间连接会变得松散,从而导致皮肤屏障功能下降,对各种病原体及外界刺激的抵抗力也随之下降,导致各种皮肤问题。因此,每次游泳的时间不宜太长,控制在两小时内为佳。如果发现自己的皮肤出现发白、发皱等现象时,应该立刻停止游泳。
- 2. 皮肤状态不好时避免游泳** 如果已经有过敏的症状,或者皮肤有破损时,此时下水游泳可能会加重原有的过敏症状,或诱发感染。因此要避免在此情况下游泳。
- 3. 做好紫外线防护** 如果喜欢在户外游泳,在注意安全的同时一定要做

好对紫外线的防护。选择防水的,适合游泳运动的抗汗防水防晒霜,足量的涂抹于皮肤,每间隔2小时需要再次进行涂抹。这样能够有效预防紫外线对皮肤的伤害,并降低日光性皮炎的可能性。

- 4. 注意个人卫生** 在进入泳池前必须冲淋,并在消毒池泡脚消毒。按规定佩戴泳帽和游泳眼镜。游泳后要彻底冲洗身体,保持指、趾缝、腹股沟等身体褶皱部位干燥清洁。并及时涂抹身体保湿剂。同时,应避免共用浴巾、拖鞋等个人物品。公用救生圈、躺椅等也是传播皮肤病的媒介,应尽可能减少接触,接触后注意清洁。
- 5. 选择依法经营的游泳场所** 在选择游泳场所时,应选择卫生条件好、依法经营的场馆。看清运营信息公示及水质情况公示。在下水前观察水质是否清澈,有无漂浮物,池壁是否有污垢。泳池是否有循环的进排水等。最后,祝大家都能够健康的度过一个凉爽惬意的夏天。

专家门诊:周一全天(保德路院区)、周四上午(武夷路院区)

过敏性皮肤病专病门诊:周四下午(武夷路院区)、周五下午(保德路院区) (皮肤科与化妆品研究室 邹颖)

冬病夏“泡”:百花洗剂足浴 【用法用量】外用浸泡手(足),每日一次,每次一瓶(1瓶10%冰醋酸+1袋百花洗剂),每次20~30分钟,7天1疗程。三伏天内治疗均可。

【专业提示】 (1)手足湿疹等过敏性皮肤病不适合使用,可能加重症状; (2)皮肤感染、破溃者禁用; (3)每次浸泡治疗时间不宜过久,以耐受为度; (4)浸泡时使用原液,不必加热,不兑水稀释。

冬病夏“贴”:穴位贴敷 【用法用量】三伏天内治疗,每伏3次,每年9次,连续3年1疗程。 【专业提示】 (1)湿疹、荨麻疹正在发作期不宜;孕妇、瘢痕体质不宜;五岁以下儿童不宜; (2)每伏内3次贴敷,可以连续治疗,也可以不连续; (3)贴敷后,若有皮肤瘙痒、灼热或其他不适的刺激症状,应立即去除敷贴,若症状仍不缓解,请及时复诊。

冬病夏“服”:解暑祛湿清膏 【用法用量】每天餐后1小时口服。早晚各1次,1个月为1疗程。三伏天内治疗均可。 【专业提示】 (1)冰箱冷藏保存,食用时请在常温下服用; (2)膏方含有少量糖分,糖尿病患者不宜服用。

“冬病夏治”生活护理: (1)服用清膏及穴位贴敷期间,避免辛辣刺激、油炸肥腻、海鲜海鲜饮食; (2)避免冰镇饮料、冰镇瓜果、冷饮冰点等食品; (3)房间温度不低于25℃,避免空调冷气直吹头颈肩背部位; (4)避免熬夜,避免夜跑等睡前剧烈运动。(中西医结合科 姜文成)

「皮肤冬病夏治」小贴士

光荣和梦想

王秀丽教授团队的青年医师们也各放异彩,收获颇丰。其中,柳小婧博士受邀作“抗菌蓝光对卡拉莫拉菌的灭活作用”和“一种结合万古霉素的新型阳离子光敏剂对MRSA感染的光动力抗菌作用研究”的壁报展示;曹雅晶博士受邀作“光动力联合软激光治疗外阴硬化性苔藓1例”的壁报展示。年轻医生们就自己的研究与参会同仁们进行了热烈的讨论交流。未来年轻医师的成长将为我院发展提供源源不断的动力。

如今,回顾过去,硕果累累,展望未来,前程似锦。我们深知这一天来之不易,更要当好东道主,办好国际光动力大会。在国际光动力大会申办成功这一新的历史机遇面前,让我们所有致力于光动力的同道携起手来,加快创新,为我国的光动力事业和人民的身体健康做出更大的贡献。(光医学治疗科 石磊 曹雅晶)

坚持稳步发展 确保扎实推进 (上接第1版)重新规划设置保德路院区的监控中心改造及点位排布,提升了技防水准,保障安全稳定。与上海市红十字会续签医疗机构冠名协议书,在5.8世界红十字日组织开展募捐活动,继续履行红十字职责。通过义诊、科普宣教,服务百姓,回馈社会。下半年医院将继续推进专科专病项目建设;以三级专科医院评审为抓手,提升医院管理水平,准备迎接专科评审。启动新一轮院内重点学科、培育学科遴选;加快附属医院建设,迎接市教委评估验收,尽早去筹;全面完善内部治理机制,健全现代医院管理制度,编制完成医院内部控制操作手册;全面推进信息化建设,启动电子病历,互联互通达标建设工作;门急诊以及病房综合楼项目按计划建设;启动十四五规划的前期调研;完成进博会志愿服务,市民开放日等活动。

上半年虽然面临新大楼建设及大修等带来的暂时困难,在全院职工的共同努力下,确保了医院各方面保持良好的发展态势。对照年度计划,业内标杆及上级要求,我们仍存在不足,下半年将继续学习贯彻十九大精神,锐意创新、团结一致、发扬敬业精神,不断提升核心竞争力,促进医院全面可持续发展。(院办)

光荣和梦想

我院王秀丽教授团队的王佩茹副主任医师、石磊博士亦受大会邀请进行了大会发言。其中,王佩茹副主任医师做了题为“ALA-PDT改善皮肤光老化的临床及机制研究”的大会发言,介绍了低剂量ALA-PDT通过刺激角质形成细胞释放TGF-β,激活真皮成纤维细胞TGF-β通路,从而使真皮胶原重塑,改善皮肤光老化的作用机制,获得了世界各地参会人员的关注和肯定;石磊博士做了“生物可降解纳米颗粒增强局部光动力抗鳞癌效应”的大会发言,着重阐述了采用生物相容性好、安全性高的生物可降解纳米颗粒,以增强现有光敏剂性床应用ALA-PDT治疗皮肤鳞癌提供了全新的视角,为进一步应用及推广ALA-PDT治疗皮肤鳞癌夯实基础。另外,在壁报交流方面,