

闭环期间 您的来信收悉

结束闭环 您的奉献
我们又回到熟悉的生活 您的专注
节奏中了 您的仁爱
收到您的很多来信、留言和图片 您的创新
那就借这片秋色开头， 您的协力
与您回信 您的细致

您说我是一家因美而在的，可以留住时间的医院所以，我想把我留住的送给您

您的倾听，让我更沉着
您的支持，让我更专注
您的帮助，让我更安心
您的信任，让我更优秀

但是却只来得及祝您生日快乐
祝您心想事成
但是我会一直为您的健康保驾护航

所以再相见时
我应该先说谢谢
也对您的家人说谢谢

这些如果没有你们
我一定永远做不到

春夏秋冬
风雨无阻
感恩有你
同舟共济

上海市皮肤病医院

来信照登 隔离不隔爱，上海市皮肤病医院武夷路院区对隔离留观人员提供暖心服务

2021年11月26日是一个难忘的日子，那天因为我脸上发炎，所以骑着自行车前往武夷路皮肤科医去看病，等我看完病准备下楼取药时，这时突然电梯封闭，全体人员只能原地待命，因为接到上级通知：发布公告暂停门诊急诊医疗服务，这是防疫排查需要。

一声命令，医院工作人员马上行动起来，全面贯彻院党委的服务精神，用爱心、用热心、用善心全力为患者服务，首先各层面清点人数以及填写本人基本情况表，在医院工作人员有条不紊的指挥下，大家到院子里排队做核酸检测，由于正值中午饭时，所以一部人排队领取免费发放的午餐，由于第一批来了98客午餐，大家发扬风格，让年纪大的，年幼小孩先吃，我们领了方便面，为了让方便面泡软，一楼和五楼的医院工作人员，专门用水壶把水烧开，为大家冲泡方便面，医院的暖心服务真让我们吃在嘴里，暖在心里，医院把我们当做亲人一样照顾，提供矿泉水、饼干、水果和药品以及生活必需品，医院工作人员千方百计地确保了我们生活需求，这种人性化服务让我们感到舒心、安心、放心。

说也巧，五楼一位男职工正好当天生日，医院为了庆祝他的生日，特地买了生日蛋糕，为了庆祝这特殊日子，五楼的医护人员和待命留观的患者共同唱起了祝你生日快乐的歌曲，疫情阻挡不住温情，在这排查期间，有这个温暖故事的插曲，感动瞬间，传递着来自同志间的关爱，奏响了一首首抗疫“协奏曲”。

要安排将近400人的住宿，对于环境简陋、工作量大、难度系数高的皮肤科院来说，是个考验，但医方危急时刻“逆流而上”、不惧艰险、勇往直前，一方面联系住宿的物质，一方面叫医护人员发放晚餐和水果到每个人手中，(每次餐食又十分的丰盛)，这里有家一样的温暖、亲人一样的关爱，还提供了随叫随到的个性化服务，让人十分感动……

当住宿的物质来了，医护人员又忙忙碌碌，为大家搭床、铺床、发新枕头、发新棉被，还每人发放新毛巾、新牙刷、新牙膏等，真是心系百姓，用行动架起一条守望相助爱的桥梁。

当全体人员第二次核酸检测都无异常时，大家有序分批的回家时，还受到了院方领导夹道欢送，顿时一股暖流从心中涌起！这隔离点不仅仅是一个新冠肺炎疫情防控的堡垒，也彰显着光明的人文关怀，是一个洋溢着爱与温暖的家！

院方的医护人员的辛勤与努力，我们都看在眼里，暖在心里。她们都是平凡的人，却在平凡的工作岗位上，用顽强的斗志和毅力抗击疫情，用缜密细致、热情周到的服务为我们构筑了安全的港湾、用仁爱、慈爱、友爱传递着人间真情，隔离的是疫情，传递的是人间大爱。

让我们向武夷路皮肤科医院全体领导和医护人员致敬！
谢谢你们！

田林红佩艺术团副理事长
兼腰鼓队队长 褚国琴敬上
2021年11月28日

2021年10月表扬

| |
|--|
| 信访表扬 1个 |
| 虬江路分院 程燕春、倪立燕、刘晓云、卢菁、顾莉莉、陈佳慧、蔡玲娜、李雯静、翁欣、孙海霞以及全体护工 |
| 锦旗 8面 |
| 治疗 胡婵 |
| 皮内 苏丽娜 |
| 中医 赵淮波、张春玉、施欢、殷华、秦丽、彭艳、罗燕清、全体医护人员 |
| 皮外 汤依晨、全体医护人员 |
| 表扬信 40封 |
| 门诊 杨青、王礼会 |
| 光医学治疗科 全体护士 |
| 综合病区 史娟 15、袁春霞 14、方圆圆 10、章玲玲 6、张玲琳 5、杨璐 5、熊梦好 4、张国龙 3、朱湘晓 3、赵子君 2、王秀丽、杨连娟、戴鹤骏、庄夏萍、纪羽佳、全体护工 |
| 中医 张春玉 2、秦丽 2、殷华 2、施欢 |
| 皮肤科 姜红妹 6、黄洪健 3 |
| 营养科 共计 49项 |

谈“艾”色变？你错了。
(上接第3版)奋战在“抗艾”前线近30年的协和医院感染科主任李太太教授说道“艾滋病已经是可以治疗的慢性内科病，现在最大的问题是人们认识的误区！”



上海市皮肤病医院报

SHANGHAI SKIN DISEASE HOSPITAL NEWS

上海市皮肤病医院 主办 静安区门诊住院部：保德路1278号 (总机：36803000) 2021年11月30日 总第145期
同济大学附属皮肤病医院 同济大学附属皮肤病医院 长宁区门诊部：武夷路200号 (总机：66304010) 网址：http://www.shskin.com
虬江路分院：虬江路1057号 (总机：66304010)

排名第一！2020年度上海市三甲医院科研竞争力排行出炉，我院排名皮肤病学第一位！

本报讯 11月25日上午，上海市三甲医院科研竞争力评价分析报告会成功举办。上海市卫生健康委员会科教处、上海市卫生和健康发展研究中心(上海市医学科学技术情报研究所)联合发布了上海市三甲医院科研竞争力排名。在公布的榜单中，上海市皮肤病医院/同济大学附属皮肤病医院排名皮肤病学第一！

上海市三甲医院科研竞争力排名为国内首创，也是至今国内唯一针对三甲医院科研实力的分析榜单。该榜单每年发布一次。这份排行指标，43个三级指标构成，涉及医院人才与科研项目、科研基地与学科建设、论文专利授权、学术获奖等，可以全面反映上海市三甲医院科研投入、科研产出以及科研发展态势，也可各家医院找准自己定位，分析自己优势与短板提供参考建议。

医院持续加强院校合作，是同济大学附属皮肤病医院、上海中医药大学和上海大学教学医院，同时与多所国内外高校建立科研教学合作关系。医院注重基于皮肤学科特色的中西医结合发展平台建设，是上海市中西医结合旗舰医院建设单位、上海中药外用制剂创新工程技术研究中心挂靠单位。另外，我院还是国家卫健委/药品监督管理局指定的化妆品人体安全性与功效检验机构和化妆品皮肤病诊疗机构、上海市性传播疾病专业技术服务平台挂靠单位、上海市首批获得互联网医院牌照的医疗机构之一，并承担国家卫健委5G+医疗健康应用试点项目建设。

感谢医院每一位职工的辛勤奉献！我院以临床诊疗精准化、专病专科中心化、中西医联合平台化、临床研究成果转化作为医院发展的基本原则，着手优化学科结构，持续强化科研教学平台建设。

我院将把握住新的历史机遇，以患者为中心，肩负公立医院的社会责任，医教研协同并进，不畏艰难、勇攀高峰，为打造国内一流、国际有影响的著名皮肤病医院而不懈努力！ (科教科)

本报讯 11月26日上午9:30，我院院长宁区卫健委及疾控通知，要求医院配合疫情排查。经区疾控专家现场研判，决定于11月26日上午10:00起对我院武夷路院区实施闭环管理。全体皮院人在这次逆境中始终牢记“和谐、奉献、仁爱、创新”的院训，坚守“生命至上，皮肤有责”的担当，经过全院上下一心的不懈努力，我院武夷路院区于11月27日下午18:00顺利解封，并于11月28日增开武夷路门诊，11月29日起医院恢复正常医疗工作。

接到上级部门通知后，医院疫情防控领导小组第一时间响应上级指令，激活院内闭环管理工作体系，全面启动医院网格化闭环管理预案。医院与区防控办、公安、街道及市区两级疾控中心等迅速建立物通的对接机制。



关爱麻风患者，我们一直都在

自党史学习教育开展以来，我们支部始终坚持把“我为群众办实事”活动作为学习教育的出发点和落脚点，不断把党史学习成果转化为群众办实事、解难题的实际行动。11月14日早上7点，医技第一支部朱全刚书记、医技第二支部戴莎书记和医技第三支部刘业强书记带领20名党员从保德路院区驱车赶往崇明区康乐医院为麻风休养人员和工作人员送医送药送关怀等活动。

崇明康乐医院始建于1958年，是目前崇明区唯一一所麻风病为主要诊疗特色的公立二级专科医院。这里常年住着麻风病休养人员，现年纪最大的有93岁，最小的有73岁。我们大约8点半到达康乐医院，为减轻他们因空腹引起不适，我们一行人一到目的地就以最快的速度为他们进行相关检验检查等工作。检验科的党员同志负责为他们采血，并将标本收集保存好带回我院做后续检测。影像科的党员同志为他们做心电图检查。刘业强书记带领其他医生负责查房查体，戴莎书记带领一行人进行了患者慰问，朱全刚书记带领药师为他们赠送了我院自制的冬季护肤品和药品。冬季的寒意抵不住大家工作的热情，党员同志们保质保量认真负责地完成了各项任务。

2005年至今的崇明康乐医院义诊活动是我们医技支部长期品牌活动，每年冬季我们都会如约至此处为麻风休养人员和工作人员送药送关怀等活动。这份关爱，我们持续了16年；未来，我们将一直都在。(医技第一支部 沈翠娥)

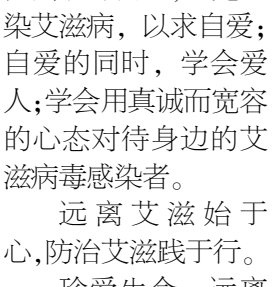


11月17日，上海市皮肤病医院第十三届羽毛球大赛在静安体育中心拉开帷幕，来自各部门的20位职工参加比赛。在欢呼声中比赛正式开始，大家身着轻便的运动装活跃在赛场，周围不时有应援团呐喊助威，现场的氛围完全被点燃。在比赛中，我们感受到了运动竞技的魅力，让人澎湃的活力，每位选手都以紧张而激动的状态进入比赛状态，竞争异常的激烈，各位选手纷纷拿出看家本领，一决高下，呼声此起彼伏。

身着我院红色队服装的选手出场更是将赛事推到了白热化阶段，无形给对手增加了压力。比赛中选手们每分必争，比分一直上下交错，打的酣畅淋漓，在选手满头汗水的脸上能深刻感受到大家不轻言放弃，敢于拼搏的精神。经过激烈的角逐，决赛环节在全体选手的见证下，汤依晨和王静选手分别获得了男女单打冠军！男子单打亚军和季军依次为严莉莉、李俊。

江龙，女子单打亚军和季军依次为方娜、沈翠娥。竞技赛中皮肤科表现十分的出彩，共有5位科室人员积极报名，取得得了此次比赛男单名次第一、第三及女单名次第三的好成绩，趣味赛更多的是欢声笑语，员工之间相互鼓励，展现了我院的团队精神与和谐氛围。此次比赛展现了职工们积极向上的精神面貌，加强了我院整体的凝聚力，促进了各部门之间的交流，丰富了员工的业余生活，在欢笑中，我院的第十三届羽毛球大赛圆满结束。(工会 李俊)

轻羽飞扬，情暖冬日



感谢信

亲爱的患者朋友、皮院同仁和朋友们：
都说我们上海市皮肤病医院是一所可以留住时间，因美而在的医院。这一次，我们想要留住的是，因疫情防控在武夷路院区临时闭环管理中所有环节的快速的响应、需求的摸排、迅速的实施、有效的保障、医患的互助、温暖的流转……携手同行的诸多记忆值得难忘。

所以我们想先对患者朋友们说，请放心，有我在；能对同仁们说，请放心，我会在；想对我们自己的家人和朋友们说，谢谢你，有你在。

上海市皮肤病医院想真诚地感谢每一位和我们一起坚守的患者朋友，很庆幸这一次能够与大家同行，正因为有你们的理解和紧密配合，我们才有顺利完成这一次协助排查的信心和底气。

我们也想郑重的感谢全体同仁在此次闭环排查的艰巨任务中，顾全大局，坚守服从，不畏艰险，勇挑重担。用皮院人的温和坚定，温柔真挚，温暖细致，协力前行，所有的过往，所有的开创，都因为有你们。

面对疫情防控，我们深知形势依旧复杂，作为守护大众健康的医务工作者，我们深感责任重大，必须一丝不苟。所以在接到闭环管理的通知后，迅速反应、全体动员、从严落实、精准防控是首要要求。

上海市皮肤病医院
同济大学附属皮肤病医院
2021年11月27日

为有效提升医院青年医师业务水平,保障医疗质量及安全,拓展新进住院医师临床培训和临床技能实践,根据《上海市皮肤病医院新进住院医师带教制度及实施方案(试行)》相关规定,于11月17日上午,由医务科牵头组织了本年度新进住院医师的考核工作。本次考核由医疗副院长史玉玲主持,共12名新进住院医师参与考核。

本次考核的考官团队由杨连娟、易雪梅、于宁、姜文成、陈佳等

提升医疗业务水平 助力青年医师成长

——我院组织 2021 年度新进住院医师考核

五位临床经验丰富的专家组成,考核内容分为三个部分:理论考核、床边提问和门诊考核,从诊疗流程、医疗核心制度、临床基础知识、人文关怀等方面对新进住院医师进行全方位、高标准考核。经过半天的考核,所有医师均顺利通过。

考核结束后,各位专家对本

结,她强调住院医师是医生成长过程中夯实基础、不断学习的阶段,组织本次考核的目的是为了更好地培养新进住院医师,提高临床年轻医生的临床水平,为患者有责任和使命的医生。同时她也提醒每位新进住院医师,要有探究精神,通过不断学习用知识武装自己的头脑,不忘以患者健康为己任的初心,以精湛的医术造福社会,赢得广大患者的信任。

(医务科 胡鸣)

多形式健康宣教 助力患者皮肤健康

为使患者树立正确的健康观念,养成良好的就医和生活方式,改变不良习性。我院护理团队经过不断探索,寻找更多样、更便捷、更科学的健康宣教方式,旨在让更多的患者了解疾病相关知识,从而达到预防和治疗疾病、增强体质、促进身心全面发展,保障患者健康的目的。

健康宣教知识讲座

科室在年初制定主题鲜明的健康知识讲座,根据病区病种结构、疾病特点的不同,结合患者需求、季节变化制定年度健康讲座内容,每月内容各不相同,每月有侧重点,内容丰富实用性强。

健康宣教座谈会

每月由医护人员一对一面授的工休座谈会。工休座谈会中护士和每位患者开展一对一面授形式的健康宣教,一对一面授形式让健康宣教内容更加直观、易懂。遇到问题及时提出,随时解决,一直以来得到患者的欢迎,每次座谈会,护士长积极听取意见,根据建议不断优化内容。

健康宣教展板

当我们走进病区时,在每个病区走廊墙面上都可以看见精美的健康宣教栏,上面放置着各式各样的健康宣教展板,内容包括银屑病、带状疱疹、特应性皮炎和皮肤肿瘤等常见疾病的病因以及治疗护理方法。实时更新的内容满足患者不同时段的需求,增加了患者健康护理知识。

个性化健康宣教

为落实个性化指导用药宣传,皮肤科内科利用外用药品展示墙、常见药品展示柜对患者进行一对一指导。展示柜中陈列着常用的外用药,因我院自制制剂外形相仿,防止患者混淆,方便门诊配药,保证患者正确识别自身用药的名称、剂量、用法。外用药物一览表和展示柜的制作,便于指导皮肤病患者正确识别外用药物,得到患者及家属的一致好评,提高了皮肤病患者外用药准确率,提高了患者满意度。

延续性健康宣教

利用护理门诊实施延续性健康宣教服务,专科门诊护士对门诊、病区住院患者进行个体化宣教。为体现皮肤病专科特色,做好皮肤病患者慢病管理。皮肤科专科护理门诊,联合信息化工具对患者进行随访及宣教,例如:微信公众号、微信群管理、电话随



视频健康宣教模式

护理人员制作丰富的疾病相关健康宣教小视频,利用床旁可视化健康机器将宣教内容导入设备中,让患者随时随地都可以了解相关检查和疾病知识。病区候诊区域播放科室制作的健康讲座视频,给患者介绍疾病治疗的新方法,将内容导入病区电视上滚动播放,方便患者候诊时观看。

微信公众号健康宣教

各科室设立专用微信专病公众号,由专人维护。利用微信平台将健康宣教内容传播给患者。每月及时更新相关健康宣教内容,手机可移动性强,不限时间、地点,方便患者随时随地进行操作。

手绘健康宣教栏

手绘宣教栏是以图画结合文字的方式,将各种皮肤疾病的注意事项、治疗特点等进行介绍,同时结合科室的中医特色,与节气、国家节日等进行联系,以这种图文并茂的形式让患者更加直观地掌握宣教知识。浅显易懂,能增加患者的兴趣,也能加深记忆。

《“健康中国 2030”规划纲要》中提出:“共建共享、全民健康”是建设健康中国的战略主题。我院护理团队通过不同形式的健康宣教形式,以满足不同患者的需求,让患者了解疾病发生、发展以及预防过程,不仅为患者健康保驾护航,也共同谱写了“健康中国”的时代主题。

(护理部)

由我院皮肤科和内科联合自主开发的银屑病评分工具正式上线

银屑病是一种遗传与环境共同作用诱发的免疫介导的慢性、复发性、炎症性、系统性疾病,典型临床表现为鳞屑性红斑或斑块,局限或广泛分布,无传染性,常罹患终身。为了更好地进行临床诊疗,由我院皮肤科和内科联合自主开发的银屑病评分工具正式上线。

该工具中的评分项目包括:皮损体表面积评分(BSA)、银屑病皮损面积和严重程度指数评分(PASI)、医师整体评估(PGA)、头皮特定医师整体评估(ss-PGA)、头皮银屑病严重程度指数(PSSI)、医师整体评估-指甲(PGA-F)、甲银屑病严重指数评分(NSPSI)、掌跖银屑病的医师整体评估(pp-PGA)、掌跖PASI(pp-PASI)。临床医师可进入小程序,选择相应的评分项目,再根据患者的皮损情况进行填写评分,最终结果会自动计算。整个过程中,界面清晰明了,操作简单快捷,简化了纸笔填写的繁琐以及避免了人工计算的误差。该评分工具将帮助临床医师快速、准确评估银屑病的严重程度,提高临床工作效率。

在银屑病的治疗上,讲究循序渐进的原则,《中国银屑病诊疗指南(2018 简版)》指出银屑病的治疗方案应根据患者症状确定,轻度以外用治疗为主,中重度可使用系统治疗,对传统系统性药物治疗效果欠佳的患者可适当选择靶向生物制剂治疗。因此,评估银屑病的严重程度对于指导用药及制定合理治疗方案具有重要的意义。

(皮肤科)

无畏奋战一线 和谐奉献暖人心

在上级部门关心支持以及社会各方的全力配合下,通过全院职工的共同努力,武夷路院区于11月27日下午18:00顺利解除闭环管理。封闭管理结束后,相关部门立即安排闭环人员有序离院,并组织进行院区清理、信息系统复位、门诊临时排班、终末消杀等工作,确保周日增开门诊顺利运行。

此次闭环管理是对医院精细化管理的考验,也是对全体员工凝聚力的考验,事实证明我们是一只拉得出、打得响、过得硬、战得胜的队伍,皮院人众志成城、守望相助共同度过了此次难关,此次实战为我院多元院区管理积累了一定的经验,后续我们将进一步总结问题并加以梳理,以崭新的风貌与精湛的服务继续守卫大众皮肤健康。

(院办)

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: 021-36803000

预约: 021-36803100

附近公交: 地铁 1 号线, 46.95、253.705.741.745.760.726、812.849.862 等。

长宁区门诊部

地址: 上海市武夷路 200 号

邮编: 200050

医院总机: 021-36803000

预约: 021-36803100

附近公交: 地铁 2,3,4,11 号线, 01.44.57.62.71.76.96、138.923 等。

虬江路分院

地址: 上海市虬江路 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: 南北高架永兴路出口下直接右转,沿虬江路直行即可。



最近几天,有没有在冲浪时看到醒目的红丝带?有没有在街上收到来自陌生人诚挚的小礼物?惊奇吗?那是啥?

今天是 12 月 1 日,是第 34 个“世界艾滋病日”。今年我国宣传活动主题“生命至上 终结艾滋 健康平等”(英文主题为“End inequalities. End AIDS. End pandemics.”)。

一提起艾滋病,总会让人谈“艾”色变,避之不及,但是,别慌张,别害怕,别一提起艾滋病,大家脑海里会联想到,死亡?吸毒?滥交?同性恋?家破人散?被大众唾弃?但艾滋病真的有这么可怕吗?关于艾滋病,你需要知道些什么。

艾滋病的流行现状?

艾滋病在全球范围内广泛流行,特别是在发展中国家迅速蔓延,全球超过 210 个国家和地区有病例报告。据估计,截至 2020 年,全球现有 3800 万人感染了艾滋病病毒,非洲区域感染人数高达 2570 万。近几年来,我国艾滋病发病人数也明显上升,尤其是在年轻人当中。

艾滋病是什么?

艾滋病,全称是“获得性免疫缺陷综合征”(Acquired Immunodeficiency Syndrome, AIDS)。它是由人类免疫缺陷病毒(HIV,即艾滋病病毒)破坏人免疫功能引起的一种危害性大、病死率高的严重传染病。艾滋病病毒能攻击人体免疫系统,它把人体免疫系统中最重要的 CD4T 淋巴细胞作为主要攻击目标,大量破坏该细胞,使人体丧失免疫功能。因此,人体感染艾滋病后易于感染各种疾病,并可发生恶性肿瘤,病死率较高。艾滋病病毒在人体内的潜伏期平均为 8-9 年,在艾滋病病毒潜伏期内,可以没有任何症状地生活和工作,具有较强的隐蔽性和传染性。目前还没有疫苗可以预防,也没有治愈这种疾病的有效药物或方法。

艾滋病的典型症状?

在感染艾滋病病毒初期,大多数患者临床症状轻微,持续 1-3 周后缓解,临床表现以发热最为

谈“艾”色变? 你错了。

常见,可伴有咽痛、盗汗、恶心、呕吐、腹泻、皮疹、关节疼痛、淋巴结肿大和神经系统症状;

进入艾滋病期后,患者可出现持续一周以上的发热、盗汗、腹泻,体重减轻 10%以上,部分患者还会出现神经精神症状。

艾滋病的传染源?

艾滋病病毒感染者和艾滋病患者为本病的传染源。

艾滋病病毒主要存在于传染源的体液中。确定具有传染性的体液包括血液、体液、精液和阴道分泌物。脑脊液、关节液、胸水、腹水、心包积液、羊水也具有传染性,但其引起感染的危险程度尚不明确。粪便、鼻分泌物、唾液、痰液、汗液、泪液、尿液及呕吐物通常认为不具有传染性。(来源于中国艾滋病诊疗指南 2021 年版)

艾滋病的传播途径?

1. 性接触传播:包括同性及异性之间的性接触。肛交、口交有更大的传染危险。

2. 血液及血制品传播:包括输入污染了艾滋病病毒的血液或血液制品;静脉药瘾者共用受艾滋病病毒污染的、未消毒的针头及注射器;共用其它医疗器械或生活用具等也可能经破损处传染。

3. 母婴传播:也称围产期传播,即感染了艾滋病病毒的母亲在产前通过胎盘,分娩过程中通过产道及产后通过哺乳传染给了胎儿或婴儿。

HIV 感染的窗口期?

根据我国最新版的《艾滋病和艾滋病病毒感染诊断》标准,现有诊断技术检测 HIV 抗体、抗原和核酸的窗口期分别为感染后的 3 周、2 周和 1 周左右。

艾滋病的“高危行为”?

一般认为,有可能传播艾滋病的风险行为就是指与艾滋病病人发生了明确的血液或体液交换的行为。

艾滋病的“高风险人群”?

主要有男男同性性行为者、静脉注射毒品者、与 HIV/AIDS 患者有性接触者、多性伴人群、性传播感染群体。

“高风险人群”如何预防艾滋病?

1. 性行为时做好保护措施,安全套能避免绝大部分的艾滋病和性病传播风险;

2. 拒绝各种类型的毒品,避免与他人共用针头、注射器和其他注射器具;

3. 交往固定的性伴侣,尤其是男男性行为人群,避免私生活过分混乱;

4. 建议定期接受艾滋病检测,对于一部分高风险人群可以服用药物预防(PrEP);

5. 感染了性传播疾病,应及时的接受正规治疗。

普通人如何预防艾滋病?

树立正确的恋爱观、性爱观,交往固定的伴侣;避免多性伴的情况发生;倡导安全性行为,避免输入污染了艾滋病病毒的血液或血液制品;远离各种类型的毒品,更不要与他人共用注射器;注意个人卫生,避免感染各种性病;避免使用不安全的血液或血液制品;不与他人共用剃须刀、刮胡刀、牙刷、刮眉刀等私人物品;选择正规的医美机构,不用未消毒的器具穿耳孔、文身、美容;高危人群定期检查,比如男男性行为者、职业性工作者等。

一次高危性行为, 感染 HIV 的概率是多少?

一次高危行为为感染艾滋病的概率在 1/3000 至 1/10 之间。且艾滋病人所处的疾病期不同,感染率也不同。明确对方是艾滋病感染者,单次性行为传播艾滋病的

概率:男男性行为传播几率为 1/1600 至 1/10。异性间性行为又分为两种,男传女和女传男。男性传染给女性几率为 1/200-1/2000;女性传染给男性几率为 1/700 -1/3000; 女女感染艾滋病的几率尚未有可靠数据。而且,一般情况下,疾病初期的传染性最高,几率为 1/10-1/20。第二个传染高峰期无症状期结束临床期到来,传染几率为 1/100-1/200。无症状期传染几率为 1/1000。(来源于中国疾病预防控制中心)

高危性行为后多久去医院检查 HIV? 如何确定排除感染 HIV?

高危发生后第 4 周检查 HIV 抗体,如果阴性,第 8 周和第 12 周分别行 HIV 抗体检测,如果均为阴性,则排除 HIV 感染。(来源于中国疾病预防控制中心)

骑共享单车的时候,被不明液体浸湿了,会不会传播艾滋病呢?手上有一个已经结痂的伤口,不小心摸到了不明液体,红色的,怀疑是血液,会不会传播艾滋病?和艾滋病患者公用马桶,会不会传播艾滋病呢?泡公共温泉会感染艾滋病吗?

一般认为“伤口”传播艾滋病通常只发生在一些特定的场景:比如,医护人员给艾滋病患者手术时发生了医疗暴露;警察在抓捕艾滋病罪犯的时候遇到激烈反抗受伤,多人共用针具通过静脉注射毒品;纹身的时候多人混用针头……HIV 病毒的体外生存能力极差,离开了宿主(艾滋病患者)的身体,进入到环境后会因为外界各种环境因素的改变,比如温度、干燥、pH 值、接触空气等迅速失活,即失去感染活性。HIV 病毒无法在空气中、水中、物品表面长期存活,一旦离开了人体环境,病毒就会很快失去继续传播的能力。(来源于中国疾病预防控制中心)

2019 年 11 月 4 日,在首届腾讯医学 ME 大会上,(下转 1,4 版中缝)

发挥中医特色 防治皮肤疾病

全身起多种形状的皮疹,对称性,非常瘙痒,寝食难安,有时出水,太难受了,很多人说治不好了,那么生活还有什么意义呀?

湿疹的特点是多样性、对称性,剧烈瘙痒,容易复发。湿疹病因复杂,常为内外因相互作用结果。内因如慢性消化系统疾病、精神紧张、失眠、过度疲劳、情绪变化、内分泌失调、感染、新陈代谢障碍等,外因如生活环境、气候变化、食物等均可影响湿疹的发生。正因为病因太复杂,所以容易受过敏源诱导而复发。但是也不要悲观,中西医结合方法治疗湿疹非常有效。中医的特点是“辨证论治,治病求本”,通过“望闻问切,四诊合参”以寻求疾病的本质,调整机体阴阳气血平衡,达到扶正祛邪的目的。具体方法有中药水剂内服,中药溶液药

浴,还有针灸拔罐等中医特色疗法,能改善湿疹的症状,甚至治愈,减少复发。

皮肤是人体的最大器官,覆盖于人体表面,有屏障、吸收、感觉、代谢、分泌和排泄、免疫功能,同时脏腑功能失调也会表现于皮肤。《黄帝内经》:“有诸形于内,必形于外”,可以说皮肤是审视内在脏腑功能平衡协调与否的一面镜子。上海市皮肤病医院中医皮肤科秉承“中西结合,内外共调,标本兼治”的宗旨,发挥中医特色,擅长运用中医“治病必求本”理论,治疗很多复发性、难治性皮肤病,除了湿疹外,诸如带状疱疹及后遗神经痛、特应性皮炎、荨麻疹、痤疮、银屑病、老年皮肤瘙痒症等,通过中医中药治疗都能取得满意的疗效。

(中医皮肤科 谢韶琼)