

明星科室

“透”满情怀 “肾”命不息

——桂林医学院附属医院肾内科加快高质量发展综述

□本报记者徐莹波 通讯员李锦

“肾为先天之本”——医学名著《医宗必读》中的这一论断,堪称对肾脏重要性的最佳诠释。随着人口老龄化程度不断加深,高血压肾病、糖尿病肾病患者日趋增多,特别是慢性肾衰竭(俗称“尿毒症”),已成为全球范围内一大健康问题。在此背景下,肾内科在救治相关患者方面的重要性更加凸显。

桂林医学院附属医院肾内科创建于1982年。42年来,在几代肾内科人的共同努力下,科室取得了长足发展,已成为基础扎实、梯队健全、亚专科设置合理、技术力量雄厚、设备先进的临床学科,是广西临床重点专科,也是我市肾脏疾病的临床、科研、教学基地之一,救治了无数患者。

在肾内科透析 21 年后,她有信心再与病魔战斗 20 年

近日,记者来到桂医附院肾内科。“白衣天使医术高,精心护理暖人心”“爱岗敬业,病友好帮手”……走廊里墙上挂满了各类锦旗,以及科室的介绍。普通病房里,宽敞明亮,几名慢性肾衰竭患者躺在病床上进行血液透析,一名护士来回走动,实时观察患者的情况。VIP病房里设置有办公桌椅和电脑,可满足家属陪护时的办公需要。

在VIP病房,记者见到了市民阳女士,她刚做完透析,正躺在病床上休息。“我在这里做透析已有21年了。”她说。

阳女士因患有慢性肾衰竭,从2003年至今一直在桂医附院肾内科进行透析治疗。21年来,在肾内科原主任尹友生和现主任欧俊的精心治疗下,她的身体保持了较好状态,各项检查指标都在安全范围内。

“阳女士是在我院肾内科接受透析治疗时间最长的患者。”欧俊说,目前治疗慢性肾衰竭的方式主要包括肾移植和血液透析两种。其中,肾移植花费不菲,且需要有合适的肾源。而血液透析技术已非常成熟,慢性肾衰竭患者只要坚持治疗,养成良好的生活习惯,就有可能获得长期高质量的生存。

阳女士说:“桂医附院肾内科的医护人员服务好、医术高,他们还经常鼓励我树立信心与病魔抗争。现在,我跟部分医护人员已成为朋友。



桂医附院肾内科是一个团结奋进、拼搏创新的集体。

(桂医附院肾内科供图)



▲在查房时,欧俊详细了解透析患者的情况。

记者徐莹波 摄



▲欧俊(左一)为患者做人工血管手术。(桂医附院肾内科供图)

在他们的帮助下,我有信心再与病魔战斗 20 年。

欧俊,毕业于南方医科大学内科学(肾病)专业,医学博士,师从于我国著名肾脏病专家侯凡凡院士,曾在国家肾脏病临床医学研究中心学习及工作,在美国肾脏病杂志等国内外杂志发表学术论文 20 余篇。

欧俊介绍,肾内科现有一病区、二病区、血液净化治疗区等三个治疗区域,共有透析病床 120 张,病房病床 75 张。开设全年无休的专科门诊,年专科门诊服务 3 万余人次,年住院治疗

3500 余人次。科室共有医疗技人员 110 余人。医生 22 人,其中主任医师 3 人、副主任医师 9 人、博士 3 人;护士 85 人,其中副主任护师 6 人。

2005 年,桂医附院肾内科获得国家药物临床试验资格。2013 年获评广西临床重点专科。2014 年被确定为全国县级医院血液净化技术培训基地、住院医师规范化培训基地。2016 年成为桂林市血液净化治疗质量控制中心。2018 年获得建立院士工作站资格。2019 年成为国家慢性肾脏病临床医学研究中心核心成员单位。目前,科室设有血液透析、腹膜透析、血管通路、肾脏病理、连续性肾脏代替治疗、慢性肾病管理、专科护理团队等 7 个亚专科小组,形成了良好的技术团队与亚专业组,积累了丰富的临床经验。

“桂医附院医护人员待我像亲人一样”

市民唐先生的父母很早离世,他与哥哥的生活曾过得十分艰难。为了谋生,两兄弟开了一家电动车修理店,由于技术过硬,很快得到附近居民认可,生意越来越好。唐先生也结婚并有了孩子。

正当生活变得越来越幸福时,2014 年,唐先生患上慢性肾衰竭。他咬牙硬挺着,一次次来到桂医附院肾内科进行透析治疗。好不容易他的病情平稳了,2019 年,哥哥突发脑出血,让这

个家庭负担更沉重。与此同时,他的透析生命线——自体动静脉内瘘在使用几年后也出现了问题,在另一只手重新建立自体动静脉内瘘也由于血管栓塞无法使用。

正当唐先生感到绝望时,欧俊和肾内科医生覃新芳伸出了援手。他们为唐先生制定了详细的治疗方案,成功实施人工移植血管动静脉成形术。考虑到唐先生的家庭较困难,经医院批准,欧俊为他减免了住院治疗费用,减轻其经济负担。

在医护人员精心照料下,唐先生的“生命线”得以重新打通,重新点燃了他对生活的希望。如今,唐先生的儿子已经参加工作,哥哥的健康状况也有所好转。

唐先生说:“是桂医附院肾内科的医护人员救了我,他们对待我就像亲人一样。现在,我每周自己开着电动车来医院透析 3 次,身体状况比较平稳,平时还可以继续为市民修车。”

欧俊介绍,肾内科血液透析亚专科拥有 120 台血透机,有长期血透病人 500 余人,每年血液透析达 7 万人次。透析医疗设备精良,透析治疗方式多样化,常规开展血液透析、血液透析滤过、血浆置换及免疫吸附、血液灌流、床旁连续性血液净化等,保证了透析质量并延长透析患者的生命。

此外,血管通路亚专科自行开展动静脉内瘘手术近 10 年,完成动静脉内瘘手术近 3000 台,其中包括转位内瘘术、移植血管内瘘术、动

静脉内瘘取栓重建术、动脉瘤切除修补术、内瘘缩窄术等疑难复杂内瘘手术,每年内瘘手术量近 500 台。肾脏病理亚专科开展肾穿刺活检术 30 余年,完成肾活检近 3000 例;近 3 年,每年开展肾活检在 300 例以上,具有丰富的肾穿刺活检术及病理诊断经验。

在做好临床、教学、科研等工作的同时,肾内科还积极帮扶基层医院发展。阳朔县白沙镇距离市区约 56 千米,该镇现有慢性肾衰竭患者 20 多人。由于患者每周需要到医院进行血液透析 2 至 3 次,往返路程太远,给患者治疗增大了难度。

白沙镇卫生院医务人员希望在本院建设血透室来满足患者的治疗需要,并请求桂医附院肾内科给予帮助。随后,桂医附院肾内科专家尹友生教授来到该院,培训当地医护人员,并帮助设计血透室和引进设备。

2023 年 12 月,白沙镇卫生院的血透室正式启用,让当地患者在家门口就能得到治疗。

弘德善医,大爱无疆。欧俊表示,肾内科全体医护人员将秉承全心全意为患者服务的宗旨,始终坚持“以人为本、患者至上、爱心济世、百姓放心”的服务理念,以一流的技术促进发展,以科学的管理开拓创新,以优质的服务赢得声誉,为建设服务大众、技术精湛、特色鲜明的肾脏病学科而不懈努力。

健康讲堂

检查发现颈动脉斑块,怎么办?

□李向成(桂林市中西医结合医院脑病科)

随着年龄增长,人体动脉会逐渐老化、硬化,在血管壁上不断形成增厚的凸起,这就是斑块自然形成的过程。全身的动脉血管都可能“长斑”,其中颈动脉斑块(又称动脉粥样硬化)危害最大。调查显示:我国年龄 40 岁以上的人群中,颈动脉斑块的检出率超过 40%;45 岁以上的中老年人群中确诊为卒中或短暂性脑缺血发作的病例,颈动脉斑块检出率接近 80%;60 岁以上的人群基本均有斑块。颈动脉斑块就像厨房下水道中的油污,时间久了会导致下水道狭窄堵塞。所以当颈动脉狭窄堵塞时,不仅影响供血,也可能诱发缺血性脑卒中。当斑块脱落形成了血栓,随血流到达大脑还会导致栓塞。《中国脑卒中防治报告》显示,50%~75% 的缺血性脑卒中由颈动脉病变所致,严重时可危及生命。

一、生活中这 5 件事会加速斑块产生

虽然说随着年龄的增长,血管功能逐渐减弱,大部分人的颈动脉都会出现斑块,但是生活中的一些不良习惯可能催化斑块的生成。

1. 抽烟喝酒:吸烟的人颈动脉更容易长斑块。据这项研究,吸烟者的斑块患病率为 36%,明显高于不吸烟者的 28%。吸烟和大量饮酒是催化斑块生成的危险因素之一。香烟中的尼古丁可促进导致动脉粥样硬化发生的低密度脂蛋白增高,使保护动脉免于发生粥样硬化的高密度脂蛋白降低,同时使血压升高,并导致动脉粥样硬化发生。而大量饮酒不但可导致脑血流量减少,还可损害肝脏,影响脂质代谢。

2. “三高”饮食:高盐、高糖、高油的“三高”饮食,不仅会引起肥胖,还会增加患高血压的风险,同时可能引起血糖和胰岛素水平增高,导致更多油脂沉积在血管壁上。这些都会增加动脉硬化的风险。

3. 久坐少运动:运动可以促进血液循环,帮助身体排出废物,增加血管弹性。而长时间的久坐不动自然会影响血液循环,导致血管内垃圾堆积,易形成粥样硬化斑块。

4. 经常熬夜:睡眠不足会增加炎症细胞,这是导致动脉粥样硬化的主要原因。大脑激素可以控制脑髓中炎症细胞的产生,从而有助于保护血管免受损伤。而这种抗炎机制受到睡眠的调

节。如果经常睡眠不足或者睡眠质量不佳,这种机制就会失效,增加动脉粥样硬化的风险。

5. 肥胖:肥胖青少年的动脉血管在十多岁时就已经开始变得僵硬。研究发现体脂总量与动脉僵硬度呈正相关,持续体脂过高的人群动脉更易僵硬。而动脉僵硬度高是动脉粥样硬化一个明显的信号,会增加心梗、卒中发生几率和心血管疾病死亡率。

二、如果形成颈动脉斑块,可以缩小或者消除吗?

只要在医生指导下坚持合理治疗,部分患者发现颈动脉斑块后,是可以缩小甚至完全消退的。改善颈动脉斑块,一定要注意五点。

第一,改善生活方式。控制饮食、改善饮食结构、增加运动、减轻体重、戒烟限酒,这些措施有助于降低血液中胆固醇水平,防止斑块进一步增长或增多。

第二,若患有高血压或糖尿病,还要积极合理控制血压血糖。高血压和糖尿病都是导致动脉粥样硬化斑块形成的重要因素。

第三,积极合理应用他汀类药物治疗。通过他汀治疗实现斑块逆转的报道并不少见,并且已有多项临床研究证实他汀类药物治疗有助于逆转斑块。

第四,低密度脂蛋白胆固醇达标是实现斑块逆转的关键。根据患者具体情况,特别是整体心血管危险水平,确定相应的低密度脂蛋白胆固醇目标值,并通过改善生活方式以及他汀药物治疗使其达到目标值以下。只有如此,才有可能实现斑块的逆转。如果仅仅是象征性地服用他汀,则难以达到理想效果。

第五,对于多数患者而言,应该长期乃至终身服用他汀。长期服用药物是抑制斑块增长的有效措施,间断用药的做法非常不可取。最后提醒大家:如果颈动脉斑块导致 ≥ 50% 的血管狭窄(特别是伴有脑缺血症状者),是使用他汀治疗的明确指征,无论胆固醇高不高,都应该予以他汀治疗!

不要发现颈动脉斑块就使用他汀治疗。不是说所有的颈动脉斑块都具有很高的危险性,一些风险较低的,甚至完全可以先不吃药治疗。是否要吃药,具体要看斑块以及自身情况来定,最好请专科医生指导用药。

健康动态

桂医附院糖尿病逆转中心揭牌成立

本报讯(记者徐莹波 通讯员邱俊霖 李自恩)日前,桂林医学院附属医院糖尿病逆转中心正式揭牌成立。据悉,这是我市医疗系统首个糖尿病逆转中心,将致力于帮助糖尿病患者逆转治疗。

Ⅱ型糖尿病是一种以高血糖为特征的进展性疾病,一直被认为需要长期使用降糖药物治疗,如果一种药效果不佳,就加第二种,然后不停加药,最终用到胰岛素。近年来的大量研究结果显示,通过生活方式干预、药物治疗以及代谢手术能够促进合并超重和肥胖的Ⅱ型糖尿病缓解,使患者在较长时间内免于使用降糖药物,也就是糖尿病缓解或

逆转。2021 年,我国发布《缓解Ⅱ型糖尿病中国专家共识》,目的是帮助糖尿病患者不需要药物干预而控制好血糖。这也是一种新的糖尿病治疗理念,将有效减少医保资金和患者个人的支出。

为了帮助Ⅱ型糖尿病患者获得逆转,桂医附院内分泌科与营养科、中医科、胃肠外科、医学心理咨询门诊等组建了多学科联合诊疗团队,并成立了糖尿病逆转中心。

桂医附院副院长马礼兵表示,Ⅱ型糖尿病缓解有助于减轻患者心理负担,增强患者依从健康生活方式的信心,提升患者生活质量,远期还可以延缓疾病进展速度,降低终

生并发症的发生风险。这也在不同程度减少患者及家庭、社会的经济负担。据估算,我市糖尿病患者近 55 万,很多早期患者容易逆转,可得到很好的生活保障。医院将全力支持糖尿病逆转中心建设和发展,努力救治更多糖尿病患者。

另据桂医附院内分泌科主任周素娴介绍,糖尿病逆转中心运营后,有需要的患者可向中心提出申请或由专科医生推荐;中心进行评估后,符合糖尿病逆转的患者,将根据情况邀请多学科会诊,让患者得到较佳的治疗方案。医护人员还会定期随访,随时调整患者的治疗方案,努力帮助其糖尿病实现逆转。

市人民医院举办“清廉讲坛暨青医讲坛”活动

本报讯(记者徐莹波 通讯员廖国梁)近日,市人民医院举行“滴水人医文化大讲堂·清廉讲坛暨青医讲坛”活动。医院党委班子成員、各党支部党员代表、青年干部职工代表,以及平乐县人民医院、兴安县人民医院、阳朔县人民医院、全州县人民医院等 4 家紧密型医联体单位代表参加活动。

本次讲坛邀请了市卫健委党组成员、市纪委监委驻市卫健委纪检监察组组长刘彬芳作专题讲座。她围绕“学纪、知纪、明纪、守纪”

的主题,阐述了清廉医院建设的要求和方向,并对新修订的《中国共产党纪律处分条例》进行了了解析。活动期间,市人民医院与 4 家医联体单位签订了清廉共建协议,并向各单位代表赠送了清廉读本。来自市人民医院及各医联体单位的 7 名青年代表还畅谈了他们对清廉医院建设的感悟。

市人民医院党委书记王畅介绍,近年来,医院围绕“滴水润心,人医清韵”清廉品牌,通过加强党建领廉、制度固廉、监督护廉、文

化育廉、青年创廉“五廉一体”建设,深入推进清廉医院与党建工作、专项整治工作、行风工作、现代医院管理工作、纪检监察监督工作相结合,清廉医院建设取得实效。今后,医院将与医联体各单位共同打造有品牌、有内涵、有特色的融合共建标杆,形成清廉建设发展的新局面,为助力健康桂林建设提供坚强保障。同时,医院还将引导和教育青年职工增强使命感,积极参与清廉医院建设,做新时代有担当、有作为、有使命的青年医者。

市中西医结合医院举办肿瘤防治宣传周义诊活动

本报讯(记者刘菁 通讯员熊文慧)在第 30 届全国肿瘤防治宣传周期间,桂林市中西医结合医院肿瘤科响应广西抗癌协会号召,以“综合施策,科学防癌”为主题举行义诊活动,旨在提升公众对癌症早诊早治的意识,同时提高癌症早诊率。

据统计,在“中医药及壮瑶药膳在肿瘤科中

的应用”宣传活动中,有 50 人参与听课,其中 30 人积极参与了中医适宜技术和八段锦体验。在肿瘤科医疗团队的组织下,甲状腺和乳腺 B 超肿瘤筛查等义诊中,共为 100 余人次提供了筛查服务,筛查过程中发现一些疑似恶性肿瘤患者,并为这些患者提供了进一步检查和治疗的建议,有望实现早期干预和治疗。

此次活动主要组织者朱其勇主任医师表示,桂林市中西医结合医院作为桂林市肿瘤医院挂靠单位,每年一度的全国肿瘤宣传周活动有助于增强公众的健康意识及自我保健能力,通过免费检查和专家讲解,能够使市民更直接地了解自己的健康状况,从而及时采取必要的预防和治疗措施。