

# 医者仁心守护 不负患者信任

## ——走近静安区闸北中心医院血液肿瘤科主任周帆

### 静医·敬医

#### ——走近静安名医系列第二期

“这些本子记录了自2003年以来,我参加病房查房的笔记。”走进静安区闸北中心医院血液肿瘤科主任周帆的办公室,打开文件柜门,从一排奖杯、奖章的后面,周帆小心翼翼地拿出整整15本工作手册。翻开这些工作手册,上面写满了患者的姓名、诊断、检查结果、治疗方案,每一页都记得满满当当。“这是从血液肿瘤科成立之初到现在养成的习惯。”周帆说。

周帆从事临床医疗工作32年,擅长多发性骨髓瘤、白血病、淋巴瘤等恶性血液肿瘤疾病的诊断与治疗。个人曾先后荣获上海市三八红旗手、首届“上海市区域名医”称号、上海市五一劳动奖章等多项荣誉。

■记者 郁婷芳

### 探索诊治方式 为患者生存带来生机

多发性骨髓瘤是一种恶性疾病,堪称血液系统第二大肿瘤,多发于老年人,且发病率逐年上升,目前仍无法治愈。化疗和造血干细胞移植是治疗多发性骨髓瘤仅有的两种方法,而对于65岁以上不宜移植,且身体伴有脏器不全而无法化疗的患者,却要面临着无药可用的局面。如何才能使这类患者的生命得到延续、生存质量得到提高?

周帆带领团队探索出了节律性化疗的方式,诊治复发难治多发性骨髓瘤的患者,为这部分患者的生存带来一线生机。

“周主任,我来复诊了,今天想让您帮我看看这次的检查结果。”作为血液肿瘤科的老病号,程阿姨每个月都会来挂周帆的专家门诊。与其说是定时随访,对阿姨来说更像是“回娘家”。

2010年,程阿姨被诊断为多发性骨髓瘤,当时因为有心功能不全,且伴有心包积液、胸腔积液、腹腔积液,不能耐受常规剂量的化疗方案。家人为此奔走四方、各处求医,后经人介绍来到静安区闸北中心医院血液肿瘤科,周帆应用节律性化疗方案给她进行了治疗。半年后,不但肿瘤负荷大大下降,心功能也随之好转,心包积液、腹腔积液也慢慢减少。如今,13年过去了,程阿姨病情控制稳定,日常生活也和常人一样。她说:“当时刚被确诊的时候,感觉天都要塌了。由于病情太重,常规的化疗耐受不了,就在我自己都要放弃自己的时候,周主任没有放弃我。”

节律性化疗治疗复发难治多发性骨髓瘤疾病的研究结果,也被国外知名杂志所发表并作为治疗方案录入《中国多发性骨髓瘤诊治指南》。2020年第六届“上海市抗癌科技奖”评选中,团队关于《节律性化疗诊治复发难治多发性骨髓瘤的临床与基础研究》被评为三等奖。在2021年度上海医学科技奖评选活动中,团队关于《多发性骨髓瘤诊疗新策略及应用基础研究》项目荣获三等奖。

这些年来,程阿姨也见证了周帆职业生涯的不断提升,职称和职务的

改变让她工作变得更忙,但不变的仍然是这份医者仁心的守护和坚持。在程阿姨的印象中,周帆从来没有准时下过班,不论多晚,她都要一一看过病房的危重病人才会安心离开。

### 主动给患者留电话

#### 服务患者群体扩至长三角

2019年,在静安区卫生和健康发展委员会领导下,静安区闸北中心医院牵头成立长三角区县血液联盟。联盟自成立以来,通过举办线上线下义诊、继续教育项目和大咖云会诊等活动,为长三角区县血液肿瘤疾病,特别是多发性骨髓瘤的规范化和疑难病的诊治起到积极的推动作用,惠及了许多长三角地区的血液病患者。

2014年,来自浙江杭州的余先生被确诊为多发性骨髓瘤,在当地治疗了一个疗程后,不仅四肢乏力,同时伴有全身浮肿。入院后,周帆根据患者病情制定了周密的治疗方案,严格控制患者出入量,待患者水肿改善后,调整化疗方案。经过治疗,患者骨髓瘤及淀粉样变性均达完全缓解。受益于长三角区县血液联盟的发展,余先生无需反复往返于上海及杭州之间,仅需口服化疗药物,相关复

查的检查检验报告在线上就能得到解答。参照最新国际标准,余先生的骨髓瘤疗效已达MRD(微小残留病)阴性,现已停用所有抗骨髓瘤药物。

为了方便对血液病患者远程管理,周帆把自己的手机号码主动留给患者,并且24小时开机,解答患者及家属的各种问题。随着患者数量不断增加,来咨询的电话和微信也越来越多,患者群体也从上海本地辐射到长三角地区。但不论每天多忙,周帆都会抽出时间一一回复。

截至目前,长三角区县血液联盟成员单位从成立时的8家,发展为50余家。2023年,中国老年学和老年医学学会老年病学分会血液病学专委会长三角分会正式成立,周帆当选主任委员。

### 回首二十年

#### 栉风沐雨仍须砥砺前行

静安区闸北中心医院血液肿瘤科成立于2003年,在长征医院血液科及侯健教授的帮助下,团队经过二十余年的努力,逐渐成为以“多发性骨髓瘤和淋巴瘤诊治”为发展方向上海市医学重点专科。

在周帆和团队的共同努力下,血

液肿瘤科成立至今,共收治各类血液病人10万余人次,年治疗多发性骨髓瘤患者超过1900人次,难治患者缓解率可达45%—50%,与国际水平持平;而中位生存时间(生存率50%所对应的生存时间)则超过国际水平。

科室现有医护人员30余名,其中,主任医师1名、副主任医师3名,医师中硕士学位以上占90%(在读博士1名)。病区开放病床60张,其中,百级移植病房8张。获得市区级科研课题立项21项,其中国家自然科学基金面上项目1项,省部级6项。在国内外核心期刊发表论文50余篇,其中SCI收录12篇,主编专著1部。

回顾二十年科室的发展历程,周帆说:“有太多难忘的瞬间:第一次和肾脏科一起抢救重危多发性骨髓瘤肾衰患者,完成第一例自体干细胞移植;第一次获得上海市医学科技进步三等奖……最想说的就是感谢、感恩,感恩行进途中每一位支持团队的前辈和领导,感谢团队每一位成员的共同努力,也感谢每一位病患和家属的信任与重托,前路漫漫,唯有奋斗!”



扫码看视频

## 家门口就能看专家门诊

### 干眼症专病门诊受居民欢迎

■记者 郁婷芳

本报讯 73岁的陶阿婆因眼部不适,前往曹家渡街道社区卫生服务中心就诊,经检查确诊为干眼症后,医生为她定制了一套诊疗方案,并开展了超声雾化、热敷、睑板腺按摩等一系列治疗。

“之前眼睛干涩、刺痛,有异物感,现在治疗下来,舒服很多,感觉症状得到缓解,医生告诉我一定要继续坚持治疗一段时间。”陶阿婆说。

近些年,随着人们生活习惯的改变,尤其是电子产品的频繁使用,给日常生活带来便利的同时,也给眼健康带来了危害。研究表明,我国人群

的干眼发病率超过30%,并不断呈现年轻化趋势。干眼症作为眼科门诊中第一大类疾病,已成为影响人们工作效率与生活质量的常见眼健康问题。

2022年底,曹家渡街道社区卫生服务中心眼科新增干眼症专病门诊,增加干眼症治疗室,开展了集超声雾化、热敷、睑板腺按摩三位一体的干眼症治疗,满足周边居民眼科常见病的治疗需求,取得了较好的效果,受到了附近居民的交口称赞。近日,中心干眼症专病门诊入选2023年度静安区社区卫生特色服务项目。

“很多朋友在长时间用眼后,经

常会感到眼睛干涩、异物感、眼红、刺痛等不适,这些都可能是干眼症的症状。”中心眼科医生杨晟介绍道,“目前,睑板腺功能障碍已成为干眼症的主要病因。除了进行专业规范的治疗外,培养良好的生活习惯、调整饮食、合理用眼、适当运动、做好眼部保健等对预防也很重要。”

杨医生提醒,只是滴眼药水或一次治疗就想彻底告别干眼症,显然不可能。作为一种常见慢性病,干眼病患者需要结合自身症状,进行持续性跟踪治疗;患者如果能够注意用眼卫生、好好保养,眼干症状是完全能够控制的。

据了解,中心眼科设置已有20余年,设施设备齐全,配备了视力检测仪、检眼镜、裂隙灯、非接触式眼压仪、眼底照相仪等设备,可为社区居民提供眼科常见病多发病的诊治。同时,中心特邀华山医院眼科熊毅彤副主任医师每周下沉中心开展眼科专病门诊,让居民在家门口享受到三级医院专家的诊疗服务。

### 干眼症门诊

时间:周一至周五 下午1:30—4:00  
地址:中心二楼眼科门诊  
咨询热线:62268811—218 杨医生



■记者 郁婷芳

本报讯 半年前,陈老伯开始出现耳闷、耳背,耳朵里嗡嗡响不停,闹得自己心绪不宁。检查发现,耳朵没毛病,但是吃药却不见好。日前,他来到彭浦镇第二社区卫生服务中心特色耳鸣专病门诊寻求针灸治疗。医生详询病情后,为他制定了针灸治疗方案,辅以中药调理,调整脏腑功能、疏通经络,以求改善耳部症状。

“第一次治疗后,感觉耳闷好多了。”陈老伯说,目前他继续按疗程进行针灸治疗,巩固疗效的同时,防止复发。

随着我国人口老龄化程度加重,耳鸣发病率随年龄的增长而增高,严重影响部分老年人的生活质量及心理健康。中心自2020年起,开展特色针法——穴位提插补法操作对老年耳鸣患者进行治疗,取得良好效果。2022年以来,在上海市经络研究所针灸专家的指导下,中心开设特色耳鸣专病门诊,受到辖区居民欢迎。近日,中心“特色针法防治老年人耳鸣”项目入选2023年度静安区社区卫生特色服务项目。

中心以肾经亏虚型耳鸣为主要诊疗群体,医生选取耳周穴位耳门、听宫、听会,以及身体穴位中渚、太溪、复溜、足三阴及关元,各个穴位进针得气后,施以重插轻提针刺手法操作,传统针刺补法操作加以治疗。此针刺手法操作体现中医特色,同普通电针相比,可减少患者痛苦,节约经济成本,更易推广普及。

中心依托上海市名中医工作室创建契机,与上海市针灸经络研究所合作,融合中心社区特点,引进专家开展临床带教,重视针灸人才培养,配备各类针灸、火罐、中医定向透灸仪、中医熏蒸仪、督灸床等中医设备,进一步提升中医诊疗服务能力。

同时,以区级立项课题《针刺提插补法治疗老年人肾经亏虚型耳鸣临床疗效观察》为依托,科研临床相结合,做好耳鸣诊疗服务宣传,制作相关耳鸣防治宣传品,前往辖区居民进行耳鸣公益讲座及问诊服务,将耳鸣康复养生、保健、护理知识传授给更多人。

### 耳鸣门诊

时间:周一、二、三、五全天 上午8:00—11:15 下午2:00—4:30

## 特色针法让耳鸣不再难治



## 正畸医生让我打“骨钉”,什么是“骨钉”?

■记者 郁婷芳

“骨钉”,也叫正畸支抗钉,是植入牙槽骨的临时性迷你植体,因其能够简单、高效、安全地辅助牙齿移动,已经成为现代正畸常用的一种辅助工具,待其“功成身退”后便会移除,伤口会自行复原,一般一周左右牙龈可以恢复正常。

### “骨钉”长什么样?大不大?

“骨钉”一般直径约1.2~1.6毫米、长度6~12毫

米,由纯钛或不锈钢制作,非常迷你,大多植入在牙龈与牙根之间的牙槽骨中,完全不会损伤到牙齿。

### “骨钉”有什么用?能不打吗?

“骨钉”的作用是提供施力的固定源,帮忙拉动牙齿往需要的方向移动,就好比是岸上的桩子,拉动船靠岸。在纠正龅牙、露龈笑、深咬合或者地包天的时候,使用传统的固定装置很难实现预期目标,但有了“骨钉”就能事半功倍,帮助牙齿又快又准确地移动到目标位。

### 打“骨钉”疼吗?

大部分患者对“骨钉”的恐惧来源于想象,事实上打“骨钉”基本是不疼的。在植入“骨钉”前,医生会在相应区域打好局部麻醉药,一般2、3分钟左右就可以开始手术了,一颗“骨钉”的植入过程大约3分钟左右,基本没有感觉,部分人会感觉有点胀。麻药一般2小时左右退去,此时,大部分人也不会感觉疼痛。

### “骨钉”如何护理?

“骨钉”植入后一定要注意口腔卫生,认真刷牙,使用一周左右的漱口水,避免“骨钉”周围的口腔黏膜感染。如果清理不佳,可能会造成“骨钉”松动脱落,不过这时也不用担心,联系医生取出“骨钉”,消毒后再重新植入就可以了。如果“骨钉”对应的口腔黏膜溃疡,也可以使用正畸保护蜡进行局部保护。

当然,“骨钉”虽好,也不是所有人都需要使用。需要打“骨钉”的朋友可以放松心情,不必过于恐慌。

资料:区卫生健康委、区牙病防治所