

● 重点关注

“怒吼式”科普火出圈
心理专家：公众对心理疏导需求迫切

医师报讯（融媒体记者 玉辉）“要想好起来洒脱一点大胆做你自己”“别对自己太刻薄”“稀里糊涂地过别老琢磨”……

近日，山东东营市人民医院疼痛科主治医生姜林凯凭借一系列“怒吼式”劝人善待自己的短视频，在网络上迅速走红，网友看完后都说，“感觉自己的任督二脉一下子被打通了，整个人都豁然开朗。”甚至治好了其“精神内耗”。

姜林凯表示，不少人患有疼痛、焦虑、抑郁、失眠……“浑身不舒服但到医院检查又查不出病来”，也有不少网友反映腰疼腿疼不

知道挂什么科也不知道怎么治疗解决，于是他从去年开始发布科普视频。

在视频中，姜林凯指出，长期情绪低落会引发免疫力下降、内分泌紊乱等问题，而积极心态能促进身体修复。

心理健康和精神卫生是公共卫生的重要组成部分，也是重大的民生问题和突出的社会问题。根据国家卫生健康委公布的卫生统计数据，我国专业精神卫生机构数量从 2010 年的 1650 家增加到 2020 年的 5936 家，精神科开放床位数从 22 万张增加到 79.8 万张，执业医师从 2 万名

增加到 5 万名，机构和人员大幅增长。但资源结构分布和服务质量水平仍存在分布不均、水平不高、制度不全、监管不力 4 个方面突出问题。

心理专家表示，姜林凯医生用接地气的方式普及情绪健康，反映了公众对心理疏导的迫切需求。

此前，在国家卫生健康委召开的介绍心理健康和精神卫生工作有关情况的新闻发布会上，上海市精神卫生中心党委书记谢斌强调，一方面，心理状态可以直接影响生理功能，比如消极的情绪，像常见的焦虑抑郁都会导致免疫水

平下降，增加患病风险，许多躯体疾病，比如肿瘤、冠心病、消化系统溃疡等，这些都可能跟消极情绪或异常个性特征有关系。另一方面，身体健康状况也会影响心理健康，包括情绪调节的能力，比如一些慢性病患者往往会出现情绪低落、焦虑等心理问题。长期的身体不适，疾病治疗、检查带来的压力，也容易造成抑郁包括应激反应等心理问题。

“青春期的孩子可能态度偏激、易情绪化，做事和看问题容易绝对化，这属于心理认知的发展过程，要是采取错误的干预方法，

会引发强烈的心理反应。”首都医科大学附属北京安定医院主任医师郑毅则聚焦儿童青少年，提醒家长关注孩子心理健康敏感期，采取正确干预方式。

据悉，为进一步加强医疗机构精神卫生专业医师队伍建设，满足人民群众日益增长的心理健康和精神卫生服务需求，4 月初，国家卫生健康委、国家中医药管理局等四部门联合印发了《关于开展医疗机构医师附条件注册精神卫生专业执业范围有关工作的通知》，明确医师附条件可增加注册精神卫生专业执业范围。

● 医院新闻

颈部闭合性损伤后高烧不退 竟是罕见致命性疾病

医师报讯 19 岁大学生一周前运动时出现左侧颈部肿胀，伴疼痛、颈部活动障碍、张口受限，次日出现持续性高热，头痛，最高达 41℃，当地医院治疗后无明显好转，颈部肿胀进一步加重……日前，北京友谊医院耳鼻喉头颈外科中心通州院区接诊了一位罕见的由闭合性颈部外伤导致致命性

Lemierre 综合征的男性患者，田俊主任医师团队与麻醉手术中心、超声科、感染科、血管外科等多团队协作，在患者已形成颈内静脉菌血症及脓毒血症的情况下，冒着发生严重并发症肺栓塞的风险，及时行颈部切开引流手术并制定综合治疗方案，患者恢复良好，治疗 2 周后顺利出院。

40 分钟！骨科机器人精准辅助 解百岁患者骨折之痛

医师报讯 仅 40 分钟百岁老人的手术就顺利完成！日前，患者朱奶奶在家不慎摔伤，被家属紧急送到首医附属北京潞河医院。该院急诊骨科医生接诊后迅速完善检查，明确诊断为左股骨转子间骨折，于是第一时间启动绿色通道收入骨中心创伤骨科病区。患者入院后，医疗部迅速指挥调度，骨中心召集骨科、麻醉科、手术室、心内科、

老年医学科、内分泌科等多学科专家迅速会诊，共同制定了详尽的术前检查与手术方案。

经过全面评估与检查，朱奶奶于入院 12 小时内顺利进入手术室，由龙安华副主任医师、杨琦医师实施机器人辅助下左股骨转子间骨折微创髓内钉内固定术。在骨科机器人精准辅助下手术用时仅 40 分钟，以最大程度的微创方式顺利完成了手术。

中国营养学会康复营养分会成立

医师报讯 4 月 12 日，中国营养学会康复营养分会在长沙召开成立大会。会议期间，选举产生了中国营养学会康复营养分会第一届委员会，湖南省人民医院当选为主任委员单位。

“湖南省人民医院一直高度重视临床营养学科的发展和建设。”湖南省人民医院院长肖亚洲介绍，医院临床营

养科可完成营养筛查、评估、诊断、治疗、监测一体化流程，科室在三院区同步开展营养会诊，全力满足患者尤其是 70 岁以上患者、肿瘤及病危病重等高营养风险群体的营养诊疗需求。目前，全院 24 小时住院患者的营养风险筛查率超 97%，会诊患者营养评估率达 100%。

● 图片新闻



背影里的春天
身着淡粉病号服的身影长久驻足于桃花树下，伸手轻轻碰了碰枝头的花朵。她踮起脚尖凑近花瓣，闭着眼睛闻了闻花香，飘落的花瓣像小雪花一样落在她扬起的脸上……这是北京回龙观医院七区医护人员组织患者开展的“春日疗愈活动”，目的是让患者在属于春天的清新气息里唤醒感官记忆，重拾好奇心。

图 / 文 北京回龙观医院

● 会议资讯

肥胖危机逼近 科学认识减重手术 ≠ 懒人选择

医师报讯（融媒体记者 欣闻）“减重手术是懒人手术吗？”“减重手术是否能替代自律？”“减重手术是高风险低价值？”4 月 7 日，一场聚焦全球性健康议题——体重管理的“第六届健康科普大会”召开，面对当前公众对减重手术存在的认知偏差，首都医科大学附属北京世纪坛医院减重代谢外科专家张能维教授明确指出：“减重手术并非替代健康生活方式，而是针对特定人群的一种有效且必要的医疗干预手段。”

规范化的减重手术可显著改善肥胖相关并发症（如糖尿病、高血压），尤其是当患者 BMI 指数 ≥ 32.5 或合并严重代谢综合征时，保守治疗的有效率不足 15%。现代腹腔镜技术已将手术并发症率降至 0.8% 以下，将医学决策简化为“懒人选择”，是对患者生命权的漠视。且随着微创技术的成熟，手术安全性已大幅提升。张能维说道：“将手术污名化为‘懒人选择’，不仅忽视患者病理需求，更可能延误治疗时机。”

2024 年底，国家卫生健康委发布的《体重管理指导原则（2024 年版）》敲响警钟。若不有效干预，到 2030 年，我国成人超重肥胖率将达 70.5%，儿童超重肥胖率将逼近 31.8%。

“很多人认为，肥胖仅仅是体型问题。但现代医学研究告诉我们：肥胖作为一种持续的代谢紊乱，会引发多种疾病。但好消息是——肥胖带来的坏影响是可以逆转的！哪怕只减掉 5%~10% 的体重，身体的炎症水平、激素平衡都会明显改善，癌症风险也随之降

低。”中国工程院院士、中国医师协会副会长、中国医师协会健康传播工作委员会主任委员詹启敏结合《体重管理指导原则（2024 年版）》，强调肥胖与癌症等疾病的关联，提出“科学饮食、规律运动、持之以恒”的“三快乐法则”，倡导以健康生活方式防病于未然。

由中国医师协会主办的本次大会是由健康科普网络晚会转型升级而来，也是国内首个聚焦“体重管理”的微综艺科普大会，在央视频、《医师报》等平台同步直播。

一句话 新闻

★ 谢毅强任海南医科大学二附院党委书记。

★ 秦莹莹任山东第一医科大学附属省立医院（山东省立医院）党委副书记、院长。

★ 世界卫生组织发布首份全球脑膜炎诊断、治疗和护理指南，以加快脑膜炎检测速度，确保及时治疗，并改善患者的长期护理。

● 短消息

可穿戴设备能测量皮肤“呼吸”

医师报讯 美国西北大学研究人员开发出首款能测量皮肤“呼吸”的可穿戴设备。通过分析皮肤释放和吸收的气体，该设备提供了一种评估皮肤健康状况的全新方法，包括监测伤口、检测皮肤感染、追踪皮肤水分含量、量化有害化学物质暴露剂量等。该研究成果发表在 4 月 9 日《自然》杂志上。

全球猪肾移植最长存活纪录“保持者”已取出猪肾

医师报讯 据《科学》4 月 11 日报道，人类猪肾移植最长存活纪录“保持者”——托瓦娜·鲁尼（Towana Looney）因植入体内的猪肾失去功能，已于 4 月 4 日被迫取出，重回透析。

据了解，这颗猪肾在鲁尼的体内存活了 130 天，创下了猪器官在人体内存活的纪录。