

## 国医大师丁樱获聘 中国中医科学院学部委员

本报讯（记者刘 畅）日前，中国中医科学院完成第二届学部委员增补工作，国医大师、河南中医药大学第一附属医院教授丁樱获聘中国中医科学院学部委员。

中国中医科学院学部成立于2020年，第一届学部委员由两院院士（中国科学院院士和中国工程院院士的统称）和国医大师共93人组成。中国中医科学院学部委员均是中医药领域最高智库专家，为做大做强中国中医科学院提供高端智力支持和高水平人才支撑，为中医药振兴发展提供强有力的学术指导和战略咨询。

## 高铁站里的 医疗志愿服务站

本报记者 常娟

在郑州东站在南进站口5.6通道口附近，一个绿色的小房子格外引人注目：不时有人神色匆匆地走进来，也有人面带微笑地走出来……

这是一个医疗志愿服务站，门头贴着红色的爱心和铁轨标识，上标郑州大学第五附属医院（原郑州铁路局中心医院）承办，服务项目包含义诊咨询、

测量血压、血糖，突发疾病救助，卫生知识普及，健康常识宣讲等。

8月2日上午，记者走进医疗志愿服务站。正在这里值班的是郑州市福华街社区卫生服务中心全科医师刘芳和护士赵苗苗。两人不时询问走进医疗志愿服务站的旅客哪儿不舒服，并记录信息，为其测量血压、血

糖或血氧饱和度……1小时的时间里，两人服务了5名旅客。

“我们平时工作量不算大，但一刻也不能离开，因为随时可能需要应对突发情况。”临近午饭时间，赵苗苗匆匆到食堂吃了几口饭，回来接替刘芳继续值守，并为到来的旅客检查身体。郑州大学第五附属医院的医疗志愿服务站设立于3年前，平均每天服务旅客20多人次，以老年人居多，春运、节假日，会达到三四十人次。医疗志愿服务站配备了常用急救药品，比如速效救心丸、硝酸地

平、硝酸甘油等，还有血压、血糖、血氧饱和度测量设备以及心肺复苏仪。碰到有需要的乘客，医务人员会给予急救或用药指导。

不久前，赵苗苗和刘芳在工作时，接到车站工作人员通知，有位老人在候车室出现咯血症状。两人紧急赶到老人身边，发现老人已轻度昏迷，呼之不应，遂紧急为其做心肺复苏，并呼叫120，直到救护车赶来。

7月29日，一位女士带着8岁的孩子匆匆来到医疗志愿服务站，孩子满头大汗，直嚷着不舒服。刘芳紧急查体和问诊后，确认孩子出现中暑症状，遂采用酒精擦拭等物理降温方法，使得孩子的症状逐渐好转。

7月31日，一名有心脏病史的旅客出现心绞痛，却没有带药物。赵苗苗和刘芳紧急让其服下药物，缓解症状……

“很多旅客在症状缓解后，都会向我们表示感谢；有的旅客会送给我们一些土特产，但我们都会拒绝，告知他们这是志愿服务，不收费；有的旅客会直接和我们说，下次再赶车时，还来找你们……”赵苗苗回忆起服务过的旅客，职业自豪感涌上心头，这也是她和同事坚持在这里工作的原因。

据郑州大学第五附属医院社区工作部副部长宋利英介绍，郑州东站的医疗志愿服务站共有4名医务人员，实行轮流值班方式，每个班次都搭配一名医生一名护士，节假日不休息，无偿为旅客进行医疗服务。截至目前，该医疗服务站服务旅客已近2万人次。

## 记者在现场

→日前，新乡医学院第一附属医院“手机医学院”公益医疗志愿服务队长、儿科医生周福军在辉县瑞园门诊部进行义诊。“手机医学院”公益医疗科技志愿团队在新乡医学院及新乡医学院第一附属医院的指导下，深入基层帮扶，提升基层医疗水平和公共卫生服务能力，通过多种渠道，开展义诊带教、快速远程会诊、疑难病案讨论、理论授课等公益活动，已达10年之久。近日，该院的“手机医学院”公益医疗志愿服务项目获评河南省首届“豫文明 豫健康”优质服务品牌。

赵琛 刘妮希/摄



## 短期戒烟也可改变 基因遗传表现

本报讯（记者冯金灿 通讯员张晓华）吸烟是多种疾病的独立危险因素，戒烟是改变吸烟相关疾病进程的经济有效手段。目前的医学研究多关注长期戒烟，短期戒烟干预后吸烟者的DNA（脱氧核糖核酸）甲基化改变及相关机制研究相对较少。河南省人民医院呼吸与危重症医学科主任医师齐咏团队近日发布的一项研究表明：3个~6个月的短期戒烟也可改变吸烟者的DNA甲基化水平，使其获益。该研究成果近日在《世界外科肿瘤学杂志》上发表。

DNA甲基化为DNA化学修饰的一种形式，能在不改变DNA序列的前提下，改变遗传表现。烟草是引起DNA甲基化的常见原因之一。一些全基因组关联研究已经确定了与吸烟相关的差异甲基化，这些位点与基因表达相关，并可能在细胞、血液学、免疫、心血管、致癌性和其他机制及功能中发挥多种作用。在本项研究中，研究人员观察了戒烟者在戒烟前后3个~6个月的临床特征及外周血中DNA甲基化水平发现，戒烟后，多个基因的甲基化水平发生改变，其中大部分差异甲基化位点的甲基化水平较戒烟前下调。这些甲基化位点与体重、呼出气一氧化碳、用力呼气流量等指标具有显著的统计学相关性。在分子机制分析中，研究人员发现，短暂戒烟后有5个基因参与了细胞周期。细胞周期在肿瘤的发生发展中至关重要。与正常组织相比，这5个基因在泛癌中普遍存在表达差异，且对肺癌的病理分期、预后等临床结局可能存在影响。

该研究从DNA化学修饰层面进一步揭示了戒烟行为对机体的潜在影响机制，提示人们即使短暂戒烟也可以从中获益。

河南省人民医院戒烟门诊是由呼吸科专业医师组成的专病门诊，戒烟门诊医生会对吸烟者进行评估，包括吸烟情况、成瘾情况和戒烟意愿等，针对个体情况制订个性化戒烟治疗方案，包括给予处方戒烟药物、进行行为干预、提供戒烟咨询等。

## 抑郁症研究 取得新进展

本报讯（记者常娟）近日，郑州大学第一附属医院磁共振科程敬亮团队，在抑郁症研究中取得新进展，在《自然》杂志发表题为《应用规范模型和非负矩阵因子分解相结合的框架分析抑郁症改变的灰质形态》的研究论文，提出了定量分析抑郁症患者个体水平脑结构异常的框架。

抑郁症是一种异质性很强的精神疾病，不同患者在临床表现、脑影像表征以及对治疗反应等方面表现出很强的个体间差异性。虽然当前的影像研究都发现抑郁症患者存在遍及大脑多个脑区的结构异常，但患者个体间的差异性导致当前的研究结果很不一致。在本研究中，程敬亮团队从维度的角度出发，提出了一种定量分析个体水平结构异常的框架。

本研究包含了两个独立的样本，共181例抑郁症患者和198例正常对照的磁共振脑结构影像数据。该团队假设，每个抑郁症患者的脑结构异常可以看成是不同异常维度的线性叠加。具体的计算过程为：利用高斯过程回归的算法，得到患者个体水平上的VBM（基于体素的形态学方法）差异。然后，利用非负矩阵分解算法得到抑郁症患者脑结构异常维度以及每个患者的维度构成（权重）。最后，分析异常维度与认知情感过程的关系以及维度权重与临床之间的关系。

本研究提出了一个定量分析抑郁症患者个体水平脑结构异常的框架，该分析框架也适用于其他精神疾病，为实现抑郁症等精神疾病的精准医疗提供了有力的工具。

## 母乳喂养，不是妈妈的“独角戏”

本报记者 郭娅妮

母乳被称为“液体黄金”，是妈妈送给宝宝的第一份礼物。2023年8月1日~7日是第32个“世界母乳喂养周”，今年的主题为“助力职场家庭 促进母乳喂养”。职场妈妈如何保障母乳喂养成为大众热议的话题。

选择母乳喂养的职场妈妈重返岗位前需要做好哪些准备？职场妈妈如何维持泌乳量？近日，记者就职场妈妈关注的母乳喂养问题，采访了河南省妇幼保健院（郑州大学第三附属医院）的专家，为职场妈妈们答疑解惑。

“喂奶时的短暂时光，成了我和宝宝的独家记忆”

“我很庆幸自己最终选择了母乳喂养，喂奶时的短暂时光，成了我和宝宝的独家记忆。”宝妈小暖向记者分享母乳喂养经历时说。

小暖是一位“90后”的宝妈，对于是否选择母乳喂养，她一直犹豫不决，既担心喂奶时的乳房疼痛和乳头皲裂，喂奶后的乳房下垂和身材走样，又担心产假结束后喂奶不便。在产科医护人员的耐心宣教和帮助下，小暖最

终选择了母乳喂养，虽然过程中遇到了很多问题，但看到孩子嘴角漾着乳汁的样子，小暖觉得一切都值了。

河南省妇幼保健院产科主任李根霞说，母乳喂养对于促进婴幼儿生长发育，降低母婴患病风险，改善母婴健康状况具有重要意义。母乳含有丰富的营养物质和免疫活性物质，能促进婴儿正常生长发育，降低发生腹泻、呼吸道和皮肤感染的概率。同时，母乳喂养也能增进亲子关系，促进母亲产后康复，降低产后出血、乳腺癌、卵巢癌的发生风险。此外，母乳喂养是一种天然健康的减肥法，可以帮助宝妈每天多消耗500卡~700卡热量，相当于慢跑1小时所消耗的热量。

对于宝妈们担心的乳房疼痛和乳头皲裂问题，李根霞说，乳头皲裂很常见，可能是哺乳姿势不正确引起的。首先，哺乳时要让婴儿采取正确的姿势，将乳头和乳晕大部分位置放入婴儿口中；其次，每次喂奶时，可以先让宝宝吸健侧的乳头，再吸患侧的乳头，减少对患侧乳头的刺激；再次，妈妈喂奶后保持乳

头干燥，可以促使皲裂愈合。

对于职场妈妈来说，在上班前1个月左右，就可以尝试吸乳并每天给宝宝使用奶瓶喂养2次~3次，帮助宝宝顺利过渡，同时也能改善妈妈上班前的焦虑情绪。

回归职场，“背奶”成为时尚

电动吸奶器、小冰箱、储奶袋、储奶瓶、防溢乳垫……这是宝妈们每天上班必备的装备。对很多职场妈妈来说，平衡上班和喂奶是个难题，很多职场妈妈因此成了一名“背奶”妈妈。

“背奶”是指职场妈妈在产假结束后返岗后，把专业的吸奶器、储奶器带到单位，利用工作间隙完成吸奶、冷藏、保存等一系列流程，下班后带回家给宝宝当第二天的“口粮”。

河南省妇幼保健院产科总护士长伦冰说，近年来，不少工作单位通过带薪产假、工作场所支持等方式为职场家庭创建支持母乳喂养的友好环境，因此越来越多的宝妈成为“背奶”一族。“背奶”期间，首先要保证母

乳的储存质量。伦冰说，在吸奶前，妈妈需要清洗双手，将想要长期储存的母乳放入储奶袋，在每袋母乳上写好日期，并根据宝宝食量做好分装。

温度在16摄氏度~29摄氏度时，母乳可以储存4小时；温度在15摄氏度以下时，母乳可以储存24小时；温度在4摄氏度以下时，母乳可以储存4天；温度低于零下18摄氏度时，母乳可以储存6个月。

职场妈妈如何维持泌乳量

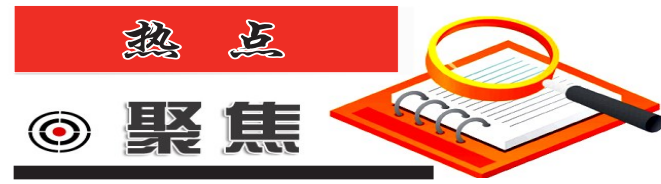
妈妈上班后，宝宝的吮吸次数减少，母乳量会不会随之变少？

伦冰建议，妈妈在上班前1周~2周就可以开始调整作息规律，保持和上班的时间同步，定时挤奶，同时练习使用吸奶器。返岗前，妈妈最好事先储存够宝

宝吃1周~2周的乳汁，这样即便刚上班不适应导致乳汁减少，也能保证宝宝的“口粮”。

入职之后，妈妈要面对“母亲”“妻子”和“职员”三重身份的压力，可能会感到辛苦和疲惫。伦冰说，妈妈们在工作之余要注意休息，坚持定时排空乳房，有助于维持泌乳量。此外，母乳中绝大部分成分是水，因此只有妈妈补充了足够的水分，才会有充足的乳汁。

母乳喂养需要家庭、社会等各个方面的支持，其中职场环境的支持是提高母乳喂养率、延长母乳喂养时间的关键环节。“希望用人单位给员工提供足够的产假及吸乳时间，工作场所为哺乳妈妈提供吸乳的环境和母乳存储空间，更重要的是领导与同事要给哺乳妈妈足够的理解和支持，让每一位‘背奶’妈妈不再孤单。”伦冰说。



## 今日导读

- 呼吸道传染病的自我防护 4版
- 如何看懂血常规化验单 5版
- 小儿湿疹的用药及护理方式 6版
- 乳腺癌患者心理护理很重要 11版



请扫码关注  
微信、微博