

医院之窗

绵阳市中心医院宣传科编印(168)



2021年1月30日 总编：何梅 主编：韦林川 责任编辑：邓凌腾

内部资料性图书准印证：绵新出字第67号



医院微信服务号

医院微信订阅号

深化川渝医疗交流 重庆市涪陵中心医院来院交流



为进一步融入成渝地区双城经济圈的国家重大战略部署，走深走实推进两地卫生健康事业深度融合，实现优势互补，1月15日，重庆市涪陵中心医院党委副书记、院长王朝永，党委委员、工会主席罗晓一行11人来院就DRG支付改革相关内容进行交流考察。党委书记鲜于剑波、党委副书记、副院长何梅及相关科室负责人出席交流座谈会。

座谈会上，双方就DRG付费模式下的临床路径管理、人才队伍建设、质控模式建立等议题进行了深入交流；医保科主任王安民、运营管理部科长于雪文婷、信息中心病案编码师王芙蓉还就DRG付费和三级公立医院绩效考核背景下相应的工作的具体做法进行了汇报交流。下午，王朝永院长一行分组深入医保科、运营科、财务科以及部分临床科室进行实地调研。

(邓凌腾)

圆满礼成！电子科技大学医学院附属绵阳医院正式揭牌



冬日的绵阳，艳阳高照，温暖如初，1月21日，绵阳市中心医院门诊楼前的生命广场生机盎然，洋溢着派喜悦的气氛，电子科技大学医学院附属绵阳医院揭牌仪式在这里举行。市政府副市长蒋丽英，电子科技大学医学院院长杨正林、医学院党总支书记李钰、副院长牟雁东、副院长夏阳，市卫生健康委副主任李晓林，绵阳市中心医院全体领导班子、各党总支书记参加揭牌仪式。仪式由市中心医院院长蒋涛主持。

蒋丽英副市长发表热情洋溢的致辞。她指出，推动医疗卫生事业乃至医学教育高质量发展，是市委市政府加快建设西部现代化强市作出的重大战略部署，与知名高校医学院合作办医，是这一重大战略部署的核心所在。她希望，市中心医院统一思想，凝聚共识，坚持以人民健康为中心，

充分汲取电子科技大学电子信息类学科优势，充分发挥医院临床优势，不断推进双方的实质性合作和融合。

杨正林院长在致辞中表示，电子科技大学医学院附属绵阳医院是医学院具有重要战略意义的一次布局，电子科技大学医学院将以此为契机，与附属绵阳医院共建共享，树立发展共同体意识，共同担负起临床学科建设和人才培养重任，不断提高人才培养质量，建设高水平人才队伍，共建科研大平台，提高医学科研成果转化水平和医疗服务质量，实现倍增效应和跨越发展。

鲜于剑波书记在讲话中表示，挂牌电子科技大学医学院附属绵阳医院是医院实现高质量跨越式发展的新起点和里程碑，医院将紧紧抓住这一历史机遇，依托电子



科技大学医学院良好的教学科研优势和深厚的文化底蕴，实现医教研协调发展，提升临床研究能力，带动学科高质量发展，推动学科建设和人才培养再上新台阶。

是寄语，也是期许，在三位嘉宾的热情洋溢的致辞后，与会嘉宾走向台前，共同浇筑象征揭牌的流沙金。一壶壹流沙倾洒而下，“电子科技大学医学院附属绵阳医院”几个大字熠熠生辉。这是，“百尺竿头、更进一步”的新起点，也是“医工融合、交叉发展”的新跨越，更是“守护健康、护佑生命”的新征程。

行者方致远，奋斗路更长。为进一步加深双方的交流与合作，推动科研教学相关工作走实走细，揭牌仪式后，随即举行了科研教学工作座谈会和国自然培训会。

座谈会上，电子科技大学医学院教学管理办公室主任王陆一就学位点建设、教学管理架构、师资遴选等方面作了介绍。医学院人才与国际合作办公室主任彭廷斌围绕人才工程和项目计划等工作作了介绍。

医院临床医学研究中心主任李小安就如何推进医院科研工作及需要医学院支持的事项作了汇报；科教科主任马臻就医院教学工作的现状进行了汇报。双方还就就

教学科研及医疗等方面合作意向进行了对接和研究。

培训会上，电子科大人才与国际合作办公室科研秘书于梅子对国自然的最新政策进行了详细解读。电子科大副教授张琳结合自身的多年的经验，分享了撰写国自然申请书的心得。

东方风来满眼春，风起正是扬帆时。揭牌仪式的顺利举行，标志着绵阳市中心医院的发展翻开新的一页，医院将以此为契机，充分发挥主观能动性，将附属医院打造成为高层次人才的培养基地，高水平科研成果的产出基地，高标准医疗技术的汇集基地，为绵阳市卫生健康发展和区域内人民群众健康福祉而砥砺前行。

(刘杨)



定了！中心医院携手市残联将在老龙山干这样一件大事



合作创造价值，互助成就未来。1月14日，游仙区老龙山风景区迎来久违的冬日暖阳，坐落于此的市残疾人康复中心迎来了谋划已久、期盼已久的“绵阳市中心医院、绵阳市残疾人康复中心合作签约仪式”。

市残联党组书记曾明波、市残联党组书记

员马善英，市残联康复科科长陈能、市残疾人康复中心主任刘小容，市中心医院党委书记鲜于剑波、院长蒋涛，党委副书记、副院长何梅及相关负责人参加签约仪式。

市残疾人康复中心主任刘小容、市中心医院院长蒋涛代表双方签署合作协议。

刘小容主任就双方合作的基本情况做了介绍。她表示，双方本着统筹整合医疗和康复资源，实现资源共享、优势互补的原则，经多次沟通和友好协商，敲定了合作框架，此次成功签约，标志着绵阳市残疾人康复事业迈上了新的台阶，迈向了新的征程。

鲜于剑波书记代表医院对市残联为项目推进所做的工作表示感谢。他指出，一直以来，医院与市残联在“耳聪工程”“站起来公益项目”“关爱脑瘫儿大型公益活动”等

多个项目上有着紧密的合作，此次再度携手，打造“医、康、教”于一体的康复新模式，既是为人民群众提供全方位、全周期健康服务的公益之举，也是改善供给结构、扩大有效需求的重要措施。他表示，医院已经做好了人才队伍储备、学科技术建设等方面的准备，下一步，还将引入重庆北碚方面的优质资源，用成渝双城经济圈发展战略的成果，助力康复中心的建设，打造全省康复行业的品牌和标杆。

曾明波书记在讲话中表示，在与中心医院的沟通交流中，感受到了白衣天使的医者初心，了解到了区域医疗中心的强大实力，这份初心和实力构成了项目有效开展的基石与动力。他指出，开展更高水平的医康项目是民生所盼、与使命相关，市残联将与中心医院紧密协作，干好事、干

成事、干实事。他希望通过双方的努力，打造川西北地区乃至四川省残疾人康复的示范基地，打造残联与卫健系统合作的标杆项目。

签约仪式后，鲜于剑波书记一行还深入康复中心实地走访调研。

据悉，按照协议约定和“应康复尽康复”的工作目标，绵阳市中心医院将在绵阳市残疾人康复中心成立“康复医学二科”，主要开展残疾预防，康复人才队伍建设与培养，脑瘫、智力障碍、孤独症残疾儿童康复训练与培训、听力障碍儿童人工耳蜗植入、助听器配置服务及术后康复医疗服务等，打造“医、康、教”于一体的康复中心，为更多的残疾群众提供更大体量、更高质量的康复服务。

(刘杨)

降价了！中心医院患者已用上百元冠脉支架

对于心梗患者及其家属来说，冠脉支架并不陌生。作为打通心脏冠状动脉血管堵塞常用的方法之一，冠脉支架的降价颇受各界关注。此前，冠脉支架价格较高，动辄1万多元，导致一些迫切需要冠脉支架的患者望而却步。

从今年1月1日起，国家组织冠脉支架集中采购价格，已经在绵阳落地实施，我院已经开始使用带量采购的冠脉支架了。近日，一名患者在市中心医院接受了心脏冠脉支架手术，成为首位享受冠脉支架集采降价惠民政策的患者，仅支架一项就减少支出13931元。

据悉，此次国家组织冠脉支架集中带量采购有8家企业的10个产品（其中，7个国内企业产品、3个外资企业产品）中选，为临床常用的主流产品，支架价格从均价1.3万元左右下降至700元左右。

国家首批冠脉支架集中带量采购政策落地以来，市中心医院高度重视，积极响应国家政策，做好执行前各项准备工作，与市

医保局、中选企业密切对接，从政策落实、耗材采购、耗材验收等各个环节严格按照要求做好带量采购工作。

一直以来，我院一直致力于解决减轻患者医疗费用问题，以医保DRG付费方式改革为切入点，不断调整耗材结构，通过建立高值医用耗材遴选机制、组织开展在院品种的价格自查与二次询价议价，推进“两票制”管理，阳光采购等举措压缩耗材的流通环节，做好耗材价格的管控。下一步，我院将积极响应政策要求，努力扩大带量采购医用耗材品种，让更多人享受到改革的红利。

(陈湘)



患者就医新体验 带你走进市中心医院智慧病房

走进市中心医院心胸外科护士站，呈现在眼前的是一块超大高清屏幕，“这是我们的智慧病房，通过管理中心与护士站、HIS系统对接，实现病区信息互通，患者信息一屏尽览。”心胸外科护士长李金学说道，“能帮助医护人员更为精确地了解病区患者输液情况动态、关注重点病人，真正做到心中有数。”

“不需要为了在患者床头做特殊标识反复的去查询核对医生下了哪些医嘱，哪些患者做了项目，还有什么项目没有做。”对于护士杨超来说，最大的感受就是繁琐琐碎的不必要的工作减少了，能节省出更多的时间走到患者身边，进行优质护理服务与关爱。

以平均一个护士管7名患者为例，以前每天都需要护士核对医嘱，在护士站拿床头牌，再到病房一项项核对后再更换患者床头牌，现在这些事情都不需要护士去做，每张病床旁都配备一个电子床头信息屏，以电子床头卡代替传统手写床头卡，每个床位上

的病人信息、管床医生及护士信息、相关医嘱等都会通过系统自动实时更新，信息的精准化，还能完全杜绝差错的发生。

节省下来的时间护士能干什么？“我们有更多的时间来观察术后患者的病情变化，解读患者的检查报告，其实我们就是医生的眼睛，医生平时需要上门诊、做手术……所以我们会在第一时间发现患者检验检查报告的异常值，及时反馈给医生，不耽误患者病情处置。”杨超说，“一般来说，我们的患者在心脏手术术后常规需要吃华法林做抗凝治疗，但是有一名患者当时做检查后凝血PT值（为21.2）很高，我当时发现了患者这个问题汇报给了主管医生，医生及时做了处理，避免了严重后果的发生。”

除此之外，护士还有更多的时间去关注患者病情的变化，有没有心率失常、饮食、心理等怎么样，她们关注的细节越多，患者的医从性也会越高，术后康复得也就越快。对患者来

说，手术成功很重要，术后的恢复也非常重要，除了住院期间的健康宣教和指导，有些康复训练是患者出院后，仍需继续进行，需要患者或者家属掌握，以保证出院后延续护理需要，这些都需要护士反复的和患者及家属沟通。“比如说心脏术后的患者，身体虚弱，家里人看着着急，在吃不下放东西的情况下，会让患者大量喝汤，而大量的水分会增加对心脏的负担，导致心律失常，危及生命，这些都是需要护士去面对面沟通的。”杨超说。

在市中心医院心胸外科病房，刚入院的林叔叔正对着病床床头的电子屏幕跟着医护人员一起做呼吸训练操……林叔叔因肺部结节入院准备手术，术前术后的呼吸训练能帮助他快速康复，“以前我们会把患者集中组织起来教他们做呼吸训练操，但是可能学一次就忘了，现在我们把这些健教视频频放在患者床头的电子屏上，患者可以随时可以点进去跟着练习。”护士长李金学介绍，“除此之外，林叔叔还可以



通过这块屏幕实现诊疗计划查询、床旁扫码缴费、费用明细查询……以后我们还利用这套信息系统完成床旁结算，患者从住院到出院，在病房就能一站式完成。”

床旁的这块屏幕作为一套连接护士站、走廊和病房的系统，实现跨空间的信息互通。不仅有效提升了医、护、患三者沟通时效，还为患者提供了更多便捷和人性化的服务。患者输入密码可以随时随地查询费用明细，并且还可以床旁扫码缴费，减少了患者往返排队时间。

(朱芯仪)

学科风采

血液内科简介

绵阳市中心医院血液内科成立于**1979**年，是四川省地州市州医院中最早建立的独立血液专科，经过**40**余年的发展，已成为川西北地区最大的血液疾病诊疗中心，是绵阳市重点学科、多个血液病种四川省定点救治中心、多个临床研究协作组主要成员及华西网络医院协作单位。

科室现有专业医护人员**40**余人，其中主任医师**3**名，副主任医师**1**名，主治医师**3**名，住院医师**5**名；博士研究生**2**人，硕士研究生**7**人。拥有绵阳市首批科技拔尖人才及享受国家特殊津贴**1**人，历任四川省医学会血液专委会常委**3**人，青年委员**2**人，四川省卫健委学术技术带头人**1**人。

现有编制床位**55**张，另设立日间病房和移植病房，已有**30**多个病种开展临床路径工作，**2020**年度专科门诊量**11737**人次，**2020**年度出院**1751**人次，**日**间病房诊疗**7004**人次，疑难危重占比**93.5%**。

科室紧随国际国内发展前沿，在传统的骨髓形态学检查、骨髓活检、病理免疫组

化、流式细胞检测基础上，开展了**FISH**检测、染色体核型分析、基因检测等多种血液学检查，提高了血液肿瘤的基因诊断水平。诊治疾病谱已覆盖所有血液常见、少见乃至罕见病种。专科特色治疗，包括血液肿瘤化疗、生物靶向治疗、血液肿瘤移植前规范化治疗、自体造血干细胞移植、造血干细胞移植术后康复等，在四川省地州市州医院中处于先进水平，尤其是血细胞分离治疗，开展了血浆置换、白细胞单采去除、红细胞单采去除、血小板单采去除、自体干细胞采集等诊疗新技术，**2020**年度完成血细胞治疗**240**例次。科室率先在绵阳市开展自体干细胞移植技术获得成功，该技术已覆盖血液肿瘤三大主要病种。

科室成员积极参与国内外学术交流活活动，多人至中国医学科学院血液研究所、北京**301**医院、上海瑞金医院、华西医院等进修学习并建立长期合作交流平台，多人次参加国际学术会议及国外研修，学科整体实力不断提升。近**3**年获绵阳市科技进步奖**6**项，发表学术论文**100**余篇，其中**SCI**

论文近**10**篇。获得包括四川卫生厅资助课题在内的多个科研立项。承担了成都医学院、西南医科大学、西南科技大学等多个本科班教学。

2004年在四川省地州市州医院中率先成立绵阳市血液专委会，**2007**首次协助承办四川省血液学年会，**2015**年成立绵阳市血液质量控制中心，**2016**年开始持续举办血液病省级继续教育项目，为区域内血液学术交流搭建了长期协作、共享平台。近年来，随着对外交流的深入，先后与法国、以色列、波兰等多个国家的血液医疗、护理团队开展了广泛而深入的学术交流与合作。

科室积极开展健康教育、

慢病管理、全病程管理、义诊宣传等活动，对慢性粒细胞白血病、多发性骨髓瘤、淋巴瘤等多种疾病患者以多种形式定期开展健康教育，将服务由院内延伸至院外。近期绵阳市中心医院血液科双向数字病区系统的应用，必将进一步推动分级诊疗，促进优质医疗资源下沉，提高基层医院血液病诊治水平，推进川西北区域疑难血液病治疗中心的建立！

科室理念

医疗理念：
精业、敬业、创新、发展
护理理念：
热血、温情、专业、精进



许芳 主任医师
血液内科主任



胡宏 主任医师



梁效功 主任医师



冯贵平 主治医师



刘宜平 副主任医师



苏静 主治医师



文菁菁 主治医师



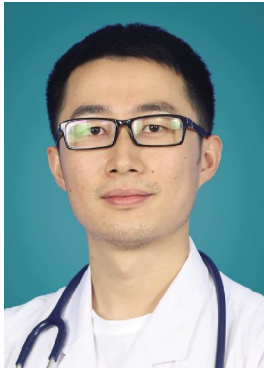
周巧林 主治医师



屈玫 住院医师



张亚 住院医师



石林 住院医师



岳静 住院医师

专家简介

许芳女，医学博士，主任医师，血液内科主任，以色列本古里安大学**Soroka**医学中心访问学者，四川省卫健委学术技术带头人，重庆医科大学硕士研究生导师，中国抗癌协会康复会血液分会第一届委员，四川省医学会血液专委会常委，绵阳市医学会血液病专委会副主任委员，绵阳市九三学社妇女工作部部长。**1985**年毕业于重庆医科大学临床医学，**2000**年在北京**307**医院进修学习，**2002**年晋升为副主任医师，**2007**年晋升为主任医师。**2012**年至**2018**年任绵阳中心医院血液科主任，现任业务指导。**2017**参加美国霍普金斯大学血液研修班短期学习。具有丰富的临床实践经验，能熟练处理本专业复杂、疑难病例和各种危急重症，擅长血液系统肿瘤、贫血及出血性疾病的诊治。作为项目主持或主要参研人员，先后开展了**12**项课题的研究，公开发表论文第一作者**12**篇。

专科门诊时间：星期二上午

梁效功男，医学博士，主任医师，四川省医学会血液专委会青年委员，四川省微循环与血液流变学专委会委员，绵阳市医学会血液专委会常委，绵阳市

余篇科研论文，其中**SCI**论文**5**篇，核心期刊收录**20**余篇。

专科门诊时间：星期二下午；星期四上午

胡宏女，医学学士，主任医师，第一届中国医师协会省血液医师分会常委，历任四川省血液专委会常委、省血液质控中心常委，现任四川省女医师协会血液专委会副主任委员，四川肿瘤学会血液肿瘤专委会常委，绵阳市血液专委会副主任委员，绵阳市九三学社妇女工作部部长。**1985**年毕业于重庆医科大学临床医学，**2000**年在北京**307**医院进修学习，**2002**年晋升为副主任医师，**2007**年晋升为主任医师。**2012**年至**2018**年任绵阳中心医院血液科主任，现任业务指导。**2017**参加美国霍普金斯大学血液研修班短期学习。具有丰富的临床实践经验，能熟练处理本专业复杂、疑难病例和各种危急重症，擅长血液系统肿瘤、贫血及出血性疾病的诊治。作为项目主持或主要参研人员，先后开展了**12**项课题的研究，公开发表论文第一作者**12**篇。

专科门诊时间：星期二上午

梁效功男，医学博士，主任医师，四川省医学会血液专委会青年委员，四川省微循环与血液流变学专委会委员，绵阳市医学会血液专委会常委，绵阳市

细胞治疗专委会委员，四川省医学会医疗事故技术鉴定专家库成员，中国医师协会全科医学科培训师资。**1987**年**9**月至**1992**年**6**月就读于兰州医学院临床医学系读书,获学士学位。**1992**年**7**月至**1999**年**4**月，工作于甘肃省白银市第一人民医院血液科。**1999**年**9**月至**2001**年**7**月，就读四川大学华西临床医学院，获内科学硕士学位。**2001**年**8**月至今在工作于绵阳市中心医院血液内科，**2007**年**3**月至**2012**年**3**月担任血液内科主任，**2011**年起担任绵阳市中心医院血液内科住院医师规范化培训导师。**2014**年**9**月至**2017**年**6**月，攻读华西临床医学院攻读血液内科在职博士，**2017**年完成血液内科住院医师临床能力与科研能力。参与多项省级科研立项**1**项，参与省级科研数项。

专科门诊时间：星期三上午

冯贵平男，主治医师，医学学士。从事血液病的临床诊治工作**20**余年，对血液系统常见病、多发病、疑难疾病有丰富的临床经验，尤其擅长红细胞疾病如骨髓增生异常综合征及再生障碍性

贫血的诊治。工作认真负责，医患关系融洽。多次参加国内国际的学术研讨会，参与科内科研工作。

专科门诊时间：星期五上午

刘宜平女，副主任医师，血液内科专科硕士。四川省血液专委会青年委员，绵阳市血液专委会质控秘书，四川省女医师协会血液分会委员。**2001**年毕业于泸州医学院临床医学本科，**2013**年毕业于西南医科大学血液内科硕士研究生。**2017**年至中国科学院天津血液病医院进修学习。具有长期临床一线从业经验，尤其对常见内科急危重症患者能做到准确快速处置。熟练掌握血液学常见病的诊断及治疗。工作认真负责，善于与患者及家属进行良好沟通，积极参加全国血液病年会和省、市、学院等学术会议。具有一定的血液内科专业医师的临床能力和科研能力。参与多项省级市级科研课题，课题获得市科技进步二等奖，以第一作者身份已发表数篇医学文章，**SCI**论文**1**篇，**A**类核心期刊论文**2**篇，其他国家级省级期刊论文**3**篇。

专科门诊时间：星期五下午

苏静女，主治医师，血液内科硕士。**2011**年毕业于大连医科大学临床医学专业，同年**7**月至绵阳市中心医院血液科工作至今。**2015**年完成血液内科

住院总工作，多次参与疑难、危重患者的抢救。**2016**年晋升为主治医师。**2018**年至苏州大学附属医院进修，深入学习了疑难血液肿瘤疾病的诊治。从业**10**年，对血液科各类常见病、多发病的诊治、治疗有丰富临床经验。任职期间与神经内科共同参与四川省卫生和计划生育委员会“吉兰-巴雷综合征患者血浆置换治疗前后外周淋巴瘤细胞亚群变化及意义”课题的研究。

专科门诊时间：星期一下午

文菁菁女，主治医师，内科学专业硕士。**2013**年毕业于四川大学华西临床医学院，同年就职于绵阳市中心医院血液科，在院表现优秀，被评为优秀青年医师，多次被评为优秀共产党员及党务工作者。**2017**年完成血液内科住院总工作并晋升为主治医师，临床基础扎实，擅长血液科病、多发病的诊治。

周巧林女，主治医师，血液内科硕士。**2016**年毕业于川北医学院临床专业，同年就职于绵阳市中心医院血液内科，参与省级课题**2**项，市级课题**1**项，**2020**年完成住院总工作并晋升主治医师，发表核心期刊论文**2**篇。擅长血液科常见病、多发病的诊治。

屈玫女，住院医师，血液专业硕士。**2017**年毕业于潍坊医学院临床专业，同年就职于绵阳市中心医院血液

科，发表学术论文数篇，参与国家自然科学基金课题**2**项，省级课题**3**项，获得个人专利**1**项，擅长血液科常见病、多发病诊治。

张亚女，住院医师，**2015**年毕业于成都医学院，在绵阳市中心医院完成**3**年住院医师规范化培训，先后轮转院内多个临床科室，积累了较为丰富的临床工作经验，现定血液内科。工作认真负责、积极主动，具有良好的临床思维能力，善于新知识的学习和运用，多次参加省内外学术会议，担任科室教学秘书。

石林男，住院医师，血液内科硕士。**2019**年毕业于重庆医科大学临床医学专业，同年就职于绵阳市中心医院血液内科。在校期间多次获得奖学金及发表学术论文，先后轮转血液内科、心内科、呼吸科、消化科、重症医学科、内分泌科、肾内科、神经内科、肿瘤科等**13**个临床科室，具有扎实的理论基础及丰富的临床实践，致力于血液疾病的临床诊疗及研究。

岳静女，住院医师，血液内科专业硕士。**2020**年毕业于哈尔滨医科大学临床医学院，同年就职于绵阳市中心医院血液内科。在校期间获优秀毕业生和内科技能竞赛第二名，有良好的专业知识，致力于血液病的诊治。



误区一：认知不够，过度恐惧。对淋巴瘤了解不够，发现淋巴结肿大，就怀疑自己已经患有淋巴瘤。一来寝食难安担惊受怕，二来去不同医院挂号检查造成资源浪费。需了解，淋巴系统是第一个免疫系统，简单的口腔溃疡、咽炎等，都有可能致淋巴结肿大，重视自身健康症状可取，但切勿自行判断，所有症状一概而论。

误区二：重视不够，延误病情。若发现常规体检中，血常规白细胞高、淋巴细胞比例高，此时应及时到医院就

诊，检查是否有淋巴系统方面的问题。

误区三：淋巴瘤是不治之症。患了淋巴瘤并非人生被宣判了“死刑”，淋巴瘤的某些类型是可以治愈的。比如霍奇金淋巴瘤，**5**年生存率能达到**80%-90%**。如果是年轻人诊断为霍奇金淋巴瘤，类型较好、分期较早，一旦治愈，完全能重回工作岗位，实现自身价值的同时也为社会创造一定财富。

误区四：淋巴瘤患者完全不可生育。针对这一问题，医学专家也会根据患者情况给出相应建议。若年轻女性或男性，诊断时病情较轻、进展较缓，基于先进的生殖医学技术，可根据相关规定在治疗前进行冷冻卵子或精子。也有

淋巴瘤的认识误区

女性在治愈之后，自然生育健康孩子的案例。当然，是否可行，还要因人而异，建议所有淋巴瘤治愈者，备孕前要在专业医生处进行详细检查与问询。随着医学科学技术不断发展，淋巴瘤的诊断与治疗已有了重大突破。同时，国家医保政策也在更大程度上向患者倾斜。目前，治疗淋巴瘤的单克隆抗体药物利妥昔单抗纳入全国医保目录，患者经济负担明显减轻。

白血病患者来得静悄悄？身体会有“暗示”！

白血病患者在日常生活当中大家都是听说过的，而且它的发病年龄在逐渐年轻化。白血病是造血组织中某一血细胞系统过度增生，浸润到各组织和器官，从而引起一系列临床表现的恶性血液病。

在生活中，很多人都不知道自己怎么患上了白血病，今天我们就来了解一下，身体哪些异常改变的出现，可能暗示着白血病到来的现象：

1、不明原因的出血。对于不明原因的身体出血，可能是白血病引起的。因为在白血病的发展过程中，出血的部位可以遍布全身，其中鼻腔，牙齿，皮肤部位的出血很常见，例如皮肤不

明原因的淤青，鼻腔出血，刷牙出血等症状有可能是白血病在作怪。

2、持续高热。发热是许多白血病患者首发症状。当骨髓内白血病细胞异常增生，正常的白细胞会被慢慢吃掉，使得患者免疫力下降，容易发生感染，出现发热。但要注意的是，白血病的发热，呈反复不规则性，有的是低热，也有的高达**39℃**，若你发现自己持续高热，一定要及时检查。

3、关节疼痛。在发生白血病这种恶性疾病时，患者的骨骼以及关节都会出现不同程度的疼痛，主要是由于骨骼或者骨髓受到浸润而引起的疼痛。此时，患者可以感觉到自己的肢体或

者后背部位有明显的疼痛症状出现，进而影响机体的正常行动。

4、淋巴结肿大。百分之五十的白血病患者都会出现肝脾和淋巴结肿大的症状，而急性淋巴细胞白血病出现淋巴结肿大较为明显。肿大的淋巴结通常是软的或是中等的硬度，表面光滑，按压也无痛感，也不会出现粘连的情况。

5、皮肤异常变化。人体出现白血病时，体内的正常细胞会出现异常的凋零、衰亡，从而会导致上皮细胞异常受损，在身体上表现为皮肤的红肿、发痒，甚至是溃烂，也可表现为鼻腔或口腔黏膜的损伤等。

淋巴瘤患者的自我管理

1. 淋巴瘤患者出院后需坚持服药
淋巴瘤的治疗是长期的，尽管在手术切除和综合治疗后病情极大缓解，但仍不能放松警惕。无论在什么情况下，停用任何药物以前，一定要咨询医生！

2. 坚持长期随访
完成所有治疗后处于缓解期（完全缓解或部分缓解）的患者第一年每**3**个月一次；第二年每**6**个月一次；**3**年以上每年一次（不同亚型淋巴瘤随访时间可能不同，谨遵医嘱，尽量到前期住院的医院或负责的医生处复查；如果医院有专门的淋巴瘤随访门诊，也可以去那里复查。

复查项目：血常规、肝肾功能、

乳酸脱氢酶、心电图、腹部**B**超、心脏彩超、胸部**CT**、**PET/CT**等。

淋巴瘤的治疗是长期的，淋巴瘤治疗后无瘤生存**>5**年者仍有远期复发风险。淋巴瘤长期治愈后并发第二肿瘤的危险性仍然存在，通过随访，争取早诊断、早治疗，从而提高远期疗效。

3. 保持健康的生活方式和养成良好的生活习惯

4. 合理的饮食
均衡饮食：食物多样化、合理搭配、荤素搭配、酸碱平衡、色香味调

配、不偏食、少食多餐、减少红肉的摄入、限制加工肉类摄入，选择低脂乳制品，增加蔬菜和水果摄入，选用坚果或橄榄油，经常食用全谷物食物，限制添加糖摄入。

5. 适量的运动
适量的运动有利于改善睡眠，提高免疫力；运动量不宜过大；注意运动方式应多元化：散步、太极、瑜伽等。

6. 乐观的心态
要有治愈的信心；坦然面对常见不良反应与疾病反复；多与家人和朋友沟通交流。

专家支招