一场特殊的分享会

“阿姨，平时要多注意身体，开心最重要，千万别把自己累着了。”“大爷，先喝杯萝卜梨水暖和暖和，每天一定要出门活动活动。”在省人民医院特需/国际医疗部，每周一场以健康“PARTY”为主题的病友支持分享会如约而至，在这里，通过一个个温暖的故事和贴心的指导服务，总能为慢性病患者提供暖心支持。

聚会真放松

每周三，“病友支持分享会”依约进行。结束了手边的工作，护士们自觉地在病区准备起来，处处都是温馨的感觉。

下午2时许，患者、志愿者和心理咨询师等陆续到场，连行动不便的住院患者，也在医护人员鼓励下一起来“凑热闹”。护士薛永娥给大家盛上提前熬煮好的萝卜梨水，热情打招呼。

除了医护人员、不少需居家康复治疗的慢性病患者外，还有家属志愿者和心理咨询社工师、康复教练等，由医护、患者、心理咨询师、康复训练师组成的治疗康复团队，每周与病友们聚在一起，向治疗“标兵”取经，或者跟医护人员、康复训练师学上几招，也可以跟心理咨询师或者病友们“吐槽”一下。科室里还准备了卡拉OK点唱机，到了娱乐环节，“麦霸”可以一展歌喉，唱得在不在调上根本不会有人在意。

一场特殊的分享会，更像老友们的聚会派对，有了同伴的支持，很多患者能暂时忘却疾病的烦恼，心情也好了起来。

宣教不缺席

每逢过节，许多患者的作息规律和饮食习惯都会发生变化，也会带来强烈的情绪波动，这些都可能影响病情。分享会上，志愿者和心理咨询师纷纷将暖心的提醒告知患者家属，再传授给家属一些调节办法。

“分析各种慢性病，除了先天遗传和意外伤害外，多数都与生活习惯、生活方式密切相关，这就衍生出了生活方式医学。其核心理念就是通过改变不良的生活方式，减少患病风险因素，控制疾病进展，提高生活质量，延长寿命。”分享会上，一直倡导生活方式医学的科室负责人柏雪主任特意加了一堂小课，给每个慢病患者开了“生活方式小药方”。

“荀阿姨，你上次就是因为听到家人住院，心里着急才发病的。自己一定要注意休息，可不能着急生气！”听了医生的叮嘱，和老伴一起来参加活动的荀奶奶像个孩子一样，拍着胸脯保证，这次自己一定做到。

标兵来打样

健康的生活方式，听起来简单，但真正不打折扣地坚持下来，却需要极强的毅力和自律。已经患帕金森病近20年的宋先辉阿姨，就是跟随柏雪主任践行生活方式治疗的一名“标兵”。

除了遵医嘱规范用药外，每天早饭后，宋阿姨带上自己的“装备”到公园练歌，话筒、音箱、歌本，一样都不能少，老伴更是最忠实的听众。午饭后，宋阿姨会去练习瑜伽或者打羽毛球，晚上，则用来看书或者写下自己的感悟心得。当然，宋阿姨还给自己安排了力所能及的家务劳动，为家人做爱吃的菜，不仅自己开心，家人也尝到“幸福的味道”。

每周的分享会，宋阿姨几乎每场必到，有空她还会和柏主任一道出门诊当志愿者，平时还拍摄运动视频，分享给病友们，过去她是患者，如今她可是大家的康复指导教练。“我就是想让大家看看，通过坚持治疗和生活方式的调节，我们都能正常生活。”

正是宋阿姨的榜样力量，给了许多帕金森病友信心。就连她在长沙的朋友，看到她的康复状态，也打算来省人民医院就诊治疗。

暖语化心结

在柏雪主任长期的临床观察中，一些患者迟迟走不出患病的阴影，还有一个原因就是被家人照顾得太“好”了。

与宋阿姨不同，李阿姨一直沉浸在悲观情绪中，甚至因为生病不想出门，家人对她无微不至的照顾，反而让她觉得自己干啥都提不起心气。

心理咨询社工师韩磊看出李阿姨兴致不高，一次分享会后，单独与她沟通。李阿姨生活幸福，可就因为生病，完全感受不到自我价值，失去了对自己的认可和对生活意义的探索。利用分享会，韩磊鼓励李阿姨试着培养一点兴趣爱好，或者出门走走，让自己动起来、忙起来，在这些活动中增加自我价值感和自信心。

“每位患者可能都会经历这个阶段，自己走不出来的时候，需要有人拉一把。”韩磊也是柏主任团队中的重要一员。一直以来，韩磊和团队成员一道，坚持用自己的专业知识让更多患者受益，用温暖传递希望之光。

记者 魏薇 文/摄

胃肠镜检查知多少？

新华社北京2月20日电（记者 **李恒**）春季是养护胃肠的好时节。什么情况下需要做胃肠镜检查？发现肠息肉后一定要切除吗？切除后是否会复发？

北京协和医院主任医师李景南介绍，胃肠镜检查并非人人需要做，临床上需要做胃肠镜检查的情况一般分为三大类。第一类情况是出现消化道症状，如长期腹痛腹胀、不明原因的体重下降、吞咽困难、消化不良、反酸烧心以及大便习惯改变等。当出现这些症状时，胃肠镜检查是帮助诊断的重要手段。

第二类情况是40岁以上的人群，由于肿瘤发病率逐年增加，即使没有不适症状，也建议进行胃肠镜检查，及时发现早期病变，如结肠息肉等，起到早发现早治疗、预防肿瘤发生的作用。

第三类情况是高危人群，包括有胃肠道肿瘤家族史、既往有结肠息肉情况或特殊遗传性息肉病的人，应在医生指导下定期进行胃肠镜检查。

专家提醒，胃肠镜检查发现病变时，需要做活检以明确病变性质。发现胃肠息肉，一般需要切除。根据活检病理结果，决定进一步的处理和复查时间。部分息肉如腺瘤性息肉有一定的复发风险，具体原因与个人情况、饮食习惯等有关，应定期复查。

既是“卫士”又是“帮凶”

免疫因子“双重身份”分子机制揭秘

在人类与病菌的长期较量中，一种名为“人肠道防御素5（HD5）”的免疫因子具有“双重身份”：既能杀菌护肠，又能在某些情况下帮助病原体入侵。西安交通大学与法国巴斯德研究所、复旦大学的联合研究成果，首次揭示了这一矛盾现象背后的分子机制，为抗感染治疗提供了新思路。

HD5是一种由小肠细胞分泌的抗菌肽，长期以来被认为是免疫系统的“卫士”，能够杀灭多种病原体。然而，西安交通大学生命科学与技术学院教授许丹和复旦大学基础医学院教授陆五元发现，HD5在面对引发细菌性痢疾的志贺菌时，竟会“倒戈”，成为病菌入侵人体的“帮凶”。这一发现颠覆了传统认知，引发科学界广泛关注。

由西安交通大学领衔的跨国研究团队通过多组学技术，在宿主—病原体复杂互作的分子迷宫中找到关键线索，揭开了HD5“双重身份”的奥秘。研究发现，HD5能够与结肠上皮细胞表面的P2Y11受体结合，激活细胞内的信号通路，导致细胞骨架发生剧烈变化。显微镜下，细胞表面会伸出大量丝状伪足，这些结构会被志贺菌利用，成为其入侵的“捷径”。

研究团队还发现，使用P2Y11受体的特异性抑制剂NF157，可以有效阻断HD5的“叛变”行为，显著降低志贺菌的感染率。这一发现为开发新型抗感染药物提供了重要靶点。对此，许丹形象地比喻：“就像破解了敌人的通信密码，我们终于能精准切断病原体的入侵信号。”

目前，西安交通大学研究团队正基于这一发现开发新型抗志贺菌药物，并探索其在其他肠道感染疾病中的应用潜力。 **据《科技日报》**

责编 郭蓉 张志峰 和亮 冯建 联系电话：8222126