

●湖湘名医

# 让女性重拾自信和美丽

## ——记妇产科专家张朝晖

“张主任，新年好，祝您及家人新的一年健康、快乐！”新年来临之际，湖南航天医院妇产科大主任张朝晖收到一条祝福短信。发信人是她在2000年接诊的一位孕妇。

该名患者孕35周做家务提重物时突然导致前置胎盘大出血。“当时医疗设备与技术没有现在先进，抢救护理基本是靠手工。那天整晚我都坐在她床边守着，为了促进她的子宫收缩，一直给她按摩子宫、刺激乳头。”张朝晖回忆道。最终，产妇出血被成功止住，生命体征逐渐平稳，脱离了生命危险，母子平安。出院后，张朝晖还定期回访、询问情况、叮嘱日常护理和饮食。产妇和家属非常感激，一来一往，便和张朝晖姐妹相称，成了朋友。“她一直感谢我当年救了她们母子的命，每年都会给我发祝福短信。”张朝晖说。

工作30年，一万多个日日夜夜，张朝晖的人生旅途，都在临床一线为守护女性健康不断努

力。“尽力而为，做个善良的医生”激励她迈上湖南航天医院妇产科大主任的岗位，指引她不断探索医学的更高处。

从2000年担任妇产科主任至今，张朝晖始终把孕产妇的安全放在首位，把科室管理得井井有条。她注重科室业务建设和发展，2001年至2009年科室分娩量一直位居长沙市岳麓区第一名。她对妇产科的每一项医疗操作都从严要求。大到最简单、最普通的人流手术她要求做到出血最少、患者痛苦最小。小到医生每次接触就诊妇女后的洗手消毒都必须严格执行到位。“那些孕妇本来免疫力就低，我们作为医生就是要好好呵护她们，避免医源感染，医生多做一步，她们就多一份安全，我基本每天就要洗手100次左右。”张朝晖双手习惯性地搓着，发出沙沙的摩擦声，像两片硬纸片在碰撞。她说：“如何合理诊治疾病、进行全生命周期管理，教会广大女性朋友管理好自己的身体，重拾自信和美丽，是我们妇科医生肩负的责任。”

2020年5月，张朝晖联合泌尿外科、超声科通过微创方式为一名先天性阴道闭锁、子宫畸形的患者成功施行阴道成型术。张朝晖给她做妇科检查时，扩阴器一放进去就有尿液喷涌而出，仔细观察发现这是直接到了膀胱腔内，退出后看着明显增大像阴道似的尿道口，张朝晖明白了一切。“你痛吗？”“痛，每次同房时床上全是尿……”患者皱着眉头害羞地回答。患者从24岁结婚到现在，17年时间遭受着常人无法体会的痛苦。“接诊她时，我的心一直揪着，非常心痛。我能做的，就是尽我所能，排除万难，一定为她再造阴道，让她过上正常人的生活。”张朝晖凝重地说道。术后，患者可以进行正常的夫妻生活。

从医30多年来，她无论严寒酷暑还是三更半夜，只要电话铃响，就迅速赶赴医院处理病情……无论遇到多少困难和挫折，她心中所念所想最多的，就是医生的责任、医者的良心。

湖南省12320呼叫中心 供稿

■发现

## 英利用人类干细胞重建完整胸腺

据《自然·通讯》杂志日前发表的一项概念验证研究，英国弗朗西斯·克里克研究所和伦敦大学学院的科学家利用人类干细胞和生物工程支架，重建了人类免疫系统中的重要器官——胸腺，该项研究朝着构建可用于移植的人工胸腺迈出了重要一步。

胸腺是一个胸部器官，在免疫系统中起着至关重要作用的T淋巴细胞成熟于此。如果胸腺无法正常工作或无法在子宫内胎儿发育期间形成，则可能导致疾病，例如人体无法抵抗传染病或癌细胞的严重免疫缺陷疾病，或是免疫系统错误攻击患者健康组织的自身免疫疾病。

在新研究中，科学家们使用了在手术期间必须切除的患者器官的干细胞来重建胸腺。当被移植到小鼠体内时，经过生物工程改造的胸腺能够支持成熟的功能性人类T淋巴细胞的发育。这是科学家首次成功地重建完整人类胸腺。

为了重建该器官，研究人员从患者那里收集了胸腺，并在实验室中将捐赠组织的胸腺上皮细胞和胸腺间质细胞培养成数十亿个细胞的菌落。为获得胸腺的结构支架以便于用培养的胸腺细胞重新组装，研究人员开发了一种从小鼠胸腺中去除所有细胞仅保留结构支架的新方法。

研究人员给器官支架注入了多达600万个实验室培养的人类胸腺上皮细胞以及间质细胞。细胞生长在支架上，仅5天后，器官已发展到与9周大的胎儿相似的阶段。最后，研究人员将这些胸腺植入小鼠体内。他们发现，超过75%的胸腺能够支持人类淋巴细胞的发育。

研究人员表示，胸腺移植后常常导致免疫系统排斥移植体。通过移植从器官供体的胸腺中提取的细胞生长出的胸腺，或许能克服这一问题，从而消除患者在余生中服用免疫抑制剂的需求。

（《科技日报》12.25，冯卫东/文）

■健康新知

## 学习前运动片刻可提升学习能力

孩子总有不舒服的时候，特别是在学习压力大的情况下，感到不舒服，又想提高学习成绩，该怎么办？近期，瑞典延雪平大学研究小组发表在《转化运动医学》杂志的一项研究表明，如果在开始学习之前感觉不舒服，只要运动两分钟，就可以激活大脑，提高学习能力，而且人人都可以做到。

研究小组以18~35岁的年轻成人作为对象，调查了2009年到2019年间开展运动的效果，对其中13项研究进行了综合分析。结果表明，如果年轻人根据不同情况，选择2分钟到1小时的有氧运动，就会提高学习能力和记忆力，而且仅仅进行120秒由轻度到强度的运动，学习记忆、计划制订以及解决问题的能力、集中力、语言的流畅性等，都会有所提升，最大可保持2小时的正面效果。

关于通过运动来激活大脑的机制，研究人员表示，编码（脑部编码）是大脑记忆和存储信息的第一个过程，相当于信息处理阶段，在编码之前进行有氧运动，就可以改善和提高学习和记忆的能力。上述运动对健康促进作用的研究，并非首次，如此前以平均年龄66岁的受试者为对象进行的研究发现，即使是老年人，通过一般的运动，在短时间内，思维能力和语言能力也会提高。因此，无论学习还是工作，只要在此之前，进行适宜的运动，能力都会有所提高。

宁蔚夏



孟加拉国：移动洗手设施

12月21日，在孟加拉国达卡，两名儿童在一处移动洗手设施洗手。据孟加拉国卫生部门20日公布的数据显示，该国新冠累计确诊病例超50万例。

新华社发

■给您提个醒

## 用白醋治脚气 “老糖友”痛失脚趾

53岁的糖尿病患者刘先生患上脚气，脚上出现溃口，他自行在家用白醋泡脚消毒，谁知溃口处逐渐发黑，到医院治疗被诊断为糖尿病足，遗憾未能保住脚趾。12月21日，说起此事，刘先生后悔不已。

刘先生患糖尿病已有20余年，一直没有规律服用药物，血糖控制得较差。大概1周前，他感觉右脚的第三和第四脚趾间瘙痒难忍，出现了白色的溃口，听说白醋泡脚可以治疗脚气，消毒杀菌，就开始在家自行操作，每天都坚持用白醋泡脚。谁知他的

皮肤溃口却越来越严重，第四趾溃烂并伴有血性分泌物，过了一段时间，他的脚趾就开始发黑。

无奈之下，刘先生来到武汉市中心医院内分泌科就诊，被诊断为糖尿病足。尽管接受了控糖、抗感染、伤口护理等治疗，但无奈刘先生的病情很严重，右脚第四趾已经溃疡、坏疽，遗憾未能保住。

该院内分泌科主任毛红介绍，糖尿病患者的血糖高，抵抗力差，足部更容易被浅部真菌骚扰，发生足癣（俗称“脚

气”）和甲癣。临床中，糖尿病患者有足癣的比例超过四分之一，这类人群的脚气不可忽视，一不小心容易造成严重后果。民间虽然有用白醋消毒杀菌治疗脚气的说法，但是对于糖尿病患者不一定见效，过分依赖这种方法，反而有可能加剧感染。

毛红表示，糖尿病患者足部有溃口的情况下，是不建议泡脚的，要尽量保持局部卫生和干燥环境，可以涂些抗真菌药物，但最重要的还是要控制住血糖。

（《楚天都市报》12.22，记者郑晶晶 通讯员简杰）