

有物理治疗也有中医特色疗法

与日间专业诊疗无异,下班后来治腰椎间盘突出、颈椎病的人很多



“医生,我腰疼得厉害!从浦东赶过来的,快帮我看看。”傍晚6时,上海四一一医院康复医学科夜门诊迎来了又一波就诊高峰。

40岁的李女士痛得趴在平车上。两小时前,她在浦东的家里搬挪重物时不慎扭伤腰部,一阵剧痛后,整个人瞬间无法动弹。家人通过上网查询,发现四一一医院康复医学科设有夜门诊,便立即开车一个多小时赶来。

接诊的康复科住院医师詹婕认真看了片子 and 扭伤部位情况后,为李女士制定了治疗方案:先通过牵引缓解肌肉痉挛,再配合中频电疗镇痛,最后采用中医手法和传统针灸治疗。令人惊喜的是,短短两小时后,原本疼得直冒冷汗、无法翻身的李女士,已能扶着家人慢慢站起,自己独立行走。她难掩激动:“这种突发情况根本等不到第二天,夜门诊真是救急了!”

四一一医院康复医学科主任栾晓维介绍,夜门诊创新打造全时段、全方位康复服务体系,不同于其他医疗机构的简易夜诊,这里既有现代物理治疗的精准干预,又传承着中医特色疗法的精髓,让患者在夜间仍能享受到与日间无异的专业诊疗。

72岁的张阿姨是一位脑卒中术后患者,上海出梅后的持续高温曾让她几乎放弃康复



■ 夜门诊傍晚6时开始,患者在夜间仍能享受到与日间无异的专业诊疗 谭广程 摄

治疗。她说:“白天出门就像蒸笼,走几步就头晕眼花。”夜门诊为张阿姨这类特殊患者带来了便利,她现在隔天就会在傍晚时分前来就诊,在舒适的温度下接受包括手法训练、经颅磁刺激、生物反馈、言语训练和步态训练在内的全套康复治疗。“晚上来医院凉快多了,治疗时心情也好,效果自然更好。”已经恢复得接近正常的张阿姨笑着说。

31岁的程序员郑先生是“电脑脖”典型患者。“李医生,我这脖子最近转都转不动了,”他苦笑着指向自己僵硬的颈部,“白天两个手

臂都是麻的,用鼠标都不方便。晚上更难受,往哪边侧身都不舒服……”郑先生因长期伏案工作、缺乏运动导致颈椎严重劳损,这种因久坐不动引发的颈椎问题已成现代职场人的“标配”。康复治疗师李自朋通过颈椎牵引缓解压迫,再配合理疗镇痛,同时指导针对性的运动疗法。经过系统治疗,郑先生的症状明显改善。

“从隐隐作痛到突然直不起腰,只有半个月时间。”29岁的设计师吴女士经检查,确诊为腰椎间盘突出。“很多患者都是等到无法忍

受才就医,此时腰椎已严重损伤。”康复治疗师钟沪航介绍,“颈椎病初期可能仅表现为腰酸背痛,但若不及时干预,可能发展为下肢麻木、行走困难。”经过夜门诊的腰椎牵引治疗,再配合中医推拿手法松懈腰背部肌群,吴女士的症状已明显缓解。

32岁的白领李女士晨起落枕后,就近选择了一家街边按摩店。“当时技师用力扭动我的脖子,疼得我直冒冷汗,”李女士回忆道,“结果症状不但没缓解,反而连转头都困难了。”下班后,疼痛难忍的她来到康复科夜门诊寻求专业帮助。接诊的康复治疗师麦伍拉江采用运动针法为李女士治疗,短短20分钟,李女士的颈部活动度就恢复了八成。她深有感触地说:“专业的治疗果然不一样,早知道就直接来医院了!”治疗师告诉李女士,落枕后,不恰当的按摩手法可能会加重病情,甚至引发其他并发症。

四一一医院自去年9月开设康复医学夜间门诊以来,深受周边居民欢迎。康复医学科主任栾晓维介绍,夜门诊针对颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出等骨关节疾病康复,有针灸、推拿、正骨、火罐、脊柱整脊等传统康复技术,科室还特别增设了中医定向透药、冲击波、低频脉冲等无创治疗项目,可以把单次治疗时长控制在30分钟内。

“很多上班族久坐、长期伏案,所以下班后来治疗腰椎间盘突出、颈椎病的人很多。”栾晓维说,目前,医院夜门诊开放时间为工作日18:00至20:30,以后将进一步拓展夜间治疗项目,惠及更多患者。 本报记者 左妍

教育新观察

“普高两连跌!”昨天下午,2025年上海市高中阶段学校招生最低投档控制分数线公布,高中阶段各批次招生的控分线较往年大多有所下降。“上高中不难”“多路径升学”,昭示着为广大初中毕业生的成长成才之路开辟了绿色通道。

市教育考试院负责人昨天向记者介绍:“本市高中阶段学校招生录取的程序是按自主招生录取、名额分配综合评价录取和统一招生录取依次进行。”以自主招生录取、名额分配综合评价录取两个批次的最低控分线为例,2023年都是610分,去年都是607分,今年再下跌2分。公办普通高中统一招生录取控分线历来被视为中考分流的“闸口”,具有标志性意义,2022年是520分,2023年一下子上升了5分,而去年如“过山车”般下跌到518分,今年更是下滑至513分,这对一心要进普通高中的考生来说不啻是个利好。

全市的中考生规模从2022年的近11万人上升至今年的12.7万人。那么,为什么普通高中的控分线却一跌再跌呢?据最新公布的招生计划,今年全市各区投放给普高招生的总计划数超过了8.2万人。若加上国际课程班和中外合作办学的近两千个计划,至少六成的初三毕业生能够升入普高。如果仅统计沪籍考生或符合普高招生政策的考生,上海实际的普高录取率可达约七成。这个数据有力地回击了“上海仅一半初中毕业生可以升入高中”的坊间传言。有初中校长向记者分析说,看看这几年各区拔地而起的高质量普通高中,几乎每年都有新学校开办,很多还是名牌高中的附属校或集团校,普高的控分线略有下调正是得益于此。但是,普高的最低控分线下跌,与一些名牌高中的最终录取线并无必然联系。从近些

『多路径升学』成常态

年几所“委属高中”及其分校的录取线,乃至三年后的高考成绩单来看,头部高中竞争激烈已是常态,毕竟这些学校承担了为国家早期培养高质量创新人才的重任。

本市的中招顺序依次为市实验性示范性高中、市特色普通高中自主招生录取,市实验性示范性高中、市特色普通高中优秀体育学生、艺术骨干学生自主招生录取,国际课程班和中外合作办学高中自主招生录取,中职校自主招生录取,中本贯通录取、五年一贯制和中高职贯通录取、中职校提前录取。值得关注的是,本市的五年一贯制和中高职贯通录取最低控分线已连续四年维持在400分,而普通中专的控分线前四年都保持在360分,今年突然下跌至350分。有业内专家表示,现在越来越多的家长在孩子的升学分流问题上变得更为理性和务实了,与其在底部的普通高中读得“心惊肉跳”,不如尽早选个中高职贯通来得实惠,至少大专文凭十拿九稳了。也正是因为这个道理,近年来沪上中职校纷纷将办学重心转向了中高职贯通和中本贯通,相比较而言,普通的中专层次招生就会式微一些,控分线的下行也在情理之中。

据记者了解,今年的中学校自主招生预录取工作已完成,市教育考试院负责人对相关的后续正式录取规则作出提示。已被市实验性示范性高中、市特色普通高中预录取的学生,其学业考试总成绩须达到本市高中自主招生最低投档控制分数线方可被正式录取;已被公办普通高中国际课程班预录取的学生,其学业考试总成绩须达到本市高中自主招生最低投档控制分数线方可被正式录取;已被民办普通高中国际课程班预录取的学生,其学业考试总成绩须达到招生学校自主设定的最低投档控制分数线方可被正式录取。

本报记者 王蔚

锁住病毒复制“开关”

申城科研团队与诺奖得主携手,拓宽抗病毒药物研发思路

记者今天从上海科技大学获悉,7日,国际顶尖学术期刊《细胞》(Cell)在线发表了该校免疫化学研究所张贺桥与诺贝尔奖得主罗杰·科恩伯格(Roger Kornberg)团队的研究成果。该项研究首次揭示了非核苷类抑制剂有效抑制麻疹病毒和尼帕病毒RNA聚合酶复合物活性的分子机制,为应对这两种全球性传染病的抗病毒药物研发提供了关键科学基础。

高传染性病毒威胁全球健康

麻疹病毒传染性极强,平均一名患者可传染12—18人。近年来,全球麻疹病例居高不下:2022至2023年,感染人数超千万,共造成超24万人死亡,多为5岁以下儿童。尽管已有疫苗,但研究表明约5%的两剂疫苗接种者无法产生有效抗体,麻疹病毒依然是全球健康的重要威胁。

尼帕病毒是高致病性病原微生物,可通过动物或人际传播,感染后可引发脑炎、肺炎等重症,致死率达70%。目前,尼帕病毒无上市疫苗或治疗药物,防治形势严峻。

这两种病毒同属非节段负链RNA病毒家族,它们复制和转录活动的关键酶——RNA聚合酶,是抗病毒药物的理想靶点。现有非核苷类抑制剂(如ERDRP-0519和AS-136A)能抑制麻疹病毒聚合酶活性,但其作用机制尚不清楚。

聚合酶关键开关被抑制剂“锁住”

上科大科研团队利用单颗粒冷冻电镜重构技术,解析了麻疹病毒RNA聚合酶复

合物结构。结果显示,非核苷类抑制剂ERDRP-0519和AS-136A均结合在RNA聚合酶上一个名为“GDN环”的核心功能区域附近。这一结合引发GDN环构象发生改变——从“激活态”转为“休眠态”,从而抑制病毒RNA合成、阻断病毒复制。

“病毒RNA聚合酶就像一台精密机器,非核苷类抑制剂可通过‘别构抑制’的作用机制让它卡壳。”免疫化学研究所副研究员张贺桥解释,“这类似于锁住齿轮,阻止整个系统运转。”

研究还发现,这种机制同样适用于尼帕病毒。团队通过实验证实,尼帕病毒聚合酶“GDN环”附近的口袋区域同样能够被ERDRP-0519结合,导致相似的构象变化。这一发现首次揭示两种病毒聚合酶可被同一非核苷类抑制剂结合并抑制,为抗病毒药物研发拓宽了思路。

研究成果提供新思路推动抗病毒药物研发

上科大科研团队的此项成果不仅解密了非核苷类抑制剂的作用机制,更提供了一个可复制的新药设计模板。新发现的麻疹病毒和尼帕病毒聚合酶“GDN环”附近的“口袋”区域可成为理想药物结合位点,可据此优化现有抑制剂或开发新型化合物,以治疗麻疹病毒或尼帕病毒引起的感染。

上科大特聘教授罗杰·科恩伯格表示:“这一成果将为未来抗病毒药物研发指明方向,下一步有望根据我们团队解析的结构,针对麻疹和尼帕病毒设计更加安全高效的候选药物,并推动其他抗病毒药物的研发,惠及全球公共卫生健康。”

本报记者 郜阳