



上海市第十人民医院优化整合资源救治脑卒中患者

绿色通道快捷 随访门诊干预

第 医 线

迅速揪“元凶”
避免今后反复发作

今年75岁的李老先生独自外出散步时突发中风，意识不清、肢体无力的他被120救护车送到十院。无家属陪同，通过其随身携带的手机，医护人员第一时间联系上他的家人。在家人赶来医院的同一时间，治疗已经开始，排队、挂号、付费、候检等一系列耗时流程全部略去，在医护人员陪伴下，仅10分钟就完成了CT以及血液检查，确诊为脑梗死。

时间就是“脑细胞”。医生通过电话沟通取得了家属对治疗方案的知情同意，第一时间开启了溶栓治疗。待家属来到医院，再补缴费用。得益于快捷实效的“绿色通道”，老先生恢复情况良好，未出现后遗症。神经内科主任刘学源介绍，作为上海市脑卒中临床救治中心、上海市临床重点专科和国家综合卒中中心，目前十院卒中中心年均完成溶栓治疗400余人次，动脉取栓200余人次，居于全市前列。

“成功完成溶栓、取栓，只是第一步，更重要的是帮助病人找到卒中发生背后的深层次原因，开展科学、规范、有效的医学干预，减少复发。”神经内科副主任周晓宇强调，卒中救

10月29日是世界卒中日。脑卒中，也就是我们熟悉的“中风”“脑梗”，秋冬季节天气寒冷，更易引发。从进入医院到使用溶栓药物之间时间间隔的国际标准是60分钟，而在上海市第十人民医院则是30分钟。比国际标准快了一倍，十院是如何做到的？



溶栓室同时在为两位患者进行溶栓治疗

治体系建设不能仅仅满足于溶栓取栓，更要消除疾病滋生的土壤。上海十院卒中中心为此组建了集内、外、医、技、护于一体的多学科团队。帮助患者有效控制血压、血脂、血糖，解除心律失常，尽最大可能预防脑梗发生。

刚刚20岁出头的大学生小张在拎重物后突发右侧肢体麻木、不能动弹，来十院就诊后发现竟然是脑梗！如此年轻就遭遇“老年病”，令他和亲友大感意外。医护人员没有满足于仅仅完成溶栓治疗，而是启动了多学科协作机制，神经内科、神经外科、急诊科、放射科、护理部、心内科、胸心外科等多个学科和部门的医务人员会诊，成功揪出了脑梗背后

的“真凶”——卵圆孔未闭。这是一种先天性心脏病，因心房间隔发育不良，位于其中的卵圆孔没有完全闭合，从而使血液因湍流而产生微小血栓，导致脑卒中的发生。最终，小张转入心胸外科接受了微创手术，成功封堵了卵圆孔，避免了脑梗再度发生。

建溶取栓中心
延长“黄金治疗期”

如何早期、迅速识别脑卒中呢？有一句中文口诀，就是“脸偏斜，举无力，语不清，120”。随着卒中科普的开展，公众都知道，越早实施溶栓/取栓治疗，脑梗患者的恢复

情况就越好，所以产生了“黄金治疗期”的概念，即溶栓治疗最佳是发病6小时之内。然而由于种种原因，有些患者来院就诊时可能就已超过6个小时，难道只能无奈地接受保守治疗吗？

今年8月，十院通过优化及整合资源，成立了全市第一家脑卒中溶栓中心。基于大样本量的临床观察与研究，中心提出了新的“黄金治疗期”——在一定条件下可拓展至发病后24小时之内。

清晨6时，意识模糊的张先生被家属送到十院急诊。经过仔细问诊，确定发病时间是前一天晚上10时，发病已超过8小时。但接诊医生没有放弃，入院后立即安排做了多模态CT检查（CT平扫+CT脑灌注扫描），发现仍有大片低灌注的脑组织并未完全坏死，卒中中心张全斌主任医师当机立断决定开展取栓手术，术后张先生意识完全恢复，至出院时已能下地行走。

为了尽可能帮助更多有救治可能的患者，十院卒中中心在2017年就成立了由金爱萍护士长领衔的康复治疗团队，还建立了上海市唯一的卒中随访门诊，建立个案管理师的脑卒中随访新模式，通过疾病个案管理师，年完成患者随访2000余人次，总随访12000人次，在库人员1000人。目前，凡在十院卒中中心治疗的患者，100%接受发病24小时内超早期康复干预，患者功能改善率由干预前的40%提升到70%。

本报记者 左妍

41支参赛队“一支也不少”，最小参赛队员还是小学生，还有高三学生放弃补课特地赶来……今天上午，第17届市民观鸟大赛在共青森林公园举办，也拉开了今年上海市“保护野生动物宣传月”活动的序幕。记者获悉，近年上海的观鸟爱好者越来越多、越来越年轻，参赛自主性也更强。

多支学生队伍参赛

“听，这是柳莺，那是乌鸫！叽叽喳喳的是喜鹊，它们嫌我们打扰到它们，正在抗议呢！”上午9时许，一支参赛队伍穿行在共青森林公园茂密的树林里，屏声静气地靠耳力辨识鸟种。41支参赛队伍分布在园内的观鸟长廊、水系、森林中，努力观察鸟儿，并在记录表上勾选。每支队伍还有一名观察员，负责监督和安全。

记者发现，今年参赛队伍中，由中小學生组成的特别多。“芝士雪豹”队的3名队员分别就读于8年级和9年级，队长宋知源来自德英乐学校，“鸟龄”有两三年了。他说，妈妈在公众号上看到了市民观鸟大赛的报名信息，他就组织了有共同爱好的小伙伴一起报名。大家在开赛前特地熟悉了公园，精心策划了路线，只为观测到更多鸟种。

“他从小喜欢昆虫，虫子看得差不多了之后就开始了观鸟。那阵我想他视力不太好，观鸟挺好的。后来，他认识的鸟多了，有成就感了，就慢慢入坑了。”宋知源妈妈笑着说，“虽然我陪着他观鸟，但我是十足的菜鸟，也记不住叫声、羽毛的颜色等，小孩接受能力更强。”

而另一名队员、来自鑫都实验中学的李旭安的爸爸则表示，疫情暴发以来，孩子们待在家上网课的时间多了，接触大自然的机会少

市民观鸟大赛上午举行
参赛名额48小时抢光 学生族越来越多湿地
观鸟

申城秋高气爽，在新江湾湿地的生态走廊，不少白鹭、夜鹭、黑水鸡等野生鸟类在此翔集，翩跹觅食。良好的生态环境使这里成了本地候鸟长期栖息的家园，而保护鸟类也成为越来越多市民的共同环保意识。

杨建正 摄影报道

了。“我是观鸟爱好者，6月开始我就带着孩子一起观鸟，暑假还去青海参加了观鸟夏令营，他亲眼见过的鸟种已有100多种了。清晨能看到的鸟更多，所以他也慢慢不熬夜了。”

市民报名热情高涨

“上海的春秋季节很适合观鸟。往年观鸟大赛在4月举行，今年推迟了半年。尽管如此，市民参赛热情依然特别高。开放报名后，参赛名额在48小时内就被抢光了。”上海野鸟会负责人姚力连续参与组织了多年的观鸟大赛，对此深有感触。同时他表示，这几年观鸟大赛报名自主性更强。以往，机构、学校、团队组织参赛的比较多，如今市民零散报名的特别多，这也是观鸟这一小众爱

好正逐步受到关注的标志。“目前在上海，以观鸟为目的、一年数次自发参与的观鸟人，约有数百人。而以拍鸟为目的的人数则更多。观鸟爱好者年龄也更年轻，在校学生越来越多，水平也越来越高，因此大赛不分成年组和未成年组。”姚力说。一般一场2.5小时的比赛，共能观测到六七十种鸟类，是主办场地内同一时间记录到鸟种最多的。有不少选手会看到不太常见的鸟，历年“至尊鸟种”奖中，普通夜鹰、铜蓝鹁等都曾入选。

以观鸟大赛为启幕，今天上海市“保护野生动物宣传月”活动也拉开了序幕。今起至11月27日，本市还将举办“关注森林·碳寻上海原住民”科普活动、自然观鸟导赏直播等线上线下活动。 本报记者 金旻旻

本报讯（记者 左妍）记者昨天从市健康促进委员会办公室获悉，市人大常委会已通过《上海市公共场所控制吸烟条例》修正案，并于2022年10月28日起正式施行。电子烟被纳入公共场所禁烟范围，即全市室内公共场所、室内工作场所、公共交通工具内及部分公共场所的室外区域禁止吸烟（包括电子烟）。这是《条例》实施12周年之际的又一新举措，也意味着社会共治的无烟城市建设又迈出重要一步。

数据显示，各国电子烟使用率呈现逐年增长趋势，尤其青少年人群的电子烟使用率增长更为明显。电子烟对健康的危害，受到专家学者、社会公众和新闻媒体的广泛关注。使用电子烟可增加心血管疾病和肺部疾病的发病风险。电子烟中含有的尼古丁成分具有很强的成瘾性，并可对胎儿和儿童青少年的大脑发育造成长期不良后果，导致学习障碍和焦虑症。电子烟烟液中可检出甲醛、乙醛、多环芳烃、挥发性有机物、烟草特有亚硝胺等有害物质。电子烟释放物（即二手气溶胶）是一种新的空气污染源，同样可检出甲醛、乙醛、金属、尼古丁、多环芳烃、挥发性有机物等有害物质，并具有细胞毒性。

去年11月，国务院明确电子烟属于“新型烟草制品”，参照我国《烟草专卖法实施条例》有关卷烟的规定管理。根据国家有关规定，为控制电子烟释放物对公共场所卫生的影响，保障公众健康，消除和减少电子烟的危害，本市决定将电子烟纳入公共场所禁烟范围。

《上海市公共场所控制吸烟条例》自2010年3月1日起施行，是世界卫生组织《烟草控制框架公约》在我国生效后，大陆地区首部省级人大颁布的控烟地方法规。2017年3月1日《条例》修订后生效实施，实现室内全面禁烟，世界卫生组织授予上海市人民政府“世界无烟日奖”。如今，《条例》再次修订，将电子烟纳入公共场所禁烟范围，为进一步打造社会共治的无烟城市完善法律支撑保障。

电子烟纳入公共场所禁烟范围

工商银行上海分行
三年期个人定期存款
3.50% (1万起)
详细请至工商银行上海分行各营业网点
021-22258262 021-22258273