



健康贴士

最新复旦版中国医院排行榜
发布,广州九家医院跻身全国百强

全国最好的 呼吸科、眼科在广州

近日,复旦大学医院管理研究所发布最新“复旦版中国医院排行榜”。中山大学附属第一医院排名《2018年度中国医院排行榜(综合)》第6位,比2017年度前进一位。今年广东共有9家医院进入全国综合百强名单。除了中山一院外,入选前五名名的广东医院还有南方医科大学南方医院、广东省人民医院、广州医科大学附属第一医院、中山大学肿瘤防治中心、中山大学附属第三医院、中山大学孙逸仙纪念医院。中山大学中山眼科中心、广州市妇女儿童医疗中心也进入了前100名。在专业排行中,由钟南山院士领衔的广医一院呼吸科团队,以及由刘弈志领衔的眼科团队,在专科排名中位列全国第一。这两家医院已经是连续多年的全国最强。

广州这些专科全国排名靠前

在《2018年度中国医院专科声誉排行榜》上,广州医科大学附属第一医院在呼吸科排名第一,中山大学中山眼科中心在眼科排名第一。

而中山大学附属第一医院病理科、耳鼻喉科、放射科、妇产科、内分泌科、普通外科、神经内科、肾脏病科、消化病科、康复医学、超声医学、重症医学、临床药学、生殖医学、变态反应科15个专科进入全国前十。

专科榜单上收获颇丰的还有南方医科大学南方医院,病理科、传染感染科、肾脏病科、消化病科、整形外科也进入了专科全国前十;广东省人民医院放射科、心血管病科、心外科、老年医学、急诊医学进入全国前十。

在精神医学专科榜单上,广州市惠爱医院、深圳市精神卫生中心入选全国前十。中山大学光华口腔医学院附属口腔医院入选口腔专科全国十强。广州市妇女儿童医疗中心小儿内科、小儿外科均进入全国十强。

此外,广东进入全国专科前十的其他专科有:中山大学孙逸仙纪念医院泌尿外科;中山大学附属第三医院风湿科、康复医学;中山大学肿瘤防治中心胸外科、肿瘤学;广州医科大学附属第一医院胸外科、变态反应科;广州医科大学附属第二医院变态反应科。

中山一院稳居“华南龙头”

中山大学附属第一医院综合排名居全国第六,比2017年前进一名,是历年来排名最靠前的一次,中山一院共有15个专科进入全国专科声誉排行榜前十名,急诊医学、风湿病、骨科等11个专科获得提名。

在华南区排名方面,中山一院位列华南区综合排名第一,病理科、耳鼻喉科、内分泌等33个专科进入华南区专科声誉榜前五名,15个专科排名第一,5个专科获提名,是华南地区上榜专科数量最多的医院。

复旦版医院排行榜是目前国内公认最权威、最受行业重视的医院排行榜,榜单为老百姓看病就医提供了权威参考。复旦大学医院管理研究所借鉴美国“最佳医院排行榜”的评价方法,坚持以临床学科水平、专科声誉为核心,兼顾当年的科研产出,已连续10年发布复旦版中国医院排行榜。(南都)

联合国糖尿病日

如何让亿万家庭 远离“甜蜜的烦恼”?

缺乏运动、“三高”饮食、吸烟、喝酒、熬夜……随着不健康生活方式的侵袭,在世界范围内,糖尿病的发病率呈上升趋势,而我国更是全球发病人数最多的国家。

如何让亿万家庭远离“甜蜜的烦恼”?笔者在“11·14”联合国糖尿病日前夕调查发现,健康素养缺乏是当前糖尿病防治面临的难点。防“糖”之路需要每个人增强健康意识,做好自己健康的“第一责任人”。

不良生活方式带来“甜蜜的烦恼”

三五好友相约夜宵、一天不喝奶茶就难受……当下流行的一些生活方式其实正侵蚀着我们的健康。根据中国疾控中心营养与健康所的数据,我国人均每日添加糖(主要为蔗糖)摄入量约30g,食用油摄入量为42.1g,均高于世界卫生组织和《中国居民膳食指南》推荐摄入量。

“我国约10个成年人中,就有1名糖尿病患者。”中华医学会糖尿病学分会主委、南京鼓楼医院内分泌科主任朱大龙说,我国糖尿病前期的患病率高达50.1%,如不加以干预,这些人群将来也会加入“糖尿病大军”。

“糖尿病患者增多,不健康的生活方式是重要原因。”北京清华长庚医院内分泌及代谢科主任、主任医师肖建中说,糖尿病的“内因”即遗传因素,糖尿病患者的直系血

亲患上糖尿病的概率会高于一般人;“外因”则是环境因素,热量过剩、活动量减少、生活压力大等都会增加患病风险。

健康中国行动指出,高盐、高糖、高脂等不健康饮食是引起肥胖、心脑血管疾病、糖尿病及其他代谢性疾病和肿瘤的危险因素。2016年全球疾病负担研究结果显示,饮食因素导致的疾病负担占到15.9%。

中国医学科学院阜外医院顾问专家、内分泌与心血管病诊治中心主任李光伟介绍,糖尿病是诱发心血管疾病的高危因素,而心血管病是糖尿病患者致死的重要原因。以往对糖尿病患者的治疗主要关心如何降糖,现在在首先关注降糖的同时并减少心血管病风险。

健康素养缺乏成防治突出难点

糖尿病的高危因素中,专家认为最主要的一是年龄老化,二是肥胖。朱大龙说,随着人口老龄化,我国50岁到65岁之间的中老年人糖尿病发病率明显增加。此外,肥胖、超重问题的低龄化趋势,让30岁以下患2型糖尿病的人数也明显增加。

调查发现,由于基层医疗条件不足、患者不遵医嘱等原因,糖尿病患者的治疗达标率不到一半,部分患者喜欢寻求“神药”而非正规服药,健康素养缺乏已成为防治工作的突出难点。

上海交通大学医学院附属瑞金医院副院长宁光说,按照糖化血红蛋白小于7%来算,我国糖尿病患者的治

疗达标率不到40%;而血糖、血压和血脂三个指标全部都达标的糖尿病患者不到20%,这三个指标与增加中风、心梗、肾脏病的发生风险密切相关。

近年来,我国出现了农村地区糖尿病患病率的上升速度快于城市地区的现象。一些村医表示,农村老人缺乏相关知识,加上各种儿童饮料的广告宣传,就误以为“乳酸菌”乳制品饮料等有营养,就把这些当牛奶给孩子喝,孩子长大后变得不肯喝水,只喝饮料,导致血糖出现问题。

在治疗上,一些患者不去正规医院,而是相信偏方、虚假广告,导致一些号称“根治糖尿病”“激活体内的胰岛素”的“神药”有了可乘之机。

防“糖”之路更需大众“齐步走”

今年联合国糖尿病日的中国口号是“防控糖尿病,保护你的家庭”。朱大龙说,中国的防“糖”之路重点还是要提高公众认知,让防“糖”知识深入到家庭和每一个人。

专家呼吁,让糖尿病前期人群不发展成糖尿病,让糖尿病患者不发展出并发症,这都需要人们主动关注自己的血糖、体重等,做好自己健康的“第一责任人”。

“生活方式干预是糖尿病治疗的重要措施之一。”肖建中说。

国家儿童医学中心、北京儿童医院儿童慢病管理中心主任米杰认为,青少年肥胖率居高不下,而肥胖儿童患代谢综合征的风险是正常体重儿童的数倍。学校、社会、

家庭多方应形成合力,促进孩子们养成健康饮食、体育锻炼等良好生活习惯,减少“小胖墩”这一糖尿病患者的“后备军”。

朱大龙说,中华医学会糖尿病学分会和中华国际医学交流基金会已连续十年开展“蓝光行动”,今年变成“蓝光行动月”。众多糖尿病专家接力在互联网平台上写防“糖”科普等,目前已覆盖了近1亿读者。

“糖尿病医生看一次病只能救一个人,但提倡早发现、早干预却能影响到每一个社会细胞,让防‘糖’齐步走。”朱大龙说。

(新华社)