

赞屠呦呦

习 中

欣悉青蒿素先驱性发现者屠呦呦于 10 月 5 日获 2015 年诺贝尔生理学或医学奖，成为中国本土首位获此殊荣的科学家。

清夜细读《肘后方》，
灵感忽闪眼前亮。
新法萃取青蒿素，
老药飞跃银蛇榜。
金药结晶济苍生，
中西合璧驱瘴瘴。
岐黄中人重升华，
医灯烛照经纬网。

今夜,让我用骄傲入诗

——贺屠呦呦获诺贝尔奖

许丽莉

青蒿素，最普通植物的提取物
用纤细的腰肢谱写奇迹
骄傲！
听，灌入长虹的声音在呼喊——
屹立五千年的东方医学
将百万生命拯救于魔掌！

疾疫，凶残如猛兽的瘟病
被谁的执着与赤诚踩在脚下？
谁用半个多世纪的激情与梦想
筑起人类健康事业的宫殿！

捍卫！是的
汗水、泪水灌溉的城墙
忠心捍卫！
牢守将病毒摒弃于光明之外
不去计算填补多少空白
掌声、鲜花、皇冠、诺奖
不足以评价
载入历史长河的重重一笔
那就让这份事业
传播、普照、光亮、不息！

金秋岁至，桂花飘香，就到了享受饕餮盛宴——大闸蟹的时候。

说起大闸蟹，阳澄湖的首屈一指，闻名天下，鲜美百味。大家肯定有此疑惑：是谁最早吃着这鲜头，成为天下第一食蟹人？遍寻答案，流传最广泛的是巴城镇的一个岁月悠远的民间传说。

相传几千年前，人类的祖先已经在江南的陆地上定居栖息，从事捕捞水产和农垦耕作，一代又一代含辛茹苦地创建出一个鱼米之乡。由于江南地势低洼，雨量充沛，经常闹水灾。有时虽丰收在望，可是，江湖河泊里却冒出了许多爱朝光亮爬行的甲壳虫，双螯八足，形状凶恶，可闯进稻田偷吃谷粒，还用腥臭的鳌伤人。荆奎先民吓得畏如虎狼，称这种虫为“夹人虫”，不等太阳落山，就早早关上大门。

后来，大禹到江南开河治洛水，派壮士巴解到水陆交替的阳澄湖区域督工，带领民工开挖海口河道。入夜，工棚口刚点起火堆，谁知火光引来了黑压压的一大片“夹人虫”，一只只口吐泡沫，像潮水般汹涌而来。大家赶紧出来抵挡，工地上激起了一场人虫大战。不多时，“夹人虫”吐出的泡沫，直把火堆埋没，双方在黑暗中混战到东方发白，“夹人虫”这才纷纷逃入水中。可是好多民工被夹伤的夹伤，夹死的夹死，血肉淋漓，惨不忍睹。

“夹人虫”的侵扰，严重妨碍

对于整日沉浸于中医、中药领域的中医学子来说，多读书、热爱书，以书香伴药香，做人文中医，具有特殊意义。

其实，书香之香从其源头来讲，所指并非墨香，而恰是药香。古人喜读书、善藏书，为了防止所藏书籍被虫蛀或霉变，多在书中或盛书的箱中放置樟木片或芸香草，时间长了，书籍中自然有浓浓香气，捧起书来，便有书香之感。尤其是芸香草，古人经过长期实践，逐渐认识到其防蛀作用。宋代沈括在《梦溪笔谈》中记道：“古人藏书辟蠹用芸。芸，香草也。”沈括的《忘怀录》中又云：“芸草，古人藏书种，谓之芸香是也。采置书帙中，即去蠹……”宋代诗人梅尧臣有诗云：“时节归来自结庐，稚川闲去亦多书。请君架上添芸草，莫道中间有蠹鱼。”诗歌说的正是芸香除蠹之事。我校医学史专家傅维康曾撰文指出，正是因为古人把芸香草用于书籍防蛀，芸香草和中国古代文化有着密切的关系，也因此衍生了诸如芸人（读书人）、芸吏（古代整理校订书籍的官员）、芸香阁（古代朝廷设置的专门掌管保存经籍图书之机构）、芸阁（收藏图书处所）、芸馆（书斋）、芸筒（文札信件）、芸签（书笈）等众多与“芸”有关的词语或典故。芸香草的香味渗透入书页中，翻开书卷，书中的芳香即扑鼻而来，“书香”一词因此产生，后来又衍生了“书香人家”“书香子弟”“书香门第”等富于文化气氛的词汇。当然，今天人们概念中的书香，一方面确实是指书香

以书香伴药香

吴庆晏



银杏苑

黄果火棘

李兆敬 摄

金秋时节品蟹黄膏香

言鹿禾

解而命名的。巴城出产的阳澄湖大闸蟹，由此而名扬四方，久享盛誉。我们最常用的食蟹方法是煮蒸法，用紫苏叶与大闸蟹同蒸，佐以生姜酸醋，再温上一壶花雕，既美味香甜，又可减少大闸蟹的寒气。当然，在享受美味的时候，为了我们的身体健康，也要谨记以下四点：不吃生蟹。蟹是在淤泥中生长的，以动物尸体或腐殖质为食，它的体表、或肠胃道中布满了各种细菌。因此，食用前应洗净，煮熟透后再食用。不吃死蟹。蟹死后的僵硬期和自溶期大大缩短。蟹体内的细菌会迅速繁殖并扩散到蟹肉中去，在腐败条件下，细菌会分解蟹体内的氨基酸，产生大量组胺和类组胺物质。组胺会引起过敏性食物中毒；类组胺会引起

有名的学者，不必事前打招呼求见，也不怕搅扰主人。翻开书面就闯进大门，翻过几页就升堂入室；而且可以经常去，时刻去，如果不得要领，还可以不辞而别。或者另找高明，和他对质……话不投机或言不入耳，不妨抽身退场，甚至砰一下推上大门——就是说，咱地合上书面——谁也不会责怪。这是书以外的世界里难得的自由！”

国家主席习近平也曾风趣睿智地说：“对我来说，问题在于我个人的时间都去哪儿了？当然是都被工作占去了。现在，我经常能做到的是读书，读书已成了我的一种生活方式。读书可以让人保持思想活力，让人得到智慧启发，让人滋养浩然之气。”

“生活里没有书籍，就好像没有阳光；智慧里没有书籍，就好像鸟儿没有翅膀”，这是莎翁的名言。书传播的是知识、思想和信仰。正如哲学家罗素所言，美好的人生是为爱所唤起的，并为知识所引导的；有爱而没有知识，有知识而没有爱，都不可能产生美好的人生。让生命充满诗意，让书香涵养人生，人生便会因读书带来的知识和快乐而更加有意义。

今年 5 月 18 日，是我们小组在普陀院中医内科病房见习的第一天。对于我们来说，这还是第一次穿上白大褂，以“医生”的身份出现在医院里，大家都有一种兴奋而紧张的心情。一到科室，我们就分别找到了自己的带教老师。医院科室里的带教老师们像是工作多年的学长学姐，少了几分严肃，多了几分贴心。第一天，我们跟随老师们熟悉病房的情况，了解一个住院医生一天需要做的大致工作。由于医院距离学校有些远，需要一大早就从学校出发，加上医院工作的节奏快而紧张，过惯了校园生活的我们还有些不适应，中午的休息时间同学们都不自觉地睡着了。

在接下来的几天里，我们上午跟着老师们查房，了解每位患者的病情变化，学习老师们针对这些变化而变换的治疗方法，学习如何去与患者交流。在学习中，我们一边认真掌握书本上学习不到的实际操作技能，一边复习书本上学到的理论知识。几天下来，我们发现，直接将课堂上学到的知识搬到现实中来是行不通的，很多患者的情况并不像书本上一样“标准”，也认识到，只记书本上的知识是远远不够的，学

感，还更加支持我们，配合我们，让我们实践一些临床检查的操作，跟我们交流病情。在中医内科病房的见习时间持续一周，转眼间就结束了，这一周的见闻让我们难以忘怀，也让我们体会到做医生的辛苦与不易。我们虽然只是见习的“小医生”，但在患者眼中我们和带教老师一样，都是救死扶伤的“白衣天使”，正因为如此，我们更体会到医生肩负的责任重大。我们一定要更加努力地扎实地学习知识，打好基础，将来成为一名合格的医生。

《上海中医药报》于 1985 年创刊，由上海市中医药学会、上海中医药大学主办，上海中医药大学中医文献研究所承办，是全国唯一一家中医科普知识报，国内统一连续出版物号：CN 31-0075，每周五出版。《上海中医药报》以“中医，让我们更健康”为办报理念，长期致力于传播健康、和谐的中医药资讯与文化，使大家了解中医，认识中医，喜欢中医，共享健康。

《上海中医药报》征稿启事

《上海中医药报》普及中医中药知识，弘扬祖国传统文化，博采中医精华，传播养生妙法，关注日常衣食住行，贴近生活方方面面，以回归自然的思想，为读者传递最经济、最有效的中医保健资讯与百科信息。同时，《上海中医药报》汇集众多名医、聚焦中医学术，贴近临床各科、关注各方动态，为中医同仁提供学术交流的自由平台。《上海中医药报》真诚向各界约稿，凡中医药新闻、中医科普知识、中医实用技术、最新中医动态、中医养生保健知识等原创作品，均可投稿。投稿邮箱：shhzyy@163.com，电话：021-51323188。凡与医疗、用药有关的文章，请作者提供医师资格或药师资格证明（医学研究生除外）。期盼您的大作！共圆中医科普的辉煌！上海中医药大学中医文献研究所 上海中医药报编辑部

大肚腩、脂肪肝 含糖饮料惹的祸

冯琴

小李是位外企白领，刚拿到体检报告单上的“脂肪肝、高血脂、肝功能异常”让他烦透了心。“知道多吃脂肪有害无益，平时不怎么吃肥肉，饭量也不大，为什么会得脂肪肝呢？”原来小李有“饮料当水喝”的生活习惯。殊不知，他的大肚腩、脂肪肝，都是含糖饮料惹的祸！如今，无论大超市还是小便利店的饮料区货架上商品琳琅满目，街头的奶茶店也雨后春笋般一家家地冒出来，有时甚至出现排队购买的现象。人手一杯含糖饮料已是城市街头常见的景象。马来西亚《联合日报》曾报道，中国在最近 30 年间，糖的生产量扩大了约 300 倍。大城市青少年甜饮料的摄入量已经“超英赶美”，率先与“国际水平”接轨了。

美国心脏病协会专家在最近一项新研究中得出这样的数据：地球上每年有 18 万人可能因为过度饮用含糖饮料而死亡，其中包括汽水，甚至包括运动功能饮料。研究早已证实，摄取过多糖分会引起肥胖、龋齿、骨质疏松等问题。近些年的研究更直接指出，目前被大量运用在各种饮料和食品中的高果糖糖浆，摄入量会产生更多健康危害，如代谢综合征、心血管疾病、失眠甚至癌症。

空闲时间，我们还会去与患者交流，很多患者觉得我们是见习的学生后，不仅没有反感，还更加支持我们，配合我们，让我们实践一些临床检查的操作，跟我们交流病情。在中医内科病房的见习时间持续一周，转眼间就结束了，这一周的见闻让我们难以忘怀，也让我们体会到做医生的辛苦与不易。我们虽然只是见习的“小医生”，但在患者眼中我们和带教老师一样，都是救死扶伤的“白衣天使”，正因为如此，我们更体会到医生肩负的责任重大。我们一定要更加努力地扎实地学习知识，打好基础，将来成为一名合格的医生。

小李这样的例子，现实生活中真不少见。如果经常喝含糖饮料，容易导致肝脏脂肪堆积，患上脂肪肝。而脂肪肝人群，特别是青少年、中年患病人群中，也确实存在饮料过度消费的现状。笔者曾对上海浦东张江地区白领男性的非酒精性脂肪性肝病人群及同龄健康人群做过有关“含糖饮料消耗”的调查研究。调查结果显示，20-40 岁男性脂肪肝患者的含糖饮料饮用频率及消耗量明显高于健康人群，平均每日通过含糖饮料摄入的碳水化合物量达到 190.3 克。调查还显示，尽管如今市场上含糖饮料种类繁多，但碳酸饮料类仍在脂肪肝人群的饮料选择中占主导地位，其次为冰红茶、凉茶等茶类饮料。调查中，以“每天 3 瓶及以上”“每天 1-2 瓶”“每 3 天 1-2 瓶”“每天至少 1 瓶”及“每周 2-6 瓶”为“经常”标准，脂肪肝人群经常饮用碳酸饮料类（可乐、雪碧、汽泡水）的百分比（分别为 28.3%、14.1%、6.5%）远高于健康对照组（3.3%、2.2%、1.1%）。其次为冰红茶、凉茶类，分别为 16.3%、14.1%，同样远高于健康对照组的 2.2%、0。而这两类饮料恰恰含碳水化合物，（下转 2、3 版中缝）

校关工委召开全体委员会议

本报讯 近日，校关心下一代工作委员会（以下简称“关工委”）在行政中心 428 会议室召开全体委员会议，传达上级关工委有关领导讲话和会议精神，并就我校关工委建设和工作开展讨论。会议由校党委书记主持，关工委主任何星海主持。

会上，何星海宣读调整后的校关工委委员名单。调整后的关工委主要由校党委职能部门负责人，各附属医院和二级学院党委（总支）书记、副书记、退休党组织负责人和部分老同志代表等组成。

校关工委秘书长石德响简要介绍关工委的历史、工作目标、依靠力量、工作内容和方法等，尤其是对市教育系统关工委提出的“努力构建新常态下以德树人为宗旨，以现职领导为主导，以老同志为主体，以职能部门为依托，以基层为着力点，以创建特色品牌项目为引领，以制度建设为保证的可持续发展工作格局”作重点介绍，并汇报校关工委的工作情况。

会议结合中央最近提出的老干部工作要为党的事业增添正能量的新要求，以及市教育系统关工委的工作要求，就加强我校关工委班子、工作机构、关工委分会的建设和开展工作情况听取与会者建议。参与人员对关工委在组织老同志发挥政治优势、经验优势、专业优势等方面有了更深入的认识，表示近期将根据各自单位的情况成立分会，并结合实际，例如在住院医师规范化培养、导师团等工作方面，让老同志更多地参与进来，开展好具有自身特点的工作，并提出关工委工作不仅仅体现在关心下一代，也可以反过来关心老同志，实现双向关心。

何星海听取了各位委员的发言，并指出今后各分会成立后应不断创新工作方式，形成切口小、有特色的工作模式，充分发挥老同志作用，把各项工作落到实处。（关工委）

我校科研人员在国际著名化学期刊发表新型纳米给药技术综述论文

本报讯 不久前，我校中药专业研究生邓冰以第一作者在 Royal Society of Chemistry 的出版刊物 Nanoscale 上发表了关于新型靶向肿瘤微环境纳米载体材料的综述论文，题为“Reduction-sensitive polymeric nanocarriers in cancer therapy: a comprehensive review”，通讯作者为谢燕副研究员。Nanoscale 是国际化学领域颇具影响力的化学期刊，主要刊载化学科学、生命科学、医药科学、生物医学高分子材料科学、纳米科学等方面的论文，2015 年影响因子 7.349。

该论文综述了国内外利用肿瘤细胞内的氧化还原电位设计还原敏感纳米载体递送抗肿瘤药物的最新进展和成果，对还原

金秋杏林齐唱响 胜利歌声多嘹亮

浦东新区学生社团文化节暨我校国际艺术节开幕

本报讯 10 月 10 日晚，2015 浦东新区学生社团文化节暨我校国际文化节开幕式在海艺数字影城隆重举行。浦东新区教育局副局长郁时炼，我校党委副书记朱惠蓉、学工部部长陶思亮、团委书记成琳、文化艺术导师团专家以及浦东新区教育团委书记、各高校团委书记等领导和嘉宾出席活动。本次活动由共青团浦东新区委员会、浦东新区教育局、浦东新区学生联合会共同主办，共青团我校委员会承办，旨在展现浦东青少年积极向上的精神面貌，倡导健康高雅的文化艺术活动，促进大、中学生的社团交流，提高学生自主开展活动的积极性，建立学生社团文化品牌项目。

开幕式在我校大学生民乐团震撼人心的《保卫黄河》演奏中拉开帷幕。朱惠蓉致欢迎辞，她对与会领导、师生的到来表示欢迎，并借我校国际文化艺术节的背景和意义详细介绍学校在传承和弘扬中华优秀传统文化、培育和践行社会主义核心价值观等方面的基本工作。开幕式上还举行了我校“全员育人——服务学生成长导师团”文化艺术教育咨询顾问聘任仪式（如图）。我校原校长、博士生导师严世芸教授受聘担任文化艺术导师。严世芸作为导师团团长在签约仪式上发言，他强调了文化艺术教育的重要性，并勉励各位导师和青年大学生们要以传承和弘扬中华优秀传统文化为己任。郁时炼、朱惠蓉和严世芸共同敲响

我校中药学硕士学位授权点接受校外专家组评估

本报讯 9 月 28 日上午，由复旦大学陈道峰教授、上海交通大学李晓波教授、第二军医大学秦路平教授、陈万生教授、江西中医药大学杨明教授组成的专家评估小组，对我校中药学硕士学位授权点工作开展情况在研究生院第二会议室进行现场评估。我校副校长胡鸿毅，中药学科王峰涛教授、沈凤教授、俞桂新教授和专业实践基地导师代表袁振玉、洪燕龙以及研究生院全体教师教师参会。

会上，研究生院常务副院长陈跃来汇报我校中药学硕士学位授权点的内涵建设和自我评估情况。专家组听取工作汇报、查阅自评报告及相关佐证材料，并与专家、导师进行座谈。专家组认为，我校中药学硕士学位授权点的办学理念及发展思路清晰，学位授予标准严格，创新“两段式、双导师”培养模式，拥有一支结构合理、实力雄厚的导师队伍；建设了一批稳定、规范的专业学位研究生实践基地，创新行业实践课程，实践训练成效卓越；研究生培养质量优良，毕业生就业率 100%，符合行业需求，社会评价认可度高。经专家组评议，该学位授权点的建设符合国家中药学硕士学位授权点的建设要求，评估结果为“优秀”。

（研究生院）

我校召开校友会工作会议

本报讯 9 月 30 日上午，我校校友会于行政中心 312 会议室召开工作会议并举行校友会新网站开通仪式。校友会秘书长、副秘书长、各二级学院校友会负责人及联络人参加会议。会议由校党委副书记、校友会副会长兼秘书长何星海主持。

会上首先对全新改版的校友会网站进行介绍。校友会副秘书长向延汇报校庆校友会工作方案，进一步明确工作分工和时间节点。

何星海对校友会提出工作要求。他指出，应通过校友会网站及微信公众平台，加大校友会工作

宣传力度，更广泛地联络到全球各地的校友共同关注母校发展，为母校建设出力；征文工作的开展须注意时间节点，在年底能够征集到一定数量的优质文稿，争取在校庆日前编撰成书；校友捐赠款项金额建议以 60 元的倍数为宜，寓意庆祝建校 60 周年，校友会提供电子捐赠证书和校园纪念品以示感谢。

（校友会）

我校科研人员在国际著名化学期刊发表新型纳米给药技术综述论文

本报讯 不久前，我校中药专业研究生邓冰以第一作者在 Royal Society of Chemistry 的出版刊物 Nanoscale 上发表了关于新型靶向肿瘤微环境纳米载体材料的综述论文，题为“Reduction-sensitive polymeric nanocarriers in cancer therapy: a comprehensive review”，通讯作者为谢燕副研究员。Nanoscale 是国际化学领域颇具影响力的化学期刊，主要刊载化学科学、生命科学、医药科学、生物医学高分子材料科学、纳米科学等方面的论文，2015 年影响因子 7.349。

该论文综述了国内外利用肿瘤细胞内的氧化还原电位设计还原敏感纳米载体递送抗肿瘤药物的最新进展和成果，对还原

敏感纳米载体目前存在的问题和临床应用转化方面进行了讨论和展望。该课题的相关工作得到了国家自然科学基金青年科学基金、上海市科委纳米科技专项、教育部博士点基金、上海市教委科研创新项目和我校中药学一流学科等项目资助。

谢燕课题组一直致力于中药活性成分口服递送系统的设计。纳米技术在中药给药系统中的应用，中药黄酮成分肠道跨膜转运机制等研究工作，目前已在相关领域发表 SCI 收录论文 19 篇，获授权发明专利 5 项，研究内容获上海市科技进步奖三等奖等奖项 4 项。

（科技处 学科办 公共健康学院）



金锣，宣布 2015 浦东新区学生社团文化节暨我校国际文化节正式开幕。来自我校、上海金融学院、上海海洋大学、上海海事大学、建平中学、进才中学等学校的合唱团共同表演《海港之夜》《我唱出了世界的声音》等 16 个节目，将会场气氛推向高潮。本次活动以纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利 70 周年为契机，深入推进大、中学生爱国主义教育和革命传统教育，引导学生铭记历史、缅怀先烈，传承弘扬抗战精神，积极培育和践行社会主义核心价值观。

（团委）

