

# “关节腔灌注”助力攻“肩”克难

青岛市市立医院提供肩痛一站式阶梯诊疗方案

□青岛日报/观海新闻记者 黄飞

肩关节是人体最灵活的关节之一,也正因如此,不科学的运动方式、长时间伏案工作等都可能成为肩关节疼痛的诱因。面对肩关节疼痛,很多患者没有足够重视,认为自己只是得了“肩周炎”,期待通过拉伸、甩肩等锻炼方式治愈,结果适得其反,最终发展到须手术治疗的地步。近日,青岛市市立医院引进高级人才——骨关节与运动医学专家孙英华主任医师,担任该院东院区运动医学科副主任。孙英华致力于肩痛专病研究,推行肩痛一站式标准化阶梯治疗,积极开展包括冻结肩关节腔灌注扩充非手术治疗,肩袖撕裂关节镜微创手术,巨大不可修复肩袖损伤肌腱转位、上关节囊重建、球囊植入等,以及针对肩关节严重退变假体的反肩关节置换等一系列治疗方法,实现了肩痛诊断、治疗、康复一体化管理,确保肩痛诊断精准化、治疗规范化、疗效最优化。

## 关节腔灌注扩充治疗“五十肩”

“青岛作为海滨城市,环境湿度大,是肩关节疼痛的高发地区。”孙英华说,除了渔民、码头工人等人群易患肩痛外,游泳划臂过度、打球时挥拍动作过猛以及健身姿势不当等都会导致肩部劳损。此外,教师、建筑装修工人、程序员、设计师等特殊职业人群也是肩关节疼痛的高发人群。不同患者需要个性化的治疗方案来缓解病痛。

谈起肩关节疼痛,很多人第一时间就会想到“肩周炎”,孙英华谈到,这个名称并不准确,其诞生于没有CT和磁共振的年代,人们对肩关节内部结构知之甚少,故简单地将肩关节周围不明原因的疼痛统称为“肩周炎”。经过现代医学研究发现,真正的“肩周炎”其实是经常困扰中老年人的“冻结肩”,这是一种因肩关节周围软组织(肌肉、肌腱、滑囊和关节囊等)出现病变,从而引起肱二头肌长头肌腱粘连或肩袖挛缩的关节炎,因其发病年龄在40岁到60岁之间,故又称“五十肩”。冻结肩主要表现为抬肩疼痛,忍痛上抬会发现患肩力量并没有减弱,疼痛往往在夜间更为剧烈,肩关节活动度会全面下降。冻结肩的疼痛部位多不在肩部,而在肩靠下一点的三角肌。

“冻结肩其实是一种自限性疾病,但是病史比较长,最长可达3年,严重影响患者的生活质量。”孙英华说,按照肩关节疼痛阶梯治疗方案,保守治疗是首选治疗方案,其中肩关节腔灌注扩充治疗是一种被很多国家普遍认可的治疗方法,因其创伤小、见效快、



■孙英华  
(左一)为外国  
患者做检查。  
黄飞 摄

安全性高等优点,备受患者推崇。孙英华介绍,近100%的患者在接受灌注后即刻感受症状明显改善,但并不是100%的患者能一针治好,约20%的患者最终还需接受肩关节镜微创松解手术。该疗法与单纯封闭治疗不同,更关注挛缩冻结的关节腔扩充。灌注扩充治疗后,还必须配合系统的康复锻炼和辅助药物,才能达到最佳效果。

## 个性化方案精准治疗肩袖损伤

“导致你肩痛的不是肩周炎,而是肩袖

损伤,单纯靠爬墙训练或者拉伸、甩肩,非但不能治愈疾病,反而可能加重损伤。”近日,孙英华对患者看诊时精确诊断,为一位50岁的羽毛球爱好者找到了长期肩痛的病根,经过关节镜微创手术,这名患者休养一段时间后就可以重返运动场。孙英华介绍,有临床症状的肩痛中,超过60%是肩袖损伤引起的,但因为临床症状相似,有大概70%的患者将肩袖撕裂误认为“肩周炎”。

所谓肩袖其实是包绕肩关节的冈上肌、肩胛下肌、冈下肌和小圆肌,这四块肌

肉如同套袖一般把肩关节包裹起来。肩袖损伤就是组成肩袖的肌肉受伤,最常见的就是冈上肌撕裂,严重时患者甚至胳膊都抬不起来。“肩袖损伤多见于40岁以上的患者,外力只是肩袖损伤的一个诱因,其内在原因是随着患者年龄增大,肌腱出现退变,如果反复过顶运动,肩峰下的撞击导致肩袖反复磨损,最终让患者不堪重负。”孙英华介绍,不同于冻结肩,肩袖像橡皮筋一样存在回缩张力,已经撕裂的肩袖难以自愈,只有撕裂很小、症状较轻的患者可以暂时保守治疗,大部分患者需要通过肩关节镜完成微创修复手术。手术只需在患者肩关节上“开个洞”,插入关节镜后即可修补受损的肩袖,相比开放手术,其具有损伤小、恢复快、并发症少等优势。

孙英华提醒,肩袖损伤如果被误诊为“肩周炎”,很可能延误治疗,小损伤慢慢进展为不可修复的肩袖损伤,此时传统关节镜下的缝合修复很可能无法奏效。遇到这种情况,孙英华会带领团队通过肌腱转位固定,重建患者受损的上关节囊,或者通过植人球囊等手术方式,尽最大可能恢复患者的肩关节功能。

肩袖损伤的患者中,最为严重的一类可能导致肩关节严重退变,近乎瘫痪。孙英华介绍,他们团队有肩痛治疗的“终极武器”——反式肩关节置换术,该手术通过巧妙的关节假体设计,仍有望恢复患者肩关节的活动功能。“出现肩关节疼痛的市民切忌自己随便处理,一定要及时向专业医生求助,切莫错过治疗良机。”

## 第五届消毒供应管理大会在青举办

本报讯 近日,由国家卫生健康委医院管理研究所主办、康复大学青岛中心医院、青岛市消毒供应质控中心、青岛市护理学会承办的“第五届消毒供应管理大会”在青岛举办。

此次大会分为一个主论坛和七个分论坛,分别从数字化消毒供应、软式内镜质控管理、区域化消毒服务、消毒技术转化、消毒供应质量管理、消毒供应科研、消毒供应中心不良事件等方面展开交流。来自全国各地1600余名专家、学者和消毒供应从业者参加会议。

消毒供应管理是医疗安全的重要保障,从医疗器械的清洗消毒到灭菌供应,每一个环节关乎着患者的健康和医疗服务的质量成效。青岛各级医疗卫生机构推进消毒供应中心标准化建设,持续强化消毒供应管理,优化工作流程,完善操作规范,加强效果监测,加强人员培训,提高消毒供应质量和精细化管理,为推动卫生健康事业高质量发展贡献力量。康复大学青岛中心医院近年来在消毒供应专业的发展和专科建设、质量管理方面取得显著成绩,未来该院将持续加大对消毒供应专业的投入,搭建更广阔的技术交流平台,深化产学研融合,助力消毒供应学科向“精准化、智能化、规范化”迈进。(黄飞)

## 青岛三医获批国家中心耳内镜外科规范化培训基地

本报讯 近日,在国家耳鼻咽喉疾病临床医学研究中心主办的第三届中国耳内镜外科大会上,青岛市第三人民医院耳鼻咽喉头颈外科获批国家中心耳内镜外科规范化培训基地。

青岛市第三人民医院耳鼻咽喉头颈外科始建于1970年,目前是青岛市临床重点专科(建设项目)。自2016年起,该科室广泛开展耳内镜手术。医院配备超细内窥镜和高清影像设备,经外耳道自然孔径处理外耳道、中耳、内耳乃至侧颅底病变,具有创伤小、疼痛轻、恢复快等优势。目前,该科室将耳内镜外科技术广泛应用于慢性化脓性中耳炎、中耳胆脂瘤、耳硬化症、人工耳蜗听力重建等疾病的手术治疗,同时实现了内镜诊疗常态化,可在门诊耳内镜下完成取出外耳道异物、清除外耳道分泌物及术后耳内镜治疗等操作。

获批国家中心耳内镜外科规范化培训基地后,该院将进一步提升耳内镜外科技术水平,培养更多专业人才,为广大患者提供更优质、专业的医疗服务。(黄飞)

## 挂失声明 权威 快捷 省钱

事业服务中心的开户许可证,核准号:J452200090802,开户银行:中国农业银行股份有限公司青岛王台支行,账号:131601040010024,声明作废。

●遗失青岛同致富达商业经营管理有限公司2024年11月11日开具给张修志的E2区-A办公室(一)直播基地押金收据一份,收据号码:0329787,金额:5000元(大写:伍仟元整),声明作废。

●遗失青岛同致富达商业经营管理有限公司2024年11月11日开具给张修志的E2区-A办公室(一)直播基地押金收据一份,收据号码:0017868,金额:2000元,声明作废。

●遗失青岛市市北区市场监督管理局2024年6月8日核发予青岛市市北区绿通管件经营部的370203600552452号营业执照,声明作废。

●遗失青岛市市北区市场监管局2024年6月8日核发予青岛市市北区绿通管件经营部的3702033828918号营业执照正、副本,声明作废。

●遗失青岛中升丰田汽车销售服务有限公司(统一社会信用代码:913702147636403H)的丰田牌汽车车辆合格证壹份,合格证编码:WAS12100219133,车辆品牌:丰田牌,车辆识别号:LFMKGCBN35009499,发动机号:K145719,声明作废。

●遗失青岛市黄岛区王台镇社会

247号,请自本公告发布之日起30日内到青岛市市南区福州南路8号10楼工伤和失业保险待遇处领取,逾期不领,即视为送达。

特此公告

青岛市人力资源和社会保障局

2025年5月30日

联系方:青岛市市南区人社局福州南路8号10楼工伤和失业保险待遇处

电话:0532-85761286

## 认领启事

2025年4月10日我单位在胶州市胶北街道办事处东康村152号出租屋内发现一具尸体,经法医勘验现场,初步判定为突发疾病死亡,排除他杀。死

者信息:汤勇,男,59岁,住址:黑龙江

省安达市万宝山镇爱国村3屯,身份证号:23230219661002231X,经多方联系,其家属至今未果,现尸体存放在胶州市人民医院太平间,有知情者请到胶州市公安局交警大队事故科认领,联系电话:17853197172,胶州市公安局北关派出所:82290221。

## 认领启事

2025年3月12日在青岛市崂山区左岸风度小区1号号楼南单元地下室发现一具尸体,上身穿深色

棉袄,大约60-70岁,体态偏瘦,身高大

约168cm,据了解近几年在该小区拾

到。有知情者请到青岛市公安局崂山

分局认领。自公告之日起15日内仍无

人认领尸体,将按照国家相关规定处理

尸体。

## 认领启事

2025年4月12日在青岛市崂山区左岸风度小区1号号楼南单元地下室发现一具尸体,上身穿深色

棉袄,大约60-70岁,体态偏瘦,身高大

约168cm,据了解近几年在该小区拾

到。有知情者请到青岛市公安局崂山

分局认领。自公告之日起15日内仍无

人认领尸体,将按照国家相关规定处理

尸体。

## 声明

遗失我单位法人章一枚(法人:周连瑜,编号:3702810382186,声明作废)。

青岛市平度北峰加油站

2025年5月6日

## 声明

遗失我单位法人章一枚(法人:周连瑜,编号:3702830006729,张强)一枚,声明作废。

青岛市平度北峰加油站

2025年5月6日

## 声明

遗失我单位法人章一枚(法人:周连瑜,编号:3702810382186,声明作废)。

青岛市平度北峰加油站

2025年5月6日

## 声明