



周刊

责编/王亚梅 美编/李红芬 审读/岳蔚

随着全民健身时代的到来,运动爱好者与日俱增,交叉韧带损伤也越来越常见。五一前夕,青岛市市立医院东院运动医学科成功完成一例膝前交叉韧带全内重建术,这一膝关节镜新术式为交叉韧带损伤患者提供更好的术式选择及更快的康复进程。

运动伤了膝关节“安全带”

22岁的小李是一名体育爱好者,然而长期高强度的运动给他的膝关节

“一根筋”重建膝关节韧带

市立医院东院以新术式重焕交叉韧带损伤患者运动活力

带来了严重的损伤。两年前,他的右膝因前交叉韧带断裂接受了传统重建手术,但恢复过程漫长而痛苦,这让热爱运动的小李备受煎熬。

不幸再次发生,小李左膝前交叉韧带发生断裂。这一次,他慕名来到东院运动医学科副主任孙英华的门诊。经过详细的检查和评估,孙英华决定为其采用新术式——左膝关节镜下前交叉韧带全内重建术。

“一根筋”手术远期康复更佳

与传统术式相比,这种新术式只需取自体1根肌腱移植,节省了自体肌腱减少了创伤,但是,虽取腱少却可将移植物



孙英华团队为患者手术。院方供图

编织得更粗壮。同时,全内重建的骨道有效地保留了骨皮质,骨道更精准,骨质破坏更少,腱骨愈合更佳,切口感染风险更小,该术式在手术创伤、固定效果、腱骨愈合以及术后膝关节功能评分等多个方面都展现出了明显优势,远期康复效果更佳。

孙英华凭借着娴熟的技术和丰富的经验,成功完成手术。手术过程关节镜探查、取腱编腱、全内骨道制备、肌腱植入固定等一气呵成,手术切口微创,出血很少,术中生命体征非常平稳。

术后小李恢复得非常快,基本未感觉到术后的疼痛。他感慨地说:“对比两年前右膝的传统手术,这次手术的体验感明显更好,恢复也快多了,我很快又能回到热爱的运动场上了!”

作为青岛市市立医院引进的高级人才,孙英华在四肢关节及周围组织损伤和退行性疾病方面有着丰富的诊疗经验和精湛的手术技术。此次手术的成功,不仅让小李重燃对运动的希望,也彰显了市立医院在运动医学领域的先进技术和专业实力。下一步,运动医学科将不断探索和应用新技术,为更多患者提供更优质、更有效、痛苦更小、康复更快的治疗方案,实现快速康复,重返美好生活。

青报全媒体/观海新闻记者 吴涵

端午遇见六一 爱与温暖同行

青岛市中心血站见证近千位爱心市民热血奉献

粽情飘香,童心飞扬。当端午遇见六一,是过去遇见未来,是传承遇见延续。在这个节日氛围浓厚的假期里,青岛市中心血站见证了近千位爱心市民的热血奉献,用行动诠释了生命至上的伟大精神。

端午节这天,高国裕再次在莱西月湖广场献血屋撸袖献血2单位。作为一名退伍军人,他自2003年献血至今,已累计捐献全血39单位。妻子受他的影响,也加入了献血队伍,夫妻二人携手,用热血传递爱与希望。高国

裕表示:“献血挽救生命,只要身体允许,这份初心我会一直坚持下去的。”

小长假最后一天,中铁十局一公司维客段的两位建设者刘先生和李女士一起来到献血屋,二人来青岛已有两年,一直在为青岛的地铁建设贡献着自己的力量,端午三天假期只有6月2日休息,特意来献血。成功献血的李女士表示:“端午节是纪念屈原的日子,我们中铁工人长年在建设祖国,今天用无偿献血这种方式服务人民、回馈社会,感觉特别有意义。”

还有携妻子一起来城阳利客来献血屋献血的纪连生,已坚持20年累计捐献全血40单位,对无偿献血感情深厚。了解到正在参与志愿服务的袁宪友也是城阳居民,两人交谈甚欢,纪先生表示,应该多向你们这些爱心人士学习,回去动员孩子也来支持公益事业,让这份爱心延续下去。

献血屋里爱与温暖交织,节日氛



市民纷纷献上热血,用行动诠释生命至上精神。市中心血站供图

围浓厚,青岛市中心血站为爱心市民们准备了中医养生香囊,这些承载着传统韵味与感恩情怀的礼物,因为一份热血传递到每一位献血者手中。

青报全媒体/观海新闻记者 吴涵

最强医声

毫厘战场 与脊柱精准对话

市立医院脊柱外科专家赵永生为患者夺回站立行走的权利

最好的医生、最好的医术、最应该听的医者之声。《最强医声》是围绕青岛市市立医院各个学科的最强之处打造的全新栏目。本期《最强医声》邀请到的专家是市立医院本部脊柱外科主任赵永生。从开放到内镜,从厘米级切口到毫米级通道,这些年,脊柱外科技术正飞速发展着,但无论技术如何革新,医者的初心从未改变,在以毫米为单位的战场上,赵永生团队正用先进技术,为患者夺回站立与行走的权利。

人类的脊柱,是进化赋予的精妙杰作,保护着中枢神经的“信息高速公路”。但当椎间盘突出、压缩性骨折或腰椎滑脱时,这条通道便会堵塞——轻则疼痛麻木,重则永久瘫痪。

今年55岁的孙先生近两个月来双手和双腿逐渐麻木,甚至无法走路,影像学检查揭开了疾病的真相:在他的颈椎第五六节之间,有一个巨大的椎间盘突出,造成严重椎管狭窄近80%。神经信号在这里受阻,就像被掐断的电线,让本该灵活自如的四肢,变得笨拙无力。如果不及时干预,这种压迫可能导致不可逆转的瘫痪,孙先生要尽快进行手术。



赵永生

颈椎间盘突出,传统后路手术需要大面积剥离肌肉,创伤切口很大,赵永生决定采用前路入路的方式进行手术,这样只需一枚硬币大小的切口。

不过,这样的手术方式有风险,赵永生必须在这片由血管与神经交织的“雷区”中穿行。颈动脉需要轻柔牵开,稍有不慎,就会引发大出血,脆弱的食管薄如蝉翼,而支配声音的喉返神经,就潜伏在刀锋之侧。赵永生带领团队精准地将突出的髓核摘除,成功放入融合器,手术顺利结束。

在无影灯下,每一台手术都是一场与脊柱的精准对话。每个月,市立医院本部脊柱外科团队都会完成上百例脊柱手术,其中约30%采用微创内镜技术,以更小的创伤为患者重启生命的支撑。即使面对开放手术,他们依然秉持微创理念,用精细操作将风险降至最低。

“每一步都必须沉稳。”赵永生深知,手术刀下的每个动作都关乎患者的安全与未来。在这里,技术是对疗效与生命的双重承诺——患者需要安全与康复,医者便以严谨与创新回应。从开放到微创,从风险到稳妥,这是一条用专业与责任铺就的治愈之路。 吴涵 张小青

健康青岛

警惕肺部的“高血压”:肺动脉高压

市立呼吸与危重症专家以“金标准”撕开疾病伪装

憋气、胸痛、眩晕甚至咳血,这些警报背后,可能是肺动脉高压在作祟。发病率高、误诊率高,肺动脉高压隐秘且危险,而“金标准”右心导管检查可以穿透表象,直测肺部血管真实压力。什么原因会导致肺动脉高压?如此隐秘危险的疾病有什么治疗方法?本期《健康青岛》邀请到青岛市市立医院东院呼吸与危重症医学科科研副主任李庆海,带我们深入了解肺动脉高压的相关知识。市民还可以关注青岛市市立医院官微了解相关内容。

65岁的张阿姨近半年来反复出现气短、乏力,甚至轻微活动后便心悸难忍,症状逐渐加重。她来到青岛市市立医院东院就诊。呼吸与危重症医学科专家李庆海经初步检查发现张阿姨的症状疑似肺动脉高压。

由于肺动脉高压病因复杂,精准诊断是治疗的关键,李庆海和团队决定采用国际公认的“金标准”——右心导管检查技术为患者明确病因。这项技术通过微创穿刺精准测量肺动脉压力及心脏血流动力学数据,不仅能确诊疾病,还能评估病情严重程度,为个体化治疗提供核心依据。



李庆海

据了解,当肺部动脉血管逐渐硬化、收缩,血液流动的通道便如同被套上枷锁,肺动脉高压患者的心脏,必须以数倍的力量泵血,导致右心室不堪重负,最终引发“右心衰竭”。这种恶性循环,可能源于基因突变、先天性心脏病,或是结缔组织病的隐秘侵袭。数据显示,全球约1%的人口受此威胁,误诊率却高达70%。超声心动图是筛查的第一道防线,而确诊必须依靠“右心导管检查”——用毫米级导管直抵心脏,测出最真实的肺血管压力值,撕开疾病的伪装,才能打破枷锁。

李庆海介绍,过去,肺动脉高压患者五年生存率不足30%,如今靶向药物、介入手术与肺移植技术正改写生死困局。从扩张血管的“内皮素受体拮抗剂”,到模拟人体激素的“前列环素类药物”,个体化用药方案让血管阻力逐步“松绑”;部分患者甚至通过“球囊房间隔造口术”重建心肺循环通路。专家提醒,早诊早治可延缓病程,患者需避免妊娠、高原等危险诱因,通过低盐饮食、适度吸氧守护脆弱的心肺平衡,科技与医学的共舞,让“带病生存”不再是奢望。 吴涵 张小青

《最强医声》播出时间

QTV-2 首播:周六 10:00 重播:周一 9:50

《健康青岛》播出时间

QTV-2 首播:周六 10:20 重播:周二 9:30