

青岛市卫生健康委员会、青岛早报联办

两个“小孔”解6年病痛

“都疼6年了,怎么拖了这么久?”“我害怕开刀,不敢做手术。”64岁的周大爷患慢性腰痛及双下肢放射痛已经6年,因畏惧手术,一直在当地进行多种方式的保守治疗,但效果均不理想。日前,疼痛难忍的他来岛城就医,在青岛市市立医院脊柱外科中心,医生告诉他,现在有了新技术,不必开大刀,在背部钻两个不足一厘米的“小孔”就能帮他解病痛。

手术顺利完成 背部只有两个小切口

“平时经常腰痛、腿痛,休息休息能缓解些,直到最近实在痛得受不了。”坐在诊室内的周大爷无奈地说。不久前一次外出活动后,周大爷出现了腰痛加剧、双下肢麻木疼痛的症状,由于再也难以忍受这样的麻木和疼痛,他在家人的陪伴下来到市立医院东院,找到东院脊柱外科刘飞主任医师。

在详细了解患者病史及完善检查后,刘飞认为患者高龄且合并多种内科疾病,保守治疗效果不佳,考虑为他进行UBE内镜辅助下微创椎管减压手术治疗。

脊柱外科中心主任王德春组织术前讨论,详细评估患者病情后,认为患者适合应用单侧双通道内镜(UBE)下行一侧入路双侧椎管减压(ULBD)手术。经过积极术前准备,手术在王德春指导下顺利开展。术中刘飞通过背部两处0.5厘米和1厘米的小切口,在内镜辅助下,灵活熟练地顺利为周大爷完成了椎间盘突出手术,使得椎管获得有效减压,术后周大爷感觉双下肢麻木疼痛的症状明显缓解。此项微创技术术中出血量极少,周大爷术后3天便出院回家。



资料图片

腰椎疾病患者 告别“开刀”恐惧

随着微创技术的快速发展,以脊柱内镜为代表的脊柱微创技术,已经在临床上广泛应用。UBE是“单侧双通道内镜技术”的缩写,它采用两个通道,一个是内镜通道,一个是器械操作通道,这也是它与传统单通道技术最大的区别。

“作为一项国际先进的高新技术,UBE融合了显微镜和椎板间入路椎间孔镜手术特点,具有创伤小、恢复快、适应范围广等优势,是今后脊柱微创手术发展的一个重要方向。”刘飞表示,传统的椎间孔镜手术是单孔道操作,手术可处理的范围小,UBE则很好地弥补了这个不足,与椎间孔镜的单通道相比,它的优势显而易见。例如内镜与手术器械分别在各自的通道中完成操作、互不干扰,视野空间大,移动范围广,操作灵活。使用UBE技术,手术中应用传统脊柱外科器械即可,不受特殊器械限制,普通尺寸器械处理增生退变组织效率更高。使用该技术能轻松完成复杂手术,安全性更高,术中可对硬膜及神经根进

行360度减压。UBE技术可适用于椎间盘突出、椎管狭窄、腰椎滑脱等多种疾病,也可应用于颈椎、胸椎退变性疾病,对脊柱骨性结构破坏小,能够保持脊柱的稳定性,具有创伤小、出血少、恢复快、并发症少、疗效确切等优点,对术后活动几乎没有影响。

ULBD即单侧椎板入路双侧椎管减压手术,可以在充分保留腰椎后方稳定结构的前提下,对双侧侧隐窝及中央椎管进行有效的减压,无须植入椎弓根螺钉,术后第二天即可下地行走。这种手术尤其适用于老年人腰椎管狭窄症的治疗,特别是那些难以耐受大手术,椎管广泛狭窄并伴有脊柱退变性侧凸畸形的患者。新技术的出现,让他们不再忍受疼痛和活动受限,为这部分病人提供了一个微创有效的治疗选择。

目前,UBE及ULBD技术在市立医院已被广泛应用于腰椎椎管狭窄、腰椎间盘切除、腰椎滑脱等多种疾病,成为医院常规开展的脊柱微创技术之一。观海新闻/青岛早报记者 杨健 通讯员 徐福强

崇尚健康
远离疾病

热线:82888000

预防尿结石 建议低盐饮食

问:尿石症一旦形成,对我们的身体会带来哪些影响,应该如何预防?

李秉诚(青岛阜外医院泌尿外科主任):尿石症是泌尿外科的常见病和多发病。形成结石的常见病因主要有:代谢因素,尿路的梗阻、感染、异物和部分药物排泄引起的结晶等。

单纯的肾结石没有明显的临床表现,结石排入输尿管内可以出现肾绞痛症状,剧烈的腹部绞痛,伴有恶心、呕吐,腰部胀痛,严重的感染会出现尿原形脓毒血症,危及生命,双侧的输尿管严重梗阻的,还可能会造成尿毒症。结石治疗需要根据结石的位置、大小以及全身情况评估,体积较小的结石(直径小于4毫米的输尿管结石)可以考虑保守排石治疗,体外震波碎石,结石体积大以及保守治疗和体外碎石治疗效果不佳的结石,建议通过微创腔镜手术治疗。

预防建议大家多喝水,每日饮水至少1200毫升,健康人群建议每日8杯水(每杯200毫升至300毫升)。要注意低盐饮食,每日摄入食盐不应超过5克,同时少用鸡精、味精等含钠的调味品。草酸钙结石的人群,要注意减少食用富含草酸的食物;尿酸结石的人群要注意避免使用高嘌呤类的食物,避免饮酒;感染性结石的人群要控制感染;橘柑类水果含有结石抑制因子,结石的人可以食用。还要保持适当的运动,控制体重。

夏天出汗多 并不代表身体“虚”

问:三伏天里经常“汗流浹背”,为什么我出汗量比别人多?是身体“虚”吗?

魏陵博(海慈医疗集团干部保健科主任):出汗与周围的环境有关,也与个人的耐热程度有关,是人体自我调节体温的本能手段。一般情况下,温度高、湿度大、通风差容易导致人体出汗;有些人汗腺本身就比较发达,是阳盛体质的人,也容易出汗。相反,有些人汗腺分布相对较少,是阴盛体质的人,就没那么容易出汗。此外,像老年人火力较弱,还有人生病以后阳虚,平常就怕冷不怕热,这样的人也不容易出汗。其实,夏天出汗多并不是代表身体“虚”,同样的温度,出汗较多,说明这类人的耐热程度不高,或者是体质偏于阳热阴虚,属于易上火的体质,所以容易导致出汗。

切忌大量出汗之后直接冲着空调或电扇吹风,这样不仅容易感冒,还可能会导致头部的血管突然收缩,伤及头部的经络,导致头疼。夏天大量出汗后,补充充足的水分最重要。可以饮用一些清暑的饮品,如绿豆汤、赤小豆汤、酸梅汤,这些都是我们传统清暑的饮料。不建议喝可乐或其他高糖的碳酸饮料,因为高糖有利尿的作用,很可能会导致体内水分进一步流失。水果是很好的解暑食物,特别是西瓜,西瓜被称为夏天天然的“白虎汤”,中医上讲,白虎汤能够清热生津,所以食用西瓜解暑是个很好的选择。夏季不建议食用冰凉的饮品和水果,常温下的水果就能起到清暑解渴的作用。

观海新闻/青岛早报记者 杨健

健康夫妻生出病宝宝? 当心隐性遗传!

特色科室

孕育健康聪明的宝宝,是每一对备孕夫妻最大的愿望。可现实中,为什么有的父母都身体健康,却依然生育了患有遗传病的宝宝?青岛妇女儿童医院遗传咨询门诊时常就会接诊这样的情况,遗传咨询门诊专家为大家答疑解惑。

夫妻二人很健康 孩子却患有SMA

张女士(化名)是一名新手妈妈,第一个宝宝的到来给夫妻俩带来了喜悦,从此二人世界变成了三口之家。但很快,细心的她却发现,自己的孩子和其他宝宝有一些不同:孩子的全身很软,翻身困难,手脚抓握起来也有问题。到当地医院就医后,孩子被诊断为脊髓性肌萎缩(SMA)。

SMA患儿多在儿童时期发病,逐渐出现全身严重的肌肉萎缩和肌无力,导致肢体运动功能严重受损,并影响心肺功能,甚至无法呼吸和吞咽,目前尚无治

愈的方法。这个消息对张女士一家来说简直是晴天霹雳,这意味着孩子可能永远无法像其他孩子一样奔跑。更让张女士想不通的是,自己和丈夫都非常健康,孩子怎么会得了遗传病?

为了查明原因,张女士和丈夫到青岛妇女儿童医院就医。遗传咨询门诊接诊医生为夫妻俩进行携带者筛查,发现张女士和丈夫均为SMA携带者。

携带者筛查项目 降低出生缺陷率

专家介绍,SMA是一种常染色体隐性遗传病。隐性遗传病携带者本身不发病,但会将致病基因传递给下一代,增加下一代的患病风险。如果夫妻双方都是同一种常染色体隐性遗传病的携带者,那么每次怀孕都有1/4的概率会生出患有这种遗传病的孩子。张女士和丈夫就属于这种情况。“我们没做过这项检查,没想到连累了孩子。”知道原委后,张女士夫妇自责不已。

备孕、怀孕中的准爸爸、准妈妈,如何及时排查才能排除生育遗传病患儿

风险呢?“防”是关键。多数人认为,夫妻双方健康,没有家族遗传病史,就不会生育有遗传病的孩子。事实上,每个正常人携带有3至5个致病突变基因。现阶段,在无治愈方法的情况下,预防尤为关键,携带者筛查就是最佳预防方式,是指抽取夫妇外周血,提取DNA后,通过基因检测了解自身是否携带有致病基因变异。

目前,青岛妇女儿童医院开展的遗传病携带者筛查项目分为标准版和扩展版。遗传病携带者筛查适用于所有育龄期夫妇,推荐孕前或早孕期进行检查,检验周期为4至5周。一旦不幸检测出是遗传病携带者,备孕夫妇可以通过辅助生殖技术筛选排除携带遗传基因的胚胎,或者自然受孕后,通过羊水穿刺等产前诊断技术检测是否为患儿,降低出生缺陷的发生率。

专家还提醒,常见的单基因遗传病如SMA、耳聋、血友病、白化病等综合发病率高达1%,需要终生干预。对相对高发的遗传性疾病致病基因,进行携带者筛查检测,能够大大降低生育遗传病患儿的风险。观海新闻/青岛早报记者 杨健 通讯员 毕乙贺