



汇聚顶尖专家 创新脊柱微创技术

青岛市海慈中医医疗集团脊柱外科以患者为中心 中西医结合守护颈腰椎脊柱健康

青岛市海慈中医医疗集团是岛城知名的三级甲等医疗机构,集团骨伤诊疗中心脊柱外科团队本着“以患者为中心”的理念,充分发挥中西医结合的优势,将传统中医药技术与现代微创手术技术有机结合,在颈肩腰腿痛等疾病的治疗方面,打造出岛城独具特色的优质医疗品牌。团队勇于突破传统手术方法,致力于脊柱微创技术的创新和进步,尤其在脊柱微创内镜技术、导航及机器人辅助下精准手术等技术,均达到国内领先水平;同时,科室在脊柱肿瘤的微创治疗、脊柱畸形的矫正治疗等方面也达到国内先进水平。

每年开展颈腰椎微创手术上千例

青岛市海慈中医医疗集团脊柱外科是省级重点专科,青岛市重点学科,以诊治脊柱疾病为特色,拥有一支技术精湛、经验丰富的专业团队,在脊柱疾病的微创手术、中西医结合治疗等方面处于国内先进水平。目前该科室还承担了山东省脊柱内镜培训基地等重要工作,与首都医科大学附属北京朝阳医院、陆军军医大学附属新桥医院共同组建了脊柱UBE微创导航技术的国内联盟。科室配备了先进的医疗设备,确保每一台手术都能在精准、安全的条件下进行。科室还与国内外多家知名医院和科研机构建立了长期合作关系,定期开展学术交流和技术培训,不断提升医疗水平。集团脊柱外科每年开



杨希重主任团队手术。

展颈腰椎微创手术上千例,这些微创手术具有创伤小、恢复快、并发症少等优点,尤其为老年患者和身体条件较差、无法接受较大开放手术的患者带来了福音。

在现代快节奏的生活中,颈肩腰腿痛及脊柱疾病已成为困扰众多市民的常见问题,严重影响着民众的生活质量。为更好地满足市民对高水平诊疗的需求,集团于2024年常规开设了颈肩腰腿痛门诊,由集团多名资深专家于周一至周日坐诊,方便更多患者灵活安排就诊时间,保证患者随时随地能接受专家高水平、全方位、高质量的医疗服务。

多种绿色疗法 中医特色鲜明

对于众多以疼痛为主的颈腰椎退变性脊柱病,科室充分发挥中西医结合的优

势,采用中药熏蒸、牵引、手法复位等多种绿色疗法,不仅有效缓解患者的痛苦,还能避免长期服用药物带来的副作用。靶向针刺疗法、手法治疗都是该科室的特色疗法,通过医师的手法及针刺松解帮助患者恢复脊柱的正常序列和生理功能。中药熏蒸治疗也是广受赞誉的明星疗法,通过将中药煎煮后产生的蒸汽作用于患处,能够有效促进血液循环,缓解肌肉紧张,减轻疼痛。三维牵引疗法则是通过合理设计脊柱牵引方向及角度,通过减轻椎间盘的压力,缓解神经压迫带来的疼痛麻木等症状。各类治疗方法已服务岛城群众多年,获得了患者们的赞誉。

专家工作站助力 守护脊柱健康

2023年4月,青岛市海慈中医医疗

集团与南京鼓楼医院脊柱外科签订合作协议,引入了邱勇院士、朱泽章主任、刘臻主任、蒋军主任等一批国际顶尖专家,建立了邱勇院士工作站及脊柱矫形门诊。南京鼓楼医院脊柱外科在行业内享有极高声誉,邱勇院士带领的团队在全球创造了手术量最大、技术水平最高、资料与相应研究最完备的诊疗中心,“南京经验”也是行业内的标杆。目前专家们每月两次来青坐诊,为岛城患者带来最前沿的诊疗技术和丰富的临床经验。两年中特聘专家看诊人数超2000人次,施行高难度脊柱矫形手术30余台,术后患者恢复满意。另外,科室还建立了一整套对于青少年脊柱侧弯的诊疗体系,定期开办“脊柱侧弯夏令营”,对于早期、轻症患者通过中医特色诊疗及功能训练,以及合理佩戴支具等干预措施,成功阻断了众多小患者病情发展,避免了手术。

为进一步满足患者就医需求,优化医疗资源,集团近期还开设了颈腰椎病门诊,坐诊专家为南京鼓楼医院的朱泽章教授、刘臻教授、蒋军教授三位知名专家及青岛市海慈中医医疗集团的杨希重教授。颈腰椎病门诊看诊范围不仅包含颈椎病、腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄症等常见病,也包含复杂脊柱畸形、脊柱肿瘤等疑难病症。青岛市海慈中医医疗集团脊柱外科将持续致力于脊柱疾病的防治与研究,为守护市民的脊柱健康贡献力量。

观海新闻/青岛早报记者 杨健 院方供图

体重管理门诊 带你享“瘦”健康

青岛心血管病医院体重管理门诊开诊 融合多学科通过多种技术科学减重

春暖花开,减肥被许多人提上了日程,再加上近日国家版减肥指南、“最佳体重值”出炉,在“国家喊你减肥”的号召下,居民的健康体重管理意愿愈发强烈。在此背景下,为进一步落实“体重管理年”行动,帮助市民群众更好地管理体重、控制体重,青岛心血管病医院体重管理门诊于日前开诊,融合营养科、内分泌科、外科、消化内科、中医理疗科等科室,为肥胖及相关代谢性疾病的诊疗开辟新的思路与方法。

融合多学科 个性化诊疗

腰围太大、体重超重,尝试多种方法却反复反弹,因肥胖影响自信与生活质量,产后体重滞留身材恢复困难……针对很多人面临的肥胖困扰,青岛心血管病医院多学科融合,权威团队用专业医学力量帮助有需要的市民朋友精准减重,拥抱健康生活。

近日记者来到青岛心血管病医院体重管理门诊探访,首先映入眼帘的是各种先进的检测设备,已有多位市民、患者好奇地前来咨询如何在体重管理门诊挂号,了解想要在门诊减重都有哪些流程和方法。青岛心血管病医院内科兼营养科主任戴丽娜介绍,根据医学减重流程,在患者初诊时首先需进行全面的人体测量,包括各项身体围度、人体成分,进行肝肾功、血脂、甲状腺功能、糖代谢、皮质醇等的鉴别检查,以此



体重管理门诊日前开诊。

来初步诊断患者的肥胖究竟是原发性肥胖还是继发性肥胖,并作出并发症评估,包括是否患有脂肪肝、糖尿病、睡眠呼吸暂停、不孕不育、痛风等,以及医学减重评估,包括膳食调查、心脏运动评估。

“我们的体重管理门诊融合多学科特色,体现在多个方面,例如在减重方案制定前期,内分泌科、营养科可以进行人体成分检测。您的骨骼肌含量、体脂率以及内脏脂肪面积等指标一目了然,医生根据每个人的具体情况制定个体化减重方案,提供全周期生活方式干预指导。”戴丽娜指出,在确定减重方案后,多

学科团队再次发挥各自优势,给予综合性的联合治疗手段,如中医理疗科可以通过针灸、穴位埋线等方式辅助减重,通过刺激特定穴位,调节内分泌、促进新陈代谢、抑制食欲、改善肠道功能;外科可开展腹腔镜下袖状胃切除手术,通过切除胃底及胃大弯,以缩小胃容积,主要适用于肥胖、糖尿病的患者,在通过饮食、运动方式无法达到减重目标的人群;消化内科可开展内镜下胃转流支架置入术,这是当下减重领域备受关注的新术式,具有创伤小、恢复快、可逆性好、并发症少和性价比高等优势,已成为减重手术的并行手段和补充疗法。

多种治疗方式 全流程管理

体质指数(BMI)是衡量人体胖瘦程度的标准,我国健康成年人的BMI正常范围在18.5至24之间。BMI在24至28之间被定义为超重。达到或超过28就是肥胖。其中,又根据BMI分为轻度肥胖、中度肥胖、重度肥胖以及极重度肥胖。

在追求健康和美丽的道路上,很多减肥人士常常面临诸多困惑、走过许多弯路,怎样的体重才是健康的?如何做到吃动平衡?什么情况下可以吃减肥药?怎样减肥不反弹?青岛心血管病医院发挥多学科优势,由专业医生团队坐诊服务,通过体重管理门诊的开设实现

广大市民体重管理的科学化、规范化、便捷化。在每位患者的减重期,全程管理评估和监督,在减重的阶段性复诊时,根据复诊报告解读,随时调整方案,制定新目标、药物剂量及疗程调整,决定是否增加联合干预手段,专家即时与患者通过线上线下的咨询随诊,全流程陪伴“减重之旅”,最终见证目标的达成。

“除了药物治疗、中医针灸以及消化内镜减重技术等手段,生活方式干预也是重要的治疗方式。”戴丽娜说,“让健康‘关口前移’,从‘被动医疗’转变为‘主动健康管理’,才能达到健康精准减重的目的。”

一起来看看专家建议的科学减肥有哪些事要记牢?第一在饮食方面,定时定量规律进餐,晚餐不能过晚进食,建议在17:00至19:00进食晚餐;适当改变进餐顺序,按照“蔬菜—肉类—主食”的顺序进餐。第二,肥胖患者保证每日7小时左右的睡眠时间。第三,肥胖患者减重的运动原则是中低强度有氧运动为主,抗阻运动为辅。第四,每天静坐和被动视屏时间要控制在2到4个小时之间。青岛心血管病医院将进一步深化体重管理工作,引导广大市民养成健康生活习惯,提高健康素养,努力为广大患者带来更优质、更精准的医疗服务,为守护百姓健康贡献力量。

观海新闻/青岛早报记者 杨健 摄影报道



扫码观看视频