

# 勇闯超高龄手术“禁区” 舟山医院为九旬老人切除纵膈肿瘤

□通讯员 叶青盛 记者 岑瑜

近期,舟山医院胸心外科为九旬老人王老伯(化名)行右侧胸腔镜下胸腺肿瘤切除术,手术顺利,破了超高龄手术枷锁。

## 查出纵膈肿瘤 老人晚年生活提心吊胆

王老伯今年91岁,6年前,他在地外医院查出患有纵膈肿瘤,医院考虑老人属于超高龄患者,可能难撑过手术全程,且当下很难判定肿瘤恶性程度,建议定期体检,再根据后续检查结果决定下一步治疗方案。

王老伯虽然接受了这个结果,但始终提心吊胆,家人也陷入了愁云惨淡之中。5月9日,老人到医院复查,胸部CT提示老人前纵膈软组织占位,较前增大,两肺慢性炎症,两侧胸膜增厚。

和家人商议后,老人决定手术治疗,让自己的晚年生活不用过得提心吊胆。但各医院都考虑王老伯属超高龄患者,很难撑到手术结束,婉拒了其手术治疗的请求。

正当老人绝望时,听闻舟山医院胸心外科的陈志军主任团队有着丰富的手术经验、技术娴熟,可能会接受其手术治疗的请求。老人抱着试一试的心态,到舟山医院陈志军主任医师门诊就诊。

## 微创手术为老人 切除近5厘米大肿瘤

陈志军表示,胸腺瘤是前纵膈最常见的一类恶性肿瘤,最主要的治疗方式是手术切除。他综合评估了王老伯的病情后,认为其虽是超高龄患者,但既往身体健康,再加采用微创手术治疗,老人的身体负担较

常规开胸治疗要小很多,只要术前准备充分,将治疗方案准备齐全,手术成功的几率很大。

5月13日,陈志军便安排王老伯入院治疗。在完善了三大常规、血生化、PT三项、肿瘤标记物、心电图、腹部B超、头颅胸部CT、PDD试验、痰找抗酸杆菌及脱落细胞、支气管镜等一系列检查后,陈志军及其所率领的团队多次讨论后认为,时机已经成熟,可以行手术根治肿瘤了。

5月18日,陈志军主刀,在气管内静吸复合麻醉下行右侧胸腔镜下胸腺肿瘤切除术。这场手术远没有大家想像的简单,却符合陈志军的预期:术中患者胸腔内广泛粘连,对于本就身体较弱的王老伯来说无疑是一个坏消息。但陈志军及其团队已经做过上百台类似的手术,克服了一道又一道障碍,在不足2小时内完成了这一超难手术,最终切除了4.7厘米×4.1厘米左右的肿瘤。

王老伯年岁已高,虽说顺利完成了手术,但还要提防其术后出血等情况,更要为其预后着想。术后,王老伯被送入重症加强护理病房(ICU)。

经过一夜的护理,老人又回到了胸心外科病房。术后第二天,他就活动自如了。

术后第三天,王老伯胸腔引流管的引流量已经很小了,精神状态及身体情况都恢复得非常好,当日就拔除了引流管。老人知道自己年岁已高,手术难度极高,却从未想过自己竟可以在承受较少的疼痛后迅速康复出院。他特地叫女儿给舟山医院送来一封感谢信,感谢胸心外科全体医护人员的努力。

## 26岁女子执着“完美” 而活得很痛苦

专家提醒:完美主义者易患抑郁症

□记者 岑瑜 通讯员 萧晨燕

26岁的白领小杨(化名)是一个凡事追求完美的人。刚进公司那几年,她一直兢兢业业,力求做到最好,用超出常人的几倍努力将一个完整的方案做到最完美;生活上,她克制欲望,读书、写作将个人自律贯彻到底。这种无所不能的感觉让小杨感觉兴奋,她坚信自己一定会成为人群中最闪亮的一颗星。但随着时间的流逝,小杨似乎没有自己预期的那么快乐。

在一次工作汇报时,小杨突然情绪失控,原因是一位同事对她的方案提出了一点补充建议,又恰好被老板采纳了。小杨心中理想的自我可不会允许这种“屈辱的事情”发生,她在办公室毫不留情地质疑了这位同事的建议和老板的眼光。下班回家后,小杨痛哭流涕,想不明白为什么自己永远无法得到“所有人”的认可。

市二院心理治疗师孙舰洲告诉记者,像小杨这样有“完美主义”性格的患者,在门诊中时常碰到,“具有这种性格的人,得抑郁症的几率比普通人大。”

他表示,“完美主义”性格的人主要有两个特点:一方面,这类人对自己要求很高,稍不满意就自责,必须重新再做,直到做得自己满意为止;另一方面,他们很在乎别人的评价,怕他人看到自己的“短处”。这种做事过于“认真”、事事苛求完美的态度,常常使自己背负过重的心理压力,从而导致抑郁症、失眠、心脏病等疾病的发生或加重。

“具有‘完美主义’性格的人,自我期待值高,做事追求尽善尽美,还经常加班,放弃休假,加上生存环境竞争大,上司要求多,这些都会令其压力倍增,很容易患上身心疾病。”孙舰洲介绍,医学研究表明,那些“完美主义倾向”越严重的人,心理压力也越大,经常会产生疲劳、急躁或信心受挫等负面情绪。尤其年轻气盛、生活阅历较浅、抗打击能力较差的年轻人,一旦压力得不到有效疏解,患上或加重抑郁症的可能性就更大。“有调查资料显示:近年来,青壮年死于‘过劳死’的前两类人:一类是经常加班、放弃休假的‘工作狂’,另一类就是具有‘完美主义’性格的人。而‘过劳死’最多见的直接死因就包括心脏病和严重抑郁症自杀者。”

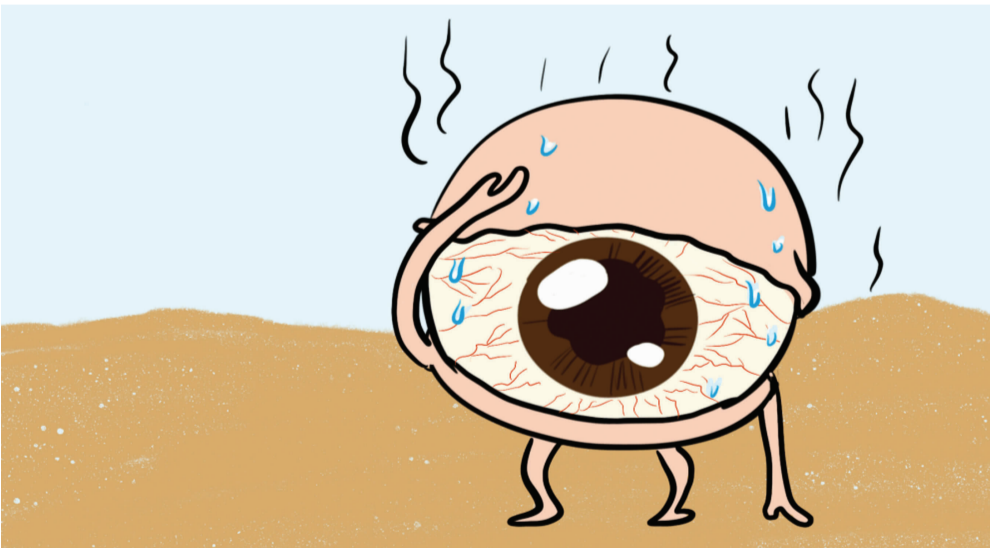
据悉,目前临床上,对抑郁症的治疗有药物治疗、学会自我调摄、运动和接受心理辅导等。其中,药物治疗对严重的抑郁症很有必要。

而患者在自己调摄时,首先要做到生活有规律,保证睡眠,少熬夜;其次,要放宽心态,以乐观、积极的态度对待生活、对待疾病;再次,平时多参加一些社交活动,与他人多交流、聊天,尤其应不时向朋友、家人倾诉你的压力、痛苦等,获得对方及时的劝导或积极反馈,有助缓解压力。

“运动是被认为是抗忧郁的良方。因为运动时能促使身体释放出更多的多巴胺和血清素等,这既能减少抑郁,还可助消除疲劳、紧张。”孙舰洲提醒,慢跑、快走、骑车、打球、游泳、登山、跳舞等运动均可。“只要每天坚持中度运动30~60分钟,1周4~5次,对预防或减轻抑郁情绪都是有效的。”

此外,孙舰洲建议市民,可以多吃些羊肉、牛肉、蛋类、花生、豆类等,对预防抑郁也有帮助。“情绪低落时,可以喝点绿茶、咖啡,或吃些香蕉、巧克力等,这对兴奋神经、改善心情也有一定的帮助。”

## 眼睛总是干干的? 小心“干眼症”找上门



□通讯员 刘颖怡 记者 岑瑜

近期,临城街道社区卫生服务中心接到好几个居民求诊:自己的眼睛突然出现了干、涩、痒等症状,此外眼部还经常出现刺痛感,有异物感,像是进了沙子;还容易流泪畏光、频繁眨眼等。

为了缓解这些症状,一些患者,尤其是老年患者,图方便自行到药店购买眼药水。刚开始用药时,症状会很快缓解,一些患者也因此会选择高频次且长时间地使用自配眼药水,不过这样用药,时间一长,会导致眼睛进一步受损。

临城街道社区卫生服务中心医生表示,

这是因为患者自行选购的眼药水含有激素,这些眼药水刚开始使用时确实能助眼睛干涩痒症状很快缓解,但若长期使用含激素类眼药水,很可能造成眼压增高,甚至继发病毒感染或者真菌感染。医生提醒市民,对待干眼症,在注重补水的同时,还需谨慎用药,目前市面上销售的眼药水很多,但不能盲目选购,尤其是含有防腐剂的人工泪液不能长期使用,以免对角膜上皮造成不良影响,当感觉眼睛不适时,最好在医生或者专业人士的指导下进行用药。“改善环境、保持室内空气流通,勤眨眼,不长时间看手机或电脑屏幕,增加户外时间,这些都可以预防干眼症。”