

市中医院脊柱侧弯治疗有惊喜 岛城八旬老人2个多月“长高”6厘米

□记者 岑瑜 通讯员 石冰沁

84岁的市民王老伯接受了2个多月的脊柱侧弯保守治疗后,不仅“长高”了6厘米,且腰酸背痛也缓解了不少。

王老伯因“中风+帕金森”被市中医院康复科收住入院。住院期间,医生建议其同时进行脊柱侧弯康复治疗。老人也表示,自己这几十年深受驼背困扰,久坐久站后腰背部酸痛,连日常出行都受影响。住院这段时间,他看见医院脊柱侧弯治疗室人来人往,许多驼背或高低肩的青少年经过治疗后,都挺直了不少。

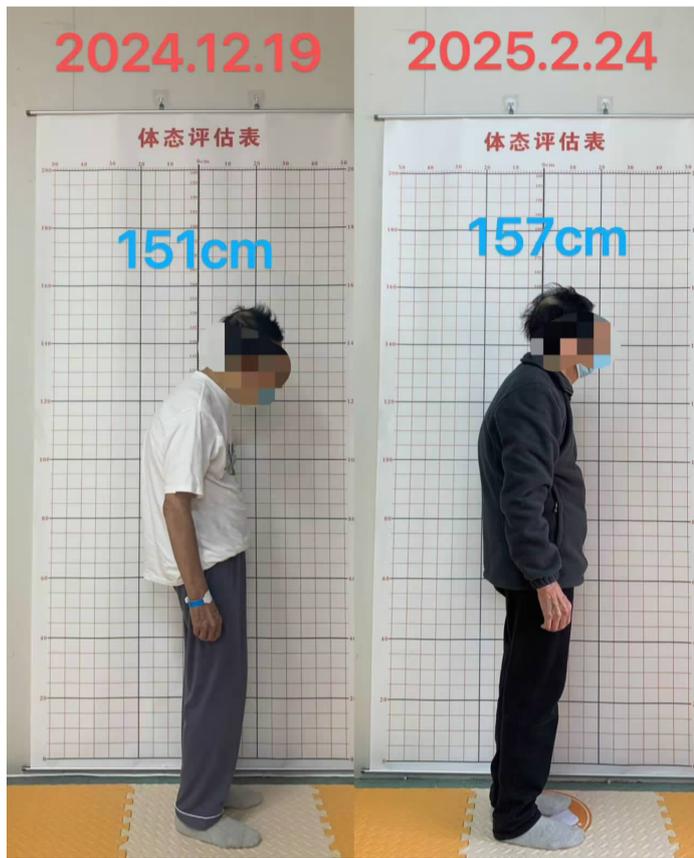
经检查,市中医院康复科脊柱侧弯治疗室主管技师龚之发现,王老伯属于中度脊柱侧弯,还伴有椎体和椎间盘严重退变。因为老人年纪大,基础疾病多,矫正手段和青少年有所不同。龚之在经过综合评估后,为其量身打造了脊柱侧弯矫正治疗手段,经过2个多月的针对性保守治疗,老人的背肉眼可见地挺起来了,“长高”了6厘米(见图),腰背部酸痛的情况也明显改善。

龚之表示,以往很多人觉得老年人骨头硬,脊柱侧弯保守治疗效果差,手术风险又高,不少患者因此就医无门。脊柱侧弯矫正效果其实和年纪无关,关键在于科学治疗。

中老年人的“长高”并非真正意义上的长高,而是矫正脊柱侧弯和驼背后,改善了脊柱异常生理曲度,减少了身高“缩水”。

在采访中,记者了解到,脊柱侧弯在中老年人中很常见,主要分为成人退变性、特异性和先天性脊柱侧弯,其中退变性最为普遍,与椎间盘退变、生物力学改变、骨质疏松和肌肉减少症等有关。50岁以上人群发病率约6%,60岁以上无症状人群中发病率高达68%,且随年龄增长而上升。

脊柱侧弯危害不容小觑。它会



改变身体外形,出现高低肩、驼背等,严重的还影响睡眠和出行;会改变脊柱生物力学结构,增加椎间盘突出和神经根受压风险,导致腰背疼痛、下肢麻木;严重时压迫胸腔脏器,影响心肺和胃功能,甚至造成呼吸困难。

那么,如何得知自己是否有脊柱侧弯呢?

中老年人可以通过照镜子自查,看看双肩是否等高、腰是否粗细不一、骨盆是否高低不同、腰部肌肉是否一边鼓起一边凹陷。如发现异常,还伴有腰背酸痛、下肢麻木等问题,要及时就医。

据了解,中老年人脊柱侧弯治

疗方法多样,保守治疗有脊柱侧弯特定运动疗法、整脊、针灸、推拿等。症状严重、保守治疗效果不好的患者,可能还需要手术。

预防脊柱侧弯不仅仅是青少年的事,中老年人一样要保持良好的生活习惯,适当补钙预防骨质疏松,避免长期弯腰、久坐,多参加太极、八段锦等运动,定期体检关注脊柱健康。

据悉,目前,市中医院脊柱侧弯治疗室推出了“中老年人脊柱侧弯免费筛查”公益活动,不仅为60岁以上老人免费进行脊柱侧弯的相关筛查,还会给出针对性的康复建议。

图由市中医院提供

舟山医院一场 髌关节置换手术 助严重强直性 脊柱炎患者重 启“行走”人生

□通讯员 陈文薇 记者 岑瑜

近日,在舟山医院,一场多学科协作的高难度手术为一位严重强直性脊柱炎患者成功实施了髌关节置换手术,助其重拾“行走”人生。

强直性脊柱炎,这个被称为“隐匿杀手”的疾病,悄然侵蚀着患者的健康。这类患者,一旦髌关节受损,疼痛和僵硬如影随形,日常行走、简单的起坐都变成了难以完成的挑战。

63岁的吴先生(化名)被强直性脊柱炎折磨多年,全身僵直,尤其是左髌关节强直疼痛,走路变得极为艰难,连日常正常如厕都成了奢望。他曾辗转市内外各大医院,但强直性脊柱炎患者的关节置换手术困难重重,不仅要应对脊柱融合、强直带来的麻醉难题,还要考虑术中出血多、骨质疏松性大骨折等问题,髌关节僵硬强直状态更是让手术难上加难。

吴先生一度陷入绝望,得知浙大二院骨科专家进驻舟山医院,带来了先进的医疗技术和诊疗理念,并已成功实施多例复杂髌关节置换术后,他与家人商量决定到舟山医院看看能不能解决自己的痛苦。

得知吴先生的情况后,舟山医院骨科专家对其进行了详细体检。在浙大二院骨科专家、浙大二院舟山分院医务处执行处长王卫的指导下,舟山医院关节运动医学病区主任医师宋肖舟团队联合麻醉手术部为吴先生制定了精细的手术麻醉方案。

术中,王卫和宋肖舟团队通力合作,凭借丰富经验和精准操作,克服了股骨颈截骨困难、髌臼显露受限、软组织平衡复杂等难题,逐步松懈粘连组织,截骨、打磨髌臼、植入假体等一系列复杂的操作一气呵成,顺利完成了这一例高难度、高风险的关节置换手术。

按照先进的快速康复流程,在关节运动病区医护人员的精心指导下,术后第1天,吴先生就能下地行走,髌关节也逐渐弯曲到90度,极大改善了她的日常生活,让他重新找回了活动自由。出院那天,他激动不已,握着医护人员的手连连感谢,并送上锦旗,表达感激之情。

中医外治帮八旬老人重获听力

“我做一回就能听见了”

□记者 岑瑜 通讯员 石冰沁

“我做一回就能听见了,今天带老太婆也来试一下。”近日,市中医院中医外治室外,市民李老伯喜滋滋地跟大家分享着自己的喜悦。

李老伯今年80有余,耳聋已有十余年,平时戴着助听器,基本交流无碍。但最近,他发现自己听力下降非常严重,半个月调了三回助听器的音量,最后被告知,需要重新换一副助听器。

听力急剧下降,他内心惴惴不安,便到市中医院耳鼻喉科就诊。主任医师林益和接诊后,根据老人的情况,制定了以耳部三件套为主的中医外治方案,即耳部刮痧、耳部艾灸和耳穴压豆。先是通过刺激耳部穴位,疏通经络,改善耳部血液循环,然后利用艾草温热效应,温通经络,扶正祛邪,最后通过持续刺激耳部穴位,调节脏腑功能,达到治疗目的。李老伯经过一次治疗听力便得到了改善,立即将新订的助听器退了。

与李老伯一样重获听力的还有陈阿公,他已经耳鸣伴听力减

退数年,近些年辗转多地各大医院求医,效果皆不理想。今年1月,陈阿公在市中医院接受了耳部刮痧及耳穴贴压治疗三四次后,耳鸣症状减轻,听力也有所恢复,遂每周一次维持耳部刮痧及耳穴贴压治疗至今。

中年男子李先生同样在市中医院重获听力。他因工作压力导致听力下降数月,今年3月在市中医院接受了耳部三件套治疗,感觉听力较先前好了不少。

据了解,老年性耳聋是中老年人常见的听力障碍,中医认为其发病与肾精亏虚、气血不足、经络阻塞等因素有关。中医外治法通过整体调理,疏通经络,改善耳部血液循环,促进听觉神经功能恢复,对老年性耳聋具有独特的疗效。

市中医院秉承传统中医外治理念,以“温通、攻邪、扶正、调和”四大治法为核心,坚持辨证施治原则,开具个体化中医外治处方,目前已开展28项特色非药物疗法,助力患者加速康复。

延伸阅读

市中医院的特色疗法

- 温通法**
火龙罐/热敏罐综合疗法:温经散寒,通络止痛;
督脉灸:温补阳气,强健督脉;
中药蜡疗:舒筋活络,消肿止痛;
- 攻邪法**
虎符铜砭刮痧:排毒祛湿,疏通经络;
刺络拔罐:引邪外出,活血化瘀;
腕踝针:通调经气,祛除邪滞;
放血疗法:清热泻火,化瘀通络;
- 扶正法**
脐灸疗法:固本培元,调理体质;
穴位/中药贴敷:靶向调理,透皮吸收;
节气固元灸:顺时养生,祛湿固元;
中药热熨:温煦脏腑,活血通络;
- 调和法**
平衡火罐:通调气血,舒筋通络;
耳穴综合疗法:调节全身机能,扶正祛邪;
八卦揉腹法:健运脾胃,改善循环;
经典八段锦:导引行气,增强体质。