

腿肿就诊，一查竟是罕见肿瘤转移

舟山医生合力攻坚助老伯重新行走

□记者 傅明燕 通讯员 叶青盛

“是医生们让我重新站了起来，能走着回家！”近日，康复出院的孙老伯走进舟山医院肿瘤内科医生办公室，送上一面锦旗，以此感谢医护团队从危重病情中挽救了他的生命。这一份感谢的背后，是该院多学科协作（MDT）精准诊疗，成功攻克罕见肿瘤转移病例的动人故事。

今年3月，孙老伯因左下肢严重肿胀到舟山医院就诊，初步就诊于乳腺外科许敬主任团队，排查淋巴水肿问题。然而，就在进一步排查病因的过程中，孙老伯病情突发恶化，相继出现心力衰竭、肾功能衰竭，叠加多重耐药菌感染……多重器官衰竭让其身体机能濒临崩溃，左下肢重度水肿伴剧烈疼痛。病情如此凶险且复杂，单一科室已无法开展有效救治。

为全力挽救患者生命，舟山医院立即启动MDT多学科协作机制，由乳腺外科牵头，联合肿瘤内科、心血管内科、肾内科、感染科、介入、放射、超声等多个科室专家开展联合会诊。专家组抽丝剥茧、细致研判，结合影像学检查与病理活检，最终锁定罕见病因——膀胱癌大腿骨骼肌转移。据介绍，此类肿瘤骨骼肌转移临床极为少见，

极易出现误诊、漏诊，此次精准确诊为患者救治抢下了关键窗口期。

明确病因后，救治工作有序推进。心血管内科辛卫朋团队率先介入，针对性开展抗心衰等对症治疗，帮助患者稳住生命体征、改善身体基础状况。

考虑到患者合并心衰、肾衰，身体极度虚弱，无法耐受传统化疗，肿瘤内科副主任王宏强团队摒弃传统治疗方案，为其量身定制“免疫治疗+ADC抗体偶联药物靶向治疗”精准诊疗方案。

ADC药物被誉为抗肿瘤“生物导弹”，可精准靶向杀伤癌细胞，大幅降低对正常器官的毒副作用；联合免疫治疗可激活人体自身免疫机制，构建长效抗癌屏障，适配患者虚弱的身体状态，实现安全高效治癌。

经过系统性精准治疗，奇迹如期显现：孙老伯体内肿瘤病灶显著缩小，心衰、肾衰病症全面改善，下肢肿胀基本消退。从最初卧床难翻身、生命垂危，到最终能够独立行走、康复出院，身体机能得到极大恢复。

此次疑难危重病例的成功救治，充分彰显了舟山医院MDT多学科协作诊疗的硬核实力，以及精准肿瘤治疗的显著成效。

欢乐暑假别忽视健康隐患

妥善应对腹泻、磕碰、鼻出血等常见状况

眼下，孩子们正享受轻松欢乐的假期时光，但高温天气、户外游玩、长时间居家，极易引发肠胃不适、意外磕碰、视力下降、鼻出血等各类健康问题。本文整理一份全方位暑期儿童健康指南，覆盖饮食、出游、护眼、外伤、鼻出血五大场景，家长快收藏，守护孩子平安舒心度夏。

各类冷饮、零食、聚餐美食轮番登场，家长务必严把孩子饮食关口：

优选健康零食 多选新鲜水果、纯牛奶、原味酸奶、无添加坚果；少给孩子食用膨化食品、彩色糖果、油炸小吃。高糖零食不仅损伤牙齿，还会影响正餐食欲。

冷饮适度，切忌空腹 禁止空腹食用冷饮，严格控制单次食用量，减少生冷刺激肠胃，避免引发腹痛、腹泻。

聚餐七分饱，拒绝暴饮暴食 外出游玩聚餐菜品丰富，叮嘱孩子细嚼慢咽、适量进食，少吃生冷、辛辣、重口味菜肴，防止积食、肠胃紊乱。

暑期亲子出游热度高涨，海边、山林、游乐场成为热门目的地。旅途作息紊乱、蚊虫滋生、高温暴晒，中暑、腹泻、磕碰、溺水风险高发，家长做好全方位防护：

防暑降温 避开10:00~16:00高温时段外出，少量多次补充温水；出现头晕乏力立即转移至阴凉处休息，若高热、抽搐需马上送医。

蚊虫毒虫防护 进入山林草地穿戴长袖长裤；遭遇蚊虫不可硬拔；蚊虫叮咬红肿可冷敷，伤口破溃用碘伏消毒。

饮食防腹泻 少吃生冷食物、路边摊小吃，随身备好温水与口服补液盐，不洁饮食极易引发上吐下泻。

玩水安全 孩子戏水全程不离监护人视线；溺水急救禁用控水法；泳池游玩不共用毛巾，预防红眼病交叉感染。

出行晕车 短途出行前不要吃得过饱，儿童晕车药遵医嘱服用，行车途中开窗通风。

常备随身药包 退烧药、碘伏、炉甘石洗剂、口服补液盐按需备好。

特别提醒，若孩子持续高烧、频繁呕吐、精神萎靡，就近前往医院就诊。

假期居家看电视、玩手机成为常态，近视加深风险大幅上升，护眼不能松懈。牢记“20~20~20”护眼法则：每观看电子屏幕20分钟，远眺6米外景物20秒。严格管控每日电子产品使用时长，多带孩子户外活动，自然光为保护视力最优方式。

暑期孩子跑动玩耍频繁，擦伤、磕碰肿包频



AI制图

发，切忌涂抹药酒、牙膏，易造成伤口感染。外伤别乱用偏方，正确处理看这里：

表皮擦伤 流动清水冲洗污物，碘伏消毒，避免酒精、紫药水，浅表伤口保持干燥透气。

淤青肿包 受伤48小时内冷敷消肿，禁止揉搓；48小时后热敷促进淤血消散。

立即就医情形 伤口较深、出血不止、创面化脓；摔倒撞击头部后呕吐、嗜睡；肢体肿痛无法正常活动。

常备物资 碘伏、创可贴、无菌纱布。

夏季空调房干燥、饮食燥热、儿童频繁抠鼻，医院鼻出血就诊患儿明显增多，多数家长止血方式存在误区，加重不适，标准步骤记牢：

身体微微前倾、低头张口，严禁仰头，防止血液呛咳、误吞；

拇指与食指捏住鼻翼柔软部位，持续按压5至10分钟；

保持口腔呼吸，额头冷敷辅助收缩血管。

还要做好日常预防，室内适度加湿，督促孩子多喝水，减少油炸燥热食品摄入；纠正抠鼻孔、用力揉鼻习惯；鼻腔干燥可使用医用滴鼻保湿剂。

特别提醒，短时间反复流鼻血、按压超10分钟仍无法止血、皮肤莫名出现瘀斑，及时就诊检查。（市妇儿医院 吴璐璐）

医生手记

吃姜粉、姜片泡水

30岁男子“补”出满脸痘

专家：不了解自身体质盲目服用，效果可能适得其反

“冬吃萝卜夏吃姜”这句谚语深入人心。三伏天来临，不少市民开始喝姜茶、泡姜水。然而，宁波市中医院中医经典/治未病中心主任中医师刘宏飞提醒：生姜虽好，但如果不了解自己的体质盲目服用，效果可能会适得其反。

用生姜调理身体
加大用量后“上火”了

李先生（化姓）今年30多岁，平时非常注重养生。入夏以来，他感觉身体困重乏力，自认为湿气较重，便想到用生姜调理。起初，他尝试了吃姜粉，平时也用姜片泡水喝，吃完后人确实舒服了一些，精神也上来了。尝到“甜头”后，他加大了用量，结果没过几天，脸上开始爆痘，并出现口臭、便秘等症状。持续数日不见好转，他才来到宁波市中医院就诊。

一进门，李先生就懊恼地说：“医生，我好像吃过头了。”刘宏飞接诊后判断，患者本质上是“上火”了。“姜是好东西，但过量就会出问题。”他说，这种情况稍微开一点清火的药就可以了。

那么，“冬吃萝卜夏吃姜”这句俗语有科学依据吗？答案是有的。刘宏飞说，这句谚语背后，蕴含着中医“天人相应”的核心思想。从中医角度看，夏季人体阳气偏于外达，部分人群体内阳气相对不足。加上人们贪凉饮冷、长时间吹空调，容易导致寒邪内侵，此时适当吃姜可以温中散寒、助阳升发；冬季人体阳气内敛，胃中烦热，加上进补较多容易积食，此时吃性凉的萝卜可以清热消食、行气导滞。一冬一夏、一凉一温，正是顺应自然变化来调节人体阴阳平衡的体现。

刘宏飞表示，姜既可入药也可作食材，初次食用应从少量开始，比如少量泡水，“试探着”使用，观察身体的反应。

不要盲目养生
身体感受会告诉你答案

刘宏飞表示，“冬吃萝卜夏吃姜”这句谚语本质上体现的是“冬病夏治”的理念，但并非所有人都适合“治”。

“冬病夏治是借助夏季阳气旺盛的时令特点，对冬季易发或加重的疾病进行调理，而内热较重、湿热体质的人就不适合。”他说，姜性味辛热，能助阳发散，对于微微怕冷的人更为适宜；但湿热体质、火气偏重的人食用后，上火概率大大增加。

“养生讲究‘适度’，用药用食有八九成效果时就该停止，让身体自行恢复。一个养生方法是否适用，身体的感受会给出最直接的答案。”刘宏飞说。

哪一类人群相对来说不适合吃姜呢？刘宏飞表示，儿童是否适合食用生姜，需要结合年龄、体质等情况判断；部分更年期人群可能存在阴虚阳亢等体质特点，过度进补并不一定适合。因此，小孩和老人最好在医生指导下决定是否吃姜。

对于不适合吃姜的人，可以选择泡脚等其他养生方式，借助“阴阳互根”的原理引火下行，同样能起到调理作用。“不管哪个季节，养生都要找到适合自己的方法，切忌过头。不了解自己又何谈养生？选择适合的方式，才是真正的养生之道。”刘宏飞说道。

据《宁波晚报》