

快速问专家



近报顾问委员会专家
李玉华

山东大学齐鲁医院
骨外科副主任医师,医学
博士。担任山东省老年医
学会骨科专业委员会委员,
山东省老年医学会青年骨
质疏松协会副主任委员,
山东省疼痛医学会神经脊
柱脊髓专业委员会委员。

长期从事脊柱疾病的
诊治,擅长颈椎病、寰
枢椎脱位、胸椎黄韧带
钙化、腰椎间盘突出、腰
椎管狭窄、腰椎滑脱、椎
管内肿瘤、脊柱侧弯、脊
柱后凸等畸形、各种脊
柱创伤、脊柱结核及骨
质疏松性压缩骨折的诊
治,擅长应用显微镜进
行各种脊柱微创手术,
擅长椎间孔镜下行腰椎
微创手术。

专家门诊:周六全天

别把崴脚当小事儿

王先生:医生您好,我今年60多岁,平时右脚经常崴脚,崴脚后容易肿胀,请问这是是什么原因?和骨质疏松是否有关系?需要做何种检查或治疗?

专家:您好,建议去正规医院就诊,进行X线或磁共振检查,排除器质性损伤,如韧带、关节囊损伤,骨折,关节错位等之后,再进行专业诊治。

踝关节是全身负重最多的关节。崴脚又称踝关节扭伤,踝关节周围的韧带损伤都属于踝关节扭伤范畴,是最高发的运动损伤。老年人因为周身骨与关节退化,肌肉、韧带、关节囊等松弛,更易发生扭伤。踝关节扭伤的原因很多,如路面不平、下楼梯踩空、运动疲劳后控制不足、肌肉力量不平衡等等。扭伤之后如果没有好好恢复,踝关节周围韧带将变得松弛、无力,本体感受器受损,踝关节变得不稳定。

研究显示,40%的踝关节扭伤后,会导致软脚,进而发生习惯性损伤。而且扭伤很容易破坏踝关节的力学排列,造成肌力不平衡,韧带松弛、下胫腓关节错位等。就像一个严密的机器松了一个螺丝,整个下肢运动链因此失衡,这也是很多人在长久之后还会疼痛的原因。

如果是下肢无力导致行走不稳造成的崴脚,那就需要格外注意了。颈椎病,特别是脊髓型颈椎病、腰椎间盘突出或腰椎管狭窄症造成神经根受压迫,早期会出现肢体麻木、疼



李玉华给老年患者进行关节检查。记者 刘一梦 摄

痛,随病情加重可逐渐出现肌肉萎缩,行走不稳等症状。有些脑血管或神经性疾病也可造成肢体无力,行走不稳,这就需要去医院相关科室进行检查及治疗,严重的还需进行外科手术。

骨质疏松也可能出现浑身酸痛、无力等,但与崴脚关系不大。但如果老年女性,特别是绝经后妇女频繁出现打软腿、浑身酸痛无力,甚至抽筋等症状,则高度怀疑为骨质疏松,建议去医院进行正规治疗。

踝关节扭伤后,疼痛轻的患者应该使用弹力绷带或者护

踝支具保护踝关节,用冷毛巾敷伤部,适当加压包扎,使局部血管收缩减少出血肿胀,缓解疼痛。不可盲目按揉、推拉,防止加重损伤。一般扭伤不严重的话,停止运动10-20天可以痊愈。而疼痛严重的患者应到医院接受石膏外固定3-6周时间,让损伤的踝关节韧带得以恢复,避免以后因韧带松弛导致习惯性崴脚。

经常崴脚的人,多数在第一次崴脚后处理不当,造成踝关节失稳。因此,千万不要把踝扭伤当成“小事一桩”。

记者 刘一梦 整理

医学前沿

球形核酸探针让肿瘤细胞“发光”

近日,中科院合肥物质科学研究院在肿瘤细胞检测及精准手术导航方面取得突破。

癌症的共性是细胞不受控制生长和永生。由于肿瘤细胞不受控制生长和永生,需高活性端粒酶的催化,研究人员设计出表面负载大量特异性双链DNA的球形核酸探针。在端粒酶催化下,该探针能释放荧光染料进入细胞质中,使肿瘤细胞发出红色荧光,从而达到肿瘤细胞的可视化检测。

研究结果表明,这种球形核酸探针还是一种理想的肿瘤精准手术导航造影剂。该研究通过球形核酸造影剂让肿瘤细胞“发光”,可凭借超高的灵敏度和准确性帮助医生从细胞水平上判断肿瘤位置及边界,从而对病灶进行精准切除,降低手术风险和肿瘤术后复发率和死亡率。

目前,该团队正开展肿瘤精准手术切除的动物及临床试验,最终开发用于临床肿瘤精准手术的造影剂,并推动产业化应用。

据《人民日报》

儿科门诊

没必要对黄疸儿长期停喂母乳

黄疸是新生儿非常常见的疾病,中国医药大学附属医院新生儿科主任林鸿志表示,大部分新生儿黄疸属于良性的“生理性黄疸”,不需要治疗。产生的原因主要是新生儿红血球数量多但寿命较短,同时刚出生的婴儿肝脏功能无法迅速处理大量的胆红素,所以新生儿在出生后2至3天会出现黄疸,4至5天达到高峰,10至14天褪去。

不少人认为,新生儿就是因为喝母乳才会患黄疸。但其实,产生黄疸的病因比较复杂,母乳对婴儿又是无可替代的营养品,因此林鸿志强调,除非是黄疸太高或太久,为了诊断上需要,医生会依情况建议暂停喂母乳,以便了解病因,否则并不需长期停止喂食母乳。

据华人健康网

女性盆底功能受损怎么办

不管是剖宫产,还是自然分娩,只要有过分娩史的女性,盆底功能或多或少都会受到伤害,而且分娩次数越多,损伤越大。在当前二孩政策放开的情况下,生育二宝的妈妈们增多,母亲们更加应该高度重视产后保养与康复。本周末,方主任现场进行“女性盆底功能障碍性疾病的防治”主题讲座,并提供30个义诊名额。

讲座时间:5月12日(周六)上午9:30至12点。

讲座地点:大明湖党群服务中心。按察司街66号大明湖小学西邻100米路南,乘坐K59、

101、K50、K151、31路公交车在青龙桥站点下车后步行200米。

专家介绍:方政慧,山东大学附属济南市中心医院主任医师、硕士生导师,妇产科主任、教研室主任,山东大学医学院妇产科学系副主任。兼任中国优生科学协会生殖健康专业委员会山东专家组成员,山东省医学会妇产科分会副主任委员。擅长妇科微创技术,女性盆底功能障碍的康复、修复、重建技术等。

专家门诊:每周一全天(节假日不休息)。

科室电话:0531-85695570

关爱“瓷娃娃”义诊活动等你来

成骨不全症是一种先天性基因缺陷导致的罕见病,又称脆骨病,患者俗称“瓷娃娃”,其标志性特征是骨骼脆弱,容易骨折。该疾病具有高度可变性,轻型无畸形、正常身高、很少骨折;多数患者因长期频繁骨折,易造成骨畸形、身材矮小、行动障碍。目前无法治愈,可通过科学的髓内钉手术,摄入双磷酸盐类药物和康复锻炼,最大程度提升患者的活动能力和独立功能。

5月6日国际成骨不全症日是属于每一个成骨不全患者的节日,为了给“瓷娃娃”更多

关爱,值此国际成骨不全症日8周年之际,山东省立医院小儿骨科王延宙主任团队、康复医学科范晓华主任团队将联合医院对外合作与医务社会工作处,为成骨不全症患者提供一次贴心的义诊服务及倡导活动,为患者进行身体检查、答疑解惑,量身制定治疗康复方案。对外合作与医务社会工作处将招募志愿者们共同参加活动。

活动时间:5月16日9:30。

活动地点:山东省立医院住院病人服务中心(地址:济南市经五纬七路324号省立医院保健楼西头病房连廊)。

疾病预防>>

夏天“汪星人”爱“翻脸” 这些防范狂犬病的“姿势”要知道

□记者 刘一梦 通讯员 陈彦

随着气温升高,猫、狗等宠物进入了发情期。发情期的动物攻击性增强,因动物致伤前往狂犬病暴露处置门诊进行处置的人数也将不断上升。济南市疾控中心的专家提醒广大市民,发情季节动物性情易躁,容易患上“狂躁症”,攻击性增强,轻微的刺激或挑逗就能引发伤人事件,应与猫狗等动物保持距离,谨防被抓伤、咬伤,以免感染狂犬病。

如何避免被狗咬伤呢?工作

人员提醒,接触狗的时候,要避免眼睛直接与狗长时间对视,因为很可能被狗误解成是对它的挑战,当一只陌生的狗靠近时,切忌乱跑乱动,如果被狗扑倒,尽量将身体蜷缩成球状。此外,在夜间不要用亮光照狗的眼睛,这样会刺激狗的攻击性,有些狗会因此主动攻击人。

那么一旦被猫、狗或其他动物咬伤,该怎么办呢?“如果皮肤完好无损,仅被可疑动物舔舐,则无需处理。”济南市疾控中心的工作人员介绍,如果裸露的皮肤被轻咬或是无出血

的抓伤或擦伤,应立即用肥皂水在一定压力的流动清水中交替彻底冲洗伤口至少15分钟,之后尽快前往附近的狂犬病暴露处置门诊接种狂犬疫苗。如果被抓伤或咬伤部位出血,或者破损皮肤被舔时,还要增加注射狂犬病人免疫球蛋白。

一般来说,对确定未携带病毒的健康宠物进行一般喂养和接触,且没有皮肤受损情况的,无需担心会患狂犬病。“除此之外,被猫、狗抓咬后都有患病可能。”工作人员还表示,我国属于狂犬病流行区,即使致伤动物曾被注射过疫苗也要进行处理。这是因为“健康犬”以前打过的疫苗不一定是狂犬疫苗,即使打的是狂犬疫苗,也可能存在注射次数不够、疫苗失效、注射后未产生免疫等情况。

家庭药箱

有些药物不能碾碎吃

不少家长给孩子喂药时会把药片碾碎,或者拆开胶囊,用水冲服粉末。但其实有些药物不适合这么吃。例如肠溶片,为了避免对胃产生刺激,成分到了肠道才会溶解。如果碾碎用水冲服,不仅影响药物吸收,还可能造成胃部不适。

胶囊类药物也是如此。将胶囊壳去除,单纯服用里面的颗粒或者粉末并不会达到更好的药效。目前药剂用胶囊包裹的目的是掩盖苦味或其他刺激性味道;保护器官,防止对食道、胃部的刺激;还能保护药物药性,防止被消化酶分解或胃酸破坏。 据 39 健康网

儿童咳嗽并非都是“上火”

儿童感冒咳嗽并非都是“上火”,清热败火的中药应慎用,否则可能损伤孩子身体发育所需的“阳气”。

中医学认为,小儿咳嗽分外感咳嗽和内伤咳嗽,外感咳嗽是由感受外邪,肺失清肃所致;内伤咳嗽是由于小孩体质虚弱,肺脾受损所致。风寒者宜疏风散寒,宣肺止咳;风热者宜疏风清热,化痰止咳。清热药的药性多属寒凉类,易损伤阳气或脾胃,加上儿童的体质属“稚阳之体”,滥用清热药会损伤儿童身体发育的“阳气”,还会使脾胃受损,严重的还会令孩子的生长发育减缓。尤其对那些体质较弱的儿童,不能随便服用清热败火的中药。 据新华网