

腿疼、麻、酸、困、胀、无力,别不当回事儿

核心提示

腿疼是老年人经常提到的“老毛病”。一些老年人走路时间一长就会觉得腿疼,但往往认为这是正常的,因为自己“老了”。还有一些人,猜测自己是腰椎间盘突出出了问题,所以连累腿疼。事实上,导致腰腿疼痛的原因有很多,腰椎间盘突出症只是其中之一,老年人更常见的病因是退行性腰椎管狭窄。蒋晓蕾

退行性腰椎管狭窄,很常见

大概两年前,67岁的张大爷得了一种“怪病”:走不了200米,就开始腿部疼痛、麻木,蹲下休息一会儿感觉好些,但继续行走时又开始疼痛,如此一再反复。可如果骑车,骑三四千米也没有任何问题。

近一个月来,问题越来越严重,张大爷贴了不少膏药也没有得到改善。在朋友的推荐下,他到河南省直第三人民医院椎间盘中心做了检查,才知道原来这种症状叫做“间歇性跛行”,真正的病根是退行性腰椎管狭窄。

河南省直第三人民医院椎间盘中心主任周红刚表示,退行性腰椎管狭窄是老年人常患疾病,因腰椎骨性或纤维结构改变、容积减少而致管腔狭窄,压迫神经根等导致神经损害。临床主要表现为腰腿痛,腰痛通常出现在畸形最严重的部位,久坐、长时间行走及劳累后腰痛加重。

“一般来说,早期患者可自觉足部、腿部发凉,怕冷,或有轻度的麻木感,走路等活动后容易感到腿部疲劳、沉重无力。”周主任说,如果继续发展,就会出现最典型的症状——“间歇性跛行”,表现为患者行走后(通常为数百米,严重时可为数十米),出现一侧或双侧腰酸、腰痛、臀部疼、下肢疼痛、酸胀、麻木、无力,如同灌铅一样,以至难以继续行走(有病人常常会说一走路腿就困得不行),但蹲下或坐下休息片刻,症状即可缓解或消失,患者继续行走,上述症状又会出现。如此情况反复出现,即为间歇性跛行。间歇性跛行的表现可逐渐加重,即能坚持行走的距离越来越短,需要休息的时间越来越长。“这种间歇性跛行的一个明显特征是当腰椎处于伸直位时症状加重,弯腰时缓解。因此,患者常常感觉弯腰、骑车或者爬坡时正常,但直立行走则困难”。

周主任特别提醒,在就诊时,患者常常将自己的症状描述得很严重,医生检查时阳性体征却比较少,特别是患者在候诊时经过一段时间的休息后更难查到阳性病症,这种主诉与体检的不统一性,易误为“夸大主诉”。因此,更需要医生细心、耐心、专心,同时结合影像检查结果来作出正确诊断。

及时治疗扩大椎管,很必要

退行性腰椎管狭窄是老年人常患疾病,导致老年人出现神经性间歇性跛行,减少老年人的活动量,加速了老年患者骨质疏松的进展,严重影响老年人生活质量。随着我国进入人口老龄化,腰椎管狭窄的发病率越来越高,带来的社会问题亟待解决。老年患者病史长、病情重,常常合并心脑血管疾病,骨质疏松等很多疾病,全身状态差。因此外科治疗老年性腰椎管狭窄症具有很大难度,选择最佳治疗方式是关键。

近年来,对老年人腰椎管狭窄症患者的治疗越来越受到重视,之前治疗方法需要开刀,患者要能够耐受全身麻醉,很多老年人有基础疾病,肝肾功能、心功能不全,或者伴有高血压和糖尿病,手术前要全面检查,指标都得通过评估才行,这让很多人没法实施手术。

近些年来,脊柱微创外科技术得到了迅速发展,各种器械设备的呈现,使之前只能开刀手术的疾病同样可以微创治疗。

据悉,河南省直第三人民医院椎间盘中心团队在周红刚主任的带领下,针对各种类型的腰椎管狭窄采用微创治疗研究颇深,使广大患者既解除了病痛折磨,又打消了保守治疗无效,但不想开刀手术,只能继续忍受疼痛的疑虑。在针对老年退变性腰椎管狭窄方面,周红刚主任带领的团队采用椎间孔镜Uless入路的治疗方式来扩大椎管,解除压迫;在骨性(或先天性)椎管狭窄方面,有专门的通道骨性狭窄处理系统(Delta)处理椎管狭窄、韧带肥厚,治疗结束第二天即可下床活动,快速康复回归工作和生活中。

河南省直第三人民医院椎间盘中心较早在国内开展计算机导航下椎间孔镜技术,使腰椎管狭窄、腰椎间盘突出、颈椎病、胸椎等相关脊柱疾病方面的治疗更加精准、微创和安全。该中心还拥有一整套微创治疗方案,可全方位解决患者各种常见脊柱病。

一周健康

重症瓣膜病患者有了希望

我省首例经导管主动脉瓣置换术在郑州七院完成

9月17日,郑州市心血管病医院(郑州市第七人民医院)心内科顺利完成了一例经导管主动脉瓣置换术,这在河南省尚属首例,填补了省内瓣膜病介入治疗的空白。

患者是一位81岁的老先生,因主动脉瓣重度狭窄伴重度钙化,反复发作心绞痛及心功能不全,到郑州市心血管病医院治疗。在河南省学术技术带头人、该院院长袁义强博士的组织下,经心血管内外科、麻醉科、CT室、重症监护室、超声科等反复讨论后,决定为患者实施经股动脉微创手术,历时2小时,手术顺利结束。术后患者很快恢复清醒,生命体征平稳。袁义强介绍,通过介入手术治疗瓣膜疾病,创伤小、恢复快,不但减轻了因传统外科开胸给患者带来的身心痛苦,也给失去手术机会的患者带来了新的治疗选择。荣文翰 张申伟

链亲手表亮相河南

24小时人工远程看护老人

9月15日,深圳链亲健康产业有限公司在郑州举行新品发布会,正式推出公司的智能佩戴产品——链亲智能健康手表和24小时健康云管理服务。

链亲总经理任学锋称,链亲手表具有亲情电话、睡眠监测、运动计步、心率监测、血压测量、心电图测量、SOS一键呼救、吃药提醒、天气预报、定位防走失等十大核心功能,手表与手机进行绑定之后,子女可以随时随地了解父母身体状况。值得一提的是,链亲24小时健康云管理服务平台及链亲APP,可24小时收集佩戴者健康信息,佩戴者发生意外时,通过心率变化监测实现自动报警,也可以自己按下SOS一键呼救,专业客服24小时远程监护,对报警信息进行电话跟踪服务,防止因家人没有及时查看信息导致延误救援。蒋晓蕾

看《那年花开》,识杜鹃花叶

杜鹃花叶能生肌止血?专家有话说

专家 “和血圣药”血竭价格高

血竭在中医界被称为“和血圣药”。2015版《中国药典》对血竭的描述是:本品为棕榈科植物麒麟竭果实渗出的树脂经加工制成。

德润门诊部中医专家王长营说,很多人容易把血竭和龙血竭混为一谈,这实际上是两种不同的中药。龙血竭为百合科植物剑叶龙血树的树脂,又名广西血竭或国产血竭,主产于广西和云南,二者来自于两种截然不同的植物。

血竭与龙血竭虽然一字之差,功效却

有不同。血竭更适合祛瘀定痛、止血生肌。龙血竭既能活血化瘀,又能收敛止血,具有双向调节作用。血竭在祛瘀定痛方面优于龙血竭,在伤科使用效果较好,龙血竭除了具有活血化瘀作用外,在抗真菌、抗炎等方面作用较强。“我们说要明确区分血竭与龙血竭,但绝对不能否认龙血竭的功效,更不能将其随意贴上假冒伪劣的标签!龙血竭也是来之不易的名贵中药。无论是血竭还是龙血竭,只要是正品一般价格都比较高,尤其是进口血竭,贵的要上千元。”王长营说。

提醒 杜鹃叶不能活血祛瘀

王长营说,杜鹃的确是一味中药,根、花和叶都有药效。杜鹃的根有毒性,功效主要是祛风湿、活血去瘀、止血。用于风湿性关节炎,跌打损伤,闭经;外用治外伤出血。所以说,杜鹃止血或者活血化瘀的主要部分还是在根。

而杜鹃的叶子到底有无止血作用?王长营说,在《民间常用草药》中记载杜鹃叶的功效是清热解毒、止血、化痰止咳。说明

杜鹃叶有一定的止血功效,但是没有杜鹃根的活血祛瘀的作用,所以,与血竭的作用相比,如果用杜鹃叶来代替似乎有些牵强。

杜鹃叶一般不在临床常用,民间一些方子里也不用来止血,多用于外治肿毒,值得注意的是,《全国中草药汇编》中提醒,杜鹃叶“孕妇忌服”。是药三分毒,影视剧情的中药毕竟是戏说的成分更多,用药大家还是要遵医嘱!

印度骨科专家来河南省直第三人民医院学习交流椎间孔镜技术

9月14日下午,印度骨科专家 吉瑞旭(Girish Datar)到河南省直第三人民医院椎间盘中心针对目前最热门的脊柱微创进行学术交流,椎间盘中心周红刚团队及来自江苏、河北、浙江、陕西、福建、安徽、河南等20多家医院的第87期进修医师参加了活动。

活动现场,省直三院椎间盘中心的李芳、杨贺军、李星晨分别就《腰椎管狭窄症的微创治疗》《脊柱内镜前路、后路治疗颈椎病》《局麻内镜在胸椎疾患下的应用》进行了精彩演讲,与在座专家进行了交流。各位专家就当前脊柱微创领域的相关问题和最新技术进行了深入探讨,并广泛交流脊柱微创技术的经验和成果。蒋晓蕾

