腰腿疼麻、发凉、酸胀无力、走不远——继续忍,还是微创解决?

腰椎管狭窄症 多发于中老年

“我双脚底麻,走路5分钟或站立一会儿,右侧小腿外侧就会酸麻、大腿根疼,走路距离越来越短,中途必须坐或蹲,才能缓解,站立时间也不能过长,骑车则不妨碍。吃了一段时间药没有疗效。之后做理疗,稍好,但只要一天不做理疗,症状明显加剧。”——王阿姨(83岁)

“腰部总是凉,两腿和两脚凉,走100米左右腰很难受,右脚开始麻,曾经在医院治疗过,扎针、按摩、理疗,没有任何效果。”——陈女士(67岁)

“走路稍微远一点儿,大概也就1000米,腰就发酸,右腿也没力气,必须蹲下来歇一会儿。”——赵先生(61岁)

…… ……

最近两个多月,很多老年人一来到河南省直第三人民医院椎间盘中心门诊,就对周红刚主任诉说着各自的痛苦。

“其实,这些痛苦都是由于腰椎管狭窄症引起的。”周红刚说,腰椎管狭窄症多见于中老年人,是许多人腰腿痛和下肢行走无力的常见原因。

周红刚称,腰椎管是有一定空间的,就像房子一样,本来里面的空间很大,但是不停地往房子里面塞东西,结果本来130平方米宽敞的大房子硬被塞成了60平方米的小空间,在这狭小的空间里生活便会引来诸多不便。而人的椎管由于骨质增生、黄韧带肥厚、椎间盘突出、腰椎滑脱等原因,都向椎管内挤,于是就造成了腰椎管狭窄。

很多老人会出现腰痛腰酸,行走一段距离出现劳累、下肢疼痛、麻木和无力,行走数百米甚至几十米就需要休息一会儿才能再走;到医院就医后,医生往往说是腰椎管狭窄,需要手术治疗。然而,很多患者身体、年龄等各方面又耐受不了开放式手术。继续忍,还是微创解决?成了他们面临的大难题!蒋晓蕾

微创治疗 安全精准恢复快

腰椎管狭窄好的治疗方法就是扩大椎管。可是,椎管现在这么小,怎样才能让它重新腾出空间呢?答案是:手术!

然而,王阿姨说:“我今年都83岁了,手术对我来说简直是要命,那还是算了吧,我再坚持坚持吧。”赵先生说:“虽然我今年才61岁,年龄还不算大,但是我心脏不好,可经不起手术这样折腾。”患有糖尿病的陈女士也对动刀表示担心,不敢手术。

“确实存在着这样的问题,腰椎管狭窄症患者大多都是中老年人,采取过各种方法结果不理想,医生建议开放式手术,身体、年龄等各方面又耐受不了。”周红刚说,近10年来,微创脊柱外科技术得到了迅速发展,显微镜技术的发展,一些特殊手术器械的出现,尤其是椎间孔镜和镜下动力磨钻的问世,使外科医生通过一个小切口就可以完成以往的外科手术。

微创的更大优点就是局麻下进行治疗,安全;可视下操作,精准;治疗后第二天就可以下床活动,恢复快。

竭“镜”所能 微创来治

河南省直第三人民医院椎间盘中心团队20多年一直秉承着一个理念“竭‘镜’所能、微创来治”,采用各种微创方法治疗各种脊柱疾病,针对这些疑难杂症,对于长期饱受病痛折磨的患者是一个福音。

目前脊柱微创技术很成熟,大多数医院也都在开展,作为一直跟进国际前沿的椎间盘中心团队来说,走差异化发展是他们一直坚持的路线。3D计算机导航下椎间孔镜技术治疗颈胸腰椎疾病、宽通道微创技术治疗颈腰椎椎管狭窄症、镜下融合技术、腰椎椎体侧方间融合技术、腰椎椎体侧方间融合和椎间孔镜复合技术……这些一流的技术在椎间盘中心不断被做大做强,其中局麻下经皮内镜治疗胸椎管狭窄症技术、经后路宽通道技术治疗颈椎病、腰椎椎体侧方间融合和椎间孔镜复合技术等被国内业界观摩、学习。目前,该中心的椎间孔镜例数早已超过万例,在全国有名。河南省直第三人民医院椎间盘中心将脊柱微创真正做到了人无我有、人有我优、人有我精。

为了更好地解决脊柱疑难杂症患者的痛苦,椎间盘中心团队汇聚了来自20多家医院的强大力量于每周四下午3点在东院区病房楼13楼脊柱疑难病会诊中心开始会诊工作。

“医疗健康天天3·15”正在进行中

就医有啥不满意,来告诉我们吧

自从“健康3·15专线”开通以来,记者陆续接到不少读者的投诉,已帮助近30名读者解决了问题,其他问题本报还将持续关注。希望读者继续给本报打电话或者微信留言,把每天都当做3·15。记者 蒋晓蕾

净化医疗环境 我们天天3·15

近年来,随着生活水平的提高,市民对就医环境、就医体验有了更高的要求,而就医不像实物消费,一旦产生“质量”问题,很难为自己进行维权,医患关系因此而显得格外紧张。因此,每年都有不少患者无法放心就医,在自身利益受到伤害时又无处说理。

本报开通3·15健康维权热线,旨在帮助读者解决问题的同时,能够督促医疗机构自律,共同净化医疗行业的服务环境,推进省内医疗服务走向规范,维护广大市民的切身权益。

值得欣慰的是,虽然有个别医疗机构的服务、质量不到位,但大部分医疗机构都在不断地进步,很多市民致电表扬一些医生和医院,口碑就是最好的证明。

维权在行动 快快联系我们

你对哪家医疗机构的服务比较满意?你在就医过程中遇到哪些困惑?“医疗健康天天3·15”正在进行中。如果您在就医中遇到过或者正在经历维权难,请告诉我们。我们期待与您一起关心医疗行业的发展,您的宝贵意见可为提升中原地区健康行业整体发展水平提供参考和借鉴,助力中原健康行业的有序发展与繁荣。

您可关注“郑州名医馆”官方微信(zzmyg1)参与,留言您在就医过程中遇到的困惑和难题。也可拨打本报“健康3·15”维权热线或发短信至13838146037。

2018年河南首届陈氏太极拳小架交流大赛在郑开幕

400余位拳友展现太极风采

7月7日,由河南武术协会主办,河南省武协陈氏太极拳小架研究会承办,郑州市膏药协会、河南正道陈氏太极拳馆等多家单位协办的河南首届陈氏太极拳小架交流大赛在郑拉开帷幕。当天,400余位太极爱好者同台竞技,展示“太极之美”,共同演绎一场太极文化盛宴。

据了解,此次赛事是陈氏太极拳小架的专业拳种省级赛事活动,比赛以套路、器械为主,这在全国太极拳赛事中尚属首次。大赛在集体、各单项和各组别男、女分别设一等奖、二等奖,同时设立运动员、运动队“道德风尚奖”及“最佳组织奖”等。

郑州市膏药协会会长李现杰接受记者采访时称:“陈式太极拳有陈式老架、新架之分,亦有大、小架之分。中医与太极都是民族瑰宝,此次比赛进一步把民族传统发扬光大,相信会有越来越多的人为祖国传统文化的传播和推广注入新鲜的血液和强大的助力,为中医事业的蓬勃发展贡献力量。”蒋晓蕾 张玉韩

■行业快递

加入“暑期摘镜大本营” 我们在等你

孩子小小年纪就戴着近视眼镜,度数每年都在增加,家长不仅无奈,心里更不是滋味。想摘掉恼人的眼镜吗?快来加入“暑期摘镜大本营”吧,这里不仅有专业眼科专家的指导,还有不间断的优惠活动。

本报希望通过此群的建立,帮助更多的孩子卸掉鼻上“枷锁”,解除近视困扰。同时借此机会提醒大家注意用眼卫生,提高爱眼护眼的意识。

扫描二维码,加入微信群,我们将定期邀请眼科专家开通微课,为大家答疑解惑,另有摘镜优惠等你来。蒋晓蕾

征集千人 中医免费治痘痘

日前,德懿堂皮肤中医专科发起赞助的“千人免费中医战痘公益活动”正式启动。

从即日起,凡是被痘痘困扰的人群,将以每周100人、每天15人为单位,进行7天一个周期的“药材免费、诊断免费、熬药免费”中医治痘计划,让1000名被痘痘困扰的人群用体验感受中医文化的博大精深。

德懿堂皮肤中医专科医生李志忠称,就青春痘而言,每个人的体质不同,开出的药方也不同,草药价值从几十元到上百元不等,但总体来讲,中医的精髓是用药温和、标本兼治、费用低廉、效果看得见。周华