

# 微创：“针孔”里巧除腰椎间盘突出

近年来,老张家都闭门谢客,这是因为,老张得了“怪病”。每天夜里老张都会头痛、臂痛、出现眩晕。医生起初以为是风湿,后来又怀疑是神经病变,但治疗后都没起色。最近做了磁共振,确诊为腰椎间盘突出。但医生说这是退行性病变,不好治,断不了根儿。但就在最近,老张出门见客了,只是腰上多了个创可贴,他逢人就高兴地说:治好了断根了。这是怎么回事?创可贴下有什么玄机?河南公安医院骨科主任微创骨科专家曹伟主任为您揭秘。

## 痛从何来——祸起腰椎

“老张腰酸了半年,可怜他受苦都不知道怨谁。”曹伟教授告诉记者,他从医几十年来发现,由腰椎引发的疾病、症状很多看似与它毫无关联,但实际则环环相扣,如高血压、心律失常等都可能引发。他强调,以腰椎间盘突出而言,最易引发的症状就是疼痛,可能包括头、肩、臂或者只是其中一部分位置的疼痛和酸麻胀等

不快感觉。

“病理看起来很简单,但由于症状和肿瘤、风湿等病有相似之处,给病因判断造成了干扰。”曹伟教授建议,遇到这些疼痛症状,还是先应用先进的仪器检查清楚再治疗,通过拍摄颈椎X光片,一般就可以确认是否为颈椎病,如还有疑问最好采用磁共振做更精确的透视。

## 痛从何处去——“针孔”里揪出痛根

“难治”只是说明了传统骨科治疗方法的局限性。曹伟强调,传统疗法一般采用对病变部位的药敷、按摩、针灸、牵引,来减轻疼痛,或使肌体适应疼痛;或者直接针对疼痛部位(头、颈、肩、臂)对症治疗。“不可否认,这些疗法对部分患者还是卓有奇效的,但大部分患者难以见效或容易复发。归根结底,还是因为传统疗法没有掐掉疼痛的根儿”。

其实,微创手术的发展揭开了骨科治疗的“天花板”。曹伟介绍,以腰

椎间盘突出而言,目前医院运用的新一代从德国引进的椎间盘针镜微创疗法,是微创技术的突出代表,已帮助万余例患者实现康复。这种微创疗法是在CT或C型X光机的监测下,精确定位,用一根直径仅0.5mm的穿刺针头,在椎角弓安全三角区穿刺,对突出的部分髓核进行准确消融,缓解神经根压迫疼痛。手术后用一个创可贴就可轻松遮住创口,不会因手术对患者造成伤害,感染的概率也微乎其微。 蒋晓蕾

温馨提示

- 1.河南省公安医院,是省、市医保定点医院,全省新农合直报单位。地址:郑州市顺河路7号(紫荆山公园东南角),电话:0371-66387799。
- 2.谨防医托。特别提醒患者,河南省公安医院专家仅在本院坐诊,任何时间都没有到其他医院坐诊,别轻信医托蒙骗。
- 3.来诊携带以往检查CT片、核磁共振片等,方便会诊时与现在病情进行对比。

## ■门诊聚焦

### 颈腰椎病双重折磨 绝望时巧遇希望

河南公安医院5毫米针孔内巧除5年腰突症

王阿姨10年前就患有颈椎病,5年前又患上了腰椎病。近年来,这两种病不断加重,让王阿姨疼痛难忍,不仅脖子麻木、疼痛,不敢转动脖子,还时常头晕,走路都不能成一条直线,东摇西摆的。 郑州晚报记者 蒋晓蕾

### 柳暗花明巧遇希望

最近,王阿姨的病情再次加重。王阿姨说,“晚上常常痛得睡不着,早上起来第一件事情就是捶腿,要不都没法走路。”她的小儿子无意中从报纸上看到河南公安医院骨科的报道,是运用微创技术治疗颈腰椎病。四处打听后,得知医院口碑特

别好,便决定带母亲到该院治疗。在医院,曹伟主任为其进行了系统的检查,“由于患者同时患有颈椎间盘突出与腰椎间盘突出,而且病情很严重。所以,我们决定颈椎与腰椎都要治疗,首先治疗颈椎,先缓解其颈部的疼痛;再治疗腰椎。”

### 老人享受无痛晚年

9月1日,王阿姨接受了“美国TMC射频热凝靶点消融术”治疗颈椎间盘突出。治疗第二天,她明显感觉颈肩部的疼痛消失,而且眼睛也不胀痛了。由于治疗的效果很显著,王阿姨强烈要求医生尽快进行腰部的手术。9月3日,王阿姨又接受了“德国TES可视椎间孔镜微创摘除术”治

疗腰椎间盘突出。“治疗之后,当天晚上睡得特别香,早上起来腿也有知觉了,不用再捶腿了。”

“一直以为颈腰椎病没法治,只能这样痛下去,没想到还真把它治好了,真的特别感谢公安医院。”王阿姨激动地说。

### 微创解除多年痛苦

曹伟说,生活中很多人患有腰椎间盘突出,常年疼痛难忍,严重影响工作和生活,一些需要干体力活的人甚至丧失劳动能力成为“废人”。但随着医学的发展,现在的颈腰椎病治疗已经走进微创时代,河南公安医院在中原地区率先开展的TMC射频热凝靶点消融术及TES可视椎间孔镜微创摘除术,都是国际前沿的领先技

术。颈腰椎病治疗在大型C形臂的准确定位下,用一根直径仅0.5mm的穿刺针头,直接把突出部位的纤维环变性、凝固;收缩减小体积,解除压迫。不伤及正常的髓核组织,同时修补了纤维环的破裂,对损伤的纤维环、水肿的神经根、椎管内的炎症反应起到良好的治疗作用,症状也随即消失和减轻了。

## 急性心梗多发秋冬季 呵护心脏有“五法宝”

专家提醒,秋季防心脑血管病宜张闭嘴、勤动腿

2014 世界心脏日



在一般人的心目中,心脏不过是一块“肉疙瘩”,只知道分秒不停地扑通、扑通跳动。而实际上,这个“勤奋踏实”的“肉疙瘩”不仅有自己的喜怒哀乐,更是一个丰富复杂的器官。本周日2014世界心脏日在即,今年世界心脏日的主题被确定为“健康的的心脏环境”。在专家看来,“健康的的心脏环境”包含很多方面,平衡心理、合理膳食、适量运动、戒烟限酒、科学用药均有益。 郑州晚报记者 蒋晓蕾

### 急性心梗多发秋冬季

眼下正值凉爽的秋季,这个时节人们的心脏最容易出毛病。武警河南总队医院心肾科主任罗先润指出,动脉粥样硬化是目前人类死亡的主要原因,心肌梗死、脑梗塞(脑出血)都与它带来的血管变窄、变脆、变硬有关。

“急性心肌梗塞多发期有明显的季节特点,高峰期在秋冬两季。”他指出,这是因为气温下降使人体耗氧量增加,为维持正常的体温,血管收缩、血压升高、心率增快,心脏的负担也就增加了。

其次,天气变冷能使血流缓慢,藏于血管中的斑块易形成血栓堵塞血管,诱发心绞痛或心肌梗塞。

此外,温差的变化,可使人机体免疫细胞倦怠,抵抗力下降,易导致呼吸道感染,影响肺部通气功能,使心肌相对缺氧,也是诱发心脏疾病的常见因素。

他提醒了大家,要多关注自己的心脏健康,日常有症状就需要警惕,比如有了胸痛、胸闷等不舒服的信号,就要上医院检查。

### 呵护心脏“五法宝”

郑州市第七人民医院六病区主任张建卿指出,健康的生活方式是防治心脑血管疾病的关键所在,即平衡心理、合理膳食、适量运动、戒烟限酒、科学用药。

**平衡心理:**养精调神,保持良好心态,适应社会发展,心平气和,避免精神紧张、情绪激动、过度劳累、生活无规律。

**合理膳食:**打造健康基石。建议心脑血管病人养成低盐、低脂、低糖饮食习惯。增加纤维膳食,多吃玉

米、麦麸、豆类、海带、蔬菜、水果、洋葱、大蒜、香菇、黑木耳、鱼。减少脂肪和胆固醇的摄入量,避免食用高胆固醇食物,如动物的脑、内脏、蛋黄、鱿鱼、墨鱼、鱼子。

**适量运动:**坚持每天运动1小时,包括太极拳、游泳、走步8000~10000步等,以运动后自感身体轻松为准。

**戒烟限酒:**戒烟,限酒,可饮少量黄酒。

**科学用药:**要在医生指导下合理使用防治心脑血管病的中西药。

### 张闭嘴勤动腿有奇效

专家指出,心脑血管病并非防不胜防,一些看来并不起眼的“小动作”,就可以减少或避免心脑血管病的发生。

**张闭嘴:**闲暇之时,经常做“张闭嘴”运动,最大限度地张闭嘴,同时伴着深吸一口气,闭口时将气呼出。如此连续做30次。张大嘴巴与闭合嘴巴,通过面部的神经反射刺激大脑,可改善脑部的血液循环,增强脑血管弹性,有利于预防中风及老年痴呆症的发生。

**勤动腿:**脚踝分布着淋巴管、血管、神经等重要组织,既是脚部血液流动的重要关口,又是联系人体足部和身体的交通枢纽。柔软而有弹性的脚踝有助于静脉血液回心,相反,如果脚踝老化僵硬,容易导致血液回流不畅,从而加重心脏负担。

因此,每天不妨抽点时间做做踝关节运动,可缓解高血压症状,还能够促进全身的血液循环,增加回心血量,从而起到保护心脏、预防中风等作用。如旋踝、拉伸回勾、踮脚。

■专家在线  
秋季养心  
有妙招

入秋以后,许多人开始进行大补,实则进补也伤身。尤其是心脏病患者在面对变化无常的秋季气候时更要更加注重调理,饮食调理好对心脏是有很大的帮助的。

进补之前,心脏病患者先要把脾胃调理到适应进补的最佳状态才行,应先进补一些富有营养、又容易消化的食物来加强脾胃的功能。然后再进补。要多吃奶制品、豆类以及新鲜蔬菜水果。多吃山药能补脾健胃。此外,菱角、板栗也是调胃的佳品。

而烤肉、烤鸭、红烧肉不易消化吸收,若多吃就会对胃肠功能减弱的老年人来说,常常不堪重负,尤其是患有肥胖、心脏病、高血压等人更应少吃肉。

另外,对心脏有益的食物主要是核桃、燕麦、糙米、扁豆、洋葱、菌菇类、茄子、鸭肉、鸡肉、动物心脏、豆制品、水产品等;水果有苹果、香蕉、樱桃、黑莓、柚子等;喝茶应以清淡为主,天天坚持喝三四杯,也有助于心脏的保护。