

# 秋冬季腰椎间盘突出高发 中老年人易中招

天气转凉,河南公安医院骨科近日收治了不少腰椎间盘突出患者。骨科专家曹伟介绍,秋季是骨科疾病,特别是腰椎间盘突出症的高发期,很容易让人出现腰部肌肉的酸胀、疼痛。中老年人,特别是一些比较怕冷的,容易受风寒侵袭的人,一定要注意腰椎间盘突出的防治。

## 气温骤降 腰椎最易受伤

46岁的王女士患腰椎间盘突出症已有3年,由于与医生配合良好,她的病始终没有复发。然而一个月前,她感觉到腰及双腿疼痛,慢慢地双脚出现麻木。前几日她因腰弯不下去,走路也迈不开腿,被家人赶紧送到河南公安医院,经详细检查,原来是王女士的腰椎间盘突出症复发了。

对此,曹主任说:“气温骤降,腰椎最易受伤,像王女士一样因腰椎间盘突出引起的腰腿痛患者很多,这类患者一旦腰部受凉受寒,很容易导致腰突症再次复发,可以说气

温问题是诱发腰椎间盘突出症的一大致病因素。”

“每年的秋冬季节是腰椎间盘突出症发病率较高的季节。”他说,由于秋冬季天气寒冷、气温较低,腰背部肌肉会出现不同程度的紧张和痉挛,使椎间盘内的压力增高,导致腰椎间盘突出症的发生。除此以外,天一冷,很多人就减少了锻炼的时间,因而体质会下降;冬季气候变干燥,人体含水量下降,导致间盘弹性下降、退变突出,这些因素也会导致“腰突症”的发病。

## 中老年人抵抗力低 保暖很重要

“人体的腰部外表看起来很大,但实际上却很脆弱。”曹主任因为在行走、运动过程中,腰部会承受各种力量,包括压力、剪力、旋转力的影响,很容易造成腰椎间盘突出,挤压神经,诱发腰腿痛等系列并发症。一些人已患有腰椎间盘突出,因为在初期,没有明显症状,自己也不知道或没有诊断出来。天冷时,如果穿得少,时间一长,就会出现腰腿疼痛等不适。

“老年人早晚加穿衣服,夜间加盖被子。其次,可适当洗热水澡,或用热

水烫脚,以改善四肢的血液循环。此外,居住环境要避免阴寒湿冷,室内保持干燥、温暖,应避免出汗。”

曹主任说,治愈腰椎间盘突出并不难。王女士身体较差,所以推荐选择微创技术治疗腰椎疾病,比如来自德国的针镜疗法,它是介于保守和手术之间的一项全新骨科微创技术,不仅效果好、创伤小,安全系数也非常高,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。郑州晚报记者 蒋晓蕾

## ■门诊聚焦

### 微创治疗腰椎间盘突出 小针孔解决“大问题”

公益普查活动启动,报名电话:0371-66387799

对于老年人来说,腰椎间盘突出是个顽疾,几乎人人都有。就如糖尿病一般,本身并不可怕,就怕突然爆发。上周末,河南公安医院骨科应用微创技术让73岁的高龄患者刘老师重新挺起了脊梁,这两天,也有好几个患者都在排队接受医院的德国针镜技术,对结果充满信心。

#### 腰椎间盘突出 止痛药不管用

据刘老师介绍,一个月前的一天,他忽然感觉腿脚有些不听使唤,走二三百米便觉得腰痛不适。当时并没有太在意,以为是运动过量所致,随便找了些止痛药吃。然而,疼痛越来越剧烈,最后连坐都十分困难。孝顺的儿女们赶紧带他来到了河南公安医院骨科,医院的首席专家曹伟在了解刘老师的病情后作出判断,他患的是腰椎间盘突出症,随后的影像学检查证实了曹主任的判断,并清晰显示了病灶位置、程度及周

遭组织状况。因为年纪大不宜采取常规手术或牵引治疗,他建议用微创技术治疗,既能治好病,又不会因手术消耗元气。

#### 微创治疗腰突 老人重获新生

“微创治疗是一种微型创伤的手术治疗方法,是在影像学引导下进行的,我们首先会根据病人的片子,帮他找到突出椎间盘的准确位置;然后通过大型CB机导航,在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,从根本上对腰突进行治疗。目前医院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。”

曹主任说,手术中,刘老师一直保持着清醒的意识,几乎感觉不到疼痛。手术后,刘老师不仅腰不痛了,睡眠也改善了。

蒋晓蕾

## ■温馨提示 首届中老年骨病健康公益普查活动启动

近日,由河南省老龄基金会发起并主办的“中老年人骨病健康公益普查活动”正式启动,河南公安医院成为此次活动定点单位。此次爱心公益活动以公益普查及治疗费援助的方式进行,范围涉及全河南省中老年人。

**活动内容:**免费专家会诊、拍片;腰椎间盘突出微创治疗,贫困患者可申请500~1000元老龄基金援助。

**活动范围:**腰椎间盘突出、颈椎病、骨关

节病等。

**报名方式:**致电河南省老龄基金会报名,或直接前往定点医院——河南公安医院骨科参加。

**报名电话:**0371-66387799

河南公安医院是省级公立医院,新农合、医保患者就诊请带上相关证件,可在医院直接报销。

**医院地址:**郑州市顺河路7号(紫荆山公园东南角)



人体70%的免疫力来源肠道,人体80%的毒素靠肠道排出体外,人体90%的营养物质靠肠道消化吸收,便秘、腹泻、烧心、泛酸、肠胃炎引发健康危机

## “通便 清肠 排毒” 加加宁免费试服300人

据诺贝尔生物奖获得者、美国洛克菲勒大学前校长里德伯格教授透露,肠道里的好细菌叫益生菌,以双歧杆菌为代表;坏细菌叫致病菌,以大肠杆菌为代表。古往今来长期依赖番泻叶、果导片、开塞露、润肠茶、芦荟刺激性泻药的便秘患者,都治标不治本,便秘和体内毒素只会越来越严重。是什么原因使“加加宁”迅速畅销呢?

**【品牌、著名药企】**21年著名制药企业、中国驰名商标、国家级企业技术中心、亚洲品牌500强;引进俄罗斯科学院宇航生物专利制剂。

**【有科学扎实的理论和实践根基】**依据微生态菌群平衡理论;广泛在世界医院临床和终端药店使用。

**【有效才是硬道理】**国家食品药品监督管理局唯一批准的双歧杆菌口服液;中国使用过加加宁的数百万人,便秘、腹泻转好,人们肠道通畅,体内聚集的有毒有害物质排出。

**【结论】**适用于便秘、腹泻、烧心、泛酸、口臭、失眠、胃痛、胃胀、胃炎、肠炎、结肠炎患者,甚至孕妇、婴幼儿均可免费试服。蒋晓蕾

**免费试服电话:**0371-55013929 65751026



## 河南首例射频消融术进行中期妊娠多胎选择性减胎术获得成功

近日,郑州大学第一附属医院生殖医学中心为一位孕25周的单绒毛膜双胎,一胎畸形孕妇成功实施射频消融减胎术,这是河南省首例开展的射频消融技术进行中期妊娠多胎选择性减胎手术。孕妇是一位多年不孕患者,经郑大一附院生殖中心试管婴儿助孕治疗后成功获得妊娠。但孕25周时B超检查发现为单卵单绒毛膜双胎,其中一胎儿发育畸形。为改善正常胎儿的不良环境,避免不良妊娠结局的发生,专家们一致认为应立

即为患者进行畸形胎儿选择性减胎术。经过术前充分准备和周密安排,日前,在该院副院长兼生殖中心主任孙莹璞教授的带领和生殖中心及超声科专家的全力配合下,生殖医学中心试管婴儿手术室进行该例手术,术后复查保留胎儿一切正常。

据悉,此手术具有微创、出血少、母体并发症少、对存活胎儿影响小等优点,目前全国只有重庆医大第一附属医院等少数几家医院开展此项技术。世玉

## “世界银屑病日” 响应国际号召免费义诊

2014 第九届 倡导规范诊疗·健康与爱同行 郑州市银屑病研究所—世界银屑病日公益活动

2014年10月 主办单位:郑州市银屑病研究所 中国·郑州



随着世界银屑病患者急剧增加,引起了各国人士关注。而为了给予银屑病患者关爱与帮助,国际银屑病协会定于每年10月29日为“世界银屑病日”。郑州市银屑病研究所响应国际银屑病协会号召,于2014年10月27-29日举办“倡导规范诊疗·健康与爱同行”大型公益活动。

★免费义诊、会诊 权威专家倡导银屑病规范诊疗

第九届“世界银屑病日”公益活动即将拉开帷幕,为了更好地服务广大患者,方便广大患者能够轻松就诊,特此公告:

- 一、活动时间:2014年10月27-29日
- 二、活动地点:郑州市银屑病研究所
- 三、参与热线:0371-55009888
- 四、活动内容:

为了帮助银屑病患者早日摆脱疾病困扰,郑州市银屑病研究所“银屑病临床规范诊疗标兵”刘长江主任、周文敬主任及“皮肤健康卫士”杨淑莲主任将在10月27-29日为广大患者提供免费义诊、会诊。

现征集各类型银屑病患者,名额有限,请提前预约。

同时,院内举办“银屑病规范诊疗知识宣传讲座”:宣传银屑病常识知识,减少社会对银屑病的误解,加强对银屑病患者的关注,引起全社会对银屑病的重视并消除误解和偏见;同时,指导银屑病患者正确认识银屑病规范诊疗的重要性,避免误诊、错诊、过度诊疗等为患者带来的危害,更为那些顽固性、久治不愈、反复复发患者提供符合银屑病规范诊疗的康复方案。蒋晓蕾

电话:0371-55009888

网址:www.npx22.com

网址:www.hn55009888.com