

# 膝关节痛10年,分分钟像刀剜

## 8大骨病名医会诊治疗,如今站着画一天

### 膝关节疼痛、肿胀、酸麻,请拨0371-60203377提前预约

**膝痛病因找不对,误诊误治成“残废”**

在河南省现代医学研究院医院走访发现,近日就诊病人中,2/3的病人都备受膝关节疼痛的困扰。许多患者屡次误诊误治,导致关节肿痛难以行走,进而肌肉萎缩,丧失劳动能力,几成残废。

对此,中华医学会河南骨科分会委员、膝关节疑难病专题研究组组长张武成主任介绍说,膝关节疼痛病因复杂,骨性关节炎、骨质增生、滑膜炎、髌骨软化、半月板损伤、关节囊及周围韧带损伤等均可引起膝关节疼痛,只有抓住病因这个“牛鼻子”,药物正确进入病灶,才能药到病除。

据悉,“膝痛MCO多联疗法”是目前国际上最权威、最专业的无创膝痛方法,根据中西医诊疗精髓,明确病因,制定出一套融NB神经阻滞、康复理疗、功能锻

炼于一体的全方位治疗方案,对症治疗,止痛又“治”痛。

**多联疗法4步走,5分钟即可见效**

膝关节疼痛学科带头人,该院院长张福林指出,“膝痛MCO多联疗法”治膝痛,确诊病因至关重要,药物治疗精准独到,康复理疗加速见效,功能锻炼必不可少,4个步骤环环相扣,缺一不可。

张院长强调说,“膝痛MCO多联疗法”方法全面,科学严谨:中西医结合精确找病因,确保对因施治;MCO药物直达病灶,彻底解除患病部位疼痛;MCO康复理疗唤醒膝盖周围肌肉群活性,避免肌肉萎缩;MCO康复锻炼专业指导患者活动膝关节,防止关节僵硬,引导患者科学行走,减少膝盖不必要的损伤,深度巩固疗效。

临床统计表明,运用该疗法5分钟见

效,20分钟内疼痛缓解,1天内膝关节可自由伸展,1周内独立行走,15天内临床症状全部消失的患者比比皆是。下文赵老太太的康复历程印证了“膝痛MCO多联疗法”的神奇。

**膝痛多年站不住,如今成“国画大师”**

我是个膝痛老患者,家住航海东路。2003年退休时迷上了画国画,站在画案前3个月,我这右腿疼了起来,不过还能走路、画画。后来另一条腿也疼了起来,画10分钟都得坐下来歇歇,坐久了站起来半分钟走不成路,这膝关节跟生锈的老机器一样僵硬得很。腿疼越来越重,就像刀子剜肉一样分分钟站不住,也不画画了。到了2008年,俩腿“困”得就跟被绑着一样伸展不开。今年8月,路也走不成了。正犯愁时,一块儿画画的老姊妹来家里看我,说她

的膝关节痛在河南省现代医学研究院医院治疗后,5天疼痛消失,15天能站能走,让我也试试。第二天儿子就陪我到了医院。

张福林院长、张武成主任、戚亚奇主任亲自接诊,做检查、问病因,当天我就刷医保卡住了院。

说来也神,治疗5分钟,右腿疼立马减轻,就像卸掉一个大包袱;5天,腿疼减轻一大半,我能站10分钟哩!戚主任教我做功能锻炼,配合康复理疗13天,膝盖不疼也不肿,更神奇的是,我这膝关节就像抹了润滑油,想伸直就伸直,想蜷腿就蜷腿,灵活得很。内服中药坚持MCO康复锻炼,20天,我这俩腿再也不疼了,坐半天站起来就能走,站着画一天膝盖也不疼。上个月,我画的国画还上了《老年杂志》呢。

李鹏云 郭世玉

# 预防脑溢血,控好血压是关键

## 发病不仅有前兆,更有昼夜季节规律,凌晨5点左右血压最活跃

**现象**

**气温下降、受冷易致脑溢血**

英国的一项研究表明,气温若降低到零下5摄氏度,每百万人的脑溢血病死亡率每天将达到4.8人,而在17摄氏度时的死亡数为3.2人。

“在门诊中,有的老人因在严寒天外出购物而突发脑出血。还有一些老人仅仅因为用手擦掉汽车挡风玻璃上的积雪而诱发。”郑州市中医院神经内科主任医师楚海波告诉记者,寒冷刺激会使血管猛然收缩、血压升高,使原本脆弱的脑血管破裂而引起脑溢血。而寒冷也易使血黏度增高而致脑栓。一般来说,凌晨2~6点的血黏度最高,此时温度最低,受冷就更易发生脑溢血了。

楚海波提醒,平时患有高血压、高血脂、高血糖的中老年人,在冷天一定要注意保暖,睡前最好用热水泡泡脚。

**信号**

**发病有前兆、昼夜季节规律**

“需要注意的是,脑溢血的发生有一定的昼夜季节规律,例如在一天中,凌晨是脑溢血发生的高峰时期;四季中,冬季的发生率最高。这种规律在老年人显得更明显,尤应引起注意。”楚海波指出,冬季发生脑溢血事件明显高于夏季,凌晨醒来时交感神经兴奋以及相应的血压升高,也使得凌晨成为高峰时间。

另外,脑溢血发病前也有早期信号,如果有高血压、冠心病或其他慢性疾病病史的患者,出现短暂性视力障碍、哈欠连天、突然眩晕或头痛、吞咽麻痹、恶心呕吐、嗜睡等症状,应高度警觉,及时就医检查,不能耽搁,这些症状有可能就是发病前兆。

11月21日,歌剧《白毛女》中喜儿的扮演者、我国著名歌唱家王昆去世。据报道,王昆死于脑溢血。近日,郑州地区气温降低,气候变得干燥,早晚温差加大,这些外界因素都是诱发脑溢血的因素。专家提醒,脑溢血发病主要原因是长期高血压、动脉硬化,平时要注意先兆症状,及时就医治疗,而预防的关键就是控制血压。郑州晚报记者 蒋晓蕾



**关键** 控制好血压是预防的关键

季节变换,使血压、血糖及身体内分泌状况出现变化,临床上,几乎一半以上的脑溢血是高血压引起的。当患者血压出现剧烈波动时,发生脑溢血的概率更大。此外,脑动脉瘤患者、血管畸形患者、血液病患者及部分因嗜酒导

致凝血机制较差的人,也容易在季节变换时患上脑溢血。

楚海波提醒,预防脑溢血,控制血压是首要任务。临床发现,凌晨5点左右是血压波动的一个高峰。所以,控制好凌晨5点左右的血压非常

重要。

而平时血压偏高的人,应尽量避免激动、气愤。另外,血压偏高者应尽量避免过于剧烈的体育活动。因为和脑血栓相比,脑溢血更容易在患者剧烈活动的时候发病。

**建议** 一旦发病应立即平躺休息

“一旦遇到脑溢血的老年病人,切忌慌张。一定要保持患者呼吸道的通畅,在未送往医院之前,如果患者昏迷、呕吐,应将患者头部偏向一侧,避免呕吐的胃内容物误吸至气道中;高热的患者可用湿毛巾擦拭全身,取冰袋置于腋下及额头降温;抽搐的患者可按压人中穴及合谷穴缓解痉挛。”楚海波告诉记者,脑溢血可以发

生在脑部不同的位置。其中,由于高血压导致的脑出血,大部分属于基底节出血。基底节出血的主要表现是肢体活动出现障碍、失语、头痛。这个时候,患者应该平躺,不可随意搬动,同时第一时间拨打120。当基底节出血超过50毫升的时候,患者属于重度出血,需要手术治疗。之所以建议患者静止平躺,就是要发挥人体自

身抑制血液渗出的功能,尽量减少血液渗出量。

他提醒,目前临床上发现很多年轻的脑溢血患者,属于脑干出血。脑干出血只要在5毫升以上,就容易造成死亡。脑干出血的主要症状是意识出现障碍、呼吸困难、四肢瘫痪。所以,三四十岁的青壮年一定要养成科学的作息规律,避免这种凶险疾病的发生。