

# 孜孜以求 创新诊疗手段惠及患者 精益求精 丰富临床经验彰显实力

## ——郑州市六院肝胆外科发展侧记

肝硬化和肝癌,是令人闻之变色的可怕疾病。在郑州市第六人民医院(河南省传染病医院),院长助理、肝胆外科主任常华博士率领他的团队,正致力于用他们的精湛技术,为这些患者解除痛苦,改善生活质量,延缓生命。学科带头人常华博士,自1997年开始尝试腹腔镜手术至今,已完成腹腔镜手术近万例,获得多项国家发明专利。采用全面普及的微创技术,常华博士和他的团队一年为200多例患者实施腹腔镜手术,为众多传染病患者带来康复的希望。郑州晚报记者 邢进 谷长乐 通讯员 王鹤彬 李晚

### 精湛技术 解决传染病并发症威胁

上周,常华收到了一条特殊的微信,一名来自商丘的HIV感染者患上了胆囊结石,因缺乏相应的防护措施,在当地医院无法手术。抱着试试看的态度,他加了常华的微信,咨询腹腔镜微创手术,希望自己能够得到治疗。在得到肯定答复后,这名患者激动万分,来到了郑州,住进医院肝胆胰脾外科。

“微创技术在我们科室应用已经十分广泛,常规的肝胆、胃肠外科手术均可完成,虽然患者是艾滋病毒携带者,但这种情况对我们来说只能算是‘小手术’。”经过周密的术前准备和严密的术中防护,手术最终由常华主刀完成。在有着丰富腹腔镜(微创)手术经验的常华手下,这种手术可谓游刃有余,

手术过程干净利落、异常顺利,术后当天晚上患者即下床活动。

早在1997年,微创手术开始逐渐兴起,常华考取了肝胆外科研究生,专门学习了腹腔镜技术。如今,肝胆外科的微创医疗项目是一大特色,微创手术创伤小、恢复快、住院日短、费用低,是肝胆外科手术的主要优势,“胆囊切除术、胆道镜胆总管探查取石术、左外叶肝癌切除术、肝囊肿开窗引流、肝脓肿切除或置管引流术、脾脏切除+门奇断流术、胃癌根治术、直肠癌根治术、结肠癌根治术、阑尾切除术、腹股沟斜疝修补术,腹腔探查、病变;淋巴活检及切除术,这些项目我们都在开展,而且技术非常成熟。”

### 优质服务 吸引外地患者慕名而来

郑州市六院肝胆外科,是集临床、科研与保健为一体的专业化科室。作为河南省最大的肝病诊疗中心,本着做大做强肝胆外科的理念,2013年9月,从事20余年肝胆外科临床工作的常华作为特殊人才被引进到该院。

“绝不气馁、脚踏实地、谨慎低调、少说多做”,在常华博士的办公桌上,立着一张卡片,用中英文写着他自己总结的座右铭。就是这样的人生信条,指引他在手术中不断总

结经验,不断创新发明,探索对病人更加有利的诊疗手段。

他发明创造的“双腔T管”,应用于胆道探查术后,有效防治胆道探查术后二次胆道梗阻,也减轻病人拔管痛苦。这项创新,在2016年获得国家发明专利。

乙肝(丙肝)一肝硬化一肝癌,是乙肝发展的“三部曲”,很多发展到肝硬化门脉高压的患者,出现上消化道出血、脾脏肿大和脾脏功能亢进等严重的并发症。常华

带领他的团队,采用断流或分流的手术方式彻底解决了这三种并发症带来的危害,大大缓解了肝硬化的进程,延缓患者生命,提高患者生活质量。而大部分肝癌患者通过肝癌切除加以区域灌注化疗得到了有效治疗,极大地延长了生存时间。有效的治疗措施,通过治愈后患者的口碑相传,吸引了省内外慕名前来就医的广大患者,陕西、山西、贵州、山东、海南等外省的患者纷纷前来治疗。

### 发展前景广阔 即将建成全国一流(传染病)肝胆外科

这个座右铭,也是常华管理团队的“铁律”,正是由于在手术及日常护理中的严格要求,肝胆外科自2013年成立以来,未出现一例医疗事故和医疗纠纷。几乎每天都有来自全国各地的患者,慕名前来求医。

郑州市六院即将投入使用的肝病医学中心大楼,是郑州市的重点工程,它的建

成投入使用,将给郑州市六院带来新的发展机遇。而这也是肝胆外科实现跨越式发展的机遇,常华说,病房大楼建成后,肝胆外科预计将达到开放床位70张的规模,“这种规模的肝胆外科在全国都是一流的,完全可以满足广大肝胆外科疾病患者的需求。”

而他们最大的优势还在

于,郑州市六院有全省最大的肝病治疗中心,可以实现肝外科和肝内科的相互配合,并且全程监测患者病情发展。肝病患者的入院可以先进行手术评估,适合手术条件的就在肝胆外科进行手术治疗,不适合手术条件的可以先到肝病内科接受治疗,使肝功能和其他生命体征稳定,然后再接受手术治疗。

## 分分钟爱上水果 那都不是个事儿

生活很平凡,爱很简单。幸福就是你想吃水果的时候,旁边的刚好有人递上一个洗好的苹果。孩子和老公不爱吃水果怎么办?可制成拼盘啊,作为三餐中的凉菜,我不信他们不爱吃!

郑州晚报记者 蒋晓蕾

### 孩子:从辅食开始吃水果

很多孩子不爱吃水果,这是许多年轻父母头疼的事情。国家二级营养师王旭峰指出,孩子不爱吃某种水果,不是因为他们不喜欢水果的味道,可能是从小压根就没尝过这些食物的味道。如果能在给孩子添加辅食阶段多给他们尝试各种果蔬的味道,他们长大

后就会更爱吃“小时候熟悉的味道”。可把水果切成小块,还可以蘸上果酱、蜂蜜、花生酱吃,或是把几种果蔬混合在一起榨汁。要遵循“彩虹果蔬”原则,每天摄入不同颜色的水果蔬菜以保证营养均衡;在孩子上学或外出游玩时,将果蔬当成最好的零食。

### 男人:几口荤菜一口水果

很多家庭里的男士,他们的字典里似乎没有“水果”,即使再三叮嘱劝说他多吃水果,但还是无动于衷。有时,甚至需要人把水果洗净、切块、插上牙签之后送到面前,才会吃几口。

“餐前吃水果有利于控制体重,但无论什么时候吃水果,都有利于摄入钾和多酚类保健成分。研究表明,每天吃水果能明显降低患心脑血管疾病的危险,所以爱吃肉的男人更应当吃水果,”王

旭峰表示,“没人规定水果一定要在餐前或者餐后吃,有些时候我们不妨让水果拼盘上餐桌。”对不爱吃水果的人,可尝试将多种水果制成拼盘,作为三餐中的凉菜来吃,吃几口荤菜后再吃一块水果,会感觉很爽口,让他们在不知不觉中就能吃够人体一天所需的水果量。此外,在就餐时吃水果,相应地会减少其他肉类和主食摄入,也更便于控制每日总的能量摄入。

## 4件小事“憋”出癌

**开会时憋尿、看电影憋便、上班时憋屁、大街上憋乳……这其中有没有你的影子?实际上,膀胱、肠道、肺等器官长期遭受“憋屈”易生病,甚至导致癌症。哪些癌症与“憋”有关?日常生活中怎样疏通防“堵”预防癌症?**

### 有气不发“憋”出肺癌

肺癌是与国人关系最为密切的疾病之一。目前肺癌的发病原因基本明确,除吸烟、大气污染、职业因素、遗传及免疫力等多方面原因外,生闷气也成为一大诱因。

专家把总生闷气称为“心理污染”,把爱生闷气、孤僻的性格称为癌症性格。经常生气,心情不好的人发生癌症的概率更大,这适合所有的癌症,肺癌也一样。

### 4个“解压阀”疏通你的肺

**倾诉:**有两三个人可以让你倾诉的好友或者家人。

**大笑:**每天大笑三次,笑过之后,体内正常细胞的活性大大提高。

**唱歌:**研究发现,唱歌能增加人体内免疫细胞数量,有助于中老年人对抗癌症。

**深呼吸:**利用情绪的“解压阀”,最简单的就是做深呼吸,还可以到空旷的地方大喊几声,或者外出旅游。

### 有便不排“憋”出大肠癌

肠道这个通道,可以理解成人体的“加油站”和“下水道”,如果肠道发生堵塞,大便长期滞留在里面,其中多种毒素会被肠道反复吸收,通过血液循环到达人体的各个部位,会引起面色晦暗、皮肤粗糙、毛孔扩张、痤疮等。长期如此,肠道中的菌群环境可能会被破坏,从而导致便秘、肛裂、痔疮等一系列肛肠疾病,严重者甚

至会引发肠道癌。

### 3个习惯保你肠道通畅

**定时排便:**一般在早晨起床后或早餐后最容易产生便意,所以在晨起或早餐后排便是最科学的。

**注意饮食:**受便秘困扰的人,主食不要过于精细,多吃粗粮,养成早起空腹喝一杯淡盐水,睡前喝杯酸奶的好习惯。

**脚要舒适:**排便时,可在双脚下垫个软垫,促进排便。

### 有尿不排可能“憋”出膀胱癌

憋尿不但损伤膀胱的括约肌,还会使尿液中的有毒物质不能及时排出体外,延长了尿液中致癌物质对膀胱的作用时间,容易诱发膀胱癌。

### 膀胱需要这样“释放”

**训练“膀胱”:**养成定时排尿的习惯,如每两小时一

次“定时排尿”。

**“中场休息”:**无论是工作、学习还是开会期间,都应该留个间隙稍做休息。

**尿后补水:**憋了一段时间尿后,除了尽快将膀胱排空外,最好的方法就是再补充大量的水分,强迫自己多小便几次。

### 有乳不放可能“憋”出乳腺癌

由于女性的乳头与外界空气相通,如果乳汁过多未及时排出,外界的有害气体或细菌等不良物质便会侵入乳房,引发细菌感染,严重时会导致急性乳腺炎,甚至有发展为乳腺癌的危险。

### 保护乳房这样做

产妇产后的第二天即

可母乳喂养,既有利于婴儿的生长,又可避免憋乳。在哺乳期间要及时给宝宝喂奶,避免乳汁淤积。

对一些乳汁过多,婴儿吃不完的母亲,可用吸乳器排空。宝宝断奶后要及使用回乳药物,以免泌乳素水平不降导致溢乳。

