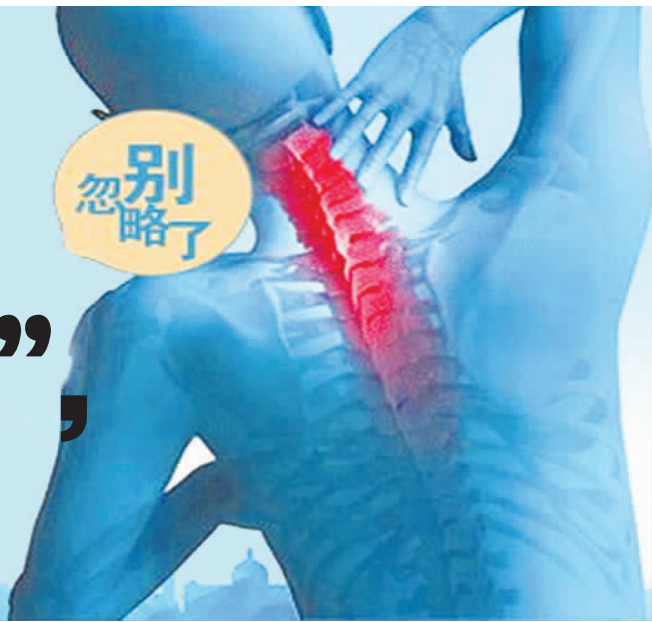


骨于人是枝干,是根本。一旦骨头受损受伤,有的人会肢体行动不便,有的人还会落下残疾等终身疾病。2月上旬,一名270斤男子摔倒后骨折做手术,6名医护人员才合力把他抬到检查床上,切开皮肤10cm未见骨……

铸就“铮铮铁骨”,成就健康人生



颈椎不好疾病多, 颈椎病缘何“恋上”年轻人

过年低头抢红包,窝在被窝里刷微信,手机游戏玩不停……节后恢复到紧张的工作中,就听到不少上班族喊:“脖子好痛啊!”更有甚者,苏州一位姑娘因长期伏案在电脑前,一坐就是好几个小时,导致患颈椎病晕倒在地铁里,脸色煞白,浑身无力。

谁呀?
这是咋滴啦?
我啊?你啊?
咋滴啦?

【专家解疑】丹阳市中医院副院长、骨伤科学科带头人盛国庆分析指出:

颈椎位于头部、胸部与上肢之间,用手在脖子后上方摸到一个很大的凸起,从这里向上1节,向下6节,都属于颈椎。颈椎的功能包括三个方面:支架作用、保护脊髓神经、血管和运动杠杆作用,向上支撑头颅,向下连接后背腰腹。

生活中,人们常常嚷嚷颈椎疼,却很少拿它当回事,也不刻意

保护颈椎。“万病之源,起于颈椎”,如果保护不好颈椎,整个身体都会生病。

一般来说,颈椎病多见于40岁以上的人群。然而,随着生活方式的改变和颈椎病预防保健意识的缺失,颈椎病的患病率正逐年上升,并呈现年轻化趋势。由于工作关系,或沉溺手机及电脑游戏,长期坐着不动,且坐姿不对,加上不及时进行舒缓运动,不进行体育锻炼,腰椎、颈椎劳损日益明显,从而导致颈椎病缠身。而青少年儿童的课业繁重,长期伏案写作业,再加上书包过重,超过了颈椎本身的承受能力,易导致颈椎侧弯。

【案例】不久前,广东肇庆市民警抓获涉嫌收买、非法提供信用卡信息的犯罪嫌疑人曾某。令人惊讶不已的是,曾某每天网上找“料”超过20小时,一年里洗澡也不洗。民警伸手拉她,一拉就是一手死皮。

盛国庆提醒,青少年要养成良好的生活习惯,多参加户外活动;年轻人每周应腾出相对固定的时间适当运动,以锻炼颈肌,日常还应注意颈部保暖、防止外伤、坐姿

正确、枕头高度适宜等细节。平日里持续工作1~2小时应适当进行颈部活动,可最大范围轻柔缓慢地转动颈部,或抬头仰望远眺以消除疲劳;切忌躺着看书,或是扭着脖子,斜躺在沙发上看电视等。一旦颈椎病症状反复发作,并有典型的手指麻木、行走不稳等症状,应及时到正规医院检查和治疗,防止颈椎病进行性加重。

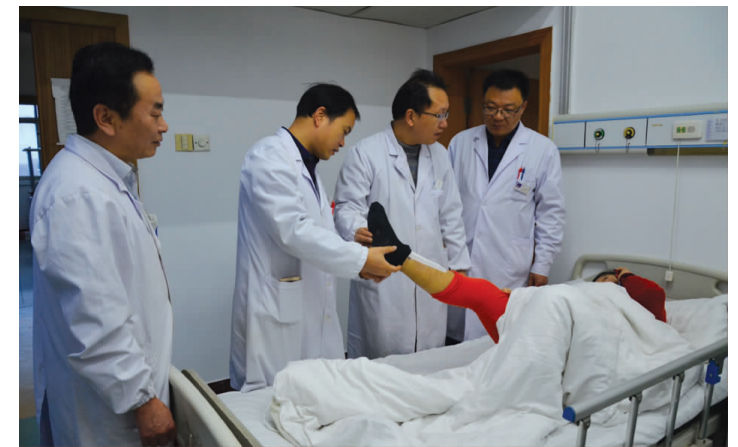
乱捏乱揉加重颈椎病病情

生活中人们如果感到颈椎不舒服,一般会让人帮忙“捶捶后背,揉揉肩”。一些较为严重的患者可能会找人按摩、推拿。但市中医院骨伤科主任秦玉星提醒,颈椎病类型不一样,治疗方法也各不相同。随意按摩、捶打、牵引,不但治不好病,还可能对颈椎造成更大伤害,严重者甚至会导致瘫痪。

秦玉星主任提醒:除了颈椎病,白领还容易患上肩周炎、骨肌肉松弛等骨科疾病。而骨科常见的骨关节病也不容小觑。据统计,我国骨关节炎患者超过人口总数的

10%,但就医率不高,不少患者是疼得实在受不了了才去就医。还有不少患者往往因为不重视骨关节病而逐渐走向慢性致残。因此,世界卫生组织称骨关节病为“不死的癌症”。出现骨科疾病症状后,应先到医院检查、确诊,然后再根据医生建议合理治疗。

中医骨伤科, 中国医学重要组成部分



中医骨伤科学是研究防治人体皮肉、筋骨、气血、脏腑经络损伤与疾患的一门科学,历史悠久,并形成了丰富的理论体系,成为一门独立的学科,是中国医学的重要组成部分,为中华民族的繁衍昌盛和医学的发展作出了贡献。

相对于西医骨科,中医骨伤科具有下面特点:1.功能复位,相对于“解剖复位”,更强调功能上尽量接近伤前标准;2.“简、便、验、廉”,成本相对低廉,器械不是特别昂贵,对医生要求很高;3.“动静结合”,注重功能康复。

我市中医院骨伤科,作为全国中医特色专科建设单位、镇江市重点专科,中西医结合,在骨科微创和功能康复等领域做了大量临床工作。去年,中医院骨伤科共完成髋关节置换技术66例,成功开展了肩关节镜及椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症手术,《数字小夹板治疗桡骨远端骨折生物力学及临床研究》项目通过省中医药管理局立项,《桥接系统治疗下肢骨折的临床研究》项目通过镇江市科技局立项。今年,骨伤科将实施骨质疏松症专科工作,进一步挖掘中医骨伤在常见病多发病中的诊治优势,增加外敷中药自制药品2个,争取两个科研课题结题。

(眭思维 赵永东)

【健康链接】

全国中医特色专科建设单位、镇江市重点专科

市中医院骨伤科 中西结合 疗效显著

内设专科:四肢创伤外科、脊柱关节外科、手足显微外科、颈肩腰腿胸。

常规开展项目:四肢骨折、脱位、脊柱骨折、人工关节置换、断肢(指)再接等手术。

市中医院骨伤科经历几代人的努力,现已形成以中医骨伤为特色,中西医相结合,技术力量全面,集科、教、研、临床于一体的临床科室,开设病床55张。2007年被授予全国农村中医特色专科建设单位后,又被授予镇江市重点专科。目前骨伤科医护人员共26人,其中高级职称6人,硕士研究生1人。自制“损伤I号、II号”,“三七胶囊”,“风湿止痛液”,特制外敷膏药“风损散”,特制秘方:“甲方乙方”等疗效显著,已成为骨伤科一大亮点,镇江常州周边地区患者纷纷慕名而来。

一、中医正骨

采用手法复位、小夹板固定、中药内服外敷活血化瘀,有不开刀、创伤小、恢复快、费用低等优点。

二、老年骨折有微创、知识产权有保障

股骨转子间骨折是老年人常见的骨折,如保守治疗,可因卧床时间长而出现较多并发症,严重威胁患者的生命。目前大部分学者主张采用手术治疗股骨转子间骨折。应用外固定器治疗是可供选择的有效方法之一。该科从2006年10月采用自行研制的双头自动加压新型外固定器(专利号:ZL 2007 2 0038300.4, ZL 2007 2 0038301.9)治疗老年股骨转子间骨折患者数百例,配合中药口服早期活

血化愈剂,中期以接骨续筋和营止痛,后期以接骨续筋,效果满意。

三、创伤骨科

现代医学手术治疗,可开展:交锁髓内钉、外固定支架治疗四肢骨折、脊柱骨折脱位、人工关节置换治疗股骨、颈椎、膝关节等,以及各种关节骨折、周围血管和神经损伤、皮肤软组织缺损的修复等。

四、脊柱和关节外科

能熟练开展腰椎间盘突出症及椎管狭窄症的手术治疗,脊柱骨折滑脱的手术复位及固定、椎管内肿瘤切除、脊柱及关节结核的病灶清除术,以及各种关节骨折的内固定术、人工全髋关节置换术、人工膝关节置换术等,疗效满意良好。

五、手外科

可开展断肢、断指(趾)再植、游离皮瓣移植、拇指再造等高难度手术。对各种手足外伤、骨折和肌腱损伤、血管和神经损伤、手部功能重建、皮肤软组织缺损的手术治疗均具有较高的水平。

六、颈肩腰腿痛

中西医结合疗效好,牵引、理疗、推拿、中药熏蒸等治疗各种颈椎病等慢性疾病。时间短、花费少。

七、关节镜微创手术

中医院骨伤科学科带头人:盛国庆 中医院副院长、主任中医师 主任:秦玉星 主治医师 副主任:潘天明 副主任医师 资深医师:姜林忠、李洪法、王开航、茅云伟、史荣军 副主任医师 地址:门诊部1楼,病房大楼4楼

主要专家介绍:



盛国庆:主任中医师、中医院副院长。擅长中西医结合治疗颈肩腰腿痛病,尤其是关节内骨折方面积累了丰富的临床经验。



秦玉星:骨科主任,主治医师,南京中医药大学兼职讲师。师从于苏州名中医黄士中教授,丹阳地区较早开展脊柱腕关节外科。致力于椎间孔镜下治疗腰腿痛。



潘天明:骨科副主任,副主任医师,专长应用中西医结合,采用中药内服、外敷及传统手法、小夹板固定等治疗各种骨伤疾病。手术开展多种方式治疗四肢骨折等。

外请专家坐诊时间表

| 专科名称 | 专家姓名 | 坐诊时间 | 坐诊地点 |
|------|------------------|-------------|-------------|
| 脑病科 | 倪迅 | 每月第一、三周周二上午 | 门诊二楼脑病科 |
| 妇产科 | 夏亲华 时燕萍 | 隔周六上午轮流坐诊 | 门诊二楼妇产科 |
| 风湿病科 | 冯学兵 王红 华冰珠 | 每月第二周六上午 | 门诊二楼风湿病科 |
| 疮疡科 | 朱慧云 | 每月第一周三全天 | 门诊一楼疮疡科 |
| 肺病科 | 韦国祯 | 每周六上午 | 门诊二楼肺病科 |
| 内分泌科 | 吴敏 | 隔周一上午 | 四楼专家门诊3号诊室 |
| 肿瘤科 | 许尤琪 | 每周六上午 | 四楼专家门诊14号诊室 |

注:1、专家坐诊限号30号(贺明20号)
2、四楼推拿科II为普通门诊,坐诊时间为周一~周五全天、周六上午,16号诊室
3、“●”为外请专家;“★”为镇江、丹阳名中医;“▲”为丹阳名中医



中医院微信二维码