介入新疗法“稳准快” 一根小针解决患者30年病根

市北医院特检科张洋医生给患者治疗

“傅女士的复查结果出来了,按照相同切面定位,硬化的囊肿缩小到几乎看不到,图像局部呈蜂窝样结构,治疗效果非常显著。”2022年2月28日,上海市静安区市北医院特检科主任张明宏兴奋地告诉记者。

30年痛苦一朝解决

30多年前,傅女士就发现自己患有肝脏囊肿,一直忐忑不安,像个阴影笼罩着她,给她生活带来诸多的困扰。起初囊肿还较小,身体也没有什么不适。前些天,傅女士感觉右上腹隐隐作痛,非常不适,就来到市北医院就诊。呼吸科医生季志娟耐心询问,认真查体,经检查显示为多发肝囊肿,较大肝囊肿达94×80毫米,位置较深,压迫了周围组织结构。如此巨大的肝囊肿,如果不及时处理,症状会越来越重,甚至会危及生命。

为了患者安全,术前,呼吸科主任王瑾团队会同特检科主任张明宏介入超声治疗团队,与放射科会诊对照,与外科、消化科、肿瘤科等多学科讨论,由消化科做临床支持,普外科、麻醉科做应急保障。经过反复讨论和研究,综合评估患者病情,专家达成一致意见,决定为傅女士做“超声引导下肝囊肿硬化治疗术”微创手术。

经过超声精确定位,皮肤局部麻醉后,有丰富穿刺经验的特检科医师张洋娴熟操作,为傅女士小心翼翼进行穿刺,不到半个小时顺利抽出300毫升淡黄色清亮囊液,随后对囊肿进行了冲洗,以及对囊肿残壁进行硬化。傅女士穿刺引流后不到一周就康复出院,一根小针就解决了困扰她30年的病根。

张明宏介绍,超声引导下肝肾囊肿穿刺硬化治疗术简单地说,就是在超声监视下,只需要在局麻下引导穿刺针进入囊肿内,把囊液抽吸干净,用生理盐水冲洗,然后注入硬化剂,就像防水涂料一样,使囊壁内皮细胞不再分泌液体,达到治疗目的。这种介入新疗法准确性高,不仅创伤小、患者痛苦少,而且手术时间短,并发症较外科手术少,住院时间也短。既为病人解除病痛,也为家属分担压力,更为社会减少医疗支出,提高了医疗安全。

介入新疗法“稳准狠”

“我院多学科密切合作,开展超声引导下微创介入新疗法,目前已经是个很成熟的常规手术。”市北医院院长陈俊峰介绍,目前,市北医院能独立开展超声引导下20余项介入手术。2020年至2021年,市北医院开展超声引导下介入治疗病人达130多例,为社区居民提供高质量的检查和治疗服务。

特别是市北医院成为上海市区域性医疗中心后,更加注重内涵建设,不断改进服务流程,提升综合服务能级,医疗质量稳中有升,工作效率明显提高,各项医疗技术不断创新。同时,医院还全面推行多学科专家会诊制度,为患者制定个性化精准治疗方案,不断提高临床疑难重症患者的治愈率,医院综合实力和持续发展能力明显增强,医院服务能级实现了跨越式发展,不断满足周边百姓的就医需求。

近日,2021年上海市公立医疗机构病人满意度调查结果出炉,满意度较高的上海市区域性医疗中心中,上海市静安区市北医院榜上有名。

通讯员 喻文龙 摄影 张明宏

春季预防过敏 试试这些妙招

气温回升,空气中的花粉、尘螨、宠物皮屑等常见的过敏原一下子多了起来。加上季节更换、冷热交替、紫外线增强,春季皮肤过敏易来袭,可表现有面部及周身起红斑、丘疹、风团、水疱、脱屑伴有瘙痒难忍,严重可有过敏性休克。那么我们该如何预防呢?

远离过敏原 尽可能寻找过敏原,去除病因,过敏体质者要养成日常记录食物、护肤品、接触物的习惯,有条件者可至医院行过敏原检测;积极避免接触到过敏原,外出踏青戴口罩、眼镜,着宽松舒适透气的衣物,尽可能减少露肤部分。

保护皮肤、减少刺激 加强防晒,可选择SPF30的防晒产品减少皮肤刺激;避免浓妆,避免过度使用皂基类的洁面产品,加强皮肤屏障的保护,保持水油平衡;洗浴不宜过于频繁;忌用温度过高的水洗浴;若出现皮肤过敏表现,避免搔抓、摩擦,注意皮肤护理,防止皮损加重甚至发生感染。

饮食管理 避免食用可疑食物与添加剂、药物;酒类、浓茶、辛辣刺激性食物尽量少吃;尽量避免食用如羊肉、鱼、虾、蟹、芒果、果仁等易引起过敏的食物;均衡营养,多补充维生素、矿物质。

稳定情绪 保持乐观的情绪,放下思想包袱,避免精神紧张,不要给自己过大的压力,规律生活起居。

上海合川莱茵中医医院皮肤科 康艳霞

图为本期专家康艳霞

阴囊潮湿 原因多样

很多男性都有一个难以启齿的问题——阴囊潮湿,严重时还会出现瘙痒、起疹子的问题。事实上,阴囊潮湿和肝、脾、肾三个脏器密切相关。

日常生活中,很多人会发现自己“肾阴虚火旺”,特别容易出现阴囊潮湿。因为肾主要负责生殖,所以一旦出现肾阴虚,就特别容易出现阴囊潮湿的症状。这样的患者还会伴有手心、脚心发热,心情特别烦躁,睡觉时容易盗汗,经常口干等现象。

第二种情况和肝有关。肝火旺了,阴囊就会潮湿,异味加重。很多患者爱生气,脾气比较暴躁;舌头红,舌苔偏黄,出现口苦、口干、口臭等现象。

最后一种情况,以湿为主,就是多汗。这种情况由脾虚湿浊过重,湿浊下泛导致。这样的人往往大便不成型,舌头两边都是齿痕,舌头的颜色通常都不红。

文喆

加入体育社团:获得运动专业指导

德国一向是奥运会比赛中的重要力量,不过很少有人知道,德国的奥运参赛选手只有少部分人从小就是职业选手,他们分散在各行各业,运动能力和热情却是从小就培养起来的。

在德国,孩子们从小就能接触到体系化的各类运动。德国人热衷于通过参与体育社团来进行运动,这样容易获得专业指导和场地,也容易找到志同道合的伙伴。据统计,德国有60%的居民都注册在德国体育联盟下属的各类社团中。德国奥林匹克体育联合会统计显示,7 14岁男孩中,约有80%是体育俱乐部成员,还有超过25%的60岁以上男性活跃于体育俱乐部。与商业健身机构相比,德国体育俱乐部会费相当平价,一般每个月只需10 50欧元(约合人民币72 362元)就能参与到俱乐部的各类运动中。

钟何

累到没“性趣” 四招可解忧

经常交心 如果能和伴侣商讨性事,就能清楚对方的需求,知道他是否有“性致”、有体力性爱。如果对方白天工作劳累,晚上也想性爱,你们可以商量对体力要求不高的姿势。

“动手动脚” 白天百忙之余可以拉拉手、亲吻、摸摸抱抱,都能让彼此心神荡漾,不要小看夫妻间见缝插针的“动手动脚”,这些亲密动作可以增强感情,为和谐性爱创造良好氛围。

换个方式 不要习惯于性爱就是性交,有很多技巧可以助性,比如夫妻按摩、说几句白天羞于启齿的话、换个地点或者换个体位,只要有新鲜感,再累都能让你们有劲头。

情绪积极 情绪不但能影响人的身体健康,也能影响性快感。一项研究发现,那些在性爱过程中遇到尴尬时刻能一笑了之的夫妻,和性爱中懂得夸赞对方的夫妻,能够获得更多性快感。无论生活中有多少事情,都要一起积极对待,把杂事锁在卧室之外,进了卧室就放下杂念,专心性爱。

大庆

憋回去的尿液去哪儿了

看电影到了紧要关头,游戏打得正酣畅淋漓,同客户开会讨论得热火朝天……生活中,很多事会让我们或主动或被动地把尿意生生憋回去,有些人甚至憋着憋着就习惯了。不曾想,一次又一次地扼杀呼之欲出的尿意,不仅会坐立不安、难受至极,还会让泌尿系统憋出“内伤”。

如果膀胱中的尿液长期超过400毫升,就属于长期憋尿,危害可就不止“尿裤子”和“尿不出”这么简单了。支配膀胱的神经功能会发生紊乱,肌肉变得松弛无力,膀胱像拉过头的橡皮筋,失去弹性,即使最后“水龙头”打开了,膀胱也无法有效收缩,尿液因此无法排净,严重者将出现尿频、尿不净,甚至尿失禁、尿潴留等问题。此外,有憋尿习惯的人患膀胱癌的风险要比不常憋尿的人高。若尿液在膀胱内停留时间过长,还会给细菌更多时间繁殖、侵入组织,当膀胱充盈压力增高,尿液逆流回输尿管,细菌就可能趁机引起尿路感染或肾盂感染。此外,当大量尿液贮存在膀胱时,机体会对其进行浓缩,导致尿液中的钙和盐浓度增加,形成尿路结石的风险也随之提高。

正常成人白天排尿次数在8次以下,若未过度补充水分,却有尿频、尿急等情况,就需要尽快就医。如果预计短时间内无法及时上厕所,例如开会、考试、看电影等情况,事先就要少喝些水,并提前去厕所。当尿意稍微强烈时,就应该及时上厕所。如果不得不憋尿,也要在第一次释放后多喝点水,增加小便次数,以冲刷膀胱、尿道壁,防止尿路感染。

项军