

“鸡蛋壳里做道场” 小小电极改善人体“大面积停电”

“妈妈,我的腿能动了!”伴随着小丽(化名)下肢微微弯曲,病房里传出一阵欢呼。

6个多月前,中学生小丽不慎从高处坠下,虽然通过紧急抢救捡回了一条命,却因伤及脊髓,造成截瘫。她的下半身完全无法动弹,不仅没有任何感觉,还有大小便失禁、肌肉萎缩等症状。小丽和她家人的生活顿时坠入谷底。

多方求医无果后,心急如焚的家人几经辗转带着小丽找到了上海长征医院神经外科副主任医师王君玉教授。“受伤半年多了,治疗没有任何进展,希望通过这次治疗得到改善。”小丽妈妈说。

瘫痪离我们并不远

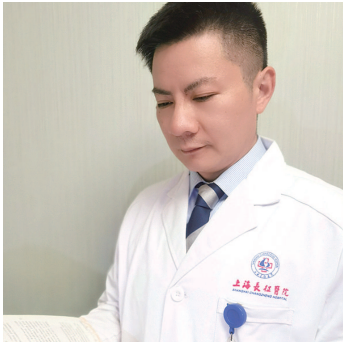
脊髓损伤(SCI)是一种发病率和

死亡率都很高的疾病。据世界卫生组织估计,全世界每年新增50万例SCI患者。其中接近一半以上需要依靠轮椅生活。我国至少有约130万脊髓损伤患者,并且以每年5~7万的速度增长。

脊髓损伤可以形象地比喻为“人体大面积停电”,王君玉教授介绍,“大部分脊髓损伤的患者都会出现四肢或双下肢的不完全或完全瘫痪的症状,严重者甚至可能终生卧床,生活无法自理,给患者自身和家庭以及社会带来沉重负担。”

小小电极唤醒身体

如何早日改善神经功能,甚至恢复肢体感觉运动功能,缓解脊髓损伤患者的痛苦,是临床医生面临的“世界



上海长征医院神经外科副主任医师王君玉性医学难题”。

以往,“急性期手术减压+长期康复治疗”是治疗脊髓损伤导致截瘫的常规方法,但由于并未从根本上解决问题,治疗效果往往不尽如人意。

目前,脊髓电刺激系统植入手术(SCS)为截瘫治疗提供了新思路。具体来说,就是在全麻手术下打开脊柱骨的部分椎板,在脊柱骨和硬脊膜之间的硬膜外腔,植入精密的外科片状电极。通过长期电刺激,促进患者神经功能恢复。

手术的安全性和风险如何呢?“如果拿一颗白煮蛋来作比方,蛋壳相当于脊柱骨,白膜相当于硬脊膜,柔嫩的蛋白相当于脊髓,手术的过程相当于在蛋壳和白膜之间植入一个电极。由于有这层膜的保护,加上各类先进设备与技术的应用,术中脊髓受到损伤的风险微乎其微。”王君玉教授介绍,“外科片状电极相连的电池则置入脂肪下方,从人体外观上几乎看不出异常。”

术后,医生可使用程控仪在体外遥控进行参数调整,根据患者的反应情况调节电刺激的频率和强度,产生自发、交替、有节律的肌肉收缩,帮助患者恢复部分运动和其他功能。

当然,脊髓损伤的治疗是个复杂而漫长的过程,损伤发生后“急性期手术减压”应该尽早实施,对经过半年以上的康复治疗截瘫症状改善仍不明显的患者,不妨考虑实施SCS手术,但术后仍需联合长期康复治疗才能达到最佳治疗效果。

据悉,王君玉教授团队在全方位评估小丽的身体状况后,为她施行了SCS手术。目前,她已逐渐恢复了部分运动功能,双下肢肌肉萎缩程度也较术前有明显的改善。

记者 梅一鸣

发现肺结节,试试中医治疗

近年来,“肺结节”这个词高频出现在人们生活中。检查报告如果出现了“肺结节”三个字,是否就是患上了肺癌呢?

临床上,CT检查出现的类圆形、直径小于3厘米的病灶,被称之为肺结节,若直径小于1厘米则被称之为“小结节”。

肺结节有良性和恶性之分,其中85%左右都是良性的。检查结果若显示“毛玻璃样结节”或者“亚实性结节”、直径超过10毫米以上并且形态不规则的,

较大可能偏向恶性,需要及时诊治。

中医认为,肺结节形成是正气亏虚,虚实夹杂,以血瘀、痰凝、气滞、热毒为因素,临床上以气阴不足、痰瘀互结多见,经络阻塞形成肺结节。

中医治疗以扶正祛邪、攻补兼施为原则,通过养肺、清肺、祛痰、理气、软坚、散结中药,促使肺结节变小甚至消失;又给予个体化治疗、辨证调理体质,增强脏腑功能、改善体内环境,防止结节增大或再次出现。

饮食上要注意荤素搭配,多食养肺、润肺、清肺性质食物,避免辛辣厚腻,避免腌制、霉变、煎炸,多食新鲜蔬菜。日常禁止吸烟,注意休息保证充足睡眠。

肺部疾病的表现有很多种,如果检查出肺结节,不要认为自己一定就患上了癌症。面对疾病,既不能掉以轻心,也不要着急焦虑。应当正确看待肺结节,保持健康良好心态,试试中医治疗。

上海合川莱茵中医医院(原闵行区中医医院)肿瘤科医学博士 唐冰



图为本文作者

立冬养生提示

民间有“立冬补冬,补嘴空”的说法。饮食调养宜遵循“虚者补之,寒者温之”的古训,立冬之后,少食生冷,但也不宜燥热,可以食用一些滋阴潜阳、热量较高的膳食,如牛羊肉汤、乌鸡汤、鲫鱼汤等,同时也要多吃萝卜、青菜、豆腐、木耳等新鲜蔬菜,以避免维生素缺乏。

起居调养应“早卧晚起,必待日光”。早睡可以保存阳气,保持温热的身体,晚起可以补阳气,保证充足的睡眠,以利阳气的潜藏。没有阳光时,要注意衣物保暖,保护自身阳气不外泄。

此外,冬季刚开始,天还没有那么寒冷,也可以趁此机会徒步、踏青,锻炼身体。 常恭

高血压患者慎用甘草片

复方甘草片是很多人熟知的止咳常用药,但是,甘草片若使用不当,会对于高血压以及肾功能不全患者造成极大的伤害。

甘草片的主要成分是甘草甜素,其水解后会形成甘草酸与醛固酮,大量服用会引起血钾降低、血压升高及水肿诸多症状。

在我国,复方甘草片已被列入处方药,患者一定要在医生指导下服用。 史尧

孩子15岁之前,是情商培养及形成的重要时期。家长若能积极地进行情商教育,就能让其心理免疫力大大增强,可以更好地应付学习和生活中出现的低潮与挑战。

事实上,家长的一言一行、一举一动,无不对孩子起着潜移默化的作用,产生深远的影响。

培养孩子高情商 家长应以身作则

要培养孩子的情商,家长首先须树立良好的社会形象,建立良好的人际关系,才有可能为孩子树立良好的榜样。

其次,对于孩子的要求,只要是合理的且能给予满足的,家长尽量予

以满足;不合理且不能给予满足的,则要向孩子说明原因。千万不能不关心孩子的言行,也不能让孩子放任自流,更不能动辄训斥、打骂,压抑孩子的情感流露。

国家二级心理咨询师 贾芳芳

市五医院展出廉洁文化作品



图为活动现场

近日,市五医院纪委携手工会组织开展“廉洁文化在五院”作品征集活动,共收到来自11个党支部的130余件作品。作品在该院大厅正式展出,吸引了众多医务人员、患者及其家属驻足观赏,受到广泛好评。

这些作品紧扣“廉洁从医、清风五院”主题,有党员、职工的原创之作,也

有推荐之作;有书法、摄影,也有绘画、工艺;有集体呈现,也有诗画组合。通过医务人员的广泛参与,让廉洁文化可观可感可分享,入心入脑入行动,不断筑牢思想防线,增强感召力和传播力,努力营造崇廉尚洁、风清气正的医院氛围。

联清

国际慢阻肺日:提高患者生活质量

11月16日,是一年一度的国际慢阻肺日,今年的主题为“肺系生命”,上海多家医院的呼吸科开展了“肺系生命,全程管理”的远程随访活动。

早在2018年,上海中山医院联合多家二级医院、社区医院、以及维新康团队就开展了针对慢阻肺远程管理的相关项目研究,使用数据云平台 and 物联网技术,通过远程监测和管理,以确保

对患者治疗的有效性、依从性和安全性,从而提高患者的生活质量,实现更好的慢病管理效果。

本次随访活动,上海多家医院通过电话或者视频的方式连线问诊,结合之前收集的物联网数据,慢阻肺患者足不出户就可以与主治医生顺畅沟通,解决患者实际居家生活中关于慢阻肺的治疗及康复等专业的医疗问题。 尹红

作为一种可以有效预防癌症的疫苗,近年来,公众对HPV疫苗的关注度很高。今年8月23日,经国家药监局批准,九价HPV疫苗在中国国内的适用人群从16~26岁女性扩展到9~45岁女性。11月11日,“扩龄”后的九价HPV疫苗在复旦大学附属妇产科医院等3家单位同时开打。

宫颈癌每年全球新增发病人数60万。复旦大学附属妇产科医院党委书记华克勤表示:宫颈癌是女性最常见的恶性肿瘤,相关病毒感染是导致宫颈癌的“罪魁祸首”,而宫颈癌疫苗即HPV疫苗是目前唯一可以预防癌症的疫苗。其中九价HPV疫苗因为覆盖了9种HPV病毒的亚型,相比二价、四价疫苗更受接种者欢迎。

值得注意的是,接种了HPV疫苗并不意味着一劳永逸。华克勤提醒,定期、规范进行妇科体检是非常有必要的。另外,已经感染HPV病毒的人也可以接种HPV疫苗,接种后一定要在医生的指导下积极治疗。 李敏

近日,上海证券报第十九届“金基金”奖评选结果揭晓。中欧基金揽获四座重量级奖杯,包括两项公司奖——TOP公司奖和股票投资回报基金管理公司奖;两项产品奖——中欧时代先锋荣膺股票型基金五年期奖,中欧新动力荣膺偏股混合型基金十年期奖。

自2013年首获公司成长奖以来,中欧基金已累计获得十次基金公司奖项。中欧基金始终秉承一致的基本面投资理念,坚持以“研究驱动”为基础的“团队协作”,合力提升投研实力,努力为广大投资者创造长期收益。

广告 理财有风险,投资需谨慎,过往业绩不代表未来收益

接种HPV疫苗并非一劳永逸

中欧基金斩获四项金基金奖