

# 让患者不再担心术后“难言之隐”

## 个性化诊疗疑难杂症,市一医院“刀锋战队”创新前列腺手术

### 第 医 线

不久前,上海市第一人民医院泌尿外科临床医学中心拿下“全国卫生健康系统先进集体”称号。其中,作为国内最早将前列腺疾病独立成亚专科的团队,市一前列腺外科经过历代学科带头人和医护人员的共同努力,用创新技术守护患者健康。他们用神奇的激光刀,像剥橘子一样精准切除增生的前列腺;他们用先进的机器人,把前列腺癌手术做到极致,让病人在去除肿瘤之余不再担心术后的“难言之隐”。

#### 激光刀的“逆袭”路

2004年,一场前列腺手术在医学界掀起巨浪。当时,传统前列腺切除术的金标准是“经尿道前列腺电切术(TURP)”,但这一术式存在易复发、切除效率低、热损伤深等诸多不足。上海市第一人民医院夏术阶教授在全球首创“钺激光剥蚀式前列腺切除术”,为70岁的李老先生做了手术。这把神奇的激光刀,

热损伤深度仅0.2毫米,能像手指剥橘子般贴着包膜剥离增生组织,还能切成小块轻松取出。2024年,90岁高龄的李老先生重回“市一”,见到了20年前为他手术的团队。老先生感慨地说,新技术让他的生活质量大为改善!

前列腺外科主任荆翌峰说,正常的男性前列腺在15至20克,超过80克的患者做前列腺电切术,手术风险会急剧上升。因此,在国内外诊疗指南中,前列腺增生的微创手术不宜超过80克。但有的患者前列腺达200至300克,这种微创手术方法就无法满足患者需求了,但在钺激光的帮助下,困难迎刃而解了。

2010年,这个术式被写进欧洲以及美国泌尿外科指南,还登上了全球泌尿外科学“圣经”《坎贝尔-沃尔什泌尿外科学》。此后,团队在创新道路上不断升级:韩邦旻教授在国内率先开展解剖性剝除术;荆翌峰教授在两种经典术式的基础上,进一步创新开展了钺激光前列腺剝切术,解决了传统剝除术后容易出现的临时性尿失禁问题……每

一次改进,都让手术更安全、更高效。团队还凭借“前列腺创面修复新理论”拿下国家科技进步奖二等奖,彻底改写了前列腺手术的历史。

为了让好技术惠及更多人,团队在国内办了各种培训班、研讨会,把技术送进全国688家医院,5万多名患者因此受益。全球范围内,该项技术已推广至20余个国家和地区。

#### 技术专治疑难杂症

在泌尿外科领域,10余年来医用激光和手术机器人无疑是发展最快和最重要的两种技术。其中钺激光手术过程几乎不出血,且对周围组织损伤小,并发症少。而机器人能将手术部位高清放大10倍,机械臂能达到720度自由灵活旋转,这些特点对于前列腺癌根治手术来说具有得天独厚的优势。

荆翌峰说,2024年,团队完成1500余例前列腺增生手术、近700例前列腺癌根治术。一位来自贵州的60岁前列腺增生患者,前列腺疯长到400克,当他出现大小便困难时,才发现前列腺已严重增生。患

者慕名来到上海市第一人民医院,荆翌峰为他制定了钺激光剝切方案“精准拆弹”,做到既要“尿得出,还要管得住”。手术非常成功,患者困扰多年的顽疾终于得到了解决。

另一位来自辽宁的57岁前列腺癌患者,因各种疾病腹部接受大小11次手术。韩邦旻和荆翌峰通过反复沟通研究,最终通过仅仅4cm长的“正常区域”的小切口,为患者进行了单孔机器人前列腺癌根治手术,手术不但彻底根除了肿瘤,还完美保留了患者的尿控功能和性功能。

#### 把选择权交给患者

面对前列腺疾病,市一团队不仅有技术,更有关怀。“前列腺癌术后尿失禁是广大患者颇为顾忌的一个并发症,甚至有患者为此拒绝手术治疗。”荆翌峰介绍,科室在诊疗中坚持通过术前影像学、功能学全面评估,术中精细个体化解剖,术后针对性予以康复训练,全面有效保留患者尿控功能。

近些年来,围绕前列腺癌的管理仍然存在一定的争议。部分生长

缓慢、侵袭性弱的低、中危肿瘤并不影响患者的预期寿命,此类患者能否不开刀呢?

荆翌峰介绍,对早期低危前列腺癌患者,部分患者可以主动监测,积极随访,避免过度治疗。只要在治疗窗口期内,就不影响治疗效果和患者预期寿命。不过,在整个监测的过程中如果出现病情的快速进展,比如PSA迅速上涨、穿刺发现病理恶化、影像学发现肿瘤明显增大等,还是会建议积极治疗。

夏术阶教授有一句“名言”——“患者来医院是要健康的,不是要开刀的”。“开刀”不是目的,也不是解决问题的唯一手段。近来,团队还集齐了海扶刀、热蒸汽消融等“高新武器”,无论是复杂病例还是特殊需求,总能为患者找到最合适的治疗方案。

这些年,上海市第一人民医院泌尿中心前列腺外科用实力创下多个第一。从一把激光刀的创新,到全球领先的诊疗体系,上海市第一人民医院泌尿中心前列腺外科正在用实力改写前列腺手术历史。

本报记者 左妍

### 徐徐道来

昨天是“国际不打小孩日”。你打过孩子吗?打完后悔吗?有什么方法可以控制自己的情绪?昨晚,上海市精神卫生中心主任医师乔颖和徐汇区教育局小学教育科负责人、上海小学副校长刘宇宁来到“新民教育·徐徐道来”直播间,围绕这个话题展开讨论。

#### 别为情绪“买单”

刘宇宁是小学女生的爸爸,乔颖是大学女生的妈妈。身为教师和医生,有着丰富的专业知识,但和不少年轻父母一样,他们都曾忍不住朝孩子挥过巴掌。也和很多家长一样,打完孩子以后,两人的感觉都是后悔。刘宇宁说,最后一次打完孩子后,他坐在床边,对孩子说,爸爸再也不用这种方式解决问题了。乔颖说,那年女儿读二年级,一次,当她抬手要打时,女儿下意识举手挡脸,她忽然意识到,她并没有了解孩子的内心世界,问题也没得到解决。从那以后,她提醒自己要控制情绪,并开始和从事儿童心理研究的同事讨论,怎样的沟通和教育方式才是有效的。

两位嘉宾认为,绝大多数家长打孩子是出于冲动,主要是因为孩子的实际行为和家長自己的期待产生了落差,这中间有对孩子的失望,也有家长对自己教育策略失败的沮丧。乔颖说,从心理学角度来看,别让孩子承担父母情绪失控的代价。按照原生家庭的理论,父母所有的行为在孩子身上都有一种投射现象。挨打的记忆,会在孩子身体里产生一定的烙印。未来,他也有可能将肌肉性的、习惯性的行为带到他的孩子身上。

#### 树立规则更有效

如果不打孩子,什么样的教育方式更有效?刘宇宁给出的建议是:预先制定规则,执行规则时要温柔且坚定。在刘宇宁家,有一张A4纸,上面是一条条父母和孩子共同商定的各种细则。细则采用积分制,孩子达到一定积分可以换取“刮刮卡”,收获惊喜。“规则制定必须越早越好,目的是形成习惯。”刘宇宁建议,规则可以根据孩子的实际情况调整,不宜过高,也不宜过低,让孩子“跳一跳”就能达到。

乔颖给出的关键词则是以身作则。她说,试想,你工作一天,孩子学习一天,你可以回家刷着短视频放松,但是孩子必须埋首书桌继续奋斗,这时候再朝着孩子大吼“抓紧做作业”,孩子内心会是什么感受?乔颖说,从女儿三年级开始,每晚孩子做作业时,自己也同为医务工作者的丈夫也同在书桌前继续专业学习,让孩子感受到爱的氛围。

不打孩子,还有很多东西可以“打”,来帮助家长降火气。比如,打一场球!刘宇宁在车的后备箱塞满了运动器材,在他看来,陪孩子一起运动,是增进亲子感情的绝佳机会,也会让两代人的沟通变得更加舒畅。乔颖说,自己情绪“上头”时,会选择“打拳击”,或者丢一丢抱枕,多巴胺瞬间上升的感觉让人很“爽”,很幸福。“抱一抱柔软的毛绒玩具,听听音乐,几秒钟后,大脑内的兴奋性激素会下降,下丘脑的温度也会下降,且逐渐达到相对稳定的状态。事实上,当你想对孩子动手时,如果可以换成一个拥抱,效果会更好。”

本报记者 陆梓华

## 举起巴掌不如送上拥抱

专家支招比『打孩子』更有效的教育方式



江豚阿宝、定海神针、宝山邮轮港……“五一”假期第一天,长滩艺术节迎来首次成果展示——“千米江堤绘长江”,来自全市200多名青少年以江堤为画布,用纯真视角和活泼笔触释放创意、点亮宝山滨江。

本报记者 刘歆 摄影报道

假期共绘美丽滨江

## 物理知识在操场上学

### 西南位育中学举办首届科学节



小心翼翼调整角度,启动,发射!一个个沙包在空中划出优美的弧线,飞向地面,也“砸”出了一操场的欢笑。本周,在上海市西南位育中学首届科学节上,一场精彩的投石机大赛,让课本上的物理知识活了起来。

高一物理备课组长张鑫娜介绍,比赛中,各队要用10根松木条和一根5米长的橡皮筋,搭建一个结构,看谁能将沙包抛得最远。根据规定,摆臂总高离地不能超过1.8米。

各班参赛队伍中,男生占大多数。“这是榫卯结构,我们一点点手工打磨!”“这个支点长度精心设计,1比3,刚好!”说起自家投石机的亮点,大家言语里充满自豪。

试发时,一台投石机的木块和

沙包一起飞向了远方,原来是用来阻挡沙包的挡板松了。没关系,几名男生拿起随身携带的手枪钻,手脚麻利地修复起来。

投射角度要如何设计?摆臂究竟该多长?此前在物理课上学过的杠杆原理、抛体运动原理,化成了一周多时间的敲敲打打。

规则规定,投石机“投石”时,不能有任何人力参与。为了设计出一个灵巧的触发装置,大家各展想象。有队伍想到,用插销把发射杆固定在最靠近地面的地方;有队伍选择将发射杆用细线固定,发射时,剪断细线即可。为了把沙包稳定在发射杆上,有队伍在发射杆顶部装上了方便面盒,再把沙包放置在盒中。有人发现,发射杆似乎有点气力不

足,好在很快找到原因,“橡皮筋一定要多绕几圈,才能投远!”

高一(1)班的装置下,大部头的《红楼梦》和试卷夹被叠成一摞投石机,倾斜45度。“它们比较重,可以支撑得更稳。”女生魏逸蓝解释,接到任务后,她在家先用一次性筷子做了一个模型,一切顺利,但真的用松木条来做投石机,却怎么也投不远。大家于是想到,是否可以给投石机一个发射角度?经过一次次调试,45度的“黄金角度”诞生了。

“我们希望通过这样一个比赛,让学生把理论知识运用到实践过程中,通过实际应用检验所学知识,也能激发同学们学习理论知识的兴趣。”张鑫娜说。

本报记者 陆梓华