

本报副刊主编 | 第1047期 |
2025年9月3日 星期三
本版编辑:潘嘉毅 视觉设计:戚黎明
编辑邮箱:pjy@xmwb.com.cn

康健园



扫码关注新民
康健园官方微信

童心有“瓣” 康复同行

在绝大多数人的认知里,心脏手术是人生终末期的一道关卡。而对于一些先天性心脏病患儿来说,手术只是第一步,未来的道路依然漫长,需要科学的随访、细致的康复和社会的接纳。日前,“童心有瓣 一路前行”公益项目在上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心启动,这是一次从心脏到全身、从病理到心理的全周期守护行动,孩子们重获运动自由的喜悦、家长感恩落泪的瞬间、专家普及医学知识的谆谆话语和社会各界温暖力量的真诚守护在此汇聚。



【病例故事】

少年晓栋(化名)在出生后不久被确诊为法洛四联症,婴儿期接受了第一次外科矫治手术。几年后,因肺动脉瓣反流需要再次接受治疗,这次,他在上海儿童医学中心完成了微创的经导管肺动脉瓣膜置换术。术后,他逐渐恢复了与同龄人相同的运动能力,现在能打篮球、打羽毛球,学习和生活上和普通孩子没有差别。

先心病与法洛四联症

上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心心内科一病区主任刘廷亮教授介绍,先天性心脏病是最常见的出生缺陷之一,其中法洛四联症是一种复杂类型,约占全部先心病的5%。疾病主要特征包括室间隔缺损、肺动脉狭窄、主动脉骑跨和右心室肥厚。患儿通常在出生半年左右接受首次外科矫治手术,可明显缓解紫绀和缺氧症状。然而,手术并非“一劳永逸”,术后常见的长期并发症包括肺动脉瓣狭窄、肺动脉瓣反流以及心律失常,其中肺动脉瓣反流往往在术后10年左右出现。肺动脉瓣反流意味着在心脏舒张期血液反流入右心室,长此以往可导致右心室扩大、心功能下降、运动耐力减弱。如果不及时处理,甚至会增加心律失常和猝死的风险。

这些患儿要进行长期随访,在适当时机进行二次干预,接受微创介入治疗的孩子年龄大多集中在10岁左右。

微创治疗带来治愈希望

进入本世纪以来,介入的方式开始逐渐代替外科开刀手术的方式,医生用微创的方法来解决患儿的问题。经导管肺动脉瓣置换术(TPVR)逐渐兴起,该技术通过导管从桡动脉或股动脉将人工瓣膜送至心脏病变位置,成为一种重要的微创替代方案,治疗外科术后严重的肺动脉反流。

我国自主研发的VenusP—Valve经导管肺动脉瓣膜系统是TPVR领域的重大突破。产品从2009年开始研发,2011年开展动物实验,2013年启动临床试验,历经逾10年,于2022年正式问世,并很快在全球62个国家和地区获批认证。临床数据显示,无论是参与早期试验的患者,还是近年来接受手术的患儿,瓣膜功能稳定、耐久性强,部分病例术后随访已超过10年,瓣膜寿命超过预期。刘廷亮教授鼓励肺动脉狭窄患儿及其家长对治愈疾病、健康成长要有充分的信心。

随着植入人工瓣膜“服务”期限的延长,术后的长期随访和康复治疗成为持续关注焦点,对提高先心病患儿的存活率有很大助益。上海儿童医学中心建立了分阶段的随访体系。

随访中除了磁共振、心脏超声等项目以外,最重要的评估对象是肺运动能力,反映的是患者在日常生活和运动中的耐力与安全性。

患儿在康复期间需保持适量运动以维持心肺功能,但应避免高风险、高对抗性的剧烈活动;饮食方面要保证营养均衡,防止体重过快增加给心脏造成负担;日常生活中家长应留意孩子的呼吸频率、运动耐力及有无心悸、晕厥等症状。

实现身心双重康复

刘廷亮教授指出,过去的医学模式往往把患者视为“需要修理的机器”,医生修好“零件”即完成任务。如今,医学模式已经转变,对于儿童先心病患者,手术只是第一步,心理康复同样重要。患儿需要建立“被治愈”的信念感,这种积极心态有助于配合后续康复,减少焦虑与社交障碍。建立医患终身关爱联盟,建立医院—家庭—社会三位一体的支持网络,可以让先心病患儿更顺利地完身体和心理的双重康复,融入社会,和正常人一样学习和生活。

先天性心脏病并非人生的终点,而是一个可以在医学和爱心守护下被跨越的挑战。在持续的随访、科学的康复和全社会的接纳中,这些孩子将拥有健康的心脏、灿烂的笑容与充满希望的未来。 乔阅 图 IC



无影灯下

“你看,现在眼睛能自己闭上了,太舒服了!”在上海交通大学医学院附属瑞金医院功能神经外科,李女士的喜悦之情溢于言表。而就在数月前,因听神经瘤手术损伤了面部神经,她的左脸几乎“瘫痪”,眼睛始终半睁着,难以完全闭上,干涩发炎;嘴角歪斜,吃饭喝水都不利索,连最基本的表情都失控了。扎针服药持续几个月都不见效,日常起居与社交深受困扰。在一次偶然的病友交流活动中,她得知瑞金医院占世坤教授团队运用脉冲射频治疗“面瘫”,便决心试一试。

接诊李女士的占世坤教授介绍,脉冲射频技术不仅对常见的特发性面瘫(多由病毒感染等引起)有效,对于手术或外伤导致的面神经损伤同样能改善。听神经瘤术后常因神经牵拉或缺血影响信号传导,导致患者出现严重面瘫。只要神经尚未完全离断,经过精准评估和个体化参数设定(温度、频率、时长),就能实现对神经功能的精准调控与唤醒。

手术中,在CT的实时引导下,一根极细的射频针被精准送至面神经出颅的骨性通道——茎乳孔附近,释放温和的脉冲能量,调节异常电信号,抑制炎症反应,从而促进神经自我修复。“治疗过程比想象中轻松。”李女士在术后不禁感慨道。首次治疗后,她就感到眼肌放松,闭眼力量恢复。一个疗程后,眼睛能自如闭合,面部对称性提升,语言和进食功能改善。她重新拥有自然表情,重拾生活信心。

这种方法的优点是微创和精准,能对病灶进行个体化调控。占世坤教授强调,面瘫治疗需遵循科学的阶梯方案。无论是特发性面瘫,还是听神经瘤术后或其他外伤导致的面神经损伤,早期都应当积极进行规范的药物和康复治疗。如果经过一段时间的规范治疗后,功能改善仍不明显,应及时咨询专业医生进行评估,以免错过良好的干预时机。 章葶

射频技术修复听神经瘤术后面瘫

育儿宝典

培养正确步态 千里之行始于足下,培养正确步态要从娃娃抓起,而关键一步就是选对学步鞋。复旦大学附属华山医院运动医学科学科带头人陈世益教授在科普读物《小脚丫大健康:家长必读》中指出,儿童从学站到走稳大致分为三个阶段:爬行期至学步初期、学步期和稳步期,不同时期对鞋子的需求不同。0—4岁是足部快速发育期,足骨多为软骨,易塑性强,不合适的压力和外伤可能影响足型,因此选鞋要顺应足部发育规律。

具体来说,8—15月龄为爬行至学步初期,建议在安全的室内多光脚走路,通过足底感知和障碍刺激帮助儿童建立平衡;若天气寒冷或需外出,可选择鞋底超薄的鞋子,增强抓地感。16月龄至3岁为学步期,儿童行走时间显著增加,应前脚掌易弯曲的鞋,重点关注三点:前足弯折度、后跟杯硬度及鞋子舒适度,以帮助起步稳定并提升行走体验。2—4岁进入稳步期,活动量加大,足弓常被脂肪覆盖而出现假性扁平足,更需要稳定后跟骨、贴合脚型的鞋子,为双脚营造健康舒适的成长环境。 虞睿

热蒸汽疗法让排尿重新顺畅



医疗前沿

前列腺增生是中老年男性常见的疾病之一,它会导致排尿困难、尿频、夜尿多等问题,严重影响生活质量。传统的治疗方法包括药物、激光或电切手术等,但是这些方法存在一些副作用,比如需要全麻、手术时间长、创伤大,甚至可能出现尿失禁、性功能障碍或逆行射精等并发症。近年来出现了一种新的微创治疗方式——热蒸汽消融术,为前列腺增生患者提供了安全高效的微创治疗选择。

随着年龄的增长,前列腺组织逐渐肥大,导致尿道被压迫,排尿受到阻碍,从而出现一系列梗阻症状。典型表现包括排尿等待、尿流变细、排尿中断、滴滴答答、尿不尽以及排尿后继续渗漏等,有些患者还会因为夜间频繁起夜而严重影响睡眠与生活质量。很多人以为这是衰老的“正常现象”,忍一忍就过去了,其实不然。长期排尿不畅会导致膀胱功能减退,甚至出现尿潴留、肾功能损害等严重后果,因此需要及时干预。

上海交通大学医学院附属新华医院泌尿外科主任医师康健教授指出,过去的治疗方式包括药物和传统手术。药物治疗虽然

方便,但往往存在副作用,比如性欲减退、低血压、胃肠不适等,对一些患者治疗效果也不理想。传统的激光或电切手术虽然可以直接切除增生组织,但需要全麻或半麻,手术时间长,创伤较大,可能引起出血、尿失禁、逆行射精,甚至勃起功能障碍。很多患者尤其是高龄人群,对此望而生畏。

近年来出现的热蒸汽消融治疗,为前列腺增生患者带来了新的解决方案,引领前列腺增生的治疗进入微创治疗时代。其原理是将103℃的热蒸汽直接注入增生的压迫尿道的前列腺组织中。水分子在细胞间弥散,形成70℃的高温,使局部细胞瞬间坏死。坏死组织在数周到数月内逐渐被吸收,前列腺体体积缩小,尿道扩大,尿流重新变得顺畅。整个微创治疗过程只需几十秒到几分钟,每一针仅用9秒钟,通常打二到六针,由于时间短、创伤小,而且可以局麻完成,热蒸汽消融有望成为一种“回归”手术,手术当天就能回家。对于以梗阻症状为主的患者,尤其是存在明显排尿困难和尿不尽的人群,热蒸汽治疗是一种安全、微创且效果确切的选择。

与传统手术相比,热蒸汽治疗有许多优势。首先,它大多数情况下只需局部麻醉,适合高龄和身体虚弱的患者。在新华

医院已完成的200例患者中不乏高龄老人,最长103岁,术后恢复良好。其次,使用的器械细小,不会损伤尿道,手术几乎不出血。更重要的是,它能最大程度保留患者的控尿和性功能,不会导致尿失禁或勃起功能障碍。对于五六十岁的中年男性来说,这意味着既能缓解排尿困难,又不影响生活质量。

热蒸汽治疗的效果并不是立刻显现的,而是随着坏死组织的逐渐吸收,在术后一个月左右开始改善,两到三个月达到最佳。大部分患者会明显感受到排尿顺畅,尿等待、尿不尽等症状显著缓解,生活质量得到提升。当然,并不是所有人都适合热蒸汽治疗。仅夜尿频繁、但排尿并不受阻的人群,更适合药物治疗;前列腺体积极小或过大(超过150毫升)的患者,或合并尿路感染、尿道狭窄的人群,也不适合此手术。因此,术前医生会通过B超、尿流率、尿动力学检查等明确诊断,再决定是否进行治疗。

随着设备引进和医保政策逐步落实,这项微创、安全、功能保留的新技术必将越来越多地造福前列腺增生患者。需强调的是,中老年男性一旦出现排尿梗阻症状,不要忍耐,应及时就医,热蒸汽治疗可能正是理想的选择。 凌溯