

关爱脊椎 关爱人生

——访南阳市中医院骨科主任杨留志

本报记者 乔晓娜 通讯员 李 政 文/图



专家简介

杨留志,南阳市中医院骨科主任兼骨伤三科主任,主任医师,南阳市学术、技术带头人,南阳市中医药学会骨伤专业委员会主任委员,河南省中西医结合学会脊柱专业委员会常务委员,河南省医学会骨科分会脊柱微创学组、创新与转化学组委员,河南省脊柱脊髓损伤学会脊柱微创专业委员会副主任委员,河南省残疾人康复学会脊柱微创专业委员会副主任委员,中国中西医结合学会骨伤分会脊柱学组委员,中华医学会疼痛学分会脊柱内镜学组委员,中国康协肢残康复学会脊柱微创学组委员。

他主攻脊柱病的保守和微创介入治疗,主要诊断和治疗脊柱及相关疾病,尤其在颈椎病、腰椎间盘突出症、腰椎滑脱、腰椎管狭窄、脊柱脊髓损伤、脊柱感染、脊柱肿瘤、老年骨质疏松压缩性骨折等疾病的诊断和微创治疗方面,具有丰富的经验;擅长椎间孔镜、椎间盘镜、椎体成形、扩张通道、经皮椎弓根内固定等微创技术。

记者:近年来,随着生活方式的改变,电脑、手机的应用普及,久坐成为人们的生活常态。腰椎间盘突出症随之呈现出日益增多的趋势,严重影响着我们的正常工作和日常生活。

杨留志:是的。虽然腰椎间盘突出症不要命,但是患者坐着痛,走路也痛,是极其痛苦的!很多患者因此不能上学、不能上班,甚至不能正常生活。

2013年发表在国际权威医学杂志《柳叶刀》上的一项中国疾病负担的研究数据显示,下腰痛、颈肩痛及骨关节炎已成为中国人群十大致残性疾病的主要病因,其中下腰痛更是名列中国致残性疾病榜首。

记者:什么是腰椎间盘突出症呢?

杨留志:腰椎间盘突出症是指椎间盘各部分(髓核、纤维环及软骨板),尤其是髓核,有不同程度的退行性改变,在外力因素的作用下,椎间盘的纤维环破裂,髓核组织从破裂之处突出(或

脱出)于后方或椎管内,导致相邻脊神经根遭受刺激或压迫,从而产生腰部疼痛,一侧下肢或双下肢麻木、疼痛等一系列临床症状。腰椎间盘突出症以腰4~5、腰5~骶1发病率最高,约占95%。

在这里我要解释一下,有腰椎间盘突出并不意味着一定会引发症状,只有当突出压迫到脊神经时,才会引发腰部和下肢的放射性疼痛。此时,才可以诊断为腰椎间盘突出症。

记者:腰椎间盘突出症如何治疗呢?

杨留志:腰椎间盘突出症的治疗方法主要分为保守治疗、微创介入和开放手术三大类。

其中,80%~90%的腰椎间盘突出症患者通过保守治疗可以有效改善症状。具体方法主要包括:短期的绝对卧床休息(一天超过20小时),应用药物(消炎镇痛、营养神经)治疗,进行神经阻滞、牵引、理疗、针灸、推拿正骨、康复锻炼等。

保守治疗可以在一定程

度上降低腰椎间盘突出压力,减轻突出腰椎间盘突出对神经根造成的刺激,减轻神经根的水肿和炎症,从而缓解腿腿痛症状。

对于大多数患者来说,经过保守治疗并不一定能恢复到完全没有症状的状态,只能减轻症状,减轻到可以忍受,甚至是可以忽略的程度。

对于大多数轻度膨出和突出,由于神经受压程度轻,神经根炎症和受损程度不严重,保守治疗往往能获得较好的效果。然而,对于中重度的突出,由于存在持续性神经压迫,保守治疗往往不能获得理想的效果。当出现以下情况时,就不要再考虑保守治疗了。

一、得病半年以上,接受正规保守治疗3个月无效,且症状严重影响工作和生活者。

二、保守治疗有效,但症状反复发作且疼痛较重者。

三、患者出现肌肉力量下降、肌肉萎缩,甚至出现足下垂、大小便不能控制的情

况。

腰椎间盘突出症虽然病因是腰椎间盘突出退变和突出,但其“受害者”主要是受压迫的腰椎神经根。能不能保守治疗、需不需要手术,得问问“受害者”的感受。

神经根受到了压迫,会感到疼痛、会发炎、会水肿,甚至会丧失功能!如果出现肌肉力量下降、肌肉萎缩,说明神经已经开始慢慢变坏。如果能尽早手术解除神经根的压迫,就有恢复的可能性;如果压迫久了,神经就会产生不可逆损伤。在这种情况下,就算做了手术,下肢的力量也恢复不了。

需要注意的是,腰椎手术创伤大、费用高,需要慎重选择。作为专业的骨科医生,尤其是脊柱科医生,必须熟练掌握脊柱治疗的所有方法,包括保守治疗、微创介入和开放手术。骨科医生要始终秉承“能保守不微创、能微创不手术,采用阶梯化治疗”的诊疗理念,最大限度保护患者的劳动能力。

记者:那么,还有其他治

疗方法吗?

杨留志:近年来,以椎间孔镜为代表的脊柱微创介入技术已十分成熟。对于椎间盘膨出或者轻度椎间盘突出引起的腰痛,可以做等离子射频、臭氧等介入减压治疗;对于较大的突出、脱出或游离,以及部分椎管狭窄、稳定性1度滑脱,可进行椎间孔镜手术;对于突出、狭窄伴有腰椎不稳定的,可进行微创内固定手术。其中,椎间孔镜手术切口小、创伤小、恢复快,在局麻下即可完成,对于大多数腰椎间盘突出症都有效。

突出的椎间盘突出几乎不可能自然吸收,与其等待,不如通过微创手段将其去除。这样,更有利于神经功能的恢复以及腰部的康复锻炼(重度的突出,由于疼痛剧烈是无法进行腰背部肌肉锻炼的,而长期的卧床保守治疗将使得腰背部肌肉进一步失用性萎缩)。

需要注意的是,手术治疗,尤其是微创介入手术,只是将压迫神经的那部分突出

的椎间盘突出取出,并不能将椎间盘突出变回原来正常的模样,即使手术减压充分,椎间盘突出也无法恢复正常了。

因此,手术只是治疗的一个环节,甚至可以说是治疗的第一步!术后,患者要养成健康的生活方式及进行康复锻炼,包括合理用腰(避免久坐、久弯腰、勿劳累等)、进行腰背部肌肉锻炼(练习“小燕飞”、游泳等)、减重(减轻腰椎间盘的压力)等。

记者:腰椎间盘突出症是关系到人们一生的疾病。病情恢复得好坏,不仅在于采取了哪种治疗手段,更多的在于患者个人的认知和对良好生活习惯的保持。

杨留志:是这样的。疾病就像是自己身上的伤疤、性格中的弱点一样,真的用不着害怕。它来了,我们就接受它、适应它,然后一点点改变自己、改变它。我们一定要坚持正确的生活方式,加上合理的功能锻炼;一定要关爱自己的脊柱,关爱自己的人生!

在《中医杂志·当代名医》发表

赵青春中医临证心得

本报讯(记者 乔晓娜 通讯员 李 政)近日,由南阳市中医院第六批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师赵青春指导、继承人袁兵撰写的中医临证心得《赵青春运用“温通汤”辨治胸痹心痛经验》发表于2019年第11期《中医杂志·当代名医》专栏。

据了解,《中医杂志》是由中华中医药学会和中国中医科学院联合主办的国家级中医药学术期刊,是我国中医药界创刊早、发行量大、具有权威性和影响力的医药学术刊物之一,为中国中文核心期刊、中国科技核心期刊。其“当代名医”栏目介绍的是国家级中医药专家的学术思想和临床经验。

赵青春,硕士研究生,主任中医师,南阳市中医院党委书记;首批全国中医临床优秀人才、国家中医药管理局重点专科(老年专科)学科带头人,2017年12月被确定为第六批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师。近40年来,赵青春一直从事中医临床工作,善于从中医经典入手治疗心脑血管疾病及内科疑难杂症,辨证思路开阔,临床疗效颇佳,积累了宝贵的学术经验。

自南阳市中医院第六批全国老中医药专家学术经验继承工作按计划启动实施以来,袁兵作为赵青春学术经验继承人之一,通过坚持跟师门诊、总结临床医案及经典理论学习,系统总结学习了指导老师临证诊治胸痹心痛病的思路方法,将其撰写成文并发表于国家级核心期刊。

扬国粹研精致广 传岐黄书写华章

——方城县中医院建院40周年发展纪实

本报记者 乔晓娜 通讯员 樊广有 王远远 林继东 文/图

40年,在历史长河中不过是短暂一瞬,但对方城县中医院而言,却是一段风雨兼程、砥砺前行、春华秋实的难忘岁月。

40年团结奋进、拼搏创新,40年苦干实干、后发赶超,矢志不渝的方城县中医院人筚路蓝缕、传薪继火、砥砺前行,用智慧与心血谱写了壮丽的篇章,为推动方城县中医药事业发展做出了杰出的贡献。

方城县中医院正式成立于1979年9月,前身可追溯到1952年由11名县城名老中医组成的中医诊所,后陆续更名为中医联合诊所、方城县卫生工作者协会中医院。1979年,为积极响应党中央批转的国家卫生部《关于认真贯彻党的中医政策,解决中医队伍后继乏人问题的报告》精神,于当年9月成立了方城县中医院。

不忘初心 弘扬中医国粹

建院之初,方城县中医院就立足传承祖国医学精华,以弘扬中医药文化、加快中医药事业发展为己任。

从建院之初的11名老中医到现在的800名医务人员,从当初的24张病床到今天的800张,从成立之初的几间平房到如今恢宏大气的地标性建筑,从当初的小诊所到如今集医疗、教学、科研、预防、保健、康复于一体的综合性中医院,国家二级甲等中医院,河南省县(市)级重点中医院,方城县中医院实现了从开拓者到先行者,再到领跑者的跨越式发展。

40年的鑄金岁月,造就了方城县中医院人的智慧和勇气。特别是近年来,在以边洪昌为院长的新一届领导班子的领导下,该院引人才、置设备、抓管理、重服务,以“博爱、诚信、服务、创新”为办院宗旨,坚持古为今用,矢志推进中医药

现代化发展,切实把中医药事业继承好、发展好、利用好,努力实现中医药健康养生文化的创造性转化、创新性发展,使之与现代健康理念相融相通,服务于方城百万人民健康。

励精图治 传承岐黄精髓

从1979年到2019年,方城县中医院人自强不息、拼搏奋进,始终坚持社会主义的办院方向,坚持救死扶伤的人道主义宗旨,坚持一切以患者为中心,加强医院现代化管理,不断提高医疗服务质量,统筹“改革、发展、管理、服务、稳定”五大关键,加强中医专科建设,实现“大专科、小综合”的办院方向,建成了省级特色专科心病专科、市级重点专科中风专科、中医骨伤专科、心血管病专科、市级特色专科康复专科和糖尿病专科。

值得一提的是,方城县中医院脑病专科于2012年被河南省中医管理局确定为省特色专科建设项目;2016年被命名为

河南省特色中医专科;2016年年底,又被国家中医药管理局确定为全国基层名中医传承工作室建设单位,这是“全省仅有5个、南阳市独有”的荣誉。

目前,方城县中医院因“专科有特色、人才有专长、质量有保证”,已成为当地百姓信赖且放心的首选医院。

该院还陆续增设了理疗科、眼科、耳鼻喉科、牙科、皮肤科、骨伤科、推拿按摩科、疼痛科等科室,并开设了中风、心血管病、糖尿病、高血压病、肝胆病、肾病、胃肠病、老年病、乳腺病、疼痛10个专病门诊;住院病区由原来单一的内科病区扩大到中风、内科、儿科、心血管、外科、脑外伤、糖尿病、五官、康复、急诊等17个病区;医技检查科室在化验室和放射科的基础上,增加了CT室、检验科、B超室、彩超室、心电图室、脑电图室、经颅多普勒室、高血压分型室、窥镜室等;增添了彩色B超、全自动生化分析仪、多普勒、电子胃镜、电子肠镜、骨科

C形臂、CT等检查设备;装备了HIS(医院信息化管理系统)、医保信息化系统;与此同时,与省、市三级医院建立医联体6个、专科联盟5个,常年邀请医联体医院专家来院会诊、授课,提升医院医务人员专业技术水平,让患者“足不出户即可享受到上级医院专家的服务”。

2017年9月,方城县中医院签约加入河南心血管专科联盟,通过联盟内成员单位的对口帮扶、远程协作,提升了医疗服务水平,可以为方城县乃至豫南地区百姓提供更加优质的医疗服务。

临床科室的不断增设、病区规模的逐步扩大、医技检查设备的不断添置、信息化管理系统的不断引入、硬件基础设施的不断完善,使方城县中医院在中医药诊疗上特色和优势更加突出,门急诊和住院人次日益增多,综合实力日益增强。2016年,该院顺利通过国家二级甲等中医院复验收,完成了华丽转身。

为了逐步解决“老有所医”问题,目前,该院医养结合分院项目已经启动。该项目占地78亩(1亩=666.67平方米),建筑总面积达3.6万平方米。项目完成后,将为该县老年人提供医养结合、功能齐全的中医药服务。

大医精诚 佑佑人民健康

在“关爱百姓健康、服务百万人民”的方针下,方城县中医院大力弘扬“大医精诚”的医学文化,着力打造一支充满活力、技术精湛、品德高尚的医疗团队。

经过40年的发展,目前,该院共有5名正高级职称人员,28名副高级职称人员,102名中级职称人员,卫技人员比例达到95%;医务人员每年发表省级以上科研论文30多篇,并先后获得省级科研成果二等奖4项,市级科研成果一等奖2项、二等奖4项,为佑佑人民健康奠定了坚实的人才基础。



团结奋进的领导班子

如今,在方城大地上流传着很多方城县中医院人厚德精医、救死扶伤的故事。其中,最为经典的是被大医院宣判死刑的患者在方城县中医院医生王平手中转危为安的故事。

方城县博望镇董庄有一位名叫郭德成的老人,他告诉记者,去年,他老伴患了脑部疾病,在市内大医院治疗无果后,只得回到老家消极等待。后来,他听邻居说方城县中医院的王平医生医术高超、医德高尚,便带着老伴前来求医。经过王平一个月的综合治疗,他老伴的病情大有好转,现在在家调养。祸不单行,随后郭德成却因中风倒下。家人直接带着老人找到王平。经过王平半个月悉心治疗,郭德成现在能活动,也能说话了。

大爱无疆 彰显医者仁心

如今,走进方城县中医院,首先映入眼帘的是医圣张仲景和药王孙思邈的雕塑,随之而

来的是一股股中草药香味,沁人心脾;紧接着,一幅幅精美的历史名医挂图,一方方中草药斗和称量戥子,让人重拾记忆、怀旧不已……传承中医精髓、怀佑百姓健康、弘扬中医药文化已经成为方城县中医院人不变的奋斗目标。

40载岁月,见证了方城县中医院发展的奇迹,成就了方城县中医院崛起的辉煌。40年的奋斗历史,镌刻着方城县中医院人的精神与信念、追求与梦想。该医院先后被命名为市级文明单位、市级综合先进单位。据统计,仅2018年,该院就接收住院患者21857人次,治愈好转率达81.3%以上。

方城县中医院将以建院40周年为新的起点,以建设医养结合分院为契机,继续传承和发扬老一辈的光荣传统,抢抓机遇,开拓进取,不断创新管理体制,努力把方城县中医院打造成全市乃至全省的中医医院品牌,为方城县卫生健康事业的发展做出新的更大的贡献!