

遇到“人生最后一次骨折” 该怎么办

——访南阳市中医院骨一科主任黄永华

本报记者 乔晓娜 通讯员 李政 文/图



专家简介

黄永华,毕业于新乡医学院,本科学历,学士学位,中共党员,南阳市学科带头人,南阳市中医院骨一科主任,副主任医师;中国中医药研究促进会软组织疼痛分会脊柱微创医学专业委员会委员,河南省中西医结合学会骨盆髋臼专业委员会常务委员,河南省中西医结合学会骨伤科分会委员,河南省中医药学会运动医学分会委员,河南省中西医结合学会骨伤微创专业委员会委员,河南省全民促进会骨科伤病防治专业委员会委员,河南省中医药学会中医疼痛分会豫南专业学组副秘书长,南阳市医学会骨科分会委员、中医骨伤科分会副主任委员。

黄永华从事骨科专业20余年,有扎实的基本功和丰富的临床经验,能熟练开展颈椎病、腰椎间盘突出、腰椎管狭窄、腰椎滑脱、腰椎结核、腰椎肿瘤等手术。他采用射频消融、椎间盘镜等微创介入手术治疗椎间盘突出症,可开展保髋、保膝治疗及髌、膝关节置换手术、四肢创伤手术,尤其对胸腰椎骨折的治疗,采用创伤小、出血少的手术方式,提高了手术安全性,达到国内先进水平;在国家级期刊上发表论文6篇,在省级期刊上发表论文2篇,荣获南阳市科技成果奖二等奖2项。

记者:黄主任,什么是“人生最后一次骨折”?

黄永华:所谓“人生最后一次骨折”,其实是指老年髋部骨折。

由于衰老,很多老年人都存在灵活性降低、力量减弱和骨骼质量下降等问题,哪怕只是缓慢滑倒或者轻微磕碰,也容易造成骨折。如果老人在摔倒后出现了髋部的疼痛,站立和行走受到影响,家人就应想到骨折的可能性,并及时将老人送到医院检查和治疗。这是因为髋部骨折多发于中老年群体,不仅容易导致骨折不愈合和股骨头坏死,还会导致严重的并发症,甚至危及生命。因此,老年髋部骨折也被称为“人生最后一次骨折”。

髋部骨折包括髋部骨折和股骨粗隆间骨折。其中,髋

部骨折患者,男性平均年龄为72岁,女性平均年龄为77岁;股骨粗隆间骨折患者平均年龄是66岁~76岁。

髋部是人体从骨盆向股骨过渡的区域,包括股骨颈和股骨粗隆部。这里是重要的负重部位。人一旦上了年纪,骨质变得疏松,特别是绝经后妇女。这些情况使髋关节处在一个十分脆弱的状态,当老人一脚踩空,发生摔倒、滑倒,身体扭转倒地等轻微创伤时,便可能导致股骨颈或股骨粗隆骨折。

此外,患者常合并多种内科疾病,如不积极处理,原发病很有可能随之加重。

受“年纪大了不该做手术”等传统观念的影响,很多老年患者发生髋部骨折后会选择保守治疗。但是,一旦卧

床时间久了,坠积性肺炎、深静脉血栓、肺栓塞、压疮、泌尿道感染等并发症随之而来。据国外研究统计,由于以上种种原因,老年人发生髋部骨折后,一年生存率只有约50%。也就是说,每两个发生髋部骨折的老人,就有一个在骨折后一年内离我们而去。这也是髋部骨折被称为“人生最后一次骨折”的原因。

其实,治疗髋部骨折,年龄不是最大的障碍。我们通过中西医结合治疗多例90岁以上患者,均效果良好,提高了患者的生活质量。

记者:中医如何治疗髋部骨折?

黄永华:中医治疗方法一般分为内治法和外治法两种。内治法会根据骨折愈合过程,分为三期辨证治疗;再

根据患者年龄、体质、损伤程度、损伤部位进行个性组方用药。内治法的一般规律是:骨折早期宜破,中期宜和,后期宜补。骨折早期是指骨折伤后1周~2周,常用攻下逐瘀法、行气消瘀法、清热凉血法等,可用活血疏肝汤等;中期是指骨折伤后3周~4周,常用和营止痛法、接骨续筋法、舒筋活络法等,可用三七接骨丸等;后期是指骨折1个月以后,常用补气养血法、健脾益胃法、补益肝肾法、温经通络法等,可用加味益气丸等。

外治法是指骨折损伤后的局部用药,如敷、贴、洗、擦、浸等。中期以药膏、膏药敷贴为主,可用活血止痛膏等;后期以药物熏洗、热敷或涂擦为主,可用展筋丹、展筋酊等。

记者:如何判断遭遇了“人生最后一次骨折”?

黄永华:当发生突然跌倒或是外来因素导致髋部或膝部疼痛,不敢站立,疼痛侧肢体较对侧缩短时,应及时就诊。一般情况下,普通X线摄片即可明确诊断。

记者:对“人生最后一次骨折”,医生能做什么?

黄永华:其实,髋部骨折患者因手术及麻醉风险造成的死亡比保守治疗并发症引起的死亡少很多。因此,患者应尽早进行手术治疗,尽快恢复关节活动,以减少不适。

对于髋部骨折的治疗,目前相关技术非常成熟。比如,针对髋部骨折的闭合复位微创(仅需3个1厘米左右的切口)经皮螺钉固定技术、股骨头置换术、全髋关节置换术

等;针对股骨粗隆间骨折的闭合复位微创髓内钉内固定技术。

总之,预防“人生最后一次骨折”从预防摔倒开始。一旦发生髋部骨折,选择合适的治疗方案,患者重新下地走路不是梦。

记者:采取保守治疗会有什么风险?

黄永华:据瑞典的一项研究结果显示,男性一生中发生髋部骨折的风险高达11.2%,女性则高达23%。

不像发生在腕部或肩部的骨折,髋部骨折带来的疼痛和下肢活动障碍会迫使患者卧床,难以活动。采用保守治疗,患者需要卧床3个月左右;而卧床会带来四大并发症(呼吸

系统感染、泌尿系统感染、深静脉血栓和褥疮),哪一个并发症发生了都会危及患者的生命。

记者:保守治疗和手术治疗相比,哪种方法最好?

黄永华:与手术风险相比,需要卧床3个月的保守治疗的风险一点也不少,甚至更大。

针对这种情况,髋部骨折的治疗原则可归结为“尽可能手术治疗”。这与大多数骨折治疗的“尽可能保守治疗”不一样。发生髋部骨折的患者大多是老人,很多老人有高血压病、糖尿病或心脑血管疾病等,而手术又存在风险,需要骨科、麻醉科、重症监护室、内科等多个科室的医生和患者

以及家属通力合作,才能闯过难关。但是比较而言,保守治疗是更长、更难的一关,通过率甚至不如手术这一关。

因此,这时需要医患双方充分沟通,下定决心,方能把握闯过围手术期的难关;而一旦手术成功,患者康复的机会就大得多。

根据骨折的部位,髋部骨折和股骨粗隆间骨折的手术治疗方法也是不一样的。

髋部骨折是关节囊内骨折,伤后容易伤及血运,导致骨折不愈合或者股骨头坏死;股骨粗隆间骨折则是关节囊外骨折,骨折不愈合或股骨头坏死的发生率较低,但畸形愈合率高。

因此,髋部骨折的治疗重点在是否能保留股骨头。如果错位很少或者已有嵌插,尤其是在患者比较年轻的情况下,可以选择保留股骨头,用3枚空心螺钉固定骨折;但如果已经发生了比较明显的错位,则最好选择人工关节置换术。这两个手术技术都早已成熟,手术时间一般在1小时之内,出血量也不大。对于股骨粗隆间骨折,则很少进行关节置换,治疗重点是骨折的稳定、固定。目前主要的方法是在股骨内打入髓内钉进行内固定,创伤小,手术时间一般也在1小时之内。

即使对于合并多种内科疾病的老人,髋部骨折的手术也大都可以耐受;术后最大的优势就是很快能够下地,从而避免了诸多卧床并发症。

记者:面对“人生最后一次骨折”,医生能做什么?

黄永华:首先要预防!任何治疗都比不上预防的重要性。老年人摔倒后容易出现髋部骨折的主要原因之一是骨质疏松。不少老人都会出现骨质疏松的症状,造成股骨上端的骨小梁变细、数目减少,排列也越来越稀疏。此时的骨骼变得脆弱易折,且骨折后发生不愈合和股骨头坏死的可能性也更大。因此,预防髋部骨折,中老年人不仅要防范外在因素(如摔倒、碰撞),还要从身体内部入手,增加骨强度、防范骨质疏松。

均衡的饮食、摄入足量的钙和维生素D、确保一定的运动量、定期到医院做骨密度检查、必要时进行药物辅助治疗,都是预防中老年人骨质疏松的有效方法。

老年人在雨雪、道路结冰天气,尽量减少不必要的出行,如果必须出行要选择防滑的鞋子,行走时可模仿“企鹅步”;在浴室、卫生间穿防滑拖鞋,放置防滑垫,淋浴完及时擦干地面;无论是晨起还是午睡后,起床都不要过快过猛,可在床上休息1分钟后下床活动。

一旦发生了髋部骨折,患者需要做的就是尽快就近就诊,进行全面评估,并尽早治疗。

强技术专治眼病 守初心呵护光明

——南阳市眼科医院巡礼

本报记者 乔晓娜 通讯员 李霞 文/图



院长马玉红在科室调研



书记王绪保与医务人员分析病例



到乡村开展义诊

实行精准医疗 遵循“专科、专病、专治”原则

南阳市眼科医院为了让眼病患者得到精准的专业治疗,遵循“专科、专病、专治”原则,受到患者广泛认可。

南阳市眼科医院现设有6个眼病专科病区,7个眼病治疗

矫治中心,20个眼病专业学组。其中,眼底病科,白内障科,青光眼科,角膜病、眼外伤科,斜视弱视眼病科是南阳市重点临床

专科;小儿眼病中心、飞秒准分子中心、美容整形中心、视光学

中心,是南阳市特色临床专科。眼底病科自主开展的“25G”微创高速视网膜玻璃体切割手术、视网膜脱离手术;白内障科开展的微创切口白内障超声乳化联合人工晶体植入术、

矫正屈光不正的多焦点人工晶体植入术;青光眼科开展的恶性青光眼引流阀技术,开设的24小时标准眼压实验室;角膜病、眼外伤科开展的重度眼外伤玻璃体球囊植入术、角膜炎

角膜溃疡特色治疗;美容整形中心开展的斜视、上睑下垂矫正、双眼皮、祛眼袋、开眼角手术;飞秒准分子中心开展的飞秒全激光治疗近视手术;小儿眼病中心针对14岁以下孩子开

展的青少年儿童近视及眼病防治等,使很多患者得到了满意的诊疗。

如今,“看眼病、治近视,就到南阳市眼科医院”已成为当地广大眼病患者的共同选择。

培养优秀专家团队 用科技引领医院发展

医术精湛的专家团队是为患者治好眼病的坚强保障。南阳市眼科医院着力将所有人才都培养成专家,除了重点抓好现有人才的培养外,还积极畅通人才引进渠道,营造吸引人才的良好环境;积极为优秀人才搭建施展才华的平台,提供

发展的空间,做到“用事业造就人才,用环境凝聚人才”。

如今,南阳市眼科医院拥有的专业技术人员的比例达85%以上,拥有副高级职称以上专家45人、市级学术技术带头人10人、科技拔尖人才5人,享受国务院特殊津贴1人,建设

了一支结构合理、梯次分明的专家人才队伍。

南阳市眼科医院实施“科技强院”战略,鼓励医务人员积极参与科研工作,开发新技术;鼓励临床科室开发和引进国内外眼科前沿技术,拓展新业务,着力提高解决疑难眼病、急危

重眼病的救治能力。近年来,该院开发和引进眼科前沿诊疗项目达36项。

南阳市眼科医院拥有200多台先进的眼科检查、治疗、手术设备,如新一代鹰视飞秒“U视”全激光准分子系统,博士伦“25G”微创高速玻璃体切

割仪,博士伦白内障微创切口超声乳化仪,天狼星波前像差仪,科医人量子芯片多点、多波长眼底激光治疗仪,角膜地形图仪,海德堡角膜共聚焦显微镜,拓普康眼底荧光造影仪,蔡司、莱卡和拓普康手术显微镜等高精设备的临床应

用,更使医务人员如虎添翼,不仅提高了眼科疑难疾病的诊断率、治愈率,缩短了疾病的治疗周期,更为患者节约了大量的医疗费用。

南阳市眼科医院也因此被当地群众誉为南阳家门口的“北京同仁眼科医院”。

惠民专科医院 打造眼科医疗高地

近年来,随着患者的迅猛增长,南阳市眼科医院千方百计从优化就诊流程、精细化管理、信息化建设等方面惠及患者。

南阳市眼科医院从改善患者就医感受入手,做好“医前、

该还加强了医联体建设,与县(市、区)50多家医疗机构建立协作关系,实现医联体内资源整合与共享,建立起“基层首诊、双向转诊、急慢分治、上下联动”的分级诊疗模式。基层上转来的疑难眼

病患者,在这里都能得到眼科权威专家的诊治,“一站式”解决了很多复杂疑难疾病,打造了豫西南地区的眼科医疗高地。

南阳市眼科医院在开拓创新中不断奋进,留下了“踏石有

印、抓铁留痕”的发展足迹:开放床位500张,年接诊患者近30万人次,年手术量达2万余台,2019年内障手术量位居河南省第一;影响力辐射到毗邻省市,如湖北省、陕西省等。

“雄关漫道真如铁,而今迈步从头越。”如今的南阳市眼科医院正承载着南阳百姓的殷切期望,在团结奋进的院领导班子的带领下,全院干部职工齐心协力,进一步提高医疗技术和服务质量,不断向眼科领域的顶峰攀登。

在南阳这片热土上,有一家以治疗眼病闻名省外的专科医院——南阳市眼科医院。南阳市眼科医院成立于1956年。60多年来,勤勉奋斗的南阳市眼科医院人,坚持不懈地专注于眼科事业,只做“呵护光明”一件事,将医院发展成为集预防、医疗、急救、康复、教学、科研为一体的具有一定规模的现代化眼病专科医院。“厚德仁术,呵护光明”。南阳市眼科医院300多名干部职工遵循医院制定的“三三三”战略方针,即树名医、创名科、建名院“三名战略”,“专科、专病、专治”三专原则,行管围着临床转、医技围着临床转、全院围着患者转“三转工作法”开展工作,用精湛的医疗技术、优质的医疗服务为眼病患者带来光明,为南阳人民群众的眼健康做出了贡献。