

# 做老百姓心中的好医院

椎间盘突出症是许多中青年,甚至是老年人常见的疾病,持续性的腰背部疼痛阻碍了老年人对幸福晚年生活的追求。84岁的安徽籍张阿姨,这一年来深受该病的折磨,不能行走只能静养,而且发病时腰腿剧疼,让她整夜人困马乏,在当地医院就诊行磁共振检查,发现腰4/5左侧一巨大椎间盘突出压迫了神经根,必须手术治疗。当地医院医生建议张阿姨采取开放式椎间盘突出切除术,即“开刀手术”根治该病。这项手术把病变椎间盘的髓核摘除的同时,还要在椎管内打入多根直径约6.5mm,长约4.5cm的不同规格钢钉,来稳定椎管的稳定性,这样的手术不仅要忍受术后长期的疼痛(直到钢钉和韧带组织完全融合,疼痛才能慢慢减轻),而且手术价格不菲!张阿姨和老伴只是普通农民,收入靠在京州工作的儿子支撑,这样的手术他们望而却步!

老人痛苦非常,儿子在京州上班,慕名来到市立医院本部脊柱外科就诊,接诊的王华锋副主任医师分析病情后

收住入院,经科室部天明主任医师为首的团队分析,认为要彻底解决老人的疼痛问题,唯一方法就是去除压迫神经根的椎间盘突出,为了有效解决传统手术创伤较大、麻醉不能耐受、术后残留慢性腰痛等后遗症情况,团队商讨后决定给予老人行椎间孔镜下髓核摘除术。当得知该手术费用只有根治手术的1/3时,张阿姨子女也放心了。

手术由王华锋副主任医师在局麻下对老人进行,历时100分钟,成功摘除了张阿姨的椎间盘突出和钙化组织,术中患者疼痛明显减轻,术后放置引流管,第二天即下床活动,腰腿痛也完全缓解了,老人非常高兴,终于可以健健康康元气的度过即将到来的新年了。

术后市立医院本部脊柱外科部天明主任介绍,医院把严格控制手术适应症落到实处,旨在用更优的价格收获健康。2016年医院即开展椎间孔镜下髓核摘除术,目前已成功开展了数百例,不但为椎间盘突出症患者提供了更安全的治疗方式,更为患者节省了经济

费用,让每个市民都看得起病!

椎间孔镜下微创技术是在腰部以8mm切口建立通道,通过在椎间孔安全三角区、椎间盘突出环之外,彻底清除突出或脱垂的髓核和增生的骨质来解除对神经根的压力,消除疼痛,而且该手术是在局麻下进行,完全避免了麻醉的风险,与传统开放式椎间盘突出术相比,拥有创伤小、出血少、危险小、疗效确切、术后恢复快、住院小等优点。该手术最大的弊端就是容易复发,然而只要严格掌握适应症,听从医嘱,可以大大降低术后复发率。

每个人都不愿意生病,然而疾病总会不期而至。手术动辄好几万,让许多患者尤其是老年患者怕加重家庭负担,宁愿忍受病痛的折磨,也不来医院就诊。苏州市立医院切实控制患者的治疗费用,近年来,在市立综合医院中,市立医院门诊量排在首位,而门诊人均医疗费、住院人均每日医疗费都是最低,在全省三级甲等医院中也处于较低水平。(黄安全 肖佳)

## 糖尿病患者打完胰岛素一觉醒来在医院里

2月1日晚上7点,昏迷的宣阿婆被120急救车送进了苏州市立医院北区急诊室,来的时候,宣阿婆口吐白沫,血糖只有2.0,情况危急。经过市立医院北区急诊科医务人员的抢救才转危为安。

79岁的宣阿婆患糖尿病已经有十几个年头了,平时都要通过注射胰岛素控制血糖,那这次血糖怎么会低到只有2.0呢?据宣阿婆回忆:2月1日中午,她像往常一样,餐前给自己注射了胰岛素,餐后就去睡午觉了,结果一觉醒来发现自己已经躺在医院的病床上。宣阿婆的儿子说,他奶奶是在注射了18个单位的胰岛素之后,产

生了昏迷和口吐白沫的症状。

原来宣阿婆是过量注射胰岛素导致的低血糖。因为宣阿婆记错了医生的医嘱,将8个单位记成18个单位,这才出现了降血糖“降过头”的情况,通过葡萄糖输液,目前宣阿婆的血糖已经恢复到6.8。

对于胰岛素,糖尿病患者应该并不陌生,它能降低血糖,显著提高患者生活质量,堪称治疗糖尿病最有效的“武器”。但如果这种药物注射过量,血液中的糖分会迅速被消耗一空,导致低血糖,引起眩晕、冷汗、四肢乏力等症状,甚至可能出现惊厥、昏迷。

市立医院北区内分泌科主任陆宏

红提醒:胰岛素的使用剂量、使用时间、注射部位的不恰当都会引发低血糖,如果出现头晕、饥饿、发抖等症状,就要考虑是否是低血糖。因此,建议每个糖尿病患者都备有家用血糖仪,可以进行自我血糖监测,及时发现问题,一旦监测到低血糖,可以补充食用糖类。使用胰岛素的糖尿病患者还要注意,注射完之后要尽快用餐,否则也有可能引起低血糖。

陆主任提醒糖尿病患者要合理饮食,适当运动,遵医嘱按时用药,不能随意调整剂量。经常监测血糖,防止血糖过高或过低情况的发生。

(陶然 张蔚)

## 赞!苏州医生北京施救遇险婴儿

1月22日,在北京清华大学长庚医院附近的餐馆上演了一出惊心动魄的生死救援,一名9个月大婴儿被异物卡住窒息,幸亏了从苏州来的医生及时伸出援助之手,方才化险为夷。事后宣爸爸则四处寻找,要感谢救命苏州医生,而救人的苏大附二院(核工业总医院)普外科副主任医师李伟他们已踏上了返苏之路,留下一句“每个医生都会出手的”。

中午正是餐馆里最忙的时候,突然一阵急促的呼吸声从人群里传了出来,“有个小宝宝喘不上气儿了,有人能来救救吗?……”说来也巧,就在不远处坐着几位医生,近期,苏大附二院(核工业总医院)引进皇家马德里队,李伟和普外科肝胆外科主任陈伟等人赴清华

大学长庚医院开展业务学习交流工作。听到求救声,李伟他们那冲过去查看情况。只见一名抱在怀里的婴儿口唇紫绀,呼吸困难,非常难受。在场的医生们深知,窒息不仅会危及生命,如果抢救不及时,长期的缺氧也会对患者造成严重的影响。说时迟那时快,李伟抱起婴儿,面部朝下,采取海姆立克急救法施救,通过腹部加压,一块一元钱硬币大小的异物从孩子嘴里喷了出来,孩子瞬间喘上了气,现场的大人们也都长舒一口气。出于职业的严谨,李伟他们及时家属带孩子去医院做下检查,随后互加了微信,便匆匆告别。

事后,孩子爸爸侯先生越想越害怕,宝宝才9个月大,当时情况危急,如果没有及时施救,后果真的不堪设想。

当天他们一家人正在用餐,妻子喂孩子吃山竹,最后一块带核的果肉不慎被孩子吸入口中,全家人想了各种办法都没有把异物取出,陷入了绝望。孩子很小,已有缺氧症状,当时哭都哭不出来,这时围上来好多热心人想要帮忙,但是仍然解决不了问题,于是只能帮忙呼救,之后就上了上面那一幕。

经医院检查确认孩子平安之后,侯先生立刻去寻找李伟他们致谢,而此刻李伟他们已经踏上返苏之路,在这种危急情况下,有这么多人热心帮助,侯先生非常感动,医生以他们的专业知识和见义勇为是人们最后一道屏障,多一份相互信任,社会将更加美好。

(梅嘉)

## 惊:游客山顶跌倒骨折医护救援

2月6日(正月初二)上午,120急救车呼啸的驶向苏州树山景区,而这次急救任务与往常不同的是,患者在树山山顶,当天上午,徐先生想趁着

春节假期难得的好天气带着家人爬爬山。一开始的登山行程十分顺利,谁曾想到山顶时,徐先生不慎摔了一跤后疼痛难忍,寸步难行。无奈之下,家人只得拨打了119及120寻求帮助。

第一时间赶到现场的苏州科技城医院急诊科医生胡阿虎介绍,这是一场“历经三小时的艰苦救援”。由于上山没有路,全是陡坡,救护人员在找到徐先生已气喘吁吁,在徐先生做了简单的治疗后,怎么把他安全的送下山成为了摆在救护人员面前最大的难题。上山容易下山难,有些地方只有一尺宽的小道,游整队消防队、景区保安连同医护人员以及家属共10人花了整整2个小时才把徐先生平安送下山。值得一提的是,由于山路艰险,每个人都摔了好几次,仅胡阿虎就摔了不下5次。

在送到医院急诊室经初步诊断后,徐先生被收治在了骨科病房。“他的三踝骨折伴关节脱位,来的时候肢体肿胀比较明显,当下进行了手法复位跟腱牵引,一周消肿后可以做手术复位,进行骨折钢板内固定术”,医院骨科主任王磊说道。据悉,为了感谢医院急救站及消防队给予的帮助,徐先生还表示将给他们送锦旗以示感谢。

(陈峰)



## 苏大附一院输液中心 白衣天使上演生命保卫战

三九严寒,流感来袭,医院里感冒、发烧的病人陡然倍增,急诊、输液室里忙碌的依然是医护人员忙碌的身影。苏大附一院护理部向往常一样,积极组织白衣天使进行志愿者服务,临床科室的护士兄弟姐妹们利用休息时间,来到输液中心帮忙,在2019年春节到来之际,默默地奉献着自己的一份爱心。

2019年2月2日晚上,刚刚在呼吸科ICU忙完一天工作的袁欣羽又一次来到输液中心进行志愿者服务,此时的输液中心大厅内,病人排队等候输液,护士们时而快步小跑更换补液,时而招呼病人到床位坐下进行静脉穿刺,窗外的夜色已渐重,但输液中心依然灯火通明,白衣天使们的步伐忙而不乱。

21:30,忽然,砰的一声巨响让大家瞬间紧张,慌忙地寻找着声音的来源,随之而来的是家属尖锐的呼救声“护士不好啦,有人晕倒了,快来帮忙”。正在接收病人药品的袁欣羽第一时间找到了倒在走廊上的病人,凭着ICU工作多年的敏锐性,他立即意识到情况危急,一个箭步冲到病人身边,发现躺在走廊上的病人抽搐、意识丧失,他立即以ICU护士的专业素养,判断出病人呼吸心跳骤停,紧急采取心脏按压,清除呕吐物,保持呼吸道通畅。输液中心的其他护士也推着抢救车飞奔而来助阵,通知急诊医生,使用简易呼吸器辅助呼吸、吸氧……抢救工作分工合作,井然有序。跪在冰冷的地板上,不停地做着心脏按压的袁欣羽一直观察着病人的面色和呼吸,1分钟……2分钟……3分钟……,病人渐渐恢复了意识,呼吸和心跳,监护仪上那心电图的曲线就像钢琴上清脆的音符演奏着强有力生命乐章。此时的家属、医生、护士们终于松了一口气,才看到大家都头上沁着细汗,疲惫微微酸痛,但是看到病人恢复的心跳,他们比谁都感到高兴。随后,大家小心翼翼,一同将病人转运到急诊室抢救室进一步治疗。

回到输液中心,大家继续加药、输液、换水、换针……工作一如既往,似乎这里未曾发生过什么,似乎这是白衣天使们最平常的一件事。但在每位白衣天使的心中,挽救生命,促进健康永远是他们的职责与信念。

(肖佳)

## 节后体重大拯救,打响2019年健康运动第一战

节后余生,大家的体重还好吗?是否因为春节一拨接一拨的饕餮盛宴,丧失抵抗胡吃海塞?苏州市立医院北区科学健身指导门诊就接收这样一位前来求医的女士。小芳告诉医生自己长假在家除了吃饭睡觉就是看电视,各种饭菜加上来自家里老人的投喂,每天都是吃得饱饱的,不知不觉胖了一大圈。节后上班第一天,所有同事都说小芳胖了,可把一向爱美的小芳有点沮丧了,体重秤上增加的数字让小芳更加紧张了,心急的小芳赶紧到科学健身指导门诊求助“拯救”,医生告诉小芳不要着急,节后发胖是由于突然增加的摄入量人和减少的日常活动量,导致脂肪的生成和储存。恢复日常工作后生活方式的调整是节后体重大拯救的关键。

大家一起来听听科学健身指导门诊专家给出的节后减脂秘诀吧!在长达7天的胡吃海塞之后,人体的胰岛素分泌处于较高的水平,血糖的快速升降导致身体陷入食物昏迷的状态。为了尽快稳定我们的血糖水平,控制身体对甜味的渴望,在假期后的一到两个星期,我们要学会拒绝甜食和高加工食品。在过量饮食后,很多人的胃部在一定程度上被撑大了,饥饿感也比节前更加强烈,所以有意识的去控制日常饮食量也是很重要的。除了在热量摄入上下功夫,我们还要在热量消耗上下功夫。

增加日常能量消耗刻不容缓,除了有计划有安排的运动,对于忙碌的上班族来说增加日常活动量也是非常有帮助的。每天30-40分钟的有氧运动是第一推荐,组合上每周三次力量训练帮助提高身体的新陈代谢,可以将减脂的效果增大。有运动基础的人,可以选择高强度间歇性训练和间歇训练来进行节后的体型恢复。忙碌的上班族可以选择绿色出行,步行上下楼和站立办公来增加每天的活动量,在工作间隙增加小训练,比如开合跳,深蹲跳等搭配拉伸来舒展身体。

特别提醒对于体重基数较大和有高血压、糖尿病等慢性代谢性疾病的人群,在开始运动前,要先到医院进行健康筛查,有必要时需要医生监督,可以在周一全天、周二和周四上午到苏州市立医院北区科学健身指导门诊定制个性化的运动处方。

(黄逸凡 龙飞)

## 苏州名医专家为您把脉健康

苏州市立医院本部关节外科医疗组长韦敬祥

韦敬祥,骨科主任医师,苏州市立医院本部关节外科医疗组长,苏州医学会骨科专业委员会关节外科学组、足踝外科学组委员,苏州医学会手外科专业委员会委员,苏州市劳动能力鉴定委员会专家组成员,先后到香港玛丽医院、韩国翰林大学附属医院等进修学习。

擅长骨科常见病多发病的诊断治疗,擅长各种创伤及骨折的手术治疗,各类人工髋关节、膝关节的微创及置换手术,关节镜下的各种微创手术。

专家  
名医

专家门诊时间:  
周二全天。

(余明)

