



扫一扫
查看更多内容



扫一扫
查看更多内容



医生名片

沈彦

湖州正博骨科
医院副院长,从事
骨伤科临床工作14
年余

@痛风人群 螃蟹味道再鲜也别贪嘴

H记者 张璐

本报讯 “医生,我最近关节老是疼痛,会不会是螃蟹吃多了?你帮我检验尿酸吧!”近日,家住湖城天盛花园的吴先生在市中心医院医疗保健集团仁皇山滨湖院区就诊时提及,最近这段时间吃多了海鲜、螃蟹,结果引得关节不适。

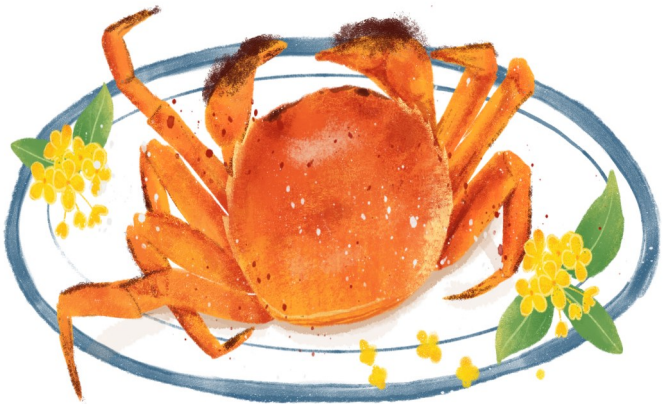
“他本来就有痛风性关节炎,没管住嘴。”接诊的是该院区主管中医师陈超。他解释,虽然螃蟹中富含丰富的蛋白质、维生素D和钙、镁、硒等微量元素,营养价值丰富,但是螃蟹性寒,富含大量嘌呤,多吃会诱发痛风。因此,每到“秋风起 蟹脚痒”的时候,也是很多管不住嘴的痛风患者关节痛的时候。

他提醒,对于已经患有痛风性关节炎的患者,一定要遵医嘱

用药,并做好定期肾功能检查,防止出现痛风性肾病。当关节出现红肿热痛时,要及时到医院就诊。而那些未发作痛风性关节炎的群体,摄入较多酒或海鲜等含尿酸高的食物,也容易导致痛风的发作,肾功能异常,尿酸排出障碍也可导致血尿酸升高,因此早期发现高尿酸血症并将血尿酸控制在理想水平十分重要。

他特别提醒,螃蟹属于高嘌呤食物,当大量摄入时,过量的嘌呤在体内代谢,其代谢的产物就是尿酸,大量的尿酸在体内无法排泄,沉积在体内不同的部位,所带来的症状也会不同。

比如,当大量的尿酸沉积在软骨上时,就会引发痛风性关节炎。一般先发生在大脚趾,如果不采取治疗手段,任其反复发作,也可能蔓延到足部、踝部、膝关节等其他关节。



而当大量的尿酸沉积在肾脏的时候,会堵塞肾脏的肾间质、肾小管,甚至形成痛风性结石。久而不治,则会出现夜尿多、乏力、高血压、浮肿、血肌酐升高的一系列肾功能下降的表现,这就是痛风性肾病,严重时会导致肾功能不全,甚至是急性肾衰竭。

如果大量的尿酸沉积在尿

道,无法完全排泄,则会造成尿路结石。

陈医生建议,因为痛风作为代谢性疾病,存在很多危险因素,比如肥胖、饮酒、高血压、高血脂等,所以对于痛风要有未病先防的意识,比如饮食上以低嘌呤饮食为主;增加水的摄入量,适量饮水;多食用碱性的瓜果蔬菜;保持运动。

4个月前刚做完手术 88岁老人又滑倒骨折 老年人预防桡骨远端骨折记住这两点

H记者 张璐

本报讯 上了年纪,容易摔跤。4个月前,今年88岁的王大爷才做完骨折手术,没想到又因为不慎滑倒住了院,左手腕和手背上痛得不行。

“患者的左手腕‘餐叉样’畸形,我们初步考虑是骨科常见病‘老年骨质疏松外伤后合并桡骨远端骨折’,当时就安排了拍片检查。”给王大爷看诊的是南浔区中医院院长、骨科副

主任中医师鲍航行,他也是浙江省中医院下沉的坐诊专家。通过拍片诊断,鲍航行进一步确认了王大爷是左桡骨远端骨折,骨折远端骨块向背侧移位,尺骨茎突骨折、左侧远侧尺桡关节脱位改变,骨折伴脱位,情况比预期还严重。

而当鲍医生询问病史时,王大爷的儿子表示:“希望能够保守治疗。”原来,老人年纪大了,之前就常常摔跤住院,手术都做了好几次,两侧股骨头也都

换掉了,而且最后一次手术也是在4个月前。他们担心再手术的话,老人身体会吃不消。

对于家属的需求,鲍航行和该院骨伤科主任章伟祥、医师都巍在给老人进一步检查后决定通过中医正骨手法来治疗。

随着社会老年化趋势日益严峻,老年人出现骨质疏松,轻微外伤就容易合并严重的骨折,其中,桡骨远端骨折是最常见的老年骨折之一。

那么如何预防这一类骨折的发生呢?鲍医生建议,要记住这“两防”:一要防止跌倒摔伤;二要防止骨密度降低,预防骨质疏松症。

具体来说,在防跌倒上,有条件的家庭,出行最好准备拐杖、轮椅等辅助工具,厕所、厨房要做好防滑处理;卧室要有小夜灯、小便器、一键呼救等工具,方便老人夜间行动和呼救。饮食上,科学补钙,严格禁烟酒,并采用低脂肪、高营养饮食。

惊险! 男子高处坠落致上颈椎骨折 巧妙! 医生“搭桥”施救助患者脱险

H记者 忻媛

本报讯 “原以为自己这辈子就要在床上度过了,没想到以后还有机会站起来!”从高处跌落摔成高位颈椎骨折,到听见医生说手术很成功,连日来周大叔(化名)提到嗓子眼儿的心,终于落下了。

周大叔今年60岁。前几天,他在鸡棚顶上干活时,一个不留意,头朝下摔了下来,当即感到颈部一阵疼痛,活动受限,被家人紧急送到医院。检查结果显示,他的第二颈椎骨折并部分移位,一个翻身或者变换体位不当随时都可能导致损伤进一步加重,引起脊髓

神经压迫甚至瘫痪,严重时甚至有生命危险。

没想到这一摔这么“后劲十足”,周大叔及家人焦急万分,经人推荐来到了湖州正博骨科医院,并找到了副院长沈彦诊治。

“该病人病情确实非常凶险。”看到周大叔情况以及检查结果,沈彦也紧张起来,因为第一颈椎(寰椎)和第二颈椎(枢椎)的骨折,称之为上颈椎骨折。虽然在日常生活中,第一颈椎和第二颈椎发生骨折的情况比较少见,但一旦发生,很可能是致命的,比下颈椎损伤风险更大。“呼吸和血压中枢都在上颈椎的这个平面,可以

这么说,如果下颈椎损伤导致的最坏结果是瘫痪,上颈椎骨折则不仅可能面临瘫痪风险,甚至死亡率都很高。”

“上颈椎骨折的手术技术难度和风险都很大。”综合考虑手术安全性和骨折类型,沈彦及其团队最终选择了枕颈固定手术,巧妙地从前颅骨“搭桥”到下颈椎来固定,不仅保证了骨折的有效固定,同时最大程度降低手术风险。手术非常顺利,术后周大叔情况良好。

据沈彦介绍,近年来,该院类似这样复杂病情的患者,尤其是车祸事故、高处坠落导致的颈椎、腰椎出现问题的病人日益增多。他告诉记者,现

场急救对于颈椎损伤病人也极为重要。不要轻易翻动伤者,给予颈部临时固定,若要进行搬运也需保证头颈部和躯干伸直位,并且使用平板担架或门板搬运;有明显伤口出血或出现脑脊液漏者需紧急包扎;对于出现呼吸困难和昏迷的伤者要及时清理口腔分泌物,保持呼吸道通畅。

此外,沈彦也提醒,颈椎是连接生命中枢的要害,平时保护好自己的颈椎非常重要。我们可以在日常生活中进行改善,比如睡姿、坐姿正确,进行合理的运动,注意颈椎的保暖等,出现颈椎问题时,应及时到医院就诊,接受积极正规的诊治。