顾虑手术导致神经受损？专家表示，显微技术的引入大大提升了安全性，无需过度恐惧——

颈腰椎病手术步入精准时代

名医馆

□记者 李振 报道

本报济南讯 “颈椎上动刀会不会伤到神经？会不会导致大小便失禁，甚至瘫痪？”面对医生手术治疗的建议，济南市民张青（化名）担忧不已。记者近期在采访中发现，不少患者对手术治疗颈椎病、腰椎病的安全性存在顾虑，甚至一些重症患者仍对手术说“不”。专家表示，随着手术显微镜、脊柱内镜等先进技术设备的应用，颈椎病、腰椎病的手术治疗已步入精准时代，对手术的安全性无需过度恐惧。

张青患颈椎病多年，此前一直采取热敷、理疗等保守方法，最近感觉走路脚下无力，影像检查发现已出现了严重的椎管狭窄，医生建议她手术治疗。“因为是在神经周围动手术，安全性是首要考虑。”张青坦言。

“近十几年来颈椎病、腰椎病手术有了长足进展，安全性已今非昔比。”山东省立医院神经外科主任医师宋涛表示。随着神经外科的加入，新的技术、设备、理念引入颈椎病、腰椎病治疗领域，手术更加精准和安全。比如显微镜的应用，通过增强光源让术野更清晰，通过放大功能，头发丝一样细的血管和神经显示得一清二楚，帮助医生在术中更好地保护神经。

“神经外科医生长期接受高难度手术的磨炼，在神经保护方面拥有扎实的技术和丰富的经验。”宋涛解释。传统的神经外科手术许多是在硬膜内操作，比如脊髓内肿瘤的切除等，手术刀就在脊髓游走，操作必须分毫不差才能确保手术安全。而椎间盘突出、椎管狭窄等颈腰椎病手术大多为硬膜外手术，手术难度相对较低，神经外科医生处理起来会更加游刃有余。据介绍，目前，欧美约60%的颈椎病手术是由神经外科医生完成，腰椎病则占50%左右。在我国，神经外科开展颈椎病、腰椎病也有十余年发展历史，技术实力和人才储备已相对完善。

神经外科技术和理念的引入使得颈椎病、腰椎病手术治疗更趋微创化。专家介绍，以颈椎前路手术为例，这种手术不仅去除突出的椎间盘、增生的骨质以及压迫神经的结构更彻底，而且伤害更小，一般只在颈部有一个4厘米-5厘米的横切口，大部分患者术后当天就能下床活动，第2-3天出院，出血量一般在10毫升-20毫升。

专家表示，手术并非颈椎病、腰椎病的首选，大部分患者通过非手术手段就可缓解症状，但一些重症患者需要尽快手术。“比如影像磁共振显示有严重的椎管狭窄、椎间盘突出、脊髓明显受压，脊髓内部水肿，尤其是出现双下肢无力，走路有踩棉感的患者，建议积极接受手术。”宋涛表示，这类患者下肢力量减弱，行走站立容易腿脚不利索，导致反复摔倒、摔伤，加重病情，严重者甚至可能导致高位截瘫。

专家提醒，手术治疗只是重症患者不得已采用的办法，颈椎病、腰椎病关键在于预防，要避免长期低头、不良坐姿、久坐，适当运动，放松紧张的颈椎和腰椎。一旦出现肩部、腰腿疼痛，肢体麻木、无力等症状时，要及时到正规医院接受相关检查，采取恰当的治疗措施。

□郭海涛 王凯 报道

近日，邹平市卫生健康系统无偿献血志愿服务团队4名队员，以献血的方式庆祝团队成立5周年。团队现有队员22人，累计献血总量超过30万毫升。

乐陵：算好一笔健康账 小康步伐更铿锵

□ 本报记者 张海峰
本报通讯员 贾鹏 马莉

2019年12月30日，乐陵市新人民医院正式搬迁启用，总投资10亿元的新人民医院由旧址面积的3.5万平方米扩大为11.9万平方米，总床位由564张增加至1300张，设计日门诊量可达3000人次，停车位也从原来的220个增加为640余个智慧车位，成为鲁西北冀东南区域装备服务水平最高的医院之一。

“健康是最大的民生，我们坚持问题导向，发展健康事业、提高医疗水平、补齐民生短板。”乐陵市委书记樊廷雷表示，实施“健康乐陵”战略，通过加强基础设施、健康环境、健康教育、健康活动、健康文化、健康产业“六项建设”，让每一个乐陵人更健康、更幸福、更自豪。

傍晚时分，乐陵奥林匹克公园内到处都是健身的市民。“是家门口的这处体育公园让我养成了天天健身的好习惯。”正在健步走的市民徐云说。自2019年年初公园建成开园以来，吸引了众多居民加入到体育运动的行列，每晚的健步走队伍达200多人。打通全民健身“最后一公里”，让城市每个角落都“动起来”——2019年，乐陵市经常参加体育锻炼的人口比例达40%，远超全国平均水平。

通过建设延伸至社区的运动设施、运动场地，培养居民运动健身的良好习惯，从而提高居民健康水平，增加健康人力资本，让区域发展更具活力、更可持续，这正是乐陵算的“健康账”。“利用河道水面枣林等，建成12处枣林公园、5处湿地公园，形成‘10分钟休闲健身圈’。”乐陵市委副书记、市长王大山说，虽然与商业开发比，一反一正“损失”40多个亿，但老百姓心中自有一杆秤。

“有这么一个温馨舒适的小屋可以随时量量血压，还给出健康指导报表，真是太方便啦！”在乐陵市中苑社区，居民马志华在进行现场自测后说。这样的健康小屋在乐陵已设立了25座。

乐陵市委常委会先后3次专题听取健康建设情况汇报，并将“健康乐陵”推进举措细化为72项具体任务，明确到单位、责任人。建起市、乡、村三级健康建设工作网络，组建起487人的健康教育专业队伍，开展进社区等健康七进活动、“无烟单位”创建活动，提升改造乡村文体广场953处、高标准操场101处，命名341家“无烟单位”，设立中医治未病专科17个。

让“健康乐陵”融入百姓工作与生活的方方面面。近两年来，乐陵全市累计投入25亿元用于“健康乐陵”建设，提升了居民健康素养，进一步巩固了“全国健康促进县”创建成果。

水发集团成武县养老康复中心护理院

院民自治创造老人安享晚年空间

□樊伟 朱思凡 任秀 王凯 报道

本报成武讯 “康复中心仙人洞，洞洞都是耀眼明。放眼洞内仔细看，一个一个老寿星……”1月3日，水发集团成武县养老康复中心护理院的活动室内，80岁的胡玉先老先生正在展示他创作的《康复中心赞》，围坐着的十几位老人，兴高采烈地向记者介绍起他们丰富愉悦的晚年生活。

院民自治、自我服务。2019年初，71岁的高太忠牵头成立生活委员会，针对大家反映相对集中的伙食问题，定期就院区食堂、住宿等议题召开座谈会，广泛听取老人意见和建议，动员老人全面参与食谱制订、住宿管理，有问题随时提出、及时解决，真正让每位老人都参与、融入护理院的管理，共同营造良好环境，让这些已过花甲之年的老人真切体会了一把“当家做主”的自豪感。

让“余热”激发老人的活力和激情，实现老有所乐。入住老人中有许多乐观健谈、多才多艺以及有倾诉欲望的，老人们又自发组织成立“聊天会”，以每个人的阅历、生活经验、人生感悟等为素材，大胆讲述自己的故事。

在“聊天会”会长田质记老人的会史记录本上，密密麻麻地记载着每一次活动的时间、地点、讲述人、主要内容等。每周三下午，老人们会聚在护理院活动室里，或讲述自己过去的岁月，或朗诵解读文学作品，加深彼此之间交流的同时，拥有了一个展示自我、表达自我的平台，满足了老人们分享与交流的需求，极大地丰富了老人们的精神生活。

“我们还去病房里讲哩！”据田质记介绍，为保证无法到活动室参加活动的失能、半失能老人也能参与，聊天会还会组织一些“聊手”送故事到病房，用个人的“余热”给这些卧病在床的老人带来温暖，保持积极的精神状态。通过积极展示自我，解除老人与社会脱节、产生自卑、感到孤独等精神困扰。

建立老年党支部，让每位党员不失本色。目前护理院党支部共有登记在册的党员39人，平均年龄80.3岁，最大的96岁，平均党龄50年，最长党龄72年。护理院专门安排党员活动室，还提供每月200元的活动经费，保证组织活动的正常开展。每月第一个周一是党员活动日，党支部自行举办主题教育活动，大家坐下来交流思想，学习党的最新政策和理论，了解时事热点，让思想始终保持与时俱进的先进性。对表现积极、学习认真的党员，党支部还给予表彰奖励，经常买一些本子、笔发给大家。

各种文体活动，让老人活跃起来。护理院设置了各类活动室，每位老人可选择自己喜欢的活动，做操、唱歌、跳舞、下棋、打牌、写书法，打羽毛球、乒乓球、台球……老年大学“校长”高太忠老人向记者展示了一份“课程表”，每周一到周六的下午都安排了不同的活动，从戏曲演唱培训到二胡培训，再到书法课、曲艺演唱课，各类活动一应俱全。

每周都会举办两次大型文娱活动，合唱团、二胡演奏团、表演队轮流出场，以及分组进行的益智游戏，锻炼老人的思维和肢体。每逢过年过节，还组织老人们一起包水饺，各家的孩子们也一起到院里来过，在大厅里摆上桌子，大家和和睦睦地吃团圆饭。

各式各样的活动帮助老人社会功能得以延续。对于居住在这里的老人来说，护理院更像一个村庄。每位老人安详地聚在一起，过着跟在自己家里一样的生活。“在这里我能感受到老家的温暖！”儿女都在北京工作的魏玉芹今年已83岁，2018年9月入住护理院，再也不愿离开。“老邻居”“老乡亲”的感觉让她从内心感受到被接纳和被关心的融入感。“哪里也不去了，我要让生命在这里画上句号！”魏玉芹说。

给老人一个真正能安享晚年的空间和场所，更重要的是让老人感受到存在的价值和温暖。据水发集团成武县养老康复中心护理院院长王昭富介绍，这些老人的平均入住时间在两年左右，基本上都经历了从不愿意来到不愿意走的巨大转变过程。通过参加活动，每位老人都能建立起自己的社交圈子，找到归属感，彼此间的交流、感情不断加深，老人才会发自内心地认为“这里是自个儿的家”。

日前，护理院入选山东省卫生健康委员会评选出的首批医养结合典型案例。

我省获多项“医改好故事”奖

□杨宁 王凯 报道

本报北京电 近日，2019中国医改传播高峰会议在北京召开，我省荣获2019年国务院医改领导小组秘书处组织开展的“医改好故事”视频展播二等奖2个、三等奖1个、优秀组织奖1个。

平阴县卫生健康局报送的《信息化强医之路“网”》和诸城市人民医院报送的《一个尿毒症患者的故事》分别荣获二等奖，青岛市西海岸新区卫生健康局报送的《青岛西海岸新区驻灵山岛的“鲁滨逊”医生》荣获三等奖，山东省医改领导小组办公室荣获优秀组织奖。

活动共征集到视频作品500余件，评选出优秀作品20个，其中一等奖3个、二等奖7个、三等奖10个，以及优秀组织奖10个。

林慧娟全国名老中医药专家传承工作室举行赠书仪式

□通讯员 刘宇 记者 王凯 报道

本报济南讯 近日，林慧娟全国名老中医药专家传承工作室赠书仪式在山东中医药大学附属医院举行。

林慧娟教授把她亲自编著的《心律失常中医诊疗思路与临床实践》赠送给学生弟子和研究生们，并结合自己多年临床经验，作了题为“中西医结合防治心肌病心衰临床策略”的学术讲座。

向老专家学习精湛的医术和高尚的医德，弘扬其学术经验。据山东中医药大学附属医院副院长薛一涛介绍，名老中医药专家代表了医院学术经验的最高水平。林慧娟教授是该院心病科的老专家，担负着全国名老中医药专家传承工作室的传承任务，学术成就众多，学术思想独到，培养了许多高水平的学术传人。

齐鲁医院骨科专家赴陕西义诊

□通讯员 谢静 记者 李振 报道

本报济南讯 1月2日，由山东大学齐鲁医院骨科专家组成的脊柱团队赴对口支援单位陕西榆林清涧县人民医院，开展巡回医疗活动。除在当地医院进行查房、疑难病例讨论外，专家们还为当地百余名患者开展脊柱健康检查，并给予治疗康复指导，受到老区患者的一致好评。

据悉，齐鲁医院已连续4年派医疗队赴清涧县人民医院开展巡回医疗活动，截至目前，共派出15个专业方向的62人次专家开展工作，彰显出人民健康“国家队”的使命担当。

第二届颞骨规范化扫描及临床应用培训班在济南举行

□通讯员 郭玉环 记者 王凯 报道

本报济南讯 近日，第二届颞骨规范化扫描及临床应用培训班在济南举行，向广大学员呈现颞骨影像学领域多年探索的成果。

据山东省耳鼻喉医院党委书记王海波教授介绍，近年来，现代影像学的进步推动了耳鼻喉科学的发展，通过在颞骨影像方面的艰苦探索，逐步摸索出能够显示颞骨结构的路径。本次会议旨在提高放射科及耳鼻喉科医师对颞骨影像的认识水平，从而系统性掌握颞骨CT、MR的扫描、后处理及照相规范，能够更好地指导和帮助临床诊疗。

山东省耳鼻喉医院是山东省首批重点专科医院，连续10年位列“中国医院最佳专科声誉排行榜”前10名。依托强大的耳鼻喉实力和大量的耳鼻喉病源，医院影像科发展迅速，在实践中不断进步，为临床科室提供了更有效、更精准的影像资料和诊断技术。

此次会议由山东省耳鼻喉医院影像科主办，来自全省各地的学员共计100余人参会。

聊城市人民医院成功抢救一名多系统衰竭重症患者

□通讯员 王迪 记者 李振 报道

本报聊城讯 日前，聊城市人民医院成功抢救一例中枢、呼吸、循环、肝脏、肾脏、凝血多系统衰竭重症患者。

患者因消化道大出血紧急转入聊城市人民医院重症监护室，入院时已病情危重，其体内白细胞计数高于正常人上限4倍以上，血小板计数低于正常下限5倍以上，利钠肽前体指数达到机器显示的最高值35000……专家介绍，以上任何一项指标都有致命危险。

聊城市人民医院紧急启动针对该患者的抢救：针对患者严重的贫血和凝血功能障碍，输入红细胞和冷沉淀；感染严重，升级抗生素；尿量偏少，持续泵入利尿药物；血压下降，联合泵入去甲状腺素和多巴胺；肝衰竭、肾衰竭，进行血浆置换（人工肝）和血液净化（人工肾）……通过个体化、针对性的治疗，患者病情逐渐稳定，入院12天后撤离呼吸机，16天后转入普通病房，20天后出院回家。

据了解，如此危重的多器官衰竭患者十分罕见，救治难度极大，其成功抢救彰显了该院危重患者抢救能力和水平。

大众健康微信公众号