

掰手腕也会导致骨折 医生:量力而行

■记者 张华

掰手腕时如果用力过度可能导致骨折?近日,市民陈先生就在和朋友比试掰手腕,导致左侧肱骨骨折。有了这次的经历,陈先生坦言,以后再也不要争强好胜了。西安市人民医院(西安市第四医院)骨科病房李军教授提醒:在掰手腕前要进行适当程度的热身,掰手腕过程中手臂位置要放正,不要太前或太后,不要强行坚持,量力而行。

一年前,陈先生和小伙伴比试掰手腕时,忽然上臂剧烈疼痛,怎么也使不出来劲儿,到医院后被诊断为左侧肱骨骨折。医生为其进行内固定钢板手术,陈先生就回家养伤了。

掰手腕为什么还会骨折?李军表示:“人体的肱骨,就是俗称的大臂,是

一块非常强健的骨头,中段是一个圆柱体,但向远端逐渐延伸为扁平的三角形,所以由圆柱体转变为三角形的连接处,较为薄弱。掰手腕时,对手会施加一个外旋力,自身会施加一个内旋力,这样肱骨就会承受一个巨大的扭转力,就会在肱骨较为脆弱的地方造成骨折。”

一年过去了,陈先生的手臂恢复了,但是日常总是感觉钢板的位置有异物感,并且时不时就会出现手麻的现象。这让其不得不联想到是不是因为这个钢板的缘故,就想着能不能把手臂里的钢板取出来,便前往之前就诊的医院。但医生的话,不由得让其担心起来。原来经过一年的时间,桡神经已经和钢板“融为一体”,密密麻

麻地附着在钢板表面,这种情况下想要取出钢板非常困难,并且稍有不慎就会损伤到神经,形成垂腕,留下永久性的残疾。

抱着一丝希望,陈先生来到西安市人民医院(西安市第四医院)骨科病房找到李军教授,李军为其耐心查体,并决定在显微镜下为其进行精细分离桡神经。

10月25日,陈先生被推进手术室,李军从原切口进去,在显微镜下一点点地从疤痕和钢板的周围游离出神经,经过将近3个小时的手术,在陈先生手体内一年的钢板被成功取出。手术后,那些曾经困扰陈先生的手麻等症状消失了。11月3日,陈先生顺利出院。

无痛血尿两个月 医生“腹腔镜下切除术”灭肿瘤

阳光讯(记者 郑亚雷)近日,西安市红会医院(北院区)泌尿外科团队在主任孙小科的带领下,成功为一肌层浸润性膀胱癌患者完成北院区首例“腹腔镜下膀胱癌根治术+盆腔淋巴结清扫术+回肠代膀胱术”。

65岁的高先生(化名),最近两个月小便常带血,但没有明显痛感,在西安市红会医院就诊后,进行膀胱镜检查,发现膀胱左侧壁、顶壁可见多个大小不等“菜花样”肿瘤生长,取活检后病理诊断为“膀胱恶性肿瘤”。

在完善泌尿系统MRI及CT后发

现,高先生膀胱肿瘤已浸润至肌层,考虑为肌层浸润性膀胱癌。泌尿外科团队多次对患者的治疗方案及手术方式进行讨论,决定采取目前国内治疗肌层浸润性膀胱癌和高级别复发性膀胱癌的金标准术式“腹腔镜下膀胱癌根治术+盆腔淋巴结清扫术+回肠代膀胱术”进行治疗。

据了解,与传统开放手术相比,“腹腔镜下根治性全膀胱切除术”具有切口小、手术时间短、出血少、恢复快、住院时间短等优点,手术中解剖更加清晰,手术操作更加精细,尤其是在保留性功能方

面更具优势。同时,该手术过程复杂、难度系数极大,手术风险高。

10月28日,在西安市红会医院(北院区)手术麻醉部的全力配合下,孙小科带领北院区泌尿外科医生按步骤规范实施“腹腔镜下膀胱癌根治术+盆腔淋巴结清扫术+回肠代膀胱术”,手术顺利完成,患者术后状况良好。

此次手术的成功实施是西安市红会医院(北院区)泌尿外科腹腔镜下膀胱癌治疗水平的一次全新突破,也标志着西安市红会医院疑难泌尿系统疾病诊治能力稳步提升。

西安市中医医院开展“10元关爱行动”

阳光讯(记者 张华)11月3日上午,西安市中医医院在院本部门诊一楼大厅组织开展“10元关爱行动”,为生活困难的陕西好人、道德模范奉献一份爱心,倡导崇德向善、助人为乐的时代新风。

西安市中医医院工会女工委主任陈红号召大家伸出无私的援助之手,为慈善事业贡献一份力量。

活动现场,医院领导班子率先垂范,全院党员干部职工踊跃参与,一部分患者也积极参与其中,大家有序将善款投入爱心捐款箱内,献上自己对陕西好人、道德模范的一份爱心,活动共筹集善款11605元。西安市中医医院全体党员干部职工以自己的实际行动,让有困难的陕西好人、道德模范感受到来自西安市中医医院的关心、关爱、温度和温暖。

西安市中心医院眼科团队积极践行健康科普下基层活动

阳光讯(记者 郑亚雷)为响应健康科普下基层活动,西安市中心医院眼科积极参加了2023年10月27日、28日在咸阳市渭城区开展的“普及健康生活方式,提升全民健康素养”陕西省健康科普下基层省级示范活动暨健康渭城·健康知识普及行动。

启动仪式后,在咸阳铁小报告厅举办了“健康教育进学校”活动,来自咸阳铁小部分师生、家长代表、全区各中小学分管领导参加了讲座。

据了解,西安市中心医院眼科团队近年来多次承担省、市各部门下派的儿童青少年视力筛查监测任务,积极配合推进各区域儿童青少年视觉健康任务的开展实施。眼科团队将继续秉持关爱儿童青少年眼健康的初心,通过多渠道、多形式、多平台的综合筛查、诊断、防控模式,为儿童青少年视觉健康保驾护航。

“健康中国 我们行动”西安站活动启动

阳光讯(记者 郑亚雷 通讯员 张宇文/图)近日,“健康中国 我们行动”西安站暨“健康西安美好生活”系列活动在长安区唐村启动。来自全省健康领域的知名专家与百名市民代表一同开启健康西安美好生活新篇章。本次活动旨在通过普及健康生活方式,增强公众健康意识,推动公众认识健康生活方式的重要性,形成“人人关注健康、全民提升素养”的健康新风尚。

启动仪式上,陕西省营养学会名誉理事长周玲教授、西京医院营养科主任李孟彬教授向现场市民分享了健康生活的专业意见和指导。

周玲表示,“健康中国 我们行动”系列活动帮助人们树立正确的营养价值观,很符合全民健康事业发展。



她指出,合理膳食在健康“四大基石”中排首位,因为营养是生命的基础,是健康的源泉,对全生命周期的健康都起着至关重要的作用。李孟彬则从临床医学方面提出了健康自我保护的重要性,并倡议大家要做健康责任第一人。

活动现场,市民们分成6支竞赛队伍参加了膳食宝塔、健康连连看等健

康趣味游戏活动。

健康传播离不开富有社会责任感的企业大力支持。安利陕西分公司负责人姜华表示,安利凭借遍布全国的“健康促进科普基地”联合各地大健康机构,举办了多场“健康中国 我们行动”全民健康素养提升分站活动,希望通过公益讲座、科普展览、社群活动等形式,将健康生活方式的观念传递给广大群众。

据了解,“健康中国 我们行动”自今年5月在北京启动以来,陆续在全国各地开展分站活动。此次西安站系列科普活动还将走进社区,连接更多人群,深入开展健康知识的传播和普及,为打造健康家庭、健康社区、健康西安贡献一份力量。○◎

国内帕金森顶级“专家天团”相聚在西安市第三医院

阳光讯(记者 张华)11月4日,由西北大学附属医院·西安市第三医院和空军军医大学第一附属医院共同承办的“帕金森专病门诊(诊疗中心)建设项目—西安站”在西安市第三医院学术报告厅召开。

本次活动就帕金森病的诊断、鉴别诊断、如何开设帕金森专病门诊建设为主要内容,通过患者义诊与实战教学相结合,青年医生通过疑难病例讨论和分享的方式,进一步促进了帕金森病的规范化诊治,加强了帕金森病的全程管理,切实提高一线医生的诊疗能力。

活动邀请到了7位国内知名专家,聚焦帕金森病及运动障碍疾病规范化治疗与疾病管理进行了精彩授课。当日,专家团队还开展了义诊活动,近200名患者和家属与专家进行了详细沟通。专家仔细询问病史、查体,根据患者目前状况提供专业的诊疗意见和康复建议。