

# 104岁老人摔倒胸椎压缩性骨折

## 烟台山医院植入“骨水泥”，老人第二天便可下地走动

本报讯(YMG全媒体记者 林媛 通讯员 栾秀玲 张国杰 摄影报道)近日,104岁高龄的刘奶奶在家不慎摔倒后引发胸椎压缩性骨折,在送到烟台山医院东院脊柱外二科后,王磊升主任团队为老人做了微创介入治疗——经皮椎骨成形术,也就是俗称的“骨水泥”手术。“104岁的高龄,若要治疗,风险极高,有可能会因方法不当而引发一系列并发症,严重时足以危及生命,而‘骨水泥’手术微创、并发症少,术后第二天,老人就在家属的搀扶下下床活动了!”东院脊柱外二科王磊升主任说道。

术前,王磊升带领团队对老人进行了详细的术前评估:若选择保守治疗,恢复缓慢,她还需要卧床两个月,很容易出现一系列的并发症,如压力性损伤、坠积性肺炎、下肢深静脉血栓以及泌尿系统感染,且保守治疗还存在远期骨折不愈合或后凸畸形等弊端;若接受手术治疗,可选择俗称“骨水泥灌注”的经皮椎骨成形术,将骨组织或“骨水泥”等生物材料经皮肤、椎弓根植入椎体,从力学角度增强其结构强度,该方法具有微创、并发症少,患者



可早期下床活动等优点。

后经综合评估,刘奶奶选择了微创介入疗法——经皮椎骨成形术。术后,疼痛明显缓解,放射线检查提示骨折椎体骨水泥填充弥散良好。第二天,她在家人的搀扶以及护腰的保护下便能下地行走。

王磊升告诉记者,随着社会老龄化的加速,老年人口越来越多。2022年国家

统计年鉴显示,截止到2021年底,我国60岁以上的人口已超过2.64亿,约占总人口18.7%。国家卫健委在2018年10月公布的首个中国骨质疏松流行病学调查结果显示,骨质疏松症已成为我国中老年人重要健康问题。而骨质疏松症最严重的后果就是脆性骨折,即骨质疏松性骨折。近年来,烟台山医院脊柱外科平均

每年完成1000例这种骨质疏松椎体骨折的“骨水泥”灌注微创手术,而且呈逐年增加趋势。东院脊柱外二科专家在此提醒大家:老年人要定期监测骨密度,采取有效措施延缓骨质疏松,从根本上增强骨质,预防骨折。一旦摔倒后发生腰背疼痛等情况,应及时到有救治能力的脊柱外科就诊,以免延误治疗。

### 霜降时节阴气凝 健脾润燥防寒凉



今天迎来今秋最后一个节气“霜降”。中医专家提示,“霜降”的到来意味着天气已经变得寒冷,感冒、咳嗽等上呼吸道感染多发,人们可能会出现皮肤、口唇干燥等情况,此时养生防病重在健脾、润燥、防寒。

古籍《月令七十二候集解》中说:“九月中,气肃而凝,露结为霜矣。”霜降是秋冬之间的过渡性节气,天气越发寒冷,开始有白霜出现。

首都医科大学附属北京中医医院肿瘤科副主任医师程培育介绍,根据中医理论,秋季对应肺脏,此时人体精气通过肺的下降功能潜藏到肾,养生防病应注重敛藏精气、内收阳气、涵养阴精,注意防寒保暖。今年下半年偏燥,因此还要更加注意润燥。

俗语说:“秋冬进补,来年打虎。”霜降时节适当进补,有益身体健康。

“中医认为,牛肉可以健脾补脾,这一时节可适当食用牛羊肉。”程培育说,秋季多燥,一些人更易口唇干燥甚至咳嗽、痰黏难咳,可多食用具有生津润燥、宣肺止咳作用的梨、苹果、橄榄、白果、枇杷、芥菜、萝卜等食物,饭后适量进食柿子、柿饼也有助于清热、敛肺;同时,减少辛辣食物的摄入。

霜降时节,适量的运动有助于提升阳气。首都医科大学附属北京中医医院心血管科副主任医师胡馨说,这一时期可选择轻松平缓、活动量不大的运动项目,比如室内八段锦、太极拳等,不宜大汗淋漓;可待太阳升起、气温升高时再出门锻炼;适当进行快走、慢跑等有氧运动,可提升心肺功能,增加机体耐寒能力。

深秋草木凋零,容易引起忧郁、伤感情绪。中国中医科学院西苑医院治未病(体检)中心主任医师郎娜说,此时节饮用由玫瑰花、茉莉花、白梅花组成的三花茶,有助于疏肝解郁、宽胸理气。

专家特别提示,霜降天寒,老年人要注意保护腰椎、膝关节,适时增减衣服,戴口罩预防呼吸系疾病。既往这个季节有过敏性疾病、对冷空气过敏的人群,可以提前在医生指导下口服中药以减轻症状。

据新华社

## 预防手足口病需做好这六件事

本报讯(YMG全媒体记者 张莘)每年的9月至11月是手足口病的高发期,市疾控中心专家提醒家长,不要掉以轻心,需持续关注孩子是否出现手、脚、臀部等长皮疹,口腔长疱疹等手足口病的典型症状,做好手足口病的预防。

### 出现两种典型症状,警惕手足口病

手足口病高发人群为5岁及以下儿童,主要由EV-A71、CV-A16和CV-A6病毒感染引起。

如何判断孩子是否感染手足口病?手足口病典型症状包括:手、脚、臀部等长皮疹,皮疹可表现为斑疹、斑丘疹、丘疹、疱疹,周围有炎性红晕,不痒,通常不痛,少数病毒型会有疼痛;口腔长疱疹,口腔疱疹破了之后变成溃疡,可能引发疼痛,导致孩子吃不下饭。其他症状如发热,伴有咳嗽、流涕、食欲不振等。

手足口病传染性强,主要表现在两方面:一是传播途径多样且容易实现。可通过粪口途径传播,接触被病毒污染的手、皮肤(水泡液)、玩具、餐具、水源、食物以及物品表面等均

可引起感染;还可通过呼吸途径传播,通过呼吸道飞沫传播,如患儿咳嗽、打喷嚏等。二是隐性感染者比例较大,主要传染源为患者和隐性感染者,尤其是隐性感染比例较大。也就是说,在患者出现症状前就已经具有传染性,通常发病后1周内传染性最强。

### 绝大多数手足口病呈自限性,7-10天可康复

孩子得了手足口病,家长该怎么办呢?

首先,不要惊慌,密切观察。绝大多数手足口病呈自限性,一般预后良好,7-10天病程后可完全康复,无后遗症,家长不用惊慌,密切观察,对症处理即可。

其次,保证水分摄入,防止脱水。孩子可能因为嘴里长疱疹、溃疡而不想吃东西,尽量避免水分摄入不足导致脱水,可让孩子喝点冰水、酸奶或冰淇淋,既可减轻疼痛,又可补充水分。同时,积极控制高热,避免不必要用药,针对肠道病毒,目前尚无特效的抗病毒药物,一般无需药物治疗。当孩子出现高热或明显无精打采时,可采用乙酰氨基酚或布洛芬缓解

不适。此外,做好口腔和皮肤护理,尽量穿柔软透气的衣物,减少对皮疹的摩擦。剪短孩子的指甲,避免孩子抓破疱疹。孩子如果出现持续高热、神经系统异常、呼吸异常、循环功能障碍、中度或重度脱水等情况,可能发展为重症,一定要立即就医。

那么,如何预防手足口病?专家建议,做好以下6点:

一是避免接触患儿。尽量不要与患儿拥抱、分享玩具、共用餐具和洗浴用品等,防止交叉感染。

二是保持手卫生,建议孩子在触摸公共物品后、外出游玩回家后、进食前、如厕后,家长和看护人在回家后、加工食品前、更换尿布或处理被粪便污染的物后,应用“七步洗手法”清洁双手。

三是减少聚集,建议手足口病流行期间尽量不要带儿童到人群聚集、空气流通差的公共场所。

四要保持环境通风,密闭

公共场所和居室要经常通风,保持空气流通。

五要清洁消毒,公共场所、游乐场、托幼机构等儿童多的场所,与皮肤疱疹液、口腔分泌物或粪便接触过的物体表面需要清洁和消毒,包括门把手、台面、玩具等。可能传播病毒的污染物也应该清洁和消毒。

六要接种疫苗,接种EV-A71疫苗可有效预防EV-A71感染引起的手足口病和其他相关疾病,并减少手足口病重症和死亡的发生。为尽早发挥保护作用,鼓励6月龄-5岁儿童在12月龄前完成全程接种,1岁及以上儿童越早接种越好。

