

让患者健康行走

——记市骨科医院足踝外科



市骨科医院足踝外科团队。

治中心建设单位。知名足踝外科专家北京积水潭医院武勇教授团队在该院设有工作室。

千里之行，始于足下。足踝是人体非常重要的一个部位。一旦出现问题，对患者的生活质量影响极大。诸多看似与足部并不相关的疾病有时也可能是由于对足部的护理不够以及足部运动不当造成的。运动时容易崴脚、走路时间长了脚疼、穿任何鞋都觉得不适……这些可能都是足部发出的“求救信号”，千万不能掉以轻心，应及时就医。

近年来，市骨科医院足踝外科在该院领导的支持和科主任陈宏峰的带领下，大力发展核心技术，以足踝部的骨病以及创伤为主要的临床任务和研究方向，不断提高医疗技术水平。

“技术是我们的王牌。”陈宏峰表示，他们在豫中南地区率先开展了踝外翻的个性化治疗，包括开展各种截骨手术、关节融合术、关节置换术、关节镜下修复距骨软骨损伤、踝关节外侧韧带慢性损伤、矫正平足症、高弓足，微创髓内钉治疗踝关节骨折、跟骨骨折等，并开展了豫中南第一例人工全踝关节置换术治疗踝关节骨关节炎，以及SMO（踝上截骨术）治疗踝关节骨性关节炎、胫骨横韧带损伤等技术治疗糖尿病足，均取得了良好的治疗效果，得到患者广泛好评。

目前，该科分为足踝创伤组、足踝矫形组和足踝运动损伤组三个专业组，主要诊疗范围包括足踝部创伤，如踝关节骨折、跟骨骨折、距骨骨折、趾骨骨折等；足踝部疾病及畸形矫正，如踝外翻、平足症、高弓足、马蹄足、糖尿病足等；运动损伤，如踝关节外侧韧带陈旧性损伤、距骨软骨损伤、距骨坏死、踝关节外侧不稳

等。同时，该科还开展了人工全踝关节置换术、人工跗跖关节置换术、距骨软骨移植术治疗距骨软骨损伤以及SMO（踝上截骨术）治疗踝关节骨性关节炎、胫骨横韧带损伤治疗糖尿病足及应用骨科手术机器人结合髓内钉微创治疗踝关节骨折等特色技术。

在参与大量临床救治工作之余，陈宏峰还不忘投身科研，积极开展学术交流。他主持了2023年河南省科技攻关项目《水凝胶复合脂肪间充质干细胞修复距骨软骨损伤的临床研究》，主持完成2019年河南省科技攻关项目《3D打印技术在踝关节后侧结构损伤修复的生物力学与临床应用》、主持了河南省医学科技攻关项目《5G场景远程辅助机器人微创髓内钉治疗踝关节骨折的临床应用研究》。近年来，陈宏峰共发表SCI论文2篇、中华创伤骨科杂志等核心期刊论文30余篇，每年都组织科室人员积极参加全国骨科年会及COA国际会议、全国足踝外科会议，并代表市骨科医院发言。

一流的诊疗团队、精良的医疗设备使得市骨科医院足踝外科不断发展壮大，逐步成为我市这一专业领域的“领头羊”。2017年至2023年，市骨科医院足踝外科连续举办了七届豫中南足踝外科学术会议，辐射豫中南广大地区，对足踝外科的发展进步产生了深远影响。

精湛的技术、优质的服务成就了市骨科医院足踝外科团队的良好口碑。该科每年开展足踝疾患手术达800余台次，患者遍布漯河及周边城市。“我们将不断引进先进设备、学习先进技术、完善诊疗策略，以更高质量的医疗服务让更多患者受益。”陈宏峰说。

市中医药学会 络病专业委员会成立

本报讯（记者 刘彩霞）5月20日，市中医药学会络病专业委员会成立大会2023年第一届学术年会暨心脑血管高峰论坛在漯河迎宾馆召开。本次会议由市中医药学会主办、市络病专业委员会主委会——市中医院承办、以岭药业协办。全市各医疗单位200余名专家学者参会。

会议介绍了成立络病专业委员会的背景、目的及意义，并选举产生市中医药学会首届络病专业委员会委员、主任委员、副主任委员、常务委员、秘书等。

随后，中国医学科学院阜外医院的杨跃进教授对CTS-AMI进行研究解读，市中医院的李兰波主任对络病理论体系构建及创新转化作了介绍，市六院的赵森教授对心衰患者水钠滞留的处理策略进行了讲解，市中心医院的蔡继锐、龙翠英主任分别对药品在脑血管病临床应用的专家建议、射频消融术后抗心律失常药物的应用作了详细讲解。在交流讨论环节，大家纷纷发言，现场学术氛围浓厚。

宫颈癌的靶向治疗

宫颈癌是发生在女性宫颈部位的恶性肿瘤，是妇科常见恶性肿瘤之一。今天，我们来聊聊宫颈癌的靶向治疗。

人体的细胞像一个工厂，其生长、凋亡受到严格调控。细胞表面和细胞核内有很多“开关”（小的蛋白质分子或基因片段），这些“开关”接收到“生长”指令时，细胞就会生长、复制；接收到“停止”指令时，细胞就会静止、凋亡。而肿瘤细胞的“开关”失灵导致肿瘤细胞不停地生长、复制。靶向治疗是在细胞分子水平上针对已经明确的致病位点（即坏掉的“开关”）进行治疗。相应的治疗药物进入体内后，会选择致病位点结合发生作用，使肿瘤细胞死亡的同时波及周围的正常细胞。

靶向治疗的理念很好，但肿瘤的生长涉及多个机制，以目前的医疗水平来看，我们对这些机制并非完全清楚，加之目前大多数宫颈癌患者可以通过手术或者放疗、化疗取得不错的治疗效果，所以权威指南只推荐在转移和复发的宫颈癌患者中应用靶向药物进行治疗。

靶向药物主要为贝伐珠单抗、拉罗替尼和恩曲替尼。贝伐珠单抗是血管内皮生长因子的抑制剂。肿瘤组织

需要大量的新生血管为其提供养分，贝伐珠单抗正是通过抑制肿瘤血管的生成来抑制肿瘤生长，在临床中常与化疗药物联合使用或用于化疗后的维持。拉罗替尼和恩曲替尼是酪氨酸受体抑制剂，针对有“NTRK基因融合”患者使用，在宫颈癌治疗中的效果有待进一步观察。

虽然现在靶向治疗在临床应用有限，但前景广阔。随着医学专家对肿瘤的深入研究，会有越来越多的靶向药物出现，给患者带来新的希望。

李锦巍

专家链接



李锦巍，市中心医院妇科主治医师，妇科后装放疗中心副主任，医学硕士。他是河南省医学会妇科肿瘤分会青年委员会委员、河南省

全民健康促进会妇产科学专业委员会委员、漯河市医学会妇科肿瘤专业委员会委员兼秘书。

（漯）医广【2023】第01-09-001号

■文/图 本报记者 尹晓玉
“我终于可以大步走路了。谢谢你们了！”5月20日，在市骨科医院足踝外科，看到恢复良好的复查结果，患者孙某连连向医生表示感谢。

今年19岁的孙某是一名平足症患者。近两年来，他备受足部疼痛、足弓塌陷的折磨，多方求治效果欠佳。今年2月，他来到市骨科医院足踝外科，在该院引进的新设备“迷你微”的辅助下成功完成手术。“患者术中需要跟骨截骨、反复多次C型臂X线机透视。使用‘迷你微’后，术中透视时间短、次数少，减少了射线的伤害，同时缩短了手术时间，术后恢复也更快。”市骨科医院足踝外科主任陈宏峰说。

“迷你微”是GE公司专为四肢小关节手术设计的多轴微型移动C型

臂，适用于足踝外科、小儿骨科、手外科等四肢小关节手术，市骨科医院是我省第二家拥有该先进设备的医院。“迷你微”具有辐射小、占用空间小、操作简便等优点，可大大缩短手术时间，达到精准手术、快速康复的目的。该院足踝外科已在“迷你微”辅助下成功完成多例足踝外科手术。

市骨科医院足踝外科的前身是成立于2012年的足踝外科专业组。2018年，市骨科医院足踝外科成立。目前，该科开放床位33张，拥有医师6人、护理人员12人，其中主任医师1人、主治医师2人、住院医师3人，博士研究生1人、硕士研究生5人。该科拥有我市足踝矫形与修复重建重点实验室，是我省独立设置足踝外科病区的三家医院之一，也是中国糖足联盟糖尿病足防

诚信二院·健康万家

外科术后如何科学饮食

患者进行外科手术后，如何让身体快速恢复？总的来说，患者术后饮食应满足营养丰富和易吸收两个特点。

术后不要过量摄入高蛋白食物。肉类、鸡蛋等高蛋白食物虽营养丰

富，但要适量，否则会引起身体不适。家属往往会给患者煮肉汤喝，其实肉的营养成分更高且易被人体吸收。油腻食物不易消化，要少吃，烹饪方法最好以炖、煮、蒸为主。患者嚼白粥虽易消化，但其营养成分不高，只喝白粥会导致营养欠缺。需要注意的是，患者与家属要严格遵守医生叮嘱的禁忌，安排科学合理的饮食。

那么，患者术后应该吃些什么才有助于身体恢复呢？

富含维生素A的食物。如动物肝脏、鸡蛋黄、胡萝卜、西红柿、牛奶等。缺乏维生素A会阻碍伤口的愈合，而且维生素A还有抗氧化作用，可美白皮肤，在伤口愈合过程中发挥

双重作用。

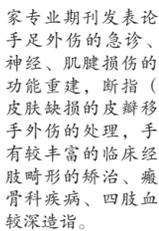
富含锌的食物。由于麻醉药物和创伤的刺激，患者的新陈代谢速度会显著加快，体内的血液含锌量会明显下降，且手术失血会导致体内的锌元素流失，此时人体对锌的需求量也随之增加。患者每天需要摄入的锌是平时的3倍左右。如果患者没有及时补锌，非常不利于病情的恢复。富含锌的食物主要有牛肉、猪肝、猪肾、核桃、花生、黄豆、蚕豆等。建议在术前一周开始补锌，使体内有足够的时间储存足够的锌量，以便耐受术中出血和损伤；术后应持续补锌半个月，以支持相关器官恢复功能。

市二院提供



专家链接

龚俊武，市二院显微手足外科主治医师。他毕业于西北民族大学，从事显微外科工作多年，曾在宁波市第六医院进修，在国内多家专业期刊发表论文多篇。他擅长手足外伤的急诊、急救，对血管、神经、肌腱损伤的显微修复及后期功能重建，断指（肢）再植，四肢皮肤缺损的皮瓣移植修复，复杂性手外伤的处理，手外科疾病的诊治有较丰富的临床经验；对先天性四肢畸形的矫治、瘢痕切除整形以及骨科疾病、四肢血管疾病的诊治有较深造诣。



专家链接

沈春华，市六院（市中心血管病医院）耳鼻喉科主任、副主任医师。他是河南省康复医学会听力与眩晕分会委员、九三学社漯河医卫支社委员。她多次到上级医院进修，擅长耳鼻喉各种常见病和疑难杂症的诊疗，在耳鸣、耳聋、头晕、眩晕、中耳炎、耳道真菌病、睡眠打鼾的治疗以及鼻甲肥大和扁桃体肥大的无损微创手术、耳石症等方面积累了丰富的经验，可熟练开展鼻内镜下各种手术，在复发性鼻窦肉的治疗上有独到之处。

漯河市中心医院
1916
LÜHE CENTRAL HOSPITAL

宫颈癌消除计划科普连载

（本栏目由中央引导地方科技发展资金项目支持）

怎样检查泌尿结石

在临床上怀疑泌尿系有结石的患者，需要通过以下方法检查是否有泌尿系结石：

尿常规检查。看是否存在感染的情况，它的表现为可有血尿或者是镜下血尿。

泌尿系超声。因为超声是无创性的，所以一般作为首选。典型的结石在B超下是强回声，在其后方常常伴有声影。但因为肠道气体的干扰，还较小的结石和输尿管中段的结石不容易被发现。

腹部X线平片。它可以发现含钙比较高的结石，通俗一点讲就是比较硬的结石。

泌尿系CT检查。在临床上，CT检查是常用的检查方法，可以发现5毫米以下的小结石。该项检查既可以看有没有结石，也可以判断结石的大小、部位、密度，还可以判断是否有肾积水以及肾积水的程度。



专家链接

赵勇，主治医师，漯河柳江医院（柳江社区卫生服务中心）微创泌尿外科、介入超声微创诊疗康复中心主任、业务副院长。他先后在河南科技大学一附院、省人民医院、郑大二附院进修，曾获市“优秀百名医师”称号。他擅长肾、输尿管、膀胱及尿道结石腔内微创碎石取石术及前列腺增生、膀胱肿瘤等疾病的腔内微创手术治疗。

源汇区柳江社区卫生服务中心
(漯河柳江医院)

全科医疗科、内科、外科、妇产科、妇女保健科、儿科、眼科、耳鼻喉科、康复医学科、麻醉科、医学检验科、CT诊断专业、磁共振成像诊断专业、超声诊断专业、心电图诊断专业、中医科、中西医结合科。

（漯）医广【2022】第10-26-023号
地址：漯河市柳江路6号 泌尿外科电话：15703957120

漯河市第二人民医院

漯河市交通路201号 (原)医广【2022】第11-04-028号

相约六院·健康相伴

发生眩晕警惕耳石症

日常生活中，大家普遍认为头晕、眩晕是由高血压、脑卒中、颈椎病等疾病引起的，却忽视了眩晕与耳朵的关系。实际上，大约70%左右的眩晕是耳科疾病导致的。

耳朵不仅具有听觉功能，还有保持身体平衡的功能。内耳的前庭器官

和视觉、本体感觉合称“平衡三联”，它们一同构成了人体的平衡系统。如果前庭系统出现障碍，就会导致眩晕的发生。

此外，还有很多患者将头晕和眩晕混为一谈。就医时无法表达清楚，导致延误病情。头晕和眩晕完全不同。头晕表现为头重脚轻、头昏脑涨以及意识不清晰等，不会出现运动错觉；眩晕发作时，患者往往有天地旋转或摆动、升降、倾斜的感觉，有些患者发作前还能出现耳鸣或耳胀。

下面给大家介绍一下常见的眩晕疾病——耳石症。耳石症学名为良性阵发性位置性眩晕。耳石是附着在内耳前庭椭圆囊、球囊里的微小颗粒，主要成分是碳酸钙，因化学成分与石头相同，故

名耳石。当耳石脱离椭圆囊、球囊来到半规管的淋巴液中“游来游去”时便会引起眩晕。

耳石症患者的体位改变时，会突然感觉天旋地转，还会伴有恶心、呕吐等症状，这些症状在平卧不动后消失。耳石症单次发作持续时间通常不超过一分钟，再次变换头位时症状会再次出现，严重影响患者的生活质量。对于可疑耳石症引起的眩晕，患者需要到耳鼻喉科进行位置性眩晕检查，医生通过观察患者体位变换时是否有眼球震颤及眼震的方向来判断是否为耳石症。

治疗耳石症有效的方法是医生通过手法将耳石复位，也可采用药物辅助治疗。

沈春华

科学食养 健康生活

为养成科学合理的膳食习惯，市疾控中心提醒您关注以下准则，健康生活：

准则一：食物多样，合理搭配。坚持以谷类为主的平衡膳食模式。每天平均摄入12种以上食物，每周25种以上。每天摄入谷类食物200g~300g，其中包含全谷物和杂豆类50g~150g、薯类50g~100g。三餐有蔬菜，保证每天摄入不少于300g的新鲜蔬菜，深色蔬菜应占二分之一。天天吃水果，保证每天摄入200g~350g的新鲜水果。每天摄入液态奶制品300ml以上。鱼、禽、蛋类及瘦肉摄入量要适量，平均每天120g~200g。每周最好吃鱼300g~

500g、蛋类300~350g、畜禽肉300g~500g。少食深加工的肉制品、肥肉、烟熏和腌制类食品。

准则二：吃动平衡，保持健康体重。各年龄段人群都应食不过量，每天坚持进行运动，每周至少进行5天中等强度的运动，累计150分钟以上。适当进行高强度有氧运动，加强抗阻运动，每周2天~3天。减少久坐时间，每隔一小时起来动一动。

准则三：少盐少油，控糖限酒。成年人每天摄入食盐不超过5g、烹调油25g~30g。控制添加糖的摄入量，每天不超过50g，最好控制在25g以下。不喝或少喝含糖饮料。反式脂肪

酸每天摄入量不超过2g。儿童、青少年、孕妇、哺乳期女性以及慢性病患者不宜饮酒。

准则四：规律进餐，足量饮水。合理安排一日三餐，定时定量，不漏餐。规律进餐、饮食适度，不暴饮暴食、不偏食挑食、不过度节食。足量饮水，少量多次。一般情况下，成年男性每天饮水1700ml，成年女性每天饮水1500ml。推荐多喝白开水，少喝或不喝含糖饮料，不用饮料代替白开水。

准则五：会烹会选，会看标签。学习阅读食品标签，合理选择预包装食品。学习烹饪，传承传统饮食，享受

食物的天然美味。

准则六：讲究卫生，杜绝浪费。使用公筷，实行分餐制，珍惜食物，按需备餐。

张小然

疾病防控

主办
漯河市疾病预防控制中心
漯河市疾病预防控制中心微信公众号

黄斑变性的预防

1.注意生活调养。研究表明，老年黄斑变性的发生与阳光照射、吸烟、饮酒、心血管疾病等均有相关性。日常生活中，要少用眼，避免眼睛疲劳；保证充足睡眠，失眠者或神经衰弱者要在医生指导下用药；不吸烟，少饮烈性酒。

2.注重饮食结构。补充维生素含量高的食物可增强视网膜对自由基的防护作用，限制或减轻光照对视网膜黄斑组织细胞的分子损伤。因此，应选择富含蛋白质、维生素且易于消化的食物。同时，食用富含叶黄素和玉米黄素的食品能预防老年性黄斑变性的发生。玉米里玉米黄素的含量较高，老年人可多吃玉米。

3.补充抗氧化剂。黄斑变性的发生和视网膜组织慢性光损伤有一定关系。因此，想要预防该病，要适当补充抗氧化剂，比如维生素E、维生素C等。这样可避免黄斑细胞受到损坏，从而预防黄斑变性的发生。

漯河中西医结合眼科医院提供



专家链接

梁振华，漯河中西医结合眼科医院院长，市第六、第七届人大代表，市知名中医专家，河南省健康促进会委员。他从事眼科临床工作30余年，是我省较早采用中西医结合诊治眼部疾病的专家之一，在治疗黄斑病变、眼底病变、视网膜病变、眼底出血等方面有独到之处。

漯河中西医结合眼科医院

诊疗科目：眼科、中医眼科、中医内科、内科、普通外科、超声诊断等。

地址：海河路与山路交叉口向西30米路北 电话：13939552328
(漯)医广【2022】第07-08-056号