

# 我院荣获山东省癌症筛查及早诊早治工作先进集体

**本报讯** 近日，山东省召开2024年度全省消化道肿瘤筛查工作启动及2023年度工作总结大会。会议对2023年消化道早癌筛查的个人及单位进行了表彰，我院消化内科荣获“先进集体”，盖伟获得“农村癌症早诊早治项目”先进个人，田忠敏、田宗彪荣获“淮河流域早诊早治项目”先进个人。

癌症一直是影响人类生命健康的“头号杀手”。据统计，全球约50%的消化道癌症发生在中国，主要是食

道癌、胃癌、结直肠癌，如果在消化道癌早期及时治疗，治愈率可以达到90%以上。因此，消化道癌防治关键在于早发现、早诊断、早治疗。世界卫生组织提出，三分之一的癌症完全可以预防，三分之一的癌症可以通过早期发现得到根治，三分之一的癌症可以运用现有的医疗措施延长生命、减轻痛苦、改善生活质量。我院消化内科承担淮河流域消化道早癌筛查已10余年，为了能更好地提高消化道早癌的检出率，我院

购置了当今最先进的奥林巴斯主机及胃肠镜；消化内科二病区盖伟主任前往中科院肿瘤医院跟随王贵齐主任（国家癌症中心首席专家）学习6个月；每年均选派科室人员前往北京、上海等医院进修学习；内镜室田忠敏护士长不仅对于筛查所需的器械、染色剂给予大力支持，更选派多名护理骨干参与筛查工作；病理科李昌主任、段超医师加班加点完成病理阅片工作，在医护的共同努力下，获得了此次诸多荣誉。□田宗彪

# 我院在省医院感染管理学术年会感染管理持续质量改进优秀案例交流会中荣获佳绩

**本报讯** 5月17日—19日，由山东省公共卫生学会、山东省中医药学会联合主办的2024年山东省医院感染管理学术年会在济南召开。我院感染管理科专职人员及部分重点科室监控人员参加本次会议。

会议首先进行“医院感染管理持续质量改进优秀案例交流会”，我院李赛、苏祥的《基于风险评估的医院感染管理效能提升实践》和马琳琳、孙玲的《运用质量管理工具提高抗菌药物治疗前病原学送检率》在全省各级医院投稿的53个案例中脱颖而出围决赛，经过精彩的汇报，分别荣获“二等、三等优秀案例”。

因《基于风险评估的医院感染管理效能提升实践》案例极具创新性、实用性和可推广性，在年会学术报告中作了二次分享汇报，为参会的各医院感控同仁提供了极具参考价值的感控管理经验和方法，受到参会人员的高度认可。

本次会议，展现了我院高质量的医疗管理服务水平，同时学习借鉴其他医院的优秀成果，增加了与各医院感控同仁的交流与合作，为进一步提升我院感染管理质量，优化管理服务流程积累了宝贵经验。

□感染管理科

# 善医善美 “卸甲”无痕

## ——乳腺甲状腺外科成功开展甲状腺腔镜手术

**本报讯** 近日，我院乳腺甲状腺外科成功为一名青年女性患者进行经腋窝入路腔镜下甲状腺肿瘤切除术。该技术的成功开展为患有甲状腺疾病需要手术治疗的患者提供了新的术式选择，在治疗疾病的同时兼顾美容效果，标志着我院甲状腺肿瘤手术治疗进入了腔镜、无痕的新时代，填补了该院在该项手术领域的空白，开启了该院腔镜治疗甲状腺疾病的新篇章。

患者，女，23岁未婚。查体可及甲状腺左侧叶肿物，颈部凸起较明显，严重影响了患者颈部美观，且伴有压迫症状。超声考虑甲状腺囊实性结节（囊性成分较少），患者身体和心理都受到较大影响，强烈要求手术，且要求无疤痕手术。孙守毅医师接诊后，经过科内一起讨论、分析病情，明确手术指征，无明显手术禁忌，决定为患者进行腔镜下甲状腺肿瘤切除手术。

常见的甲状腺腔镜手术入路有经锁骨下入路、经胸乳入路、经腋窝入路和经口入路等。考虑患者较年轻，且对美容的要求极高，在与患者及家属充分沟通后，患者选择经腋窝入路这种美容效果较好、创伤较小，但是操作相对复杂的手术方式。在俞景奎主任医师、李峰主任的支持和指导下，孙守毅副主任、张腾主治医师在麻醉科、手术室的密切配合下，对该患者实施了经腋窝入路腔镜下甲状腺肿瘤切除术。

术中快速病理提示为：“（甲状腺左侧叶肿物）滤泡增生结节，部分滤泡上皮呈乳头状增生”，为良性病变。腔镜下手术精细化操作，术中出血量极少，手术顺利完成。术后，患者在科室护理团队的精心照料下恢复良好，颈颈没有留下任何痕迹，腋窝切口也非常隐蔽，患者无特殊不适，顺利康复出院，对手术效果

非常满意。腋窝入路腔镜下甲状腺肿瘤切除术，将颈部切口转移到腋窝，较隐蔽且腋窝疤痕不明显，既解除了病症又达到了较好的美容效果，避免了术后瘢痕给患者带来的身体和心理创伤，为患者提供了“精准、安全、美容”的手术方式。

我院乳腺甲状腺外科目前可开展经锁骨下入路、经胸乳入路、经腋窝入路等多种甲状腺腔镜手术。甲状腺腔镜手术适应证：良性肿瘤最大径≤4CM，囊性为主的良性肿瘤可以适当放宽指征；需要手术的甲亢患者，甲状腺肿大应不超过II度，单侧腺体评估<60g；分化型甲状腺腺瘤直径≤2CM，且未侵犯临近器官。

**手术咨询、预约电话：**  
孙守毅 18266069699  
张腾 17863287288  
□乳腺甲状腺外科

# 腰腿酸痛下肢麻木原来是脂肪在“作怪”



**本报讯** 患者，女，52岁，近年来深受腿麻腿疼困扰，前后跑了多家医院，始终找不到明确病因，尝试了针灸、理疗、小针刀、药物等很多种治疗方法，症状非但没有缓解还有加重趋势，严重时走不到50米就疼痛难忍。

患者经他人介绍来到我院脊柱外科门诊就诊，朱中蛟副主任通过患者的主诉及详细的查体发现她存在间歇性跛行的表现，腰椎过伸试验阳性，提示为典型的腰椎管狭窄的临床表现，但通过患者的腰椎CT，却发现其不存在腰椎间盘突出或黄韧带肥厚、骨性增生等情况，不存在腰椎管狭窄。但患者症状这么重，肯定有问题！细心的朱中蛟医师建议患者完善核磁共振等检查，发现她的椎管内挤满了脂肪，导致硬膜囊受压变形成Y型。

原来，这是一种比较罕见的“特发性椎管内硬膜外脂肪增多症”。硬膜外脂肪增多症(Spinal epidural lipomatosis, SLE)是指椎管内硬膜外间隙正常脂肪组织的病理性增生。其原因是椎管内脂肪填充，行走时黄韧带皱褶，椎管内静脉充血导致椎管进一步狭窄，压迫了马尾及神经根所致。好发于男性，好发于胸段，其次为腰段。硬膜外脂肪增多症常见的病因多与长期摄入外源性甾体类激素、激素异常疾病、肥胖症等有关。

正常人的椎管内，都含有少量的脂肪组织。但该患者的腰椎管内脂肪含量却异常增多，对神经产生了明显的压迫，因而出现相应的神经压迫症状，严重影响了工作和生活。但常规开放手术创伤大，并且患者体型肥胖，对手术暴露及切口愈合都有一定影响。朱中蛟带领科室团队经过认真检查、准备，并与患者沟通后，决定通过UBE（单侧双通道脊柱内镜技术）手术为患者解除病痛。

UBE是一种新的微创脊柱外科技术，已被用于治疗脊柱退行性疾病，如椎管狭窄和腰椎间盘突出。UBE技术能有更好的手术视野，更少的组织显露和肌肉剥离，从而提供更快的术后恢复。UBE通过去除过多的椎管内脂肪组织直接实现神经减压，对硬膜外脂肪增多症的治疗可以取得满意的临床疗效。

经过1个小时的精细操作，手术顺利完成。术后，患者感觉困扰1年多的双下肢疼痛麻木明显缓解，第二天下床行走，第三天出院。

**朱中蛟**，山东大学博士，副主任医师，医务科副科长兼脊柱外科副主任，德国帕德博恩约瑟夫基金会兄弟医院访问学者，济宁

医学院兼职副教授、枣庄科技职业学院客座教授、滕州市中心医院外科学教研室副主任。现任山东省医师学会转化与创新专业委员会常务委员、山东省疼痛医学学会微创神经脊柱专业委员会常务委员、山东省医学会骨科分会基础理论专业委员会常务委员、山东省医学会骨科分会青年学组委员等学术职务。

从事临床工作二十余年，对医术精益求精，在完成常规门诊、病房的各项诊疗工作同时，积极参加疑难病例讨论及诊疗工作。曾于首都医科大学宣武医院、山东大学齐鲁医院、山东省立医院、德国帕德博恩约瑟夫兄弟医院等国内外知名医院进修学习。熟练掌握脊柱外科常见病、多发病及疑难病症的诊治技术，擅长开展颈椎前路减压融合固定术、颈椎后路单开门减压非融合术或融合内固定术、胸椎管扩大成型术、腰椎椎间融合固定术、显微镜下突出髓核摘除术、显微镜下椎管内肿瘤切除术、显微镜辅助经通道椎间孔入路腰椎管减压椎间融合术(MIS-TLIF)、经皮椎弓根螺钉内固定术及骨质疏松性压缩骨折胸腰椎椎体成形术及后凸成形术等各项工作。

尤其擅长脊柱微创手术，常规开展微创椎间孔镜治疗腰椎退行性疾病。在枣庄率先开展单侧双通道脊柱内镜(UBE)技术治疗腰椎间盘突出症和腰椎管狭窄症，填补了枣庄市空白，以其微创、精准、治疗效果好，并发生症少等优点，受到患者好评。

主持和参与国家级、省级及市级科研（参与国家自然科学基金项目2项），获枣庄市科技进步奖2等奖4项，获枣庄市自然科学优秀成果奖4项。发表学术论文10余篇，其中以第一作者SCI论文3篇，出版专著3部，发明专利2项。

2016年获得“优秀青年医师”称号，2017年获“枣庄市第二届青年科技奖”，2020年获“善国名医”称号，并被济宁医学院评为“优秀教师”，2021年被菏泽医学院评为“优秀临床带教老师”，2022年获“优秀科主任”称号，多次被评为“先进工作者”“教学先进工作者”，2022年、2023年连续两年被滕州市卫生健康局评为“优秀医务管理者”。

门诊时间：周四全天

□李明

# 夏季中医话养生

**本报讯** 梅子留酸软齿牙，芭蕉分绿与窗纱。转眼间，又到了绿荫繁茂的夏季。此时天气炎热，中医认为人与自然界相通应，受夏季季节特点的影响，夏季人们的情绪易于亢奋，生活中容易熬夜、饮食生冷之品等，如不注意防护，很容易损伤身体阳气。那么夏季应如何养生呢？

## 重在调心

在中医学中，夏季“五行”属火，对应于人体“心”气。故夏季首先注意心神的调养。《黄帝内经》认为在夏季应“使志无怒”，保持心情和顺，戒怒戒躁，避免情绪波动过大。另外，“汗为心之液”，夏季炎热，应避免出汗过多，否则可能出现血液浓缩，血行不畅，变为瘀血，从而导致心脏病的出现。

## 合理休息

夏季昼长夜短，天气炎热，人们普遍睡觉少、睡不好、易失眠。《黄帝内经》指出应顺应夏季气候：“夜卧早起，无厌与日”。睡眠时间可适当较其他季节偏晚（不应超过23点），以防阴气不足；天明即可起床，补充阳气增长。另外夏季气温高，人体血管扩张，血液聚于体表；午餐后胃肠道供血增加，大脑供血相对减少，人容易产生困倦感。午睡有助于养神、缓解疲劳；中医提倡子午觉，即子时、午时保证睡眠。午睡时间一般半小时左右，不宜超过1小时，午睡时间过长，可能会进入深度睡眠状态。这种状态下被唤醒会导致身体感到不适，如头痛、困倦等，或者会干扰晚上的睡眠。

## 适度运动

夏季不宜过度运动。运动量大导致出汗太多，可使机体水分和盐分大量流失，高温下容易中暑；剧烈运动本身亦增加心脏负担。故在夏季一般建议选择相对平和的运动，如太极拳、八段锦、散步、慢跑等，使身体微微出汗，以排除身体湿气及促进气血运行，运动后要及时补充水分及电解质，防止“气随津泄”。运动时间也有讲究，建议选择安静舒适的清晨或凉爽的傍晚，应避免酷日难耐的中午。

## 清淡饮食

夏季天气炎热，饮食上如不减少辛辣、油腻、油炸等上火之品的摄入，可能会出现机体上火过旺，导致痤疮、口疮、便秘或痔疮等症状的出现。一旦没有管住嘴，上火之物吃的多，可以适当吃一些苦瓜、生菜、冬瓜等食品，有助于清泻火热。同时，水果和蔬菜富含水分、维生素和矿物质，有助于补充身体的水分和营养。

另外，到长夏时节（一般指7月7日至8月6日），气候又湿又热，这时应当适当食用具有清热解暑、利湿作用的食材，如绿豆、薏米、荷叶等。

## 冬病夏治

冬病夏治是中医传统的防病治病理念，它主要针对在冬季因阳气不足所导致的疾病，在夏季运用相关中医治疗手段，提升机体阳气，从而减少相关疾病的发生。

冬病夏治常用的治疗方法有穴位贴敷、艾灸、刮痧、中药等。其中穴位贴敷最具有代表性，它是在三伏天时期，使用有温通作用的中药配方制成贴敷药物，贴敷在身体某些部位，通过穴位刺激和经络传导，达到温通经脉、增强免疫、散寒除湿的作用。

应当注意的是，虽然冬病夏治有很多好处，但并不适合所有人。建议在中医医师的指导下进行治疗，以免出现不良影响。 □梁文超



# 世界上辐射最强的地方是哪里？

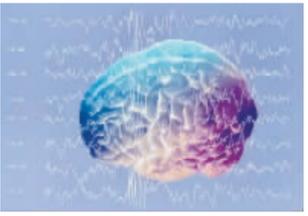
**本报讯** 医生，你们核医学科，不是到处都是辐射？

医生，做一次PET/CT是不是要吃很多射线？作为核医学工作人员，常常被问到各种辐射相关的问题，今天就跟大家简单说一下辐射。

首先，辐射无处不在。人类生活环境就一直存在包括宇宙射线和自然界中天然放射性核素发出的射线，称为天然本底辐射。例如土壤、岩石和饮水中存在的铀-238、钍-232、钋-210、镭-226等放射性核素，很多食物以及人体本身也含有的放射性核素钋-40。随着近代科技发展，核工业的兴起和广泛应用也带来一定的辐射。当然，很多医疗设备也带来了额外的辐射。

其次，放射性万万不能抛开剂量，评价辐射剂量常用单位为毫希沃特(mSv)。不同地区的天然本底辐射强度是不同的，我国天然本底辐射平均剂量约3.1mSv/年，广东阳江地区大概是全国平均水平的2倍，达到6mSv/年，印度克拉克拉邦居民每年受到的本底辐射为70mSv。目前，公认的致害剂量是100mSv。

## 视频脑电图——癫痫患者非常必要的检查



**本报讯** 脑电图是利用仪器通过头皮来记录脑细胞的活动电位而获得的图形。视频脑电图,就是脑电图和视频的结合,在脑电图设备基础上增加了视频设备(白天高清摄像头拍摄,晚间红外线照明),同步拍摄患者的临床表现,记录患者的发作症状,可以更好地协助疾病的诊断及治疗。该检查白天、晚上都可以做,一般白天做的时候最好能够保持一定的睡眠时间,夜间正常睡眠,这样可以同时看到清醒期和睡眠期的图形,提高检查阳性率。有特殊临床需要的,也可以做24小时或更长时间的检查。视频脑电图无辐射性,对人体无害。

1. 什么样的患者需要进行脑电图检查？

视频脑电图对于癫痫患者是非常必要的检查,且不能被其他检查所替代,癫痫患者需根据医嘱定期复查。对于发作性意识丧失、肢体抖动、头晕、心慌、口角面部抽动、呃逆、眨眼、愣神、头痛、精神行为异常、睡眠障碍、记忆力下降等患者,也需要进行视频脑电图检查,协助疾病诊断。

- (1)与医生预约检查时间,按约定时间、地点安排检查。
  - (2)检查当天用洗发水洗净头发、头皮,洗发后不要涂抹护发用品,检查前保持头发干燥。为利于检查,女性患者头发长度最好保持不过肩或齐耳短发,男性患者也可剪光头发。
  - (3)检查当天穿衣适当,不宜过热或过冷,要穿宽松不易起静电的衣物,气温允许,可穿短袖或开衫。
  - (4)检查当天不宜空腹。
  - (5)检查前勿停用治疗药物或减量。
  - (6)检查时请带一名家属陪护。
  - (7)进行夜间视频脑电图检查时,患者可睡觉,陪护人员需对患者情况进行记录。
  - (8)检查时如病情发作或有不适,及时呼叫值班医生或护士。
2. 预约方式
- 中医认为,肾强脾旺则身正,肾为先天之本,主骨髓、生髓、藏精,主生长发育;脾为后天之本,气血生化之本。对青少年生长发育有直接影响的是脾胃功能的盛衰。脊柱侧弯多属本虚之标实,本虚多为先天之精

X线、CT、核医学ECT、PET/CT检查平均辐射剂量非常低,都在安全范围之内。那么问题来了:普通人所能接触的地方,哪里辐射最强?下图列出了几个典型的事件区域的对当前平均年辐射水平。



香蕉富含钾元素,天然钾当中约有0.0117%的放射性钾——钾40,每吃一根香蕉,就受到约0.0001mSv的辐射。烟草植物易于富集的自然界中的放射性钋-210、铅-210;香烟燃烧后,钋-210、铅-210会附着在烟气中的微小粒子上被吸入肺部,附着于肺部之上并不断积累,在人体中持续不断的放射衰变,为吸烟者和被动吸二手烟的人群带来额外的患癌风险。

## 阿-斯综合征——心脏性猝死的序曲

**本报讯** 阿-斯综合征(Adams-Stokes syndrome),即心源性脑缺血综合征,是一组由心律突然变化引起的急性脑缺血发作综合征。

该病临床表现为突发意识丧失,抽搐,面色苍白、紫绀,大小便失禁等。阿-斯综合征可以是部分心脏性猝死患者的首发表现,心脏骤停2-3秒可表现为头晕;4-5秒则面色苍白、神志模糊;5-10秒即可出现意识丧失;15秒以上则发生抽搐、面色紫绀。该病后果严重,但若能及时识别,及早处理,尚可挽救患者生命。因此,无论是医务人员还是社会大众,都应了解阿-斯综合征的相关知识。

1. 提高识别能力,力争迅速抢救
- 在医院内如发现有人倒地,突发意识丧失,全身抽搐时,应快速检查患者颈动脉搏动,若未触及颈动脉搏动,立即给予胸外心脏按压,保持呼吸道通畅。对于室速、室颤等恶性心律失常,应尽早电除颤,恢复窦性心律。
- 在院外如发现阿-斯综合征患者,非专业医务人员不可用检查颈动脉搏动,立即给予胸外心脏按压,同时呼叫他人尽快拨打120急救电话,有条件时寻找并使用自动

## 青少年脊柱侧弯之食疗有道

**本报讯** 青少年本应姿态挺拔,站立如松。如果出现肩高肩低,怎么也站不直的情况,家长就要当心了,脊柱侧弯很可能发生在孩子身上。

近年来,由于生活、学习习惯不良等因素导致脊柱侧弯率上升,极易造成体型扭曲,内脏发育受影响,近视率增高严重影响青少年健康成长的无法逆转的严重后果。资料证明,近视、肥胖和龋齿之后,儿童和青少年脊柱侧弯已成为第四大常见病。

临床发现,很多脊柱侧弯的孩子属于气虚体质,阳虚体质,生活中可能会出现不良的饮食习惯,如高油、高盐、高糖、偏食、代餐点食、代水饮料等。一般说来,青少年的阳气非常旺盛,生长发育能力很强,当他们出现气虚、阳虚的时候,就容易出现脊柱侧弯。

食疗方法:脾胃虚弱的患者可能会出现怕冷、喜睡、易疲乏、情绪欠稳定、容易感冒、大便不成形等症状,还常伴有腹胀、腹痛等。这类患者可多吃些有温补脾胃功效的食物,肉类类以苹果、桃子、大枣、龙眼等为宜,少吃梨、杨桃、百合等;蔬菜宜多食山药、葱、姜、葱白、扁豆等,苦瓜、黄瓜则少吃;肉类类多食牛肉、羊肉、鸡肉等,蟹、鸭等则应少食。

补肾食疗方法:肾阳虚的患者,可能会出现倦怠、畏寒怕冷、腰膝酸软、记忆力下降、小便不畅等症状。此类患者可多吃性温的食物,如羊肉、荔枝、桂圆、韭菜、胡桃仁、杜仲等。

合理的饮食是维持人体健康的前提,有脊柱侧弯的青少年,不仅要积极治疗,还要饮食调理得当,这样不仅可以提高抗病能力,还可以促进疾病康复。

□中医病房 贾青

答案很可能令你感到意外:吸烟者的肺,是世界上辐射最强的地方。

据美国环境保护署数据,如果每天吸1.5包烟,烟民的肺部平均每年最多可受到160mSv的辐射剂量(根据香烟种类,吸烟量不同,辐射剂量可能会更高,二手烟也不例外)。

除此之外,烟草在燃烧时可释放出数千种化学物质,其中有数十种是已知的致癌物质,比如多环芳烃和亚硝胺。

2024年5月31日是第37个世界无烟日,本届活动主题是:保护青少年免受烟草危害

为了您和他人的健康,戒烟从现在开始

