微创腔镜技术岛城领先

专访青岛阜外心血管病医院外科主任兼泌尿外科主任彭国辉

本刊记者 朱夏雅南

彭国辉,青岛阜外心血管病医院外科主任兼泌尿外科主任,主任医师,医学硕士。毕业于华西医科大学,先后荣获青岛港集团优秀科技人才、优秀共产党员和“突出贡献知识分子”称号、青岛市卫生系统文明服务明星、青岛市医疗保险诚信医生和青岛市卫生系统“人民满意好医生”等荣誉称号。

微创手术可根治肾癌

11月24日,家住城阳区的李先生病情痊愈后出院,半个多月前他感到腰疼来阜外医院就诊发现右肾长有个6cm左右的肿瘤。早在四年前李先生就检查出右肾长有3cm的肿瘤,但当时医生误诊为肾囊肿,当时李先生完全可以做保肾治疗,但现在由于肿瘤巨大只能切除肾脏。彭国辉主任亲自主刀为他做了后腹腔镜右肾癌根治术,手术切口只有4cm左右,这是正常手术切口的三分之一长。微创手术不仅能根治肾癌,还为患者减轻了病痛,术后第二天李先生就下地走路了。

从事泌尿外科临床工作20余年的彭国辉主任擅长肾上腺疾病、神经原性膀胱、重复肾输尿管畸形、肾癌等疾病的手术;尤其擅长经尿道前列腺电切术、膀胱肿瘤电切术、输尿管镜输尿管结石、膀胱结石气压弹道碎石术、尿道狭窄切开术、后腹腔镜肾肿瘤、肾上腺肿瘤切除术等微创腔镜手术。

彭国辉主任

让患者少花钱就能治好病

几天前王先生来医院检查时发现患有膀胱肿瘤,治疗费让王先生犯难。王先生说,他今年47岁老家在临沂,家里只剩下母亲一位亲人,几年前他跟妻子离婚后就带母亲一起来青岛打工,由于年龄比较大他一直打零工,收入刚够维持正常生活。彭国辉主任得知情况后,为王先生送去了生活费,拉着他的手说:“放心吧,医院一定会让你花最少的钱就能把病只好。”他的母亲感激地握着彭国辉主任的手,直掉眼泪。

彭国辉主任为患者着想的精神影响着全科室的医护人员,在他的带领下,在生活上给予患者帮助也已经成为外科医护人员的“份内工作”。他们不仅细心周到地为患者服务,还经常为家庭经济困难的患者买饭送营养品。

连续7年组织全国性研讨会

今年10月,中国青岛第七届微创腔镜技术研讨会在彭国辉主任的组织下顺利召开,国内权威专家齐聚阜外医院,在泌尿系统微创治疗领域进行研讨交流,推进了岛城微创腔镜专业技术和泌尿外科临床实践的发展。

2004年青岛阜外心血管病医院引进人才特聘彭国辉担任外科主任。彭国辉主任说,他刚来青岛时微创手术发展得并不理想,为了促进微创腔镜泌尿外科的发展,增进泌尿外科医生间的学习交流,尽快与国际高水平的医疗技术接轨,他组织举办了微创腔镜技术研讨会,在医院领导的支持下研讨会已经连续开展了7年。微创腔镜技术被誉为外科发展史上的里程碑,当前越来越多的有效诊治手段应用到临床,为广大患者带来了福音。

腰疼并非腰椎间盘突出唯一症状

本刊记者 朱夏雅南

家住麦岛附近董先生最近腰椎间盘突出症复发,不得不到医院就诊。董先生说,早在5年前他就患上了腰椎间盘突出,从事体力劳动的他一直都有腰疼的毛病但并没有在意,直到5年前干活时扭到腰,疼得不能走路了才去医院检查,发现患有腰椎间盘突出症。这些年一直注意保护腰部,一有不适就去医院做针灸推拿。

腰痛和坐骨神经痛,就是腰椎间盘突症发出的警示信号。腰椎间盘突出症不仅仅只是中老年人的专利,它同样对青年人有着很大的威胁。青岛市海慈医疗集团骨科主任王相利指出,并不是每位腰椎间盘患者都有腰痛的症状,30%—40%的病人只是出现下肢症状,如早期出现小腿和足部麻木不适,或一开始只有一侧下肢疼痛并伴有麻困症状,但随着病情的发展,最终腰痛和腿痛都会出现。

长期从事坐着工作和体力劳动的人群,极易得腰椎间盘突出症。王相利主任说,导致腰椎间盘突出的原因有很多,随着椎间盘结构的退变,人们的椎间盘并不像儿童期一样牢固结实。天气寒冷潮湿导致腰部血液供应不好,加速腰椎间盘病变。另外,家族有遗传倾向,吸烟的人群患病几率增加。同时腰椎间盘突出与体型体重也有关系,过胖或过瘦的人群也极易患腰椎间盘突出症。

据青岛市海慈医疗集团针灸推拿科刘立安主任介绍,如果患者不手术,保守治疗腰椎间盘突出症中医具有很大优势,而且治疗效果很好。随着寒流的到来,从门诊量上看,现在患腰疼病的患者很多,其中大多数患者患有腰椎间盘突出症。从事针灸推拿工作近30年的刘立安主任说,中医治疗腰椎间盘突出以针灸为主,推拿为辅。中医具有“简便廉验”的特点,治疗简单、止痛快,花最少的钱就能治好病,所以深受腰椎间盘突出症患者的青睐。

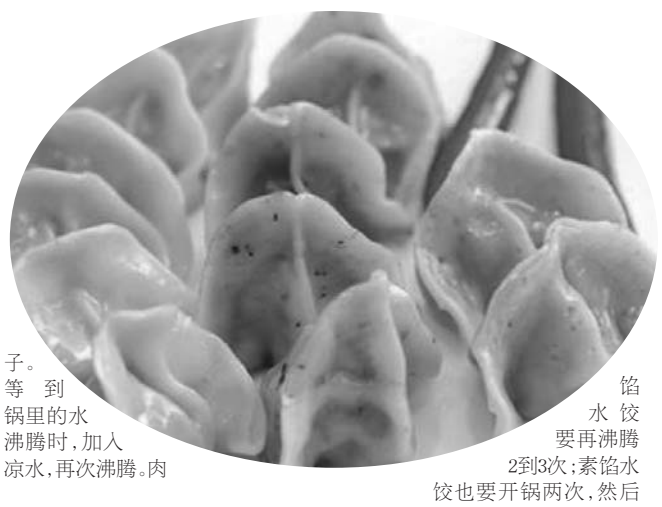
在平时工作生活中要注意坐姿,不要长期一个姿势坐着。像司机长时间坐着工作的人们可以在座椅上加一个靠背。专家建议,搬重物或从事其他体力劳动者要合理用力,上肢、腰部、下肢要协调,避免局部用力。同时也要避免长期在阴冷潮湿的环境下工作,让腰背部多接受阳光。控制体重,适量运动,注意腰背部练习也很关键。

速冻饺子加葱煮不易破

本刊记者 朱夏雅南

思念“病菌门事件”余波尚未消去,三全食品旗下两款速冻水饺均被检查出含有金黄色葡萄球菌。该公司一名负责人称不清楚什么原因导致该批次产品细菌超标。据了解,金黄色葡萄球菌属于高致病菌,人体感染后可引起局部化脓,也可引起肺炎、肠炎、心包炎等,甚至败血症、脓毒症等全身感染。

由于速冻水饺有可能污染治病菌,一旦火候不到,很容易发生食物中毒。煮速冻水饺如何防止外熟里生,专家为市民支招。首先把水烧开,水不能太少,不然水饺皮会粘锅底。等水烧开后,把速冻水饺放到锅里,不断用勺子沿锅边儿搅动,防止水饺粘连。要注意的是勺子背面朝向水饺,避免划破饺子。等到锅里的水沸腾时,加入凉水,再次沸腾。肉馅水饺要再沸腾2到3次;素馅水饺也要开锅两次,然后捞出即可。煮饺子全程都要敞着锅,不要盖锅盖。



速冻饺子容易煮破是因为饺子冻了又化,化了又冻造成的,冷热交加会有力的产生,饺子皮是最直接的受力点,因此速冻饺子会煮破是很正常的事。

煮饺子时,用锅先将水烧开。在锅里放几段大葱,接着就可以下饺子。大葱的脂肪在沸腾的水里就会很快溶于水中,饺子下锅之后,溶于水中的大葱脂肪就会迅速包裹在饺子的表皮上,形成了我们肉眼看不到的一层保护膜,那么饺子和饺子之间就润滑多了,这样煮出的饺子既不容易粘连,也不容易煮破,还不影响饺子的鲜味。

大雾天气不易晨练

本刊记者 朱夏雅南

进入冬季以来,大雾天气出现的频率越来越多,一些地区甚至因大雾的出现导致了多起交通伤亡事故,可见大雾天气对人们的生活带来了多大的影响。近日,岛城被大雾笼罩,市区高楼若隐若现。由于能见度低,司机应小心驾驶,须打开防雾灯,与前车保持足够的制动距离,并减速慢行;需停车时要注意先驶到外道再停车。

一早起床去晨练是许多人养生的方式之一,但在大雾天则会适得其反。常言道:秋冬毒雾杀人刀。眼下这个时节的雾对人体健康有一定危害,尤其是对心脑血管和呼吸系统疾病高发的老年人群体。医生提醒,大雾天气,市民锻炼最好由早上改在下午。

28日下午,记者在青岛市妇女儿童医院了解到,最近来医院上呼吸道感染和过敏性疾病的患者明显增多。“最近,晚上睡觉经常感到胸闷气喘。”刚刚看完病的王先生说,他早起晨练已经形成了习惯,但是一遇到大雾天气,就会出现咳嗽咽痛等不适症状。

据呼吸道专业门诊主任孙广荣介绍,大雾天气,空气中的微粒尘埃增多,会引起肺炎、气管炎和一些过敏性疾病,雾中的一些病原体还会导致头痛,甚至会诱发高血压、脑溢血等疾病。专家建议,大雾天气应尽量减少在室外的时间,避免到人多的地方。出门时可以戴上口罩预防,同时饮食还要注意清淡,少食刺激性食物。