

手腕有囊肿 可得当心了!

本报记者 马媛媛
通讯员 苗广锋

家住潍城区的张大妈,无意中发
现左手腕背上有一个约一角硬币大小
的小肿块,肿块摸上去软的,但不太
痛,穿衣服干活时总感觉有些不舒服,
特别是碰到硬物的时候有些酸痛,本
以为是手背发炎化脓了,医生检查才
发现,这是腱鞘囊肿。

解放军第89医院手外科赵志钢
主任介绍,腱鞘囊肿是手部最常见的
肿物,约占手部所有软组肿物的50%-
70%。其中,腕背腱鞘囊肿更多见,约占
到手及腕部所有囊肿的60%-70%。腱鞘
囊肿多见于女性,好发于20-50岁,但也
有儿童发病的报道。在所有的病例当
中,只有10%~50%有明确的外伤史,反
复微小的创伤看起来也是一个致病的
因素。

据介绍,腕背腱鞘囊肿多源于舟

月骨间韧带背侧部,表现为囊性肿物,
位于第3、4伸肌间隔之间,拇长伸肌腱
远尺侧。源于舟月骨间韧带的囊肿,有
时也可以出现于腕背的其他位置,甚
至延伸至桡侧,出现在腕关节掌侧者
则有一长蒂相连。因此,诊断腱鞘囊肿,
认真地触诊,确定其大小、范围、延伸方
向及囊肿蒂的来源是至关重要的。

腱鞘囊肿有哪些表现?腱鞘囊肿
最好发于腕背面、手的掌指关节附近
的掌侧面,出现一种发展缓慢的小肿
块,呈圆形或椭圆形,高出皮面,状如手
表。内含无色透明或微白色、淡黄色的
浓稠胶冻状粘液,任何年龄均可发病,
女性多于男性。初起质软,能触有轻微
波动感。日久纤维化后,则可变硬,多无
症状,很少有疼痛或轻度痛感,表面光
滑,少数按之有酸胀、疼痛或自觉无力
感。囊肿与皮肤无粘连,周围境界清楚,
但根基固定,几乎没有活动。

赵志钢主任介绍,腕背腱鞘囊肿
切开切除术,虽然可以降低囊肿的复

发率,但也并非是一个有益无害的治
疗。尤其是当患者把它想象成一个非
常简单的小手术时。患者会抱怨手术
留下的瘢痕,还会因手术切口波及背
侧感觉神经而引发的切口远端及周围
皮肤的麻木感。另外,还有患者抱怨腕
关节僵硬,特别是关节掌屈。原因多是
关节制动时间过长,或者是没有旷置
关节囊切口而是关闭了它。

目前,腕背腱鞘囊肿镜下切除,具
有很多优势。最重要的是,关节镜手术
之后可以最快的速度恢复腕关节的运
动功能,这对需要马上用双手照顾孩
子的母亲来说更加重要。同样,对为
自己劳作的专业人员或手工操作者来
说,不可能长时间地脱离工作岗位,也
许会需要这种镜下切除手术,以尽快
地恢复腕关节运动及工作。另外,多
数患者更愿意接受关节镜入路瘢痕而
不是切开手术的瘢痕。而且,临床上,
镜下手术之后出现麻木感觉的几率也
少于切开手术。

冬季和宝宝一起预防流行病

本报记者 马媛媛

孩子是初冬季节各类流行疾病的易感
人群。初冬气候变化大,温度变化大、昼热夜
凉,抵抗力减弱,早晚受凉极易使宝宝得病。
如何预防及应对,让孩子健康快乐地度过这
个阶段呢?儿科专家介绍了以下几种常见病
及应对措施,希望能对家长起到一定帮助。

应对腹泻: 避免给宝宝吃生冷食物

初冬容易发生初冬腹泻,每年11月
份是小儿初冬腹泻的高发季节,患儿
的年龄大多在2岁以下,“轮状病毒”是
小儿初冬腹泻的主要病原体。由于婴
幼儿胃肠道发育尚未成熟,免疫功能
不完善,酶的活性较差,致使肠道负担
重,所以很容易发生腹泻。通常表现为
大便次数增多,呈稀水样或蛋花汤样,
常伴轻或中度脱水及代谢性酸中毒,
部分患儿可出现发热、上呼吸道感染、
呕吐等症状。

对策:注意饮食卫生,给宝宝生食
瓜果蔬菜要洗涤消毒,彻底清洗干净;
加强宝宝餐具的卫生,注意宝宝玩具
的清洁;培养饭前便后洗手等良好个
人卫生习惯;避免给宝宝吃过冷、过生
的食物,避免食用过甜和油腻食品,杜
绝生吃水产品;在腹泻流行季节,避免
接触患腹泻病的孩子,不要带宝宝到
人多的场所玩耍;如果宝宝患腹泻,应
立即隔离治疗,并妥善处理大便;患病
后应喂宝宝稀粥、面条等容易消化的
食物,不可进食肉类,不可喝果汁、蜂
蜜,否则加重胃肠道负担消化可能使
病情加重;及时给腹泻宝宝补充口服
补液盐,当宝宝出现口渴干燥、面色发
灰、尿量减少及皮肤失去弹性等现象
时,应立即送医院诊治。

应对哮喘: 家里尽量不要养宠物

诱发哮喘的常见过敏原为花粉、
灰尘、鱼、虾、海鲜、牛奶、油漆及药物,
如头孢、青霉素等。此外气候变化或情



绪变化能诱发哮喘,急性上呼吸道感
染也是引发哮喘的原因之一。临床表
现为宝宝晨起时或运动后咳嗽明显,
病情加重时会出现气急、口唇发紫及
鼻翼扇动现象。

对策:要避免宝宝与过敏原的接
触,对已知过敏原更应杜绝接触;房间
要求通风、干燥,注意居室卫生清扫,避
免铺设地毯,避免灰尘飞扬;不宜给宝
宝玩长毛绒玩具;床单以及床上用品
应定期用开水烫洗以杀死尘螨;对狗
(猫)毛过敏宝宝的家中不要养宠物;
宝宝在运动后不要过于劳累,注意天气
变化,避免因着凉而患感冒。

应对急性肾炎: 增强体育锻炼,提高宝宝体质

急性肾炎也是宝宝在初冬容易生
的疾病,与急性化脓性扁桃体炎或皮
肤化脓性感染密切相关。扁桃体炎常
常是由溶血性链球菌引起,在体内可
以产生抗原,抗原抗体起免疫反应时
可导致急性肾炎。发病初期可表现为
低烧、头晕、呕吐、食欲减退,不容
易引起重视,病情严重时可出现血尿、
浮肿。

对策:加强宝宝身体锻炼,增强体
质,提高宝宝抗病能力;要注意宝宝的
皮肤卫生,给宝宝勤换衣、勤洗澡;防

宝宝被蚊虫叮咬以及皮肤感染;注意
宝宝尿液的异常情况;患急性肾炎的
宝宝要及时治疗,避免剧烈运动,避免
摄入过多的盐以减轻肾脏的负担。

应对流感: 经常开窗,保持空气流通

初冬是流感病毒多发季节,流感
是由流行性感冒病毒引起的一种急性
呼吸道传染病,在冷暖交替季节易发
生。流感潜伏期短,一般为1~2天,临
床表现为高热、头痛、流涕、四肢酸痛等
症状,部分病例可并发肺炎等。流感主
要通过呼吸道传播,传染性强、传播迅
速,易在集体单位发生。

对策:流感流行季节减少到公共
场所或空气混浊场所,家庭和学
校、幼儿园等集体单位应经常开窗通
风,保持空气流通;宝宝接受小儿流
感疫苗接种可增强对病毒免疫力;
要适当多喝水,多吃水果,增强机体
抵抗力;避免用手指揉眼睛和鼻子;
尽量避免接触感冒患者,若接触到感
冒患者或他们碰触过的东西后要洗
手;为宝宝营造一个安静、空气流通
的舒适睡眠环境,为宝宝提供充足的
睡眠和休息,提高宝宝的抗病能力;
如出现流感症状,应及时就治。

首批省级餐饮 安全示范学校食堂 潍坊占三所

本报11月28日讯(记者 马媛媛)26
日,山东省教育厅公示2013年度第一批省
级餐饮安全示范学校食堂名单,山东大
学中心校区齐园餐厅等121家学校食堂
上榜,其中潍坊有三所,潍坊医学院杏林餐
厅、青州市旗城学校食堂和昌邑市文山中
学第五餐厅。

《关于公示2013年度第一批省级餐
饮安全示范学校食堂名单的通知》说明,按
照《山东省学校食堂餐饮安全示范创建工
作方案》,经学校自愿申报、食品药品监
管和教育行政部门联合逐级推荐,省食品
药品监督管理局和省教育厅依据《山东省
2013年省级学校食堂餐饮安全示范创建
评定验收工作方案》组织验收评定,拟定
山东大学中心校区齐园餐厅等121家学
校食堂为2013年度第一批省级餐饮安全
示范学校食堂,并予以公示。

据介绍,公示期10天,自2013年11
月27日至12月6日止,社会各界可予以
监督。

淘宝目前 没有合法药店

本报11月29日讯 “淘宝里面没有合
法药店,不允许销售药品。”国家食品药
品监督管理局药化监管司司长李国庆日
前在参加“部委微博开放日”时透露,目
前药监部门并未开放审批药店在网络交
易平台上销售药品,任何在上面声称销
售产品是药品的都是非法行为。

在淘宝店铺中搜索“药品”,发现
有相关店铺3500余家,这些网店主营产
品包括各类药品、保健品。李国庆表示,
目前淘宝上并不存在合法的药店,所有
销售药品的都属于非法行为。目前获得
药监部门批准的合法网上药品零售企业
有129家。李国庆表示,药品作为特殊
商品,储存运输都有特殊要求,目前普
通快递公司的管理水平和条件还达不到
药品配送的要求,药品在配送途中风险
难以管控。出于对药品质量保证的考虑,
药监部门目前暂不允许委托社会机构
向消费者直接配送药品。



潍坊医学院举办泰山学术论坛 (TAF)2013国际造血干细胞与白血病峰会

本报11月28日讯(记者 马媛媛
通讯员 郑雅琦)23日,由山东省教
育厅主办、潍坊医学院承办的泰山学
术论坛(TAF)2013国际造血干细胞与
白血病峰会在潍坊富华国际会议中心
举行。

潍坊医学院校长马安宁教授、加
拿大多伦多大学Mark Minden教授、
浙江大学医学院金洁教授分别致辞。
潍坊医学院副校长孙宏伟教授出席开
幕式并主持首场报告会,潍坊医学院
副校长、附属医院党委书记晋西学教

授主持开幕式。来自美国、加拿大、
德国以及国内知名专家学者,全省地
市级医院业务院长和血液科主任、医
生代表200余人参加了会议。

此次学术峰会以“造血干细胞与
白血病”为专题,在两天的时间里,加
拿大多伦多大学和大不列颠哥伦比亚
大学、美国国立卫生研究院和克利夫
兰医学中心以及浙江大学、上海交通
大学、复旦大学、山东大学、天津医
科大学、军事医学科学院等国内外知
名学府和科研院所的专家共举办18场精

彩纷呈的学术报告。此次论坛,加强
了国际国内学术交流合作,为进一步
推动造血干细胞与白血病学术研究和
学科建设起到积极推动作用。

据悉,“泰山学术论坛”是省教育
厅为进一步扩大引才工作在海内外的
影响力,引领高校学科发展和人才工
作而设立的高层次学术交流平台,为
山东省建设经济文化强省,开展高水
平学术交流合作,促进学科发展和提
高青年教师创造能力,发挥了重要作
用,被评为“山东省人才工作十大出色
项目”。