

高难度微创手术显神威 复杂危重症患者获新生

——大同守住消化病医院成功为七旬老人实施高难度微创胰腺十二指肠切除术

本报记者 杜一博 通讯员 郭承宗

“妈，咱们回家喽！”初冬的阳光透过大同守住消化病医院的病房窗户，洒在一位七旬老人的脸上，她握着孩子的手，脸上满是劫后余生的释然和重获新生的喜悦。

就在一个月前，七旬老人王老太还因壶腹周围癌合并胰头癌导致重度阻塞性黄疸，全身皮肤黄如“金人”，患者前后辗转多家三甲医院，均因此类手术难度系数太高而无能为力。如今，经过大同守住消化病医院外科团队微创胰腺十二指肠切除术的救治，以及护理团队的精心照料，王老太各项指标恢复正常，终于顺利踏上了回家之路。这例手术的成功，不仅为老人夺回了生命，更是在我市高难度微创腹腔镜手术领域写下了浓墨重彩的一笔。

突发急症迅速加剧 辗转求医希望初现

时间回溯到今年9月初，王老太突然出现皮肤、眼睛发黄的症状，起初家人以为是普通的“上火”，自行购买药物服用后症状不仅没有缓解，反而愈发严重，短短一周内全身皮肤黄得发亮，连尿液都呈浓茶色，整个人虚弱无力，进食困难。家人急忙将其送往医院检查，初步诊断为阻塞性黄疸，建议立即转往三甲医院进一步治疗。

随后的半个月里，家人带着王老太先后奔波于市内多家三甲医院，完善相关检查后，一份沉重的诊断书摆在了家属面前：壶腹周围癌合并胰头癌，肿瘤压迫胆管导致阻塞性黄疸。更让家属心凉的是，多家医院在评估病情后均表

示，患者年事已高，且同时患有两种恶性肿瘤，手术需要切除胰头部、十二指肠、胆囊、部分胃及胆管等多个重要脏器，还要进行胰肠、胆肠、胃肠等多部位吻合，手术步骤极其复杂，创伤大、风险高，术后并发症发生率极高，考虑到患者身体状况，均建议采取保守治疗。

“难道真的只能看着老人这样一天天衰弱下去吗？”经人推荐抱着最后一丝希望，家人带着老人来到大同守住消化病医院就诊。

“患者入院时全身皮肤黏膜重度黄染，精神萎靡，肝功能严重受损，胆红素指标远超正常范围，情况十分危急。”大同守住消化病医院外科院长庞国回忆起王老太入院时的情景仍心有余悸。该院立即为患者开通绿色通道，组织外科、麻醉科、影像科、护理部等多学科专家进行紧急会诊。专家团队在庞国院长的带领下详细分析了患者的病情、影像学检查结果及身体状况，一致认为虽然手术难度极大，但保守治疗只能短暂延长患者的生命，而且病情发展变化更不可控，生活质量极差，只有通过手术切除肿瘤、解除胆道梗阻，才能从根本上解决问题。

多学科协作迎难而上 综合研判手术方案

胰腺十二指肠切除术被形容为“外

科手术天花板”，其难度之大、风险之高可想而知，而微创方式下的该手术更是对医院综合实力和医生技术水平的极致考验。手术不仅需要狭小的空间内精准切除多个脏器，还要完成多部位的精细吻合，任何一个环节出现差错都可能导致大出血、吻合口瘘、感染等严重并发症，甚至危及患者生命。对于71岁且合并多种基础疾病的老人来说，手术的挑战更是雪上加霜。

为确保手术成功，该院专家团队制定了详尽的手术方案和应急预案。同时，医院启用了最先进的高清腹腔镜系统、超声刀等微创设备，为手术的精准实施提供了有力保障。

精准微创技术担当 术后监护细致周到

手术当天，由微创外科专家庞国院长亲自带领，手术团队全力投入到手术中。在高清腹腔镜的视野下，医生们凭借精湛的技术，小心翼翼地分离血管、切除肿瘤及病变脏器，精准完成胰肠、胆肠、胃肠吻合等关键步骤。手术室内，医护人员密切配合，每一个动作都精准到位。时间一分一秒地过去，历时3个小时，手术最终顺利完成，术中出血量极少……

手术的成功只是第一步，术后护理同样关键。由于手术切除组织多，患者

术后恢复难度大，该院护理团队制定了精细化护理方案。术后初期，患者需在监护室进行观察，主治医师、护士24小时密切监测其生命体征、意识状态及引流情况，及时处理各种突发状况。待患者转入普通病房后，护理团队更是无微不至，从饮食指导、伤口护理到康复训练，每一个环节都做得细致入微。

医疗技术护航生命 医者仁心再铸奇迹

在医护人员的精心治疗和护理下，王老太的病情逐渐好转，全身黄疸症状逐渐消退，食欲慢慢恢复，精神状态也越来越好。术后一周，患者便可下床活动；术后两周，各项指标均恢复正常；术后一个月，经检查确认恢复良好，顺利出院。

“这次手术的成功，不仅体现了我院外科团队的精湛技术，更彰显了医院多学科协作的强大实力和精细化护理的水平。”大同守住消化病医院庞国院长表示，医院始终坚持以患者为中心，不断引进先进的医疗技术和设备，加强人才队伍建设，致力于为患者提供更优质的医疗服务。此次高难度微创胰腺十二指肠切除术的成功实施，标志着该院在微创外科领域达到了区域领先水平，也为大同及周边地区患有复杂、疑难危重消化系统疾病的患者带来了重获健康的福音。

起红疹瘙痒不止 原是血糖失控惹的祸

72岁的糖尿病患者刘奶奶10年前被确诊糖尿病，因为不太重视，平时很少监测血糖。从几个月前，她就发现自己的胸部下缘、腋窝、腹股沟、腹部褶皱等处出现大量红疹，瘙痒难忍。刚开始，她以为是长“痱子”，可每天用痱子粉也不能止痒，只能用手抓挠缓解，最难受的是经常晚上痒得睡不着觉。入秋后，红疹、瘙痒一直没有消除，刘奶奶的身上已经布满新旧抓痕，近日，她在家人的陪同下来到院就诊。

接诊的大同新建康医院大内科主任焦晓琴检查后发现，刘奶奶的“痱子”并不是热出来的，而是“甜”出来的，是由于血糖失控对皮肤造成的损害。目前，刘奶奶正在遵医嘱接受治疗。

焦晓琴解释道，高血糖造成瘙痒，有两方面的原因，一方面是高血糖会导致身体流失过多水分，使身体处于慢性脱水状态，皮肤会变得干燥、粗糙，就像缺水的土地会龟裂一样，皮肤屏障功能受损后，锁水能力下降，外界刺激物更容易侵入，从而引

发剧烈的瘙痒。另一方面，则是高血糖会直接损伤负责感觉的神经纤维，导致功能错乱。即使没有真正的虫咬或皮疹，大脑也会不断接收到“痒”的错误信号，形成顽固性的皮肤瘙痒，尤其在夜间更为明显。

“对糖尿病患者来说，当皮肤褶皱处反复出现皮疹时，首先应该考虑血糖是否升高。”焦晓琴提醒，规范监测血糖、积极科学治疗，不仅是控制糖尿病本身的要求，也是守护健康的关键所在。当血糖控制好了，皮肤问题也会迎刃而解。

她建议，糖尿病患者日常要注意保持皮肤清洁干燥，穿宽松透气的纯棉衣物，减少腋窝、腹股沟等褶皱处的摩擦；出汗后及时用温和毛巾擦干，避免汗液残留刺激皮肤；洗澡时水温控制在37℃~40℃，少用碱性强的香皂，洗完涂抹医用保湿乳，保持皮肤水润；饮食上少吃辛辣、过咸的食物，减少对皮肤的刺激。一旦出现皮肤异常，不要自己乱用药粉或药膏，更不要拼命抓挠，应及时就医。

(王瑞芳)

豆类食物健康吃有要点

很多人家里餐桌上少不了各种豆类美食，炒豆角、豆角焖肉、凉拌豆角、干煸豆角……豆角的营养如何？每天吃豆角到底好不好？

大同新和医院内科张富明大夫介绍，豆角是对食用豆类的豆制品的统称，而非特指某一类。一般来说，豆角大多都属于蔬菜类中的鲜豆类食物。不过在营养学里，会将豆角当做豆类食物来分析。当然，除了豆角，豆类食物还包括大豆、绿豆、红豆、芸豆、豌豆、蚕豆等。这些豆类食物到底有哪些营养，又该如何健康吃呢。张富明介绍，豆类食物是营养价值很高的一类食物，它们通常有以下优点：

富含蛋白质 豆类、豆制品含有较为优质的植物蛋白，其中大豆(黄豆)的蛋白质甚至可以媲美肉类。

富含膳食纤维 豆类中的膳食纤维丰富，淀粉豆的膳食纤维是大米的两倍以上，饱腹感更强。减肥期间可用豆类代替部分或者全部主食。

富含维生素、矿物质等微量元素 豆类中B族维生素含量非常丰富，是维生素B的良好来源。豆油中富含维生E和维生K，豆类发芽时会产生维生素C和维生素K。豆类还富含钾、镁

和磷，钙、铁、锌的含量也高于谷类，而钠含量很低，是膳食中矿物质的良好来源。

富含植物抗氧化物质 比如，大豆含有大豆异黄酮、大豆卵磷脂、大豆低聚糖等有益物质，一些研究认为，大豆异黄酮有降低乳腺癌风险等作用。

总的来说，豆类含有较为优质的植物蛋白，还富含多种抗氧化物质、维生素E、维生素K、植物抗氧化物质和膳食纤维，有益于降低患肥胖、高血压、心脑血管疾病、糖尿病等多种慢性病风险，每天适当吃一些豆类是有益于身体健康的。

那么，如何健康吃豆类食物呢？

适量吃 中国居民膳食指南建议成年人每天吃大豆和坚果25~35克。注意胃肠道消化功能不是很好的人，日常不用吃太多。

当主食吃 各种淀粉豆类，也被称为杂豆，可以当主食吃。所谓淀粉豆类，包括红小豆、绿豆、鹰嘴豆、干豌豆、干蚕豆、绿豆、小扁豆等。做米饭、煮粥的时候，都可以放一点。

做熟透吃 很多豆类，尤其是四季豆，可能含有对人体有害的皂甙类物质，一定要做熟透之后再吃。

(武珍珍)

别把“腰缠龙”当成普通皮肤病

“医生，我这腰上起了一片疹子，又疼又痒，是不是过敏了？”近期，在市五医院皮肤科门诊里，类似的咨询量明显增加。该院皮肤科主任常桂香指出，这类症状多与带状疱疹相关，尤其冬季气温下降，人体免疫力减弱，该病进入高发期。不少患者因误判为过敏或普通皮炎延误治疗，甚至留下长期神经痛，需格外警惕。

认清“腰缠龙”：疼痛先于皮疹，这些信号别忽视

“带状疱疹民间常叫‘腰缠龙’，但它并非只在腰部，胸背、头面、四肢都可能发病。”常桂香介绍，带状疱疹由水痘-带状疱疹病毒再激活引起，人初次感染该病毒时多表现为水痘，痊愈后病毒会潜伏在神经节内，当免疫力下降(如劳累、感冒、老年体弱、患有慢性疾病等)时，病毒会再次活跃，沿着神经侵犯皮肤，引发症状。

她特别提醒，带状疱疹的典型特点是“疼痛先于皮疹”，约半数患者在出疹

前1~3天会出现局部皮肤隐痛、刺痛或烧灼感，容易被误认为是“肌肉痛”“神经痛”“胃病”甚至“心绞痛”。

待皮疹出现后，可看到沿身体一侧神经分布区域出现成簇的红色丘疹、水疱，水疱不破时像“串珠”，破裂后可能继发感染，整个病程约2~4周。但需注意，免疫力极低的人群(如肿瘤患者、长期使用免疫抑制剂者)可能出现皮疹广泛分布的“播散型带状疱疹”，需紧急就医。

治疗关键：72小时内干预，降低神经痛风险

“带状疱疹治疗的核心是‘抗病毒+止痛+保护神经’，越早干预效果越好，尤其是发病72小时内启动抗病毒治疗，能显著缩短病程、降低后遗症的发生率。”常桂香主任强调。

她解释，常用的抗病毒药物包括阿昔洛韦、伐昔洛韦、泛昔洛韦等，需在医生指导下按疗程服用，不可自行停药；对于疼痛明显的患者，会根据疼痛程度选用非甾体抗炎药(如布洛芬)、钙离子

通道调节剂(如加巴喷丁)等，既能缓解急性期疼痛，也能减少神经损伤；同时还会配合维生素B1、维生素B12等营养神经的药物，帮助受损神经修复。

“很多患者存在误区，觉得皮疹消了就好了，其实疼痛是否缓解才是关键。”常桂香主任说，部分患者尤其是年龄超过60岁、治疗不及时的人群，皮疹消退后仍会持续数月甚至数年的神经痛，即“带状疱疹后神经痛”，严重影响睡眠和生活质量。她建议，即使皮疹消退后仍有疼痛，也需继续复诊，

通过药物、物理治疗(如紫外线照射、激光治疗)等方式控制疼痛，避免病情迁延。

此外，她特别提醒，带状疱疹患者在出疹期间需做好隔离，避免接触未种过水痘疫苗的儿童、免疫力低下的老年人及孕妇，防止病毒传播引发水痘。常桂香主任强调，若出现不明原因的局部皮肤疼痛，尤其是老年人、免疫力低下人群，需及时到正规医院皮肤科就诊，早识别、早治疗，才能最大程度减少带状疱疹带来的危害。(孙晓娟)



女子频繁美甲，指甲长出“三叉戟”

女子频繁美甲患上甲周纤维瘤

据媒体报道，杭州24岁女生姗姗隔几天就要尝试不同的美甲风格，最近还迷上了“穿戴甲”。不久前，姗姗意外发现指甲上长出了一块“肉”，且随着时间的推移越长越大，甚至长成了“三叉戟”的样子。这一奇怪造型让她很困惑，便去当地医院的皮肤科就诊。医生表示，指甲上的肉球是一种增生的肉芽组织，可确定为“甲周纤维瘤”，而罪魁祸首是她长期频繁美甲所致。

姗姗的经历很快登上热搜，并引起不少网友热议。同样喜爱美甲的网友表示，为了指甲漂亮，她一般在美甲后一周时间去换新款式，时间一长，再磨指甲或照灯时会觉得指甲一阵刺痛。但也有不少网友好奇，为什么频繁美甲会导致甲周纤维瘤呢？

对此，我市一医院皮肤科主任叶丽霞介绍，美甲时会先修整指甲，将指甲打磨变薄，以及清理周边的甲床，这样会损伤甲母质及甲母质周边的组织，造

成细小的创口，给细菌可乘之机，造成炎症肉芽增生。最终，增生的组织就会从缝隙中长出，侵占原有甲板部位进而形成纤维瘤，需通过激光、冷冻治疗甚至手术切除。

叶丽霞表示，一般来说，甲板周围被甲小皮保护得很好，但美甲时用锉甲板对指甲进行挫、抛光等行为，相当于破坏了指甲原有的结构，不仅会让指甲表面变得粗糙，还危害指甲健康。

美甲时应注意消毒和修护

叶丽霞介绍，最近她刚好也接诊了一位20多岁的年轻女生，进门诊的第一句话是：“医生，我指甲上是不是长瘤子了？”接诊后，叶丽霞发现，她的美甲刚被卸，甲根部的皮肤组织上有点红肿，还结了痂皮。经问诊后得知，该患者也是美甲爱好者，平均20天美甲一次。这次卸甲准备换新款美甲时，她发现指甲异常，吓得前往医院就诊。

经显微镜下检查后，叶丽霞表示，

该患者是在卸甲过程中，皮肤受到外伤导致了轻微感染，建议碘伏消毒后，短期内不要再美甲。“在门诊，还有很多患者因美甲导致真菌感染，即大众熟悉的灰指甲。”她介绍，指甲抵抗力低再加上碰到美甲工具消毒不彻底，很容易被真菌感染。如果是表浅的真菌感染，一般通过长期坚持外用药物来治疗；如果损害严重，则需要靠口服药物治疗。

叶丽霞提醒，除了真菌感染及纤维瘤，还要注意扁平疣、寻常疣及跖疣，也容易在这样的环境下滋生，进而危害健康。

她提醒广大美甲者在做美甲时，尽可能使用个人美甲设备或一次性用品，应特别注意美甲工具及美甲师手部的消毒，最好不要过度打磨甲体，尽量少用穿戴甲，卸甲时不要用手或者指甲去刮。最好不要美甲，或两次美甲之间间隔3个月，给予指甲修复和自然生长的时间，怀疑指甲有感染或者病变时，立刻停止美甲并及时就医。(王瑞芳)

性格开朗就不会得抑郁症吗？

很多人认为：抑郁症是“情绪病”，专属“性格内向”“孤僻”“小心眼”“想不开”“爱钻牛角尖”“意志脆弱”的人。生活幸福或性格开朗的人就不会得抑郁症，其实这个说法不正确。

抑郁症是一种病，病因大致分为生理因素、社会因素、心理因素三类。

生理因素包括遗传、神经递质、激素、大脑结构改变等，其中遗传因素易致感性增高，但不一定会发病。

社会因素主要指一个人的生活环境。当一个人生活环境出现了改变，如遇受挫、生活压力大、感情问题、校园欺凌等等，就容易产生抑郁症。

心理因素通常是指一个人的性格、认知能力、态度等等，有些人性格敏感，遇事缺乏抗压能力，态度消极，也是促成抑郁症发生的原因。

任何一种因素都不可能单方面导致抑郁症的发生，而是多种原因掺杂在一起，相互影响或叠加，最终导致疾病的发生。这就不难理解为什么生活幸福或性格开朗的人也可能得抑郁症。

预防抑郁小妙招

积极运动 运动以刚好达到微微出汗的状态为佳。

光照治疗 多晒太阳，要求一天有半小时以上的时间。

规律生活 保证充足的睡眠，尽量戒烟、酒等精神活性物质的摄入。

饮食调节 例如香蕉、黑巧克力、菠菜、全麦面包、牛奶等，可以帮助我们缓解焦虑和抑郁的情绪。

情绪管理 负面情绪也是有意义的表达，关键是我们怎么能够及时察觉和宣泄这种不良的情绪。情绪管理的工作做好了，其实对于抑郁症的预防是有很大帮助的。

兴趣爱好 培养正向积极的爱好，如舒畅的音乐不仅能给人美的熏陶和享受，还能使人的精神得到有效放松。

(瑞芳)

