

颈部弧形小切口——甲状腺疾病手术的新选择

“没想
到这么快就
能出院，几乎看
不出伤疤，我今后
一定认真听医生的话，
坚持定期复查。”在大同
新建康医院外科病房，34
岁的小董笑容满面，细长
的脖子不凑近看，很难发
现在颈部外侧有一条与颈
纹完全重叠的、细线大小
的切口伤疤。

小董气色红润、吞咽正
常、声音依旧清脆，完全看
不出刚刚接受了甲状腺癌
根治手术，也没有出现常
规甲状腺肿瘤手术后，患
者可能会出现的吞咽牵拉
感、颈部的压迫感或异物
感。这一切，得益于大同
新建康医院外科团队创新
开展的颈外锁骨上切口入
路的甲状腺手术，在保证
疾病治疗安全的前提下，
最大程度保留了患者的颈
前区功能，同时为特别在
意手术切口瘢痕的爱美人
士提供了新的选择思路。

——访大同新建康医院外科主任医师杨正兵

本报记者 王瑞芳

大同新建康医院外科主任医师杨正兵介绍，随着近些年甲状腺疾病患者人数逐年增加，需要手术治疗的患者也在与日俱增。甲状腺手术可以分为传统开放手术和腔镜甲状腺手术两大类。传统的甲状腺手术切口，亦称为低领式弧形切口，依然是当今甲状腺手术的主流方式——在颈前部正中、胸骨窝以上一横指水平，沿皮纹的弧形切口。这种手术切口简单易行、安全性高，但术后会出现颈前区瘢痕印迹、颈前吞咽牵拉感、颈部压迫感和咽部感觉异常等不适症状，即使术后多年仍有部分患者有持续症状，影响生活质量。

腔镜甲状腺手术因其可以避免颈部留有疤痕而受到关注，但它并非真正意义上的“微创”手术，相反其创伤性更大，大范围皮下隧道的建立使术后局部瘢痕增生明显，易产生皮肤牵拉、麻木等长久的不适感，以及皮下气肿等并发症。因此，腔镜甲状腺手术也被称为“巨创的美容”手术。另外，这类手术不仅需要昂贵的腔镜设备，而且由于其入路的特殊性，导致手术操作复杂、手术时间延长、术后风险更高，还可能因为选择患者不当，出现肿瘤残留、淋巴结清扫不彻底等问题。

颈部的手术切口往往需要暴露于社交场所。长期以来，手术后的颈部瘢痕是很多年轻女性患者恐惧手术的主要原因。如何更好地兼顾美容、治疗和术后颈

区功能恢复，一直是甲状腺外科医生不断精益求精探索的方向。

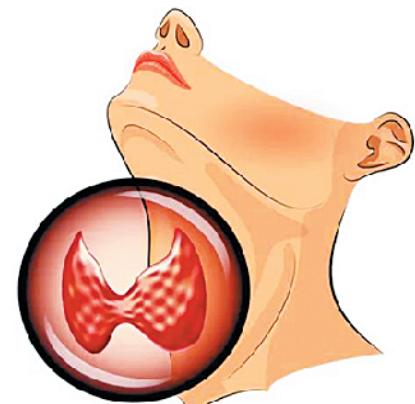
杨正兵指出，大同新建康医院外科创新开展的颈外侧入路、锁骨上切口行甲状腺手术，相较常规手术，具有以下明显的优点：

手术安全，并发症少，手术时间短，手术切口小；该术式能更好地保护颈前肌群，减少气管的过度牵拉，避免形成大块瘢痕组织，术后皮瓣水肿轻、颈部不适感轻微；切口瘢痕不明显，隐蔽性高，易于被衣物遮挡，正常穿衣外观很难看出手术切口，避免患者的外观形象受到影响，具有很好的美容效果，减轻了患者对手术的恐惧心理；临床观察发现甲状腺疾病女性患者居多，常规的锁骨下切口因瘢痕外突明显，平时女士内衣肩带会明显摩擦手术切口，患者会有很强的不适感，而颈外侧入路的切口位于锁骨上窝，位置深凹，且有锁骨支撑，可以更好地避免内衣肩带摩擦带来的不适感，给广大女性患者带来更满意的术后体验。

这种新术式完全避开颈前区，能最大程度保护患者的颈部感觉功能、运动功能和美观功能。相比腔镜手术，这种创新术式无需昂贵器械，更适合在基层医院推广。

据悉，为了能够更好地为患者护航，大同新建康医院外科近年来通过技术引进，还将射频消融技术运用于治疗甲状腺

良性结节，既实现了术后无疤痕，又不会像开放式手术那样切除太多组织而影响到甲状腺功能，被消融的肿物完全被身体吸收掉，将治疗风险降至最低，为甲状腺结节性疾病的治疗带来了新理念、新思路。杨正兵介绍，射频消融术最适合良性结节，也适合恶性结节再次手术、放疗及化疗的复发病人或全身状况差不能耐受手术者。同时，他表示，甲状腺结节是甲状腺内的肿块，可由多种病因引起，既可以单发，也可以多发。不过，大部分结节为良性，对于一些小结节，需要定时检查。对于一些长得比较快或者比较大的结节，则需要谨慎对待。



老年朋友们应该如何保护牙齿？

俗语常说“老掉牙”，似乎这是个正常的现象，可事实并非如此。随着年龄的增长，我们应该更加重视牙齿的保护。那么，老年朋友们应该如何保护牙齿呢？

日常口腔清洁是维护牙齿健康的基础。老年人只要口腔内还有自己的牙齿，就应该每天早晚刷牙，晚上睡前刷牙更重要。刷牙时不可大力横刷，以免损伤牙齿和牙龈。

牙齿缺失一定要重视，及时修复是关

键。很多老年朋友认为牙齿虽然缺失了，但不疼不痒、不影响吃饭，就不重视牙齿修复。这样的观念是错误的。牙齿缺失后的修复，一般在拔牙3~6个月后进行，修复后可维持牙列完整，恢复口腔基本功能。

假牙也要注意清洁。无论种植牙、固定假牙或活动假牙，都和天然牙一样需要每天清洁。活动假牙需在每餐后摘下清洁，用软毛刷清洗干净。种植牙和固定假牙不可

摘戴，周围可能存留食物残渣及细菌，需要认真刷牙并配合使用牙间隙刷和冲牙器等。

关注牙齿松动，预防牙周疾病。牙周疾病是导致牙齿缺失的主要原因。如果牙齿清洁不到位，就会有牙菌斑堆积，久而久之，就会引起牙龈出血、牙龈发炎，继而导致牙槽骨吸收，牙齿松动，最终脱落。因此，如果老年人有牙龈红肿出血、口腔异味、牙齿松动等问题，应及时就诊，积极进

行牙周治疗，尽量保留天然牙。

老年人口腔疾病的患病率较高、发展速度较快，因此建议每3个月进行一次口腔健康检查，至少每半年洁牙一次，早发现、早治疗。

书荣齿科

国家资助窝沟封闭、涂氟指定医疗机构

疾病论

疾病与人类如影随形，成为难以回避的客观现实。当人们遭遇疾病侵袭，其痛楚与无奈往往难以言表，有的甚至痛不欲生。审视众多疾病的根源，不禁令人叹息：叹传统的养生之学在日常生活中缺失，叹人们无节制地透支着有限的生命，叹因能力与欲望不相匹配而致病。

疾病并非人体本有之物，虽表现在体，但实际上往往源于精神情绪之异常或物质生活的无节制，尤其对于疑难杂症而言，更是心理层面的深刻反映。疾病自有其来龙去脉，因果关系紧密相连，多数情形是错误的行为导致了不良的后果。因此，我们应当追溯病源，顺藤摸瓜，明晰

“过”与“不及”的界限，以求正本清源。

在年轻力壮时，或许能凭借与生俱来的强健体魄，承受诸多从心从欲的行为，但这些行为如同在账簿上留下的印记，待到老年时终将一一偿还。同时，请留意年岁的增长，不宜总想着年轻时的充沛体力可保持终身，因为岁月是不可轻视、不容忽视的力量。

违背生命法则，虽不一定立即致病，但日积月累，习惯成自然，每日透支，明日复明日，身体终会不堪重负，患病几率大增。正如交通规则，违背不一定即刻遇险，但其潜在危险显而易见。生命亦是如此，不遵循生命规律，身体便易陷疾病之困。

人体拥有着与自然和谐共生的卓越自我调节机制，这是任何人造机器都无法比拟的。遵循“天人合一”“道法自然”的哲理，有效管理情绪并培养良好生活习惯，正是激发人体自愈潜能的奥秘所在。古往今来，无数贤哲虽探究其深，仍感智慧有限，迷思未解。高寿之道，融合了诸多因素，其核心在于“仁者寿”，名曰养生之真谛，亦蕴含物理学之原理。

葛洪一生著述甚多，在养生学方面造诣颇深，其养生思想有着卓越贡献。在《抱朴子·极言篇》中，葛洪曾深刻言：“非长生难也，闻道难也；非闻道难也，行之难也；非行之难也，终之难也。”（王建新）

