

102岁“硬骨头”还能“打补丁”

医患同心定制骨骼康复“精准时刻表”

本报讯(通讯员 王蕊 张文明 何树坤)102岁的方奶奶是浙江北部一个村里的“老宝贝”。丈夫早逝,她一个人把5个儿女拉扯大。小儿子退休后就和她一同生活在乡下。这天早饭刚摆上桌,却听见母亲喊“摔了一跤,起不来”。66岁的小儿子看到老母亲歪倒在床边,赶紧送她去医院。

当地医院医生直摇头:虽然是右股骨下段骨折,但给102岁的老人做手术,风险太大。医生建议去大医院。一家人赶紧叫救护车直奔浙大一院之江院区。

“这辈子我就没服过输,你们要是法子让我站起来,就算在身上打个‘补丁’,我把老骨头也认了。”方奶奶说。

浙大一院骨科创伤团队接下了这场“高龄攻坚战”,立刻启动老年综合评估(CGA),对方奶奶进行全面的术前检查:高龄患者骨骼血供差,愈合速度为年轻人的1/3;心肺功能检测发现老太太心脏瓣膜

瓣膜关闭不全(俗称“漏风”),随时可能让手术戛然而止。

骨科主任胡懿邵教授带领团队并为这场手术定下“微创精准+多科协同”的基调。“老太太的身体就像开了102年的老车,发动机(心脏)、变速箱(血管)都有磨损。”骨科文治强副主任医师打了个比方,“老人家虽看着硬朗,但高龄本身就是最大的风险,麻醉关、出血关、感染关,哪一关都可能‘翻车’,但我们有信心让老太太平安手术。”

次日清早,文治强团队采用“右股骨骨折切开复位钢板内固定术”,从大腿中下段外侧切口,避开腿部重要肌肉,用解剖钢板把断裂的骨头精准拼接完整。手术持续不到2小时,出血量仅100毫升。

术后第一天,护士长变着法子让方奶奶吹气球、吹纸条。这是量身定制的康复计划——高龄老人肺功能弱,吹气球就像给“人体风箱”做保



图据AI生成

养,能防肺炎。

为了预防血栓发生,护理团队定时用B超机为双下肢做“安检”,每1-2个小时就来床边协助老人家翻翻身、动动脚、动动腿。

术后两周,方奶奶可以扶着床慢慢站起来。术后一个月,她尝试迈出了独立行走第一步。

文治强强强调:“方奶奶想继续扫院子,我们就要帮她实现这个愿望。”

超加工食品可能让减肥效果“打折”

英国伦敦大学学院团队开展了一项随机交叉试验,比较了以超加工食品为主和以最少加工食品为主的饮食。尽管两种饮食都能在8周内显著减重,不过,最少加工饮食平均减重量2%,而超加工饮食只有1%。除了减重,最少加工饮食能更有效改善与心血管代谢健康指标相关的身体成分,如降低脂肪总量、内脏脂肪和甘油三酯水平。

据《科技日报》

腿部“隐形脂肪”构成健康风险

据欧洲新闻社近日报道,一项新研究显示,相较于腹部脂肪,腿部的脂肪堆积与心血管代谢问题的关系可能更密切。欧洲大学体育科学教授维森特·哈维尔·克莱门特警告称,这种存在于肌肉内的“隐形脂肪”对健康构成了风险。

腿部肌肉内脂肪存在的主要风险包括让新陈代谢变得更慢且效率更低。它还可能增加心血管患病风险,因为肌间脂肪与心脏病风险增加有关,即使胆固醇或血糖检测结果正常。

克莱门特指出,身体中最容易堆积脂肪的两个危险区域是深层腹部和肌肉内部。腹部脂肪与心脏病发作、糖尿病、高血压和高胆固醇的风险密切相关。而肌肉内部脂肪,尤其是腿部,虽然较少为人所知,但更危险。

据参考消息网

长期吹空调竟致“白肺”

77岁阿姨感染军团菌险丧命

本报讯(通讯员 叶丽 张煜铨)近日,77岁高阿姨在空调房间内生活了一周,突发高烧39℃,伴有头痛、肌肉酸痛,严重的咳嗽咳痰。起初,她以为是感冒了,吃了点药,但过了两三天,病情愈发严重,出现呼吸困难等症状。

高阿姨赶紧到浙江省立同德医院呼吸与危重症医学科门诊就诊,胸部CT显示,她的右肺出现大面积白色影像,几乎占据一半肺部。血液检测提示,氧合指数只有100多(正常范围为400-500毫米汞柱),属于严重呼吸衰

竭状况。

高阿姨立马被收治入院,经过肺泡灌洗液NGS检测,最终确认是嗜肺军团菌肺炎。通过抗生素、中药汤剂、氧疗等联合治疗后,症状改善。

军团菌是一种广泛存在于自然水源中的细菌,特别喜欢在水里和潮湿的环境中生长,夏季炎热潮湿,是它们繁殖的绝佳时机。空调、热水器、淋浴喷头、管道、温泉等都可以成为它们的繁殖之所。

省立同德医院呼吸与危重症医学科主任金前介绍,军团菌属包括多种细菌,其中最

“杰出”的代表是会引起严重非典型肺炎的嗜肺军团菌。

军团菌侵入人体大约2-10天后发病。症状包括高热、咳嗽、咳痰、呼吸困难等非特异性呼吸道症状,以及头痛、肌痛、腹泻、恶心、呕吐、横纹肌溶解、急性肾功能损害等多种肺外表现,严重者可导致休克甚至死亡。金前特别强调,容易感染军团菌肺炎的高危人群包括免疫缺陷病群体(肿瘤、器官移植、艾滋患者)、老年人,慢性心、肺、肾病等基础疾病患者、长期住院者及孕妇等,需加强防护和监测。