

不能抬腿、无法下蹲 连江六旬渔民髌关节僵痛难忍

曾被当作股骨头坏死,老人害怕手术寝食难安;福州中德骨科医院专家会诊后确认是肌肉问题,微创松解就解除病因



N 海都记者
林宝珍

老渔民髌关节僵痛半年 以为是股骨头坏死,害怕做手术

家住福州连江的老陈(化名),年过六旬,常年在海边生活劳作,以捕鱼为生。2020年年底开始,他发现自己的右侧髌关节出了问题,不仅下蹲越来越艰难,连抬腿都非常吃力,而且症状逐日加重。半年多来,老陈找了多家医院,很多医生都怀疑是股骨头坏死,建议考虑髌关节手术,虽然见了一辈子风浪,但一提起动大手术,老陈心里打起了鼓,寝食难安。最终,他决心找骨科专科医院再确诊一下,结果,还真发生了“奇迹”,专科医生纠正了之前的判断,通过一处“针孔”大小的创口,就解决了困扰老陈的髌关节僵痛问题。

老陈家住连江海边,一辈子都在船上工作,随着年龄的增长,身体的灵活度大不如前,最明显的变化是,从2020年年底开始,他的右侧髌关节变得非常僵硬,不仅下蹲越来越艰难,连抬腿都非常吃力,走起路来,不仅无法像过去那样大步向前,走慢了还会伴随着一阵阵揪心的疼痛。

“身边和我差不多年龄的人,也有过这种症状,最后只好放弃上船,在家休养。”老陈说,他去了大大小小好几家医院,大部分医生都怀疑是股骨头坏死,如果要彻底解决,可能需要动手术。刚开始,老陈也没太在意,疼痛了就吃几片止痛药,可没

想到,这种症状越来越重,走路十分吃力。“其实,我很担心手术,这可不是小事,总想试试有没有其他办法。”老陈说,亲戚朋友四处帮忙打听后,他前往福州中德骨科医院,“想听听这里的专科医生怎么说,如果实在要手术,也只能认命了”。



建隆/漫画

多学科专家会诊推翻骨病猜测 常年的这个动作,导致肌肉挛缩

福州中德骨科医院接诊老陈后,为他安排了相关的影像检查。针对这类复杂疑难病例,医院还启动了骨科、疼痛科等多学科专家会诊。“刚接诊的时候,根据患者的自述和就医过程,我们考虑,可能是髌关节的骨头粘连在一起导致活动受限,也考虑是否要手术。”福州中德骨科医院疼痛科主任黄志和副主任医师介绍,后来,通过仔细查体和影像学分析,尤其是通过对比磁共振片子,发现老陈的右侧髌关节间隙比较正常,与左

侧(正常)相比形态总体可以。于是,在会诊中,骨科专家就基本排除了股骨头坏死等骨病引起的可能。既然不是骨病,老陈的病因又是什么呢?在查体过程中,黄志和主任发现,老陈髌关节周围的肌肉如石头般坚硬,这种特殊的表现,让这位资深的疼痛科医生敏锐地捕捉到了线索。果然,在问诊交流过程中,老陈介绍说,因为打鱼的缘故,他经常要长时间保持半蹲的姿势。根据这一特殊的工作状态,黄主任又给老

陈做了针对性的检查,最终找到了病因:由于老陈长期保持一个姿势,造成肌肉挛缩严重,并导致髌关节周围的关节囊和肌腱、筋膜等都出了问题。有了明确的诊断后,黄主任带领团队,采用微创关节粘连松解的方法——通过一处针眼大的创口,松解关节囊和肌腱筋膜。仅半小时左右,治疗就完成。很快,老陈就能较自如地进行抬腿、下蹲动作,疼痛感大幅减轻。他心里的石头终于放下来。

医生提醒

关节病与周围的软组织息息相关 尽量不要长期保持一个不良姿势

“作为骨科专科医院,在日常接诊的病人中,髌关节方面的问题特别多。”福州中德骨科医院疼痛科主任黄志和副主任医师介绍,导致髌关节活动受限的原因,有的是骨头的问题,比如髌关节退行性骨关节炎,强直性脊柱炎累及髌关节,股骨头坏死引起股骨头病变等;有的是肌肉挛缩造成的,比如渔民老陈,就是因为肌肉挛缩引起关节囊发炎。黄主任进一步解释

道,关节囊在人体中,起到了润滑、联动、稳定关节的作用,关节囊受到刺激后就会产生炎症,炎症后还会慢慢产生水肿,从而引起关节不适。除了炎症引起关节囊及关节周围肌肉挛缩外,活动过度、受凉,甚至夏天贪凉在空调里睡凉席等,都是引发关节囊发炎的原因,这些情况在临床中也经常遇到。“很多关节病都与肌肉息息相关,想保护关节,要从保护关节周围肌肉开

始。”黄主任提醒,不能忽视关节周围的肌肉,尤其不可长期保持同一姿势。他建议,应该让肌肉以不同状态不断变化,维持其活动度,从而促进关节灵动。



如果您也有腰腿痛的情况,可以扫上面二维码,向海都骨科名医馆咨询。

新教室设在“厨房”? 实为借活动室作过渡

屏山小学表示,屏西小学目前暂借该校上课,新学期两校班级增加致教室紧张,下学期将恢复原样



2 海都记者 刘露 包华文图

“新学年换新教室,可我们班的孩子却换到‘厨房’里上课……”昨天上午,多位家长通过“智慧海都”APP反映,福州屏山小学三年七班搬到了一楼原先的“厨房”上课,他们担心这个环境会影响孩子们的学习。屏山小学程校长介绍,由于屏西小学学生暂借在该校上课,不得已将所有活动室用作教室。而这间家长以为的“厨房”,原先是孩子们上特色实践课——厨艺课的教室,校方在适当改装、确保学生安全的情况下,暂时改作教室使用。



“厨房教室”比一般教室更宽敞

已采取安全措施 望家长做好正面引导

程校长介绍,由于屏山小学本校以及暂借在此的屏西小学,新学期班级均有所增加,导致原先的教室突然不够用,所以学校决定将一楼原先的活动教室改为教室使用。家长们提出疑问后,学校已与家长代表积极沟通,最后基本达成一致。作为特殊时期的过渡,对孩子们来说,其实也是一段难忘的经历,希望家长们和学校一起,做好正面引

导,这样会更有利于孩子的健康成长。程校长表示,这间教室原先灶台上的装置,早在开学前全部切断了电源,以确保学生安全,之后将把这一侧改为图书角及书架,供学生阅读使用。而家长反映的教室相连处的通道,也将于下周一前搭建隔断。预计今年年底,屏西小学学生就会回到本校上课,届时屏山小学学生将全部回到原先正常的教室上课。

新教室很特别 家长有喜有忧

“为何新班级调到一间‘厨房’,学校却没有和家长们商量呢?”三年七班的一位家长说,当天她带着孩子去注册,发现新教室入口处,有一整排的烟机和灶台,“当时就蒙了!”这位家长

说,这间教室与隔壁教室没有完全隔断,她担心两间教室的声音会互相干扰,影响孩子听课。“我孩子很高兴,说新教室不用爬楼梯,还有空调!”该班另一位家长刘女士说,

女儿回家后告诉她,新教室在一楼,与一般班级教室只有电风扇不同,活动教室都配备了立式空调。昨天下午,记者来到屏山小学看到,家长反映的“厨房教室”位于教学楼一楼,比

起其他教室更为宽敞,右侧有一排宽度不足1米的操作台,上面分布着7个电磁炉灶面,上方为抽油烟机。在教室左前侧,有一宽度约为2米的通道,放置了两张课桌将两边教室隔开。