

关节颈肩腰腿痛不必再忍 揭秘医疗“黑科技”神器

成立近10年来,福州中德医院疼痛科推出了多种特色保守、微创疗法,帮助患者摆脱关节痛、颈肩痛、腰腿痛等顽疾,获得广泛好评

N海都记者
林宝珍/文
医院供图

关节痛、颈肩痛、腰腿痛等疼痛类疾病,看似常见却顽固难缠,常常让患者行动受限,生活质量骤降!令患者倍加烦恼的是,这些小疼小痛,按照传统治疗手段,要么吃药,要么开刀,前者时间长、效果慢,后者则难免让人望“刀”生畏。

福州中德医院疼痛科被称为“不开刀的绿色科室”,建科近10年来,一直致力于采用保守、微创疗法治疗各类关节颈肩腰腿痛疾病,还引入了三氧大自血疗法、富血小板血浆(PRP)治疗、中医针刀镜微创治疗等先进设备与治疗手段,凭借精准、安全、高效的特点,被誉为疼痛领域的“黑科技”。这些独特疗法,已帮助不少患者解除疼痛,显著提高生活质量。

“神器”1——三氧大自血疗法

“类风湿”7年四肢变形,“净化”血液后能端碗梳头

58岁的齐女士(化名)患类风湿性关节炎7年,从最初的双手掌指、腕关节肿痛,逐渐蔓延至肘关节、双足关节。长期靠药物治疗,她的肠胃和肝功都不同程度受损。半年前,齐女士改服中药,但病情有所加重,四肢肿胀变形,手脚抬举都困难,夜里经常疼得无法安睡。

两个月前,齐女士转诊到福州中德医院疼痛科,黄志和主任团队为她制定了一套综合治疗方案,其中采用了三氧大自

血疗法:每次抽取100~150毫升血液,在专业设备中与特定浓度的三氧混合处理,完成“清洁”后再回输到体内。一个疗程后,齐女士的关节疼痛明显减轻,肿胀消退,夜间能睡整觉了,VAS(疼痛)评分从8分降为3分,风湿因子等多项异常指标也都有大幅下降。如今,端碗、梳头都自如了。

“三氧大自血疗法最早源于欧洲,已在临床应用几十年,技术成熟且疗效确切。”黄志和主任介绍,该技术通过回输“清



患者在福州中德医院疼痛科接受「三氧大自血疗法」

洁”后的自体血,可消炎止痛、改善微循环,还能调节免疫功能,被形象地称为消炎治痛的“利剑”、人体血管的“清道夫”。据介

绍,三氧大自血疗法常用于类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、痛风、风湿痛、关节痛、肩颈痛、腰腿痛、反复头痛等疾病。

“神器”3——中医针刀镜微创治疗

小伙痛风石缠身夜不能寐

“针刀镜”30分钟清除



用针刀镜为患者清除关节内的尿酸盐结晶、冲洗关节腔

35岁的小邵(化名)应酬多,麻辣火锅、海鲜、啤酒、奶茶是日常“标配”。前年体检查出尿酸高未重视,去年夏天痛风发作,左足大脚趾红肿、剧痛,服用药物后有缓解。但此后,每2~3个月就要发作一次,并逐渐演变为持续性剧痛。近半年来,小邵虽控制饮食,但足部仍肿胀不消,行走时钻心疼痛苦不堪言,到医院就医时得坐着轮椅,双脚都无法着地。

福州中德医院疼痛科(痛风专科)接诊后,为小邵制定了中医针刀镜微创治疗方案——通过绿豆大小的微口,在高清内镜直视下精准清除关节内的尿酸盐结晶,对炎性滑膜组织进行修整,冲洗关节腔等,整个处理过程仅30分钟。治疗当天,小邵足部紧绷感和

疼痛感就消失,可下地行走。

“这是一项融合了中西医结合理念的新技术,切口小、恢复快。”黄志和主任介绍,针刀镜技术以《内经》“九针十二原”为基础,结合了现代医学的“内窥镜”技术。治疗过程中,针刀镜在高清可视条件下,利用微创通道进行局部剥离、清洗、排出、置药等操作,能直接清除病灶,快速缓解症状,诊治同步。由于该技术具有微创安全、可视精准、病程短、恢复快等优势,目前已在很多医院的疼痛科、风湿科、骨内科广泛使用。目前,这项治疗技术常用于类风湿性关节炎、痛风性关节炎、强直性脊柱炎、骨关节炎、肩周炎、软组织损伤、网球肘、腱鞘炎等疾病,尽早对症治疗具有明显效果。

“神器”2——富血小板血浆(PRP)治疗

膝关节痛5年难行走,特殊血浆让膝盖“年轻”

63岁的刘女士(化名),5年前出现膝关节不适,起初长时间行走后轻微酸痛,休息后缓解。随着时间推移,疼痛加剧,起身、站立都会剧痛,膝关节还出现肿胀、僵硬,日常行走都成了问题。刘女士四处求医,尝试过口服抗炎药、理疗、玻璃酸钠注射等多种疗法,均未能取得理想效果。

刘女士求诊于福州中德医院后,骨科、疼痛科团队会诊,结合检查结果诊断为中度膝骨性关节炎。随后,团队为其制定了一套保守治疗方案,其中就

采用了富血小板血浆(PRP)治疗,一方面有效抑制炎症,另一方面激活自身生长因子。不到一周时间,刘女士膝关节疼痛减轻,肿胀逐渐消退;15天左右,关节活动度提升,以短距离行走;坚持治疗一个月后,能自如地行走、上下楼梯、骑自行车……目前,刘女士的生活已回归正轨。

“富血小板血浆(PRP)是提取患者自身富含血小板的血浆,注射到患处,可快速抑制炎症,同时促进伤口愈合、软组织再生和骨骼愈合。”福州中



用富血小板血浆(PRP)为关节疼痛患者治疗

德医院疼痛科黄志和主任说,这种疗法概念最早于1954年《自然》杂志被提及,近十几年运用于临床治疗,尤其适用于治疗关节疼痛、软骨损伤、各类关

节炎(筋膜炎)、风湿免疫性疾病、肌肉损伤、运动损伤等,特别对于那些关节炎久治不愈、反复发作的关节疼痛患者有非常明显的改善。

“脸基尼”会越戴越黑 这是真的吗?

N扬子晚报

盛夏“炙烤”模式已经开启,街头涌现“防晒大军”:从头到脚严密包裹,尤其是面部仅露出双眼,而这样的防晒面罩还有个趣称——“脸基尼”。近日,有网友表示防晒面罩会越戴越黑,这是真的吗?

南京市民方女士一直是骑电动车通勤的,在朋

友的推荐下她购入了一款价格69元、销量超过30万的防晒面罩。“戴了一个月左右,防晒效果没太看出来,戴着有点闷,蛮容易出汗的。”

“夏天防晒确实非常重要。”在南京江北医院皮肤科副主任医师孔玉龙看来,防晒面罩确实在物理层面对隔绝紫外线有一定作用。然而他指出,皮肤晒黑

不光是紫外线的问题。

那么,“晒黑”究竟是如何发生的呢?孔玉龙表示,关键在于黑色素细胞中的酪氨酸酶活性显著增强。酪氨酸酶是黑色素合成的限速酶,它通过催化反应启动黑色素生成,直接决定皮肤和毛发的颜色。“简单来说,这种酶就是用来催化黑色素生成的。”孔玉龙进一步解释

道,一方面,紫外线照射会刺激黑色素形成,导致皮肤晒黑;另一方面,有实验证明在40℃左右的高温环境下,酪氨酸酶活性会增强。高温诱导下的酶活性提升同样会驱动黑色素合成,反而可能使皮肤显得更黑。因此部分防晒面罩不透气,佩戴后脸部温度会升得更高,也就导致了“越戴越黑”。

提醒

不必对阳光
过度“严防死守”

“如果面罩佩戴过紧或面部大量出汗,加之未能及时清洁消毒,就会促进细菌滋生。而部分面罩材质不佳也可能引发皮肤过敏或炎症,这类炎症后的色素沉着反应同样可能



唐昊漫画

导致肤色加深。”专家提醒,即使在夏季也不必对阳光过度“严防死守”。过度防晒不仅可能导致钙吸收障碍、影响骨骼健康,尺寸不当的面罩还可能遮挡视野,带来交通安全隐患。