

『阳康』之后腰疼难忍 竟是腰椎骨折了

医生: 新冠感染可致严重的骨质流失

“71岁的王奶奶‘阳康’之后一直腰疼,经核磁共振检查,确诊为腰椎骨折,元凶就是骨质疏松。”

国药东风总医院脊柱外科副主任韩珩介绍,该科一个月接诊了40多例像王奶奶这样骨折的患者,究其原因都和新冠有关。

■记者 张贞林
实习生 徐晶晶



老人腰疼了大半个月 竟是腰椎骨折

“最近腰疼得厉害,以前没这么严重啊!”本月初,71岁的王奶奶对在医院上班的儿子说。王奶奶有腰疼的老毛病,以前贴几张止痛膏、做做理疗就没事了。谁知上个月王奶奶“阳康”之后一直腰疼,她在家用了各种老办法都不奏效,就这样腰疼持续了大半个月,睡觉时都不敢翻身。

“带你去医院看看,到底啥问题。”王奶奶的儿子带着她找到韩珩。“你‘阳过’没?”韩珩在听到王奶奶肯定的答复后,初步判断她是腰椎骨折,建议做核磁共振检查。检查结果发现,王奶奶的第二腰椎骨折。“没想到这么严重。”王奶奶一脸惊讶。

韩珩介绍,通过骨密度测定、核磁共振等检查,明确王奶奶是因为骨质疏松导致的骨折。随后,王奶奶入院接受了骨水泥填充微创手术。整个手术只用了不到半小时就顺利完成。

“简单地说,就是往椎体里打骨水泥,对疏松骨折的椎体进行强化。”韩珩说。术后,王奶奶腰疼的症状得到明显缓解,手术次日就能下床活动。

一个月接诊40多例骨折患者 元凶就是骨质疏松

“一个多月来,医院已经接诊了40多例因剧烈咳嗽导致骨折的患者,以中老年人为主,元凶就是骨质疏松。”韩珩介绍,这可能与患者“阳康”有很大的关联。

韩珩介绍,有研究指出,新冠感染可导致严重的骨质流失。当骨质流失的速度比新骨质合成的速度快时,便会增加患上骨质疏松症和骨折的概率。由此可见,骨质疏松的危害不容小觑,“阳康”后注意预防骨质流失尤为重要。

韩珩解释,随着年龄增长,老年人的身体机能下降,原先紧致的骨质变得像海绵一样疏松,就如同一根久经风雨的朽木,即使很小的一个外力作用,就可能引发骨折。因此,老年人的跌倒、过度弯腰,甚至咳嗽、打喷嚏都可能引起骨折。

“骨质疏松非常‘狡猾’,它隐藏得很深。只有当骨量逐渐流失到一定程度后,身体才会出现一些轻微异常。”韩珩说,最常见的症状就是腰背疼痛,身高慢慢变矮,出现弯腰、驼背,严重者甚至骨折。如果出现不明原因、无外伤的疼痛,很有可能就是骨质疏松导致的骨折,最好及时就医。

骨质疏松无症状 早防早治是关键

多数人出现骨质疏松是无症状的,因此防治的关键在于“早”。

韩珩表示,很多市民常常认为,补钙就等于治疗骨质疏松,喝骨头汤就可以预防骨质疏松、骨质疏松与年轻人无关、老年人治疗骨质疏松已经晚了、骨质疏松应多静养少运动等。这些都是常见的误区。当出现关节莫名疼痛、身长缩短、驼背、呼吸功能下降,以及莫名骨折等症状时,说明骨质疏松找上你了。

韩珩建议市民保持均衡、低盐饮食,适量补充钙、蛋白质和维生素,多吃新鲜的蔬菜和水果,远离烟酒,避免过量饮用咖啡和碳酸饮料。有条件的市民,可以服用一些钙剂和维生素D。合理运动,增加骨密度、肌肉力量及耐力,改善关节灵活性,平时可以慢跑、打太极拳、练习五禽戏。此外,还应当适当接受阳光照射,帮助促进体内维生素D的合成。

清肺止咳的中药 —— 枇杷叶



【基本介绍】枇杷叶又叫杷叶、卢橘叶,蔷薇科植物枇杷的干燥叶。枇杷,常绿小乔木,高5—10米。叶革质,单叶互生,披针形、倒披针形或长椭圆形,长10—30厘米,宽3—10厘米。生于海拔1400米以下的山谷沟边或山坡上,多栽培,十堰市各地均有栽培。全年皆可采收,多在夏秋二季采摘,晒至七八成干时,扎成小把,再晒至全干。亦有拾取自然落叶者,色较紫。

【炮制】枇杷叶 除去绒毛,用水喷润,切丝,干燥。饮片呈丝条状,宽5—10毫米。

蜜炙枇杷叶 取炼蜜,用适量开水稀释后,加入枇杷叶丝拌匀,焖透,置锅内,用文火加热,炒至微黄不黏手时取出,放凉。每100千克枇杷叶,用炼蜜20千克。

【药用经验】味苦,微寒,清肺止咳,降逆止呕。用于肺热咳嗽、气逆喘急、胃热呕逆、烦热口渴。用量6—9克。

【武当验方】

附方一 治疗肺热干咳:枇杷叶10克、贝母10克、瓜蒌皮20克。水煎服,每日一剂。

附方二 治疗肺结核及胃癌咳血、吐血、便血:枇杷叶10克、麦冬15克、沙参15克、玉竹15克、仙鹤草25克、大枣5枚、生地10克、三七5克(研末)。前7味药水煎,药液冲服三七粉末。每日一剂。(附方一、附方二出自武当山道协贾永祥道长提供的《祖传特效秘方》)

附方三 治疗婴幼儿湿疹:鲜枇杷叶10克、鲜马齿苋10克,捣烂外敷患处,每日一次。(附方三出自《武当道教医药单方验方集》)

栏目顾问:陈吉炎,主任药师,教授。原武当中医药研究所副所长,太和医院药学部副主任,湖北医药学院“生药学重点学科”带头人。现为省级非遗项目“武当道教医药”代表性传承人,世界中医药学会森林康养研究专业委员会常务理事,武当养生研究会副会长,十堰市健康管理专家委员会常务理事、专家。

说明:验方取自民间或地方性文献资料,读者若需选用验方,必须在当地医师的指导下进行,切勿自行选用,谨防误用中毒。

(记者 吕鑫整理)



一天种了四颗牙 老人重获好口福

■记者 王耀阳

本报讯“多亏了仁美口腔的高超技术,我父亲终于有了一口‘好牙’。”家住大炉子沟的钟大爷儿子高兴地说。

钟大爷今年68岁,心里一直有个遗憾,就是缺了半口牙,很多美食吃不了。去年,在他的生日宴上,由于牙齿问题,一碗米饭他吃了半个小时,他儿子这才发现老父亲的牙齿问题。

儿子多方打听得知,种植牙虽然属于小手术,但如果医生技术不精、种植环境把关不严,很可能造成后期种植牙脱落的情况。而位于他家附近的十堰仁美口腔红卫总院创办于1994年,拥有近30年的口腔诊疗经验,技术和服都有保障,且院长李相礼种植经验丰富,便立刻预约李相礼的门诊。

李相礼检查发现,钟大爷的上颌仅剩几个牙齿残根,牙槽骨严重萎缩,结合钟大爷的身体耐受力来看,传统种植方案很难实施。李相礼决定采用针对性的治疗方案——即刻负重,即结合数字化种植技术,避开密集的牙神经,严格控制伤口面积,把握种植角度、深度、吻合度,在上颌精准植入4颗植体,快速恢复半口牙。

种植术完成后,钟大爷十分满意:“手术前我担心会很疼,谁知道打了麻药,手术时只有轻微的感觉!”

李相礼提醒,由于种植牙周围没有牙周膜,也没有神经支配,咬硬物时不会有疼痛的感觉,有的患者会超负荷使用种植牙,从而带来牙损伤。术后,患者应避免用种植牙咬过硬的食物。

仁美口腔红卫总院地址:张湾区车城西路211号

电话:0719-8528686

仁美口腔张湾分院地址:张湾区车城路38号

电话:0719-8269666

仁美口腔北京路分院地址:北京路东正国际14号

电话:0719-8628128

仁美口腔东方明珠分院地址:北京路东方明珠建行三楼(十堰政务服务中心对面)

电话:0719-8888218

仁美口腔寿康生活广场分院

地址:二堰街道人民南路63号

(寿康生活广场三楼)

电话:0719-8880616

