

解放军152医院骨一科主任赵刚提醒： 骨质疏松危害健康静悄悄

□本报记者 魏应钦

67岁的市民李女士近年来经常感觉浑身不舒服、乏力、疼痛，还出现了轻微驼背。前段时间，她不小心摔在了地上，竟然导致骶部骨折。后来，她来到解放军152医院，医生检查发现，她患有骨质疏松症，一系列不适表现都是骨质疏松症引起的。

解放军152医院骨一科主任赵刚介绍说，骨质疏松症是一种多因素所致的慢性疾病，多发于绝经后妇女以及老年男性。随着老年人口的增加，骨质疏松症发病率处于上升趋势，大于50岁人群中，骨质疏松发病率女性为30%，男性为20%；45岁以上骨折患者中，75%的与骨质疏松症有关，它在我国乃至全球都是一个值得关注的健康问题。

骨质疏松症 是“静悄悄的流行病”

骨质疏松症是一种系统性骨病，以骨量下降和骨的微细结构破坏为特征，表现为骨的脆性增加，从而导致骨折的危险性大大增加，即使是在轻微创伤或无外伤的情况下也易引起骨折，且在骨折发生之前，通常无特殊临床表现。骨质疏松会给老年人带来疼痛、骨折、骨骼畸形等危害。

“值得注意的是，骨质疏松症的早期征兆并不明显。”赵刚提醒，骨质疏松症被称为“静悄悄的流行病”，一开始人们常常不能意识到它的存在。随着骨质疏松的进一步发展，可出现全身性的骨痛、身高缩



5月6日，骨一科的医护人员在为患者实施髋关节置换手术。

本报记者 李英平 摄

短、驼背和呼吸障碍等，最为严重的结果就是患者发生脆性骨折(即有轻微外力即发生的骨折)。骨折是骨质疏松症最常见和最严重的并发症，患者在轻度外伤或日常活动中都有可能发生，医学上称为脆性骨折。这种骨折往往发生于脊柱、髋部和腕关节。脊柱的骨折包括胸、腰椎骨折；髋部骨折包括大腿骨的股骨颈和股骨粗隆间骨折两种；腕部骨折一般是在桡骨远端。其中，髋部骨折和脊柱骨折对患者的危害最大，严重影响他们的生活质量。不少患者都是因为各种骨折到骨科门诊就医时，才知道自己有较严重的骨质疏松症，才会想到接受治疗。赵刚说，日常生活中，市民应该

做好骨质疏松的自我检查。当您有以下症状时：步态不稳、行走乏力、经常抽筋；放开步走或身体移动时，腰部感到疼痛；初期背部或腰部感觉无力、疼痛，渐渐成为慢性痛楚，偶尔会突发剧痛，当拎水、拖地板等时疼痛加重，夜间睡觉疼痛无法缓解；牙齿松动、脱落，就应该开始注意，到医院检查诊治。若出现驼背，背部渐渐弯曲；身高变矮；脆性骨折(平地摔倒或咳嗽、打喷嚏出现骨折)时，已经是骨质疏松症的典型症状了。

由于人们对悄悄发生的骨质疏松认识不足，以致目前骨质疏松性骨折已成为老年人生活质量下降甚至死亡的主要原因之一。发生骨质

疏松性骨折后，由于卧床不起而引起的肺炎、褥疮、深静脉血栓及肺栓塞、泌尿系统感染、肾衰等，严重影响患者的生活质量，加速患者死亡。

发生骨折要积极治疗

鲁山县78岁的张老太太因年事已高，出现骨质疏松症状，导致腿脚行动不便。近日，老人低头弯腰搬物件时不小心把腰扭伤，当时也没在意，心想静养几天就会好转。不曾想，情况越来越不妙，睡觉无法翻身不说，走路也受到限制。于是，家人赶紧把她送到解放军152医院骨一科进行检查，诊断为脊椎压缩性骨折，需要手术治疗。后来，该科医生对其实施经皮椎体成形术，术后第二天，老人就能下床走路，病痛得到缓解。

赵刚介绍说，近期该科收治了不少像张老太太这样由于不慎扭伤腰或是摔倒而导致骨折的老年患者，且70岁以上的患者占了相当大的比例。这些老人之所以容易出现骨折，是因为都患有骨质疏松症。经过相应的手术治疗，都取得了满意的疗效。一般来说，对髋部股骨颈骨折的患者，需要进行关节置换手术；对股骨粗隆间骨折的患者，需要进行PFNA内固定手术。这两类患者经过手术，一般三五天就可以下床活动。而对于脊柱骨折的患者，需要进行经皮椎体成形术，也就是俗话说的“打骨水泥”，一般患者第二天就可以下床活动。

高龄患者适合进行手术吗？对于患者和家属的疑虑，赵刚解释说，这个年纪的患者如果不做手术，在

家护理起来相当棘手，而手术治疗则能够有效帮助患者恢复正常的骨骼形态，改善患者的生活状态和自理能力，大大减轻了家属的负担，手术效果也相当理想。

注重保健 预防骨质疏松

“对于骨质疏松，首要工作当然是预防，然后是尽早发现、及时治疗。”赵刚说，由于骨质疏松症多发于中老年人，所以提醒市民平时要注意预防保健，预防骨质疏松症。

首先，到了中年之后，就要有意识地了解自己的骨骼情况，在日常生活中，注意一下自己是否出现身高变矮、驼背、四肢乏力、周身骨痛等骨质疏松症的常见症状，可以到骨科专科门诊做一个专业评估，尽早发现或预防骨质疏松的发生。其次，在饮食上要多吃含钙高的食物，如贝壳类食物、牛奶、海鲜、虾、紫菜等。再次，平时要适当多晒太阳，有利于身体对钙质的吸收。最后，进行适量的运动，因为运动能使全身血液循环明显加快，促进新陈代谢，肌肉的收缩和舒张对骨骼有直接刺激作用，有利于增强和改善骨质。值得注意的是，运动锻炼不能过度。

2016年解放军152医院普通外科开展优惠医疗活动，凡因胆囊结石或胆囊息肉需行腹腔镜胆囊切除术的患者满足以下条件均可享受单病种限价5200元优惠：1. 年龄65周岁以下；2. 无严重器质性病变。

□本报实习生 李莹 记者 牛瑛瑛

时而蹙眉深思，时而微笑讲解，举手投足间充满了对专业的笃定，闪烁着沉着、智慧的光芒，以不服输的精神和孜孜不倦的进取之心，把医学影像事业做得有声有色，他就是市二院“优秀医生”、CT室副主任裴东方。

精勤不倦 勇攀影像学高峰

1996年，裴东方大学毕业后进入市二院工作，与CT室结缘。“那时候学习影像专业的人很少，可我始终觉得这是一个很高端、很有发展前景的专业。”裴东方说，他刻苦学习、执着追求，用认真严谨的态度，涉足专业的每一个细节，掌握了扎实的医学知识。

医学影像学从无到有、从小到大，经历了一个飞速发展的过程，随着对各种疾病病因、病理认识的逐步提高，对疾病的术前诊断提出了更高要求。“影像学诊断是术前定位性的最佳手段之一。当今医学影像技术进入了数字影像时代，其发展反映和引导着临床医学在诊治以及随诊方面的进步。”裴东方说起医学影像技术如数家珍。

市二院引进了一台美国GE宝石能谱CT，已投入使用两年多时间。它采用天然宝石作为探测器原料，对X射线的初始响应速度能提高100倍。宝石CT的成像是多维成像，仿佛一台微型照相机，“透过”人体后呈现真实画面，不仅能够尽早发现传统CT不能发现或难以诊断的小病灶，如早期肿瘤、脑梗死、痛风、微量出血状况及早期小分支的肺栓塞病灶等，而且还能对病灶进行定性和定量分析。除了高清成像，宝石CT还能显著降低辐射剂量，最大限度保护患者的健康，是目前辐射剂量最低的CT之一，在为临床提供可供诊断的图像质量的同时，显著提高了CT检查的安全性。

精勤不倦 慧眼仁心

——记市二院“优秀医生”、CT室副主任裴东方



5月6日，裴东方在仔细查看患者医学影像资料，分析病情。 本报记者 李英平 摄

裴东方说：“作为一名影像学医生，能用上这么先进的设备是一种极大的荣幸，可这也对影像技术水平提出了更高要求。”随着工作的不断深入，他越来越感觉到知识的欠缺，求知若渴的精神推动他努力学习国内外最前沿的先进技术，这也促进了他的影像诊断水平日臻成熟。

慧眼仁心 充当临床诊断“侦察兵”

在很多人看来，CT室的医生就是“拍片子”“看片子”的。但是，真正走进科室，看到医生在显示器上调整着图像的对比度和明暗度，几

千幅图像一幅接着一幅地看起来，就会感觉是一项大工程。“别小瞧了这看片子的活，不仅要有扎实的理论功底，还要有丰富的实践经验。”裴东方打趣说，除了影像专业知识，CT室的医师对内外妇儿临床知识也一点不能落下，还要熟知设备性能等。影像医师就是从复杂的图像中找出蛛丝马迹，寻找危害人体健康的病灶和元凶。

一幅图像接一幅图像地研究，一个患者接一个患者地审核，平均每天读片量达上万张，审核过的报告要打印出来，认真地核对后签名……一项工作在裴东方手中有条不紊地进

行着。“简单的几分钟就能搞定，复杂的要花半个小时以上，疑难病例还需要组织全科会诊，往往一天下来，裴主任眼睛酸、脖子胀，肩膀和腰椎僵硬是常有的事。”科里同事说，职业的特殊性让他早早就患上了颈椎间盘突出症，平时工作、睡觉都受影响，但他总是幽默地调侃两句，就又投入到工作中去了。

图像的背后是一个个鲜活的生命。数日前，市民李先生因腹部剧烈疼痛急诊入院。面对来势汹汹的病情，CT室是临床诊断的“侦察兵”。经过CT血管造影(CTA)后，经验丰富的裴东方快速“审查”了心脏以及主

动脉血管：心脏没有问题，是主动脉夹层！专家会诊，应急处理……患者在第一时间被明确诊断，为接下来的临床治疗提供了重要依据。

“作为一名医务工作者，我们身上肩负的责任重大，这种责任不断地督促我们向医学高峰攀登。”裴东方说，秉承“心系患者、治病救人”的服务理念，他对许多疑难病例做出了准确的影像诊断，使患者得到及时救治。“我们就是要为病人办实事，周末加班、应急处理、联合会诊是每一位影像科医生的责任所在，义不容辞。”

学习拼搏 带领团队不断提高

作为主持CT室全面工作的副主任，裴东方为提高科室人员的业务水平，积极组织科室人员参加国家、省、市级的专业学术会议与培训讲座，对科室的专业发展和人才培养倾注了大量心血。“每天上午8点，科室都要进行集体阅片和病例会诊与讨论。”他说，因为存在同病异影、异病同影的现象，要求科室每天组织会诊，有时还要与郑大一附院等国内知名医院进行网络会诊，以确保诊断准确。

为了提升科室人员科研理论水平，裴东方订阅了多种影像专业杂志与书刊，只要是有关影像方面最前沿最先进的科研成果论著，他都会买回来供大家阅读。多年来，在院领导的支持下，裴东方学习不辍，北京、上海大医院以及四川大学华西医院、省人民医院、郑大一附院等知名医院都留下了他勤奋学习的身影。学成归来后，他又在会诊中分享给科室医师团队，大大提高了全科人员的业务水平。他先后撰写专业论文多篇，积极参与一系列专业学术活动。作为平顶山市影像技术专业委员会秘书，裴东方已成为市二院乃至我市医学影像领域一名优秀的专业人才。