

个体化治疗解除三叉神经痛

市中医医院神经外科一站式诊疗为患者除痛

本报讯 近年来,平顶山市中医医院神经外科开展的“经皮穿刺微球囊压迫术(PBC)”为成百上千的三叉神经痛患者送去了祛痛福利。这项微创手术创伤小,术后恢复快,不开颅就能轻松解决三叉神经痛,为众多三叉神经痛患者解除了病痛,受到患者广泛好评。

7月2日,笔者在该院神经外科了解到,科室开展的个体化三叉神经痛诊疗已经全面展开。采访当天,笔者在病区见到了刚刚完成“经皮穿刺微球囊压迫治疗”的两位患者。其中年纪较大的许老太(化姓)今年已经74岁,因药物保守治疗效果不佳,并发头晕、恶心等情况。许老太找到冯树贵时,已经被疼痛折磨得几近绝望。据

她描述,闪电样疼痛发作起来犹如刀割一般,刷牙、洗脸无法进行,持续加重的疼痛折磨得她精神萎靡,吃不下饭、睡不着觉。

“老人很痛苦,也多方打听治疗方法,但是传统的射频消融治疗因为治疗时需要损毁神经,剧烈的疼痛让患者望而却步;而开颅手术对于年龄较高的患者来说,其风险是一个家庭难以承受的。”冯树贵综合分析了老人的疼痛原因后,决定采取微创经皮穿刺微球囊压迫治疗。该种术式创伤极小,在全麻下进行,患者无须忍受剧烈痛苦,仅需10分钟至20分钟就能完成无痛治疗,手术效果可媲美传统术式。

在许老太的万分期待

下,手术顺利完成。术后当天,剧痛完全缓解。“就像睡了一觉,疼痛就消失了。”不再受折磨的许老太非常高兴,她指着嘴角旁的一个针眼大的小伤口,满意地表示:“这种新技术真是我们的福音,这么小的创口就把疼治住了。”

当天,在“经皮穿刺微球囊压迫治疗”中获益的还有65岁的丁女士,因为对治疗三叉神经痛的药物过敏,她不得不忍着剧痛多方求医。近日,当听说市中医医院神经外科的微创治疗时,丁女士第一时间赶到医院咨询。当得知自己的病属于微创治疗的适应证时,她毫不犹豫地选择了住院手术。当天,已经做完手术的丁女士终于舒展了笑脸:

“以前疼得不敢碰,现在吃饭、喝水都可以了,终于回归了正常生活!”

多年来,随着医院知名度不断提高,慕名来治疗的患者络绎不绝,不仅以市区、宝丰、叶县、鲁山、郟县等地患者为多,还有许昌、南阳、周口、郑州等地患者,甚至还有湖北、新疆、四川等地的患者前来就诊。

作为全省较早开展三叉神经痛诊疗的团队,冯树贵团队在2004年就率先在我市开展射频消融治疗三叉神经痛。经过十多年的技术引进和创新,目前,冯树贵团队治疗三叉神经痛患者达到2000余例,其技术实力持续领航河南省三叉神经痛诊疗领域。

(李莹)

美研究发现 喝水确实 有助于减肥

本报讯 水在人体中占比60%以上,在肺叶、皮肤和骨骼中分别占比83%、64%和31%。喝够水,才能确保身体各项机能的正常运转,还有一个好处就是有助于减肥。

《美国临床营养研究杂志》刊登一项研究发现,饭前多喝水可减少高热量食物的摄入量。研究人员分析,一方面,人们经常将口渴当成饥饿,所以餐前喝水可缓解饥饿感,会少吃食物;另一方面,饮水还有助于降低对甜食的渴望。甜食吃得越少,发胖概率就越小。另一项早期研究也曾发现,如果用水(白开水或矿泉水)替换每天一杯含糖饮料,一天饮食摄入总热量就会减少不少。

美国《临床内分泌与代谢杂志》刊登另一项研究发现,增加饮水500毫升,就能使新陈代谢率(能量消耗速度)提高30%。研究人员表示,多喝水间接帮助人体消耗更多热量的原因是,喝水太少容易导致身体脱水。即便是1%的脱水也会导致疲劳乏力、情绪低落和注意力不集中,于是很难有精力和兴趣参加燃脂运动,体重增加接踵而至。

专家呼吁,无论健康人群还是减肥人群,多喝水都有益无害。美国科学院等权威机构建议,男性和女性每天应分别饮水15.5杯(约合3.7升)和11.5杯(约合2.7升)。(时报)

适量增加红黄橙 三色食物益处多

本报讯 多项研究发现,适量摄取蔬菜和水果对降低全因和特定病因死亡风险有着极为重要的作用。日本丰明市藤田保健大学研究人员近日发现,这种保护作用很可能是来自类胡萝卜素——普遍存在于动物、高等植物、真菌、藻类的黄色、橙红色或红色的色素之中。

研究人员收集日本北海道八云町居民1990-1999年的体检信息,并对符合条件的3116名平均年龄为54.7岁的参与者进行为期25年的随访,其中女性1883人,占总人数的60.4%。随访期间,共有762人死于全因,253人死于癌症,210人死于心血管疾病。

分析发现,血清中类胡萝卜素水平每升高25%,全因死亡、癌症死亡和心血管疾病死亡的风险在统计学上都会显著降低。血清中较高的类胡萝卜素水平,与全因和特定病因死亡率显著降低密切相关。(生命)

新华区卫健委 开展主题党日活动

为深入开展党史学习教育,从党的伟大奋斗历程中汲取红色力量,近日,新华区卫健委党支部组织开展了“缅先烈,铭初心,强党性”主题党日活动,通过参观郟县曹沟八路军豫西抗日纪念馆,重温入党誓词,追忆红色历史,缅怀革命先烈,提高党性修养。

杜昊 摄



夏季饮食有讲究 又凉又爽又健康

随着气温升高,消暑降温的食品成了大部分人的心头好,凉拌菜、冷饮成了餐桌上必不可少的美食。天津市第二人民医院营养科医生贺登华提醒,夏天饮食不可一味贪凉,而且在高温下食物储存不当容易变质,所以一定要注意食品安全。

制作凉菜有讲究

炎热的夏季,凉拌菜清凉爽口很受大家欢迎,但也要注意饮食卫生。夏季气温较高,处理凉拌菜时,如果没有清洁卫生的环境,菜品中就会有细菌残留,细菌在高温下快速繁殖,食用不当会导致腹泻。贺登华建议人们少吃外面的

凉拌菜,因为一些餐厅的凉拌菜有些是提前准备好的,一般放置时间较长,很容易滋生细菌。如果自己制作凉菜,吃凉拌木耳和银耳时不要食用隔天泡制的,在夏季高温潮湿的环境下,长期泡发的木耳和银耳很容易产生米酵菌酸毒素,且这种毒素冷冻和加热都无法消除,食用后可引起米酵菌酸中毒,严重的可能危及生命。

冷食不宜吃太多

夏季冷饮和冰镇西瓜不宜吃太多,也不宜常吃,否则容易刺激肠道黏膜,造成胃肠道供血减少和消化液分泌减少,导致胃肠道生理功能失调,诱发上腹疼痛

和腹泻等症状。夏季,吃冷食一定要有节制,即使天气再热,也尽量不要吃刚从冰箱里拿出来的冷饮和水果。胃肠道功能虚弱、本身就有肠胃疾病的人以及老人、儿童最好不要喝冷饮,不要吃冰镇水果。如果想解渴,可以喝常温的白开水。如果想吃凉水果,在冰箱内放置时间应小于两小时,这样既可防暑降温,又不伤肠胃。

储存食物有窍门

夏季高温环境下,豆腐、肉类和蔬菜剩饭是细菌繁殖的良好培养基,它们最容易受到细菌污染,发生腐烂变质。过多的有害菌会引起急性肠胃炎和食物中

(今晚)