

# 这种取石法,为患者治疗带来新选择

□刘喜庆

作为一名消化科医生,我经常能遇到胆总管结石患者,60岁的张先生便是其一。

他因为腹痛前来就诊,经过检查,我们明确诊断他为“胆总管结石”。我建议他进行内镜下逆行胰胆管造影(ERCP)及胆总管结石取出术,他却有些犹豫。

原来,张先生的朋友是一位普外科医生,认为ERCP取石会破坏胆管奥狄括约肌,术后容易发生胆肠反流,建议他进行传统的外科手术治疗。

我理解这种担忧,但ERCP的真相并非如此。

ERCP手术确实需要切开部分乳头括约肌,但我想说的是,这只是部分切开,胆管括约肌并未完全被破坏,而且,目前这项技术已经非常成熟。

如果切口较大,我们还可以在内镜下进行钛夹缝合,帮助括约肌恢复功能。更重要的是,这种括约肌切开大部分是可逆的,术后奥狄括约肌的功能会逐渐恢复。我还向张先生提及了一项前沿技术:小切开联合球囊扩张术,它能有效保护括约肌,减少损伤。

在我的耐心解释下,张先生最



刘喜庆

终决定信任ERCP。

手术中,我们采用小切开与球囊扩张,成功取出张先生的结石。术后,他的腹痛迅速缓解,三天内无任何不良反应,顺利出院。

我想告诉每位患者,ERCP取石是安全有效的选择。我们不断优化技术,力求微创,确保患者获益。奥狄括约肌功能的恢复是可控的,不应成为拒绝ERCP的理由。

当然,每种治疗都有其考量,患者应与医生充分沟通,了解个人病情、手术风险及术后恢复,作出最适合自己的决定。

(作者供职于河南科技大学第二附属医院消化内科)

## 放射治疗像一把“隐形手术刀”

□侯鹏

在癌症治疗中,放射治疗是一种重要的手段,它就像一把“隐形手术刀”,在不直接接触身体的情况下,精准地打击癌细胞。

放射治疗的原理是利用高能射线破坏癌细胞的DNA结构,使癌细胞无法正常分裂和增殖,从而抑制癌细胞的生长和扩散。

放射治疗主要分为外照射放疗和内照射放疗两种类型。其中,外照射放疗是最常见的放疗方式,通过体外的放疗设备发出射线,聚焦照射到肿瘤部位达到治疗目的。

放射治疗的适应证广泛,涵盖了多种癌症的不同治疗阶段,约有70%的癌症患者在治疗过程中会接受放射治疗。

根治性放疗:对于早期癌症,放疗可作为根治性治疗手段单独使用,通过给予足够的辐射剂量,有望彻底消灭肿瘤细胞,达到治愈癌症的目的。

辅助性放疗:对于中晚期癌症,放疗常与手术、化疗等其他治疗方法联合应用。术前放疗可缩小肿瘤体积,使原本无法手术切除的肿瘤变为可切除;术后放疗则可清除手术残留的癌细胞,降低局部复发风险。

姑息性放疗:对于晚期癌症,姑息性放疗可用于缓解症状,减轻痛苦。

患者在治疗前一定要和医生沟通,制定个体化治疗方案,使放射治疗这把“隐形手术刀”更加精准锋利。

(作者供职于河南科技大学第一附属医院肿瘤放疗科)

## 定期检测骨龄 掌握孩子生长“密码”

□苏颀

骨龄是骨骼年龄的简称,儿童和青少年的骨骼发育年龄,能较准确地反映个体的生长发育水平和成熟程度。可以通过拍摄左手手腕部的X光片,评估腕骨、掌骨、指骨等骨骼的发育状况来确定骨龄。

与实际年龄的对比,骨龄能够为我们提供诸多关于儿童生长发育的关键信息。骨龄存在个体差异,有的可能与生物年龄相符,有的也可能落后或提前于生物年龄,骨龄提前常见于性早熟、甲亢、肾上腺疾病、肥胖等;而骨龄落后常见于生长激素缺乏、特发性身材矮小、甲状腺功能减退、小于胎龄儿、肝肾疾病等。

骨龄检测重点人群是身高明显低于同龄人的孩子、肥胖的孩子、性发育提前(男孩小于9岁,女孩小于7.5岁)的孩子、短期内身高

增长速率明显减慢/加快的孩子、出生时小于胎龄儿的孩子、对身高增长有要求的孩子。骨龄检测在孩子3岁以后就可以进行,最佳年龄在3岁到15岁之间。拍一次骨龄片,X射线的剂量是0.00012毫希弗,相当于在空中飞行2分钟、看20分钟的手机,是一次胸片射线量的1/1000,对人体的伤害可以忽略不计,所以家长朋友们不要因为检测要接触射线而过于紧张。

家长们应重视儿童骨龄检测。对于身高增长异常的孩子,或者怀疑有内分泌疾病的儿童,及时进行骨龄检测是非常必要的。定期带孩子进行骨龄检测,以便及时发现并最佳时机采取干预措施,确保儿童健康成长,最大限度地挖掘孩子的生长潜力,让孩子茁壮成长。

(作者供职于洛阳市中心医院内分泌科)

## 糖尿病与幸福感: 科学管理,乐享生活

□李雪峰

11月14日是世界防治糖尿病日,今年的主题是“糖尿病与幸福感”。糖尿病只要管理得当,糖尿病患者的寿命和工作能力都不会受到影响,甚至有些糖尿病患者还可以逆转。

糖尿病患者如何提升幸福感呢?

了解疾病是关键。糖尿病虽然有严重的危害性,但只要控制得好,它就不会成为我们生活的绊脚石。还要将学到的知识应用到日常生活中,也是提升幸福感的有效途径。

在饮食方面,糖尿病患者需要控制主食、脂肪、甜食和干果的摄入,并限制饮酒,可根据患者的具体情况,计算出所需的蛋白质、脂肪和淀粉的量。

以洛阳人喜爱的豆腐汤为例,豆腐汤通常由鸡汤、粉条、嫩豆腐、油炸豆腐、生菜和烧饼

组成。糖尿病患者享用豆腐汤时,可以多选择嫩豆腐,避免粉条和油炸豆腐,增加生菜的量,只吃半个烧饼,并减少味精和盐的摄入。这样,糖尿病患者也能和非糖尿病患者一样享受豆腐汤。

糖尿病管理并不复杂,只要我们用心学习,将知识转化为行动,就能在享受美食的同时,收获满满的幸福感。

(作者供职于河南科技大学第二附属医院内分泌与代谢性疾病学科)

视频号二维码  
洛阳健闻



公众号二维码  
洛阳健闻



扫码关注更多科普文章