

# 小伙特意从江苏赶到宁波找他治斑秃

## 社区医生段园华：尽己所能，让病人得以身心皆治



“阿姨，都好哦，没生坏东西，我手骨也摸过了，B超也做了，你放心。”走进鄞州区姜山镇茅山卫生院段园华医生的诊室，他正用流利的宁波话和病人孙阿姨交谈。

段园华2006年毕业后就到茅山卫生院工作，一晃眼15年过去了。他说，医生真心为患者考虑，患者也会回馈以尊重和信任。时间长了，自然能构建起和谐的医患关系，也有利于疾病的管理。



段园华医生正在给病人诊治。记者 王颖 摄

## 小伙子运动过度引起肾衰 肌酸激酶超标近1000倍

20岁出头的小王没想到，一次心血来潮的健身锻炼，险些要了他的命。

前几天，小王听朋友说运动可减肥，体型肥胖正准备开始减肥的他平时很少运动，就决定试试看。他冲进健身房，深蹲、跑步、动感单车……连续2个多小时没停下来过。

小王说，当时他就感到两条腿酸痛无力，两天后疼痛加重，连走路都很困难。更意外的是，不但尿量减少了，小便的颜色也变成了酱油色。他吓坏了，赶紧来到就近的宁波市第九医院急诊科。接诊的徐浩副主任医师听了他的自述，怀疑是运动过度引起的横纹肌溶解，马上让他做了血液检查。

果不其然，化验结果显示，小王的肌酸激酶指标高达每升180000单位。要知道，正常人该指标是在每升18.0~198.0单位之间。也就是说，小王的肌酸激酶超标了将近1000倍！这么高的指标值让徐医生也惊呆了：从医这么多年，还没看到这么高的肌酸激酶。

徐医生说，小王这种情况，就是典型的横纹肌溶解症，幸好就医还比较及时，其肾功能受损还较轻，经过住院治疗可以好转。

小王想起来还十分后怕：不科学的健身运动，差点危及生命。

记者 程鑫

新闻多一点：

### 何为横纹肌溶解症

据徐医生介绍，横纹肌溶解症是一种由于各种原因，包括过量运动、肌肉挤压伤、极端体温、代谢紊乱或者中毒等导致横纹肌破坏或崩解，大量肌红蛋白和肌酸激酶等细胞内成分进入细胞外液及血液循环，引起人体内环境紊乱，从而导致急性肾损伤的临床综合征。

### 横纹肌溶解真的是肌肉溶解吗？

横纹肌溶解症并非肌肉溶解，而是指各种原因引起骨骼肌的急性破坏。通俗地说，就是肌肉细胞破坏，导致细胞里的肌红蛋白、肌酸激酶等物质跑到血液里，并通过肾脏排出体外。但肌红蛋白的分子量太大，容易堵塞肾脏中的肾小管，从而造成急性肾功能损伤，严重的会导致急性肾衰竭，甚至死亡。

### 横纹肌溶解症的常见症状

通常表现为肌肉疼痛、乏力、肿胀、无力，肌肉摸上去就痛，小便颜色像酱油一样，同时还会出现发热、全身不适、恶心、呕吐等不典型的症状。如果出现后面几种症状，常常意味着病情较为严重。

发生横纹肌溶解症的患者中有10%~50%会发生急性肾衰竭，一旦发生急性肾衰竭，病死率高达50%以上。

### 运动时如何避免横纹肌溶解症

饮酒后不要运动。这会增大横纹肌溶解症的发病概率；运动前后适当补充水分和电解质，适量的水分能保证身体内产生的代谢产物、毒素等通过尿液排出体外。

切忌高强度和突击过量运动。运动要循序渐进，特别是刚参加健身的“小白”，最好有专业人士的指导，制定合适自己的健身运动计划。难度由低到高，时间慢慢递增。

体感不适立刻休息。横纹肌溶解前并无特别征兆，当感觉身体不适时，需立刻休息。如果出现短暂意识丧失，大量出汗、头痛、恶心、呕吐、高热等症状，一定要引起重视。一旦出现肌肉压痛、肿胀无力和尿液颜色改变，应及时到医院治疗，以免延误病情。

## A 病人都忘记段医生不是宁波人了

“段医生，你说会不会我之前在大医院的手术没做好啊？”

“你放心。你这个部位，跟手术部位隔得很远。再说，你上次手术割了的，也不是很坏的东西。放一百个心。”

孙阿姨这才安心地走出诊室。她告诉记者，这十几年，除了上次做大手术去了趟城里的大医院，平时都在茅山卫生院看。外科、皮肤的问题，都找段园华。

“记者，你说我们段医生宁波话说得好吗？”她突然问。“很好呀。”

孙阿姨感慨：段医生现在宁波话说得跟本地人一样，要不是认识十几年了，都

忘记他是江西人了。

“我刚来茅山卫生院的时候，就发现语言是个大问题，我听不懂宁波话，上年纪的病人也听不懂普通话。”段园华回忆，当时要完善资料，问病人电话号码多少，都要连比带划或者写下来问病人。

大多数患者只会说方言，怎么办？段园华决定，以最快速度攻克宁波话这个难关。“不要怕难为情，说不好也要说，说着说着就顺溜了。”慢慢地，从连比划带猜，到基本能听懂，到沟通没有障碍了。特别是下午有时候门诊比较空的时候，段园华更是会主动和病人闲聊，一来更好地了解病情相关情况，二来还可以找个宁波话“陪练”。

况，二来还可以找个宁波话“陪练”。

孙阿姨回忆：“段医生来了没半年就会说宁波话了，一开始闹过些笑话，后来就说得很好了。他都是为了我们才学宁波话的。”

来做常规复查的刘大爷夸赞：“段医生很细心也很专业。”半年前，刘大爷来门诊时，无意提到腋窝下鼓了个包，因为不痛不痒，他也没当回事。段园华细心地触摸、检查后，推测是淋巴问题，绝不能轻视，便第一时间通过鄞州区医共体系统给刘大爷联系了上级医院的医生，敦促他尽快去检查。穿刺结果显示，刘大爷患了淋巴瘤。目前在做化疗，效果不错。

## B 治疗斑秃是段医生的特长

采访中，据病人“爆料”——段园华有个特长，就是治疗斑秃。

当天，25岁的刘猛（化名）特地从江苏来到宁波茅山找段园华治疗斑秃。3年前，刘猛在茅山一个工厂上班，一次理发时发现头发掉了不少，一块一块的，理发店的师傅就推荐他来茅山卫生院看皮肤科。段园华和同事治疗斑秃颇有口碑，除了茅山的居民，经常有奉化、洞桥、东钱湖的患者慕名而来。

经过诊断，段园华为刘猛进行了局部注射治疗。十来天后，原来一块块秃掉的部位，新长出了毛茸茸的头发。经过3次治疗，刘猛的“颜值”就恢复了。

之后，刘猛去了江苏打工。前几天，他发现自己又遭遇了“鬼剃头”，再次斑秃，

就赶紧请假，回来找段园华。段园华对他说，斑秃不是大毛病，在江苏也可以看的。刘猛坚持：“段医生，远点没关系，找你治，我放心。”

“斑秃和你平常晚睡的习惯有关。之前你上夜班，是为了生活。现在上白班，少打游戏，早点睡。这样，才不会复发。”段园华再三叮嘱。

孙先生则从宁波市区特意找段园华复诊。上半年，他因为斑秃在“养发馆”花了两万多元，几乎没有效果。听朋友介绍来找段园华，一个月后已有明显改善，长出了不少新头发，预计再来一次就可以治愈。他说：“每次连药费也就60元左右，还能医保报销，关键是有效果。”

段园华说，刚来茅山卫生院时，带他的师傅就教他怎么通过局部注射治疗斑秃。这

些年，靠疗效说话，慢慢在周边有了影响力。记者了解到，治疗时，药物也由他自己来注射，不像其他机构由护士注射。

段园华总提醒病人，还要从焦虑、晚睡等内因层面来根治斑秃。因此，他经常会听病人倾诉烦心事，当起临时的心理咨询师。

患斑秃的方阿姨，就是因为家庭经济变故整夜整夜睡不着，来了几次后，她也不可避免地会和段园华倾诉苦闷。“你要宽心些，健健康康的，问题总能解决的。”段园华总是耐心地安慰。方阿姨说，每次来看病，和段医生聊聊，心里也宽慰了不少。

“病在身，也往往在心。作为基层医生，我希望能尽己所能，让病人得以身心皆治。”段园华表示。

记者 王颖 通讯员 周洁琼