

婴儿的“投降”睡姿 还能这么用

宁波医生带着4个月大儿子照片
上了国际学术期刊
成果已让众多患者受益



4个月大儿子的睡姿,给了韩明远灵感。

上一回有影响力的国际学术期刊是很多学术人的梦想。宁波大学医学院附属医院关节疾病诊疗中心的副主任医师韩明远最近就“红”了一把——带着4个月大的儿子一起登上了国际学术期刊。他说,是儿子给了他灵感,独创了这套“韩式复位法”,让他能够帮助更多肩关节脱位患者。

1 肩关节是相对“不稳定”的关节,最容易发生脱位。发生肩关节脱位的主要人群集中在青年人和老年人:年轻人主要是因为运动时的损伤;老年人大多因腿脚不方便、平衡性差而跌倒导致脱位。肩关节一旦发生脱位,需要尽早复位。

韩明远在肩关节疾病(如肩袖损伤、冻结肩等各种肩关节不适)诊疗方面经验丰富。他每年都会碰到至少几十例的肩关节脱位患者。一开始,用的是国内同行常用的“手牵足蹬法”来进行复位。复位时,医生一方面用手紧紧抓住患者脱位一侧的手臂向其身体远端用力牵拉,另一方面得把自己的脚放在患者的腋窝处向患者身体近端用力蹬,以形成对抗力。同时,还经常需要以蹬在患者腋下的脚作为支撑点,以肋骨为“基石”向外“撬”上肢近端的骨头。

实践中,韩明远发现这个在古典医书中被记载且沿用上千年的方法有一系列弊端:复位成功率有限;容易导致上肢血管、神经损伤和肱骨、肋骨的骨折;疼痛刺激、血压升高容易诱发心律失常、脑出血等心脑血管疾病。最主要的是,很多时候,不得不在患者麻醉后再进行复位。

韩明远还学习并尝试了国内外一系列肩关节复位的方法,可都不满意。他认为,复位成功的先决条件是患者的肩周肌肉有效放松。能不能自己摸索一种新的复位方法呢?

2 韩明远做父亲了,空闲时,他喜欢盯着孩子熟睡的样子看。偶然间,他突然注意到一件事——4个月大的儿子熟睡时,喜欢像举重运动员一样,把两只胳膊都举起来,小手的位置超过了耳朵,有点像“投降”的姿势。经过进一步观察,他发现其实很多小宝宝都喜欢这样的睡姿。

小宝宝为什么普遍喜欢这个姿势呢?是不是这个姿势使肩关节周围的肌肉得到了整体放松,也使肌肉在肩关节周围达到了平衡?如果真是这样,如果在这个姿势进行复位,疼痛会不会得到有效缓解,进而肌肉得到进一步放松呢?如果真是这样,困扰自己多年的难题不就找到了解题思路了吗?

经过单位伦理委员会的批准,韩明远开始在临床中尝试这一手法——以患者右肩关节脱位为例:待患者躺在病床上后,韩明远会站在患者右侧,抓住其右手腕慢慢并轻轻上抬患肢,直到患者手掌接近触到头顶的姿势(即模拟上述婴儿睡觉时的姿势)。经过尝试,韩明远惊

喜地发现,脱位患者的疼痛随着患肢的逐步上举,疼痛感大大减轻。在此过程中,医生再辅以与患者的不断对话说话分散其注意力,配合多年摸索出的复位手法,脱位即能得以轻松复位。

在论文中,韩明远援引了当时的一组数据——对遇到的41名急性肩关节脱位患者实施了手法复位,所有患者均成功复位并且都不需要借助麻醉,平均复位时间为138秒,复位过程中患者的疼痛感非常轻,所有患者都没有出现神经血管损伤或医源性骨折。很多患者在复位已经结束时都不知道什么时候关节已经被复位了,感到惊奇又欣喜。韩明远总结道:“这是一种简单、安全、有效、温和且易于掌握的技术,可以由一名外科医生进行手术,无需麻醉或镇静治疗。”

2018年以来,韩明远接诊的所有肩关节脱位患者均在不需麻醉的情况下采用这种方法得到成功复位,年龄最大的患者达到83岁。也经常有肩关节脱位的患者听了亲戚、朋友的介绍慕名而来。

3 给自己这种独创的方法取什么名字呢?韩明远发现,众多复位方法基本都是国外的,而且很多方法是用外国人的名字来命名的。他们能够用他们的名字来命名,那我们为什么不能用我们中国人自己的名字来命名属于我们中国人的方法呢?思考后,他决定将其命名为“韩式复位法”。“这个方法是儿子给了我灵感,我们姓韩,对于我们一家人来说,这很有意义。”

“医生的职责就是帮患者解除病痛。希望更多同行能了解这一方法,并在临床实践中运用,让更多的患者受益。同时,这个方法能有效减少传统复位法的并发症,进而避免由此带来的医患纠纷等,也能让同行医生受益。”为了能够让更多的医生看到这种方法,韩明远把这一复位法撰写成学术论文,发表在了《Archives of Orthopaedic and Trauma Surgery》这一国际学术期刊上,该杂志2021年的影响因子超过3分。

韩明远的儿子现在已经是一名小学生了,他看到论文上自己睡姿香甜的婴儿照时很开心,得知老爸的灵感来自自己后更欣喜,提议老爸请自己吃大餐。韩明远自然应允了。

“论文中的人物面部一般要打马赛克。我想如果儿子以后学医,查阅到这篇学术论文时看到自己的婴儿照挺有意义,就向编辑部申请并授权了儿子的肖像权,不打马赛克。”韩明远笑着说。

记者了解到,韩明远的研究并没有停止。“这只是个开始,我想在这方面再继续做一些工作。”

记者 王颖 通讯员 庞赞文 受访者供图

照片上期刊付出了什么“代价”? 医生老爸答应请儿子吃大餐

肩关节脱位如何复位? 应用了上千年的方法风险高



韩明远用“韩式复位法”给肩关节脱位患者做复位。