

## 走路膝盖疼痛 不能穿高跟鞋

## O型腿成为女白领的“心腹大患”

1小时“截骨术”让她恢复自信

## 腿形不如意成为“心病”

汪女士家住杭州,身为一名白领,她能力出众,唯独一双O型腿让她倍感无奈。汪女士坦言,腿形不如意已成为自己的“心病”,打击着她在工作时的自信心。尤其是近年来偶尔需要上镜,她分外在意自己不够完美的腿型,总是穿着过膝的裙子、阔腿的裤子加以掩盖。

除了外形上的困扰,膝盖时不时地疼痛也让她十分苦恼,“我现在

不能长时间走路,走多了会痛,需要休息才能缓解,也不好再穿高跟鞋了。”汪女士说,因此她迫切希望能有一种方法解决这个“心腹大患”。

近日,她辗转打听到宁波市第二医院骨科中心足踝外科病区主任陈良团队正在开展O型腿、X型腿、长短腿的手术治疗,立马从杭州赶到了宁波就医。

经查体和影像学检查,陈良发

拥有一双笔直修长的美腿,是许多人梦寐以求的事,但因为种种原因,不少人存在O型腿、X型腿等下肢畸形,不仅影响外观,还有可能危害健康。33岁的汪女士(化名)饱受O型腿困扰多年,在宁波市第二医院骨科中心足踝外科病区接受治疗后,她告别O型腿,自信返回职场。

现汪女士的膝盖已出现损伤,且这种损伤由O型腿导致。“正常的膝关节,压力平均分布在关节面上。而O型腿的人,由于膝关节内翻,身体重量过多集中于膝关节内侧关节面上,长期的压力和摩擦力会导致相应部位软骨面更容易出现磨损,从而继发骨性关节炎。”陈良介绍,汪女士长时间走路后出现膝关节疼痛便是骨性关节炎的症状表现。

## 把握治疗黄金期可保守矫正

陈良团队经过充分讨论,为汪女士制定了一套一举两得的手术方案,既能让腿变直,又能缓解由骨性关节炎带来的疼痛。

“胫骨高位截骨术这种手术方式创伤小、手术时间短、康复简单、并发症少、恢复快,患者术后可以较早下地进行功能锻炼,不仅关节功能恢复更好,还能缩短患者的住院时间,降低住院期间的费用。”陈良介绍,胫骨高位截骨术是一种保留关节的外科手术,通过截骨重新分配膝关节的负荷,减轻膝关节内侧的压力,从而延缓关节炎进展,缓解膝关节疼痛,适用于治疗相对年轻的孤立内侧间室膝关节骨关节炎患者。

完善相关检查和术前准备后,陈良团队为汪女士进行了手术,手术耗时1小时顺利完成。术后第二天,汪女士便能拄拐走路。如今,她已顺利康复重返职场,一双纤细笔直的腿让她在面对镜头时更加自信从容,由骨性关节炎带来的疼痛也随之消失。

陈良介绍,与O型腿成因类似的还有X型腿,除了先天以及器质性病变,后天的不良习惯(跪坐、盘腿、运动、走路姿势等)也会导致O型腿、X型腿的形成。

骨骼发育期是O型腿、X型腿的治疗黄金期,此时可以通过保守治疗达到矫正的目的。部分轻度

患者终身不出现症状,可以不采取任何治疗手段。对于有症状的轻度患者可以采用矫正鞋垫、支具和康复锻炼等保守治疗方法。像汪女士这样,对自身外在形象要求高、相对年轻活跃(男性小于65岁,女性<60岁)、伴有一定程度膝关节内侧骨关节炎的患者,特别是膝关节年轻时就有内翻或外翻的朋友,因为有发育不全的原因,通过手术纠正后效果好。一般来说,大部分患者术后第二天可以进行膝关节屈伸锻炼,拄双拐走路,三四天之后就可以出院,一个月后可以去拐行走。

记者 孙美星  
通讯员 俞俊妍 余盛

不由自主地眨眼  
让她在高速公路撞车  
医生用“美容针”解决问题

医生正在为王女士注射肉毒素。

多年来,王女士(化名)一直被双眼不由自主地眨眼而困扰。更让她没想到的是,她在高速上驾车时由于眨眼发作还发生了车祸。到宁波市医疗中心李惠利医院眼科就诊后,医生用“美容针”为她解决了问题。

王女士今年52岁,从几年前开始,她就出现了时不时眨眼的情况。起初,眨眼的频率不高。她在当地医院就诊后,医生判断是干眼症,为她配了眼药水,但效果并不明显。

但随着时间的推移,眨眼频率越来越高,睁眼幅度越来越小,发展到后来由眨眼变为不由自主地双眼紧闭、无法睁开。时间久了,她的眉心长出了很明显的川字纹,让她十分苦恼。有时候,眨眼睛时她两侧的面部肌肉也会抽动,严重影响正常生活。

就在几天前,她开车在高速公路上行行驶,频繁的眨眼再次袭来。眨着眨着,她的眼睛再次不受控制地闭合,视线的阻挡导致她一头撞上了前车,好在人没有大碍。为此,她吓得不敢开车,经过打听,她找到了宁波市医疗中心李惠利医院眼科孔巧主任医师。经诊断,王女士患的是眼睑痉挛。

“特发性眼睑痉挛病因不明,可能与遗传因素和环境因素有关。继发性眼睑痉挛可因脑部结构性损伤或药物导致。”孔巧说,眼睑痉挛常见于中老年患者,以女性多见。早期表现为眼部刺激症状和间歇性的瞬目次数增多,继而发展到阵发性或持续性眼睑闭合性痉挛。对患者的工作、生活、社交产生严重的影响,带来极大的身心痛苦。

虽然目前没有办法可以一次性彻底治愈眼睑痉挛,但孔巧提出了肉毒素注射进行治疗。“肉毒素又称肉毒杆菌内毒素,是肉毒杆菌产生的一种大分子蛋白神经毒素。”孔巧解释,其作用机制为选择性的作用于外周胆碱能神经末梢,抑制刺激性及自发性乙酰胆碱的释放,从而产生一种化学去神经作用,使肌肉松弛性麻痹,从而使持续过度收缩的肌纤维松弛,这就是肉毒素治疗收缩过强肌肉失调的原理。

于是,王女士进行了第一次注射。注射后,不仅眨眼的症状消失了,就连眉心的川字纹也明显变淡,这让她十分惊喜。尽管一次注射的效果只能维持3-6个月,但王女士已觉得非常满意。

记者 陆麒雯  
通讯员 张林霞 文/摄

## 孩子感染后全家中招

医生:对付诺如病毒,手口卫生很重要

“哥哥吐了妹妹吐,爸爸吐了妈妈吐,一家人都遭殃了。”宁波大学附属第一医院外滩院区儿科主任李志飞介绍,近段时间,因为诺如病毒感染引起的急性肠胃炎患儿明显增加。孩子感染后,一家几口接连中招的也不在少数。



医生接诊感染诺如病毒患者。

采访当天,9岁的小东(化名)一家来到李志飞的门诊。小东在前一天晚饭后出现了呕吐,吐过后精神蔫蔫的。妈妈怕他吐了会饿,又做了一份面条给他吃。小东勉强吃了几口,表示实在吃不下,过了会,又把刚吃下的面条吐了精光。后来,喝了几口水后又吐,吐到黄连苦胆为止。

半夜,6岁的妹妹在睡梦中也不说舒服,来不及去卫生间,就吐在了床上;凌晨,打扫了女儿房间卫生的小东爸爸也吐了;来就诊的路上,妈妈也中招了……

李志飞从症状推测,一家人都感染了诺如病毒。李志飞说,最近门诊中,一些家庭一家几口都接连中招了诺如病毒。后续,小东和妹妹做了大便化验,证实确系诺如病毒感染。

考虑到小东的情况较为严重,有一定脱水表现,伴有低热,李志飞建议其进行补液。妹妹和其他家庭成员病情较轻,则不需要特别处理。

李志飞介绍,诺如病毒感染是自愈性疾病,一般2天左右病情会有明显好转。需要注意的是,在急

性呕吐期,不要因为担心受饿而让孩子勉强进食,让肠胃得到充分休息非常重要。

她提醒,如果孩子出现这几种情况,要尽快就医:一是有小便量减少等明显脱水情况;二是在呕吐后禁食2-3个小时,仍持续呕吐;三是孩子出现精神差、嗜睡等症状。在诺如病毒的预防上,清洁卫生非常重要,尤其要注意手口卫生,并注意饮食卫生和室内卫生,多开窗通风。

记者 王颖  
通讯员 庞赞 文/摄