

# 江门首例骨科机器人辅助治疗喙突骨折手术成功开展 精准导航降低手术风险

江门日报讯(文/图 记者 梁爽 通讯员 徐勤 陈君)近日,江门市中心医院骨科团队顺利完成了江门首例机器人辅助下肩胛骨喙突骨折内固定术。这是江门首次使用机器人辅助治疗号称“肩关节灯塔”的骨折,发挥了机器人“精准导航”的优势,实现了骨折智能化、精准化治疗,充分降低了手术风险。

23岁的姜先生因意外受伤致右肩部、髋部、小腿疼痛活动受限,被送到江门市中心医院急诊科。经影像学检查,被诊断为右肩胛骨喙突骨折合并肩锁关节脱位、骨盆骨折、右胫腓骨骨折,随即转入四肢关节骨科进一步治疗。

该院四肢关节骨科负责人主任医师陈元庄介绍:“随着骨科机器人辅助手术在科室成熟开展,骨盆骨折、右胫腓骨骨折的微创治疗已不是难题。但喙突骨折不一样,喙突是位于肩关节前方的一个比较深的骨性结构,且与肩胛盂连接的骨性通道极狭窄,其周围有重要神经血管结构,如臂丛神经、腋动静脉等,喙突骨折较为少见,治疗难度相当大,传统手术风险高。”

据了解,喙突上肌肉韧带提供三大重要功能。一是提供肌肉(肱二头肌短头、喙肱肌和胸小肌)和韧带(喙肩韧带、喙锁韧带、喙肋韧带和肩胛上横韧带)的附力;二是维持肩关节前上方的稳定性;三是参与构成肩关节前上方悬吊带复合体(SSSC)。传统的手术方式往往需要暴露喙突,会破坏肌肉及韧带的附力结构,医源性损伤的风险也相当高。

另一个难题,则是姜先生的肩胛骨喙突骨折合并肩锁关节脱位。肩关节脱位带动



根据机器人的导航,骨科医护团队为患者精准置入内植入物。

喙突骨折移位,肩锁关节没有复位,喙突骨折处于移位的状态。

根据姜先生的情况,该院骨科医护团队依托智能化手术规划系统,对术中复位、置钉方向安放位置等进行精确测量,设计了个

性化的手术方案。

骨科机器人辅助技术的实施,不仅提高了手术的精准度和安全性,还显著缩短了手术时间,减少了患者的创伤和并发症。在骨科机器人辅助下,医生可以更加

精准地设计并置入内植入物,把置钉角度和距离的误差控制在毫米级以内,使得复杂、危险部位的内固定术变得更加准确和安全,同时也为患者的功能恢复奠定坚实基础。

## 冬季容易“冻手冻脚” 泡脚加点“料” 暖身又养生



用艾叶、生姜泡脚具有温经、散寒、止痛的功效。

江门日报讯(文/图 记者 梁爽 通讯员 高文英)近期,随着气温的下降,不少市民受到“冻手冻脚”的困扰。对此,记者近日采访了江门市妇幼保健院中医科主治医师柯春花,探寻暖身又养生的妙招。

俗话说“寒从脚起”,泡脚是很多人首选的暖身方式。柯春花表示,泡脚的好处非常多,包括促进血液循环、刺激足部穴位和经络,辅助治疗多种疾病等。脚部离心脏最远,负担最重,容易导致血液循环不畅,泡脚能有效解决这一问题,特别对于经常手脚冰凉的朋友来说,更是冬季养生的好方法。同时,脚部汇集了人体各脏器的反射区和穴位,泡脚相当于刺激了这些经络和穴位,有助于身体健康。此外,泡脚对于很多疾病的治疗都有很好的辅助作用,特别是体内寒湿严重的人群,中药泡脚能加速排寒排湿。

不过,泡脚也有禁忌。如果脚部有皮肤感染或破口,不建议泡脚,以免造成继发性感染。身体虚弱、休息不好、过饱、过饥或醉酒时也不宜泡脚。特殊人群需在医生指导下泡脚,如心脏病、高血压患者以及孕妇等特殊人群。

柯春花建议,泡脚水温在38℃至43℃之间,时间建议15—25分钟。饭后半小时内泡脚可能影响胃肠道的消化吸收功能,不利于身体健康。在泡脚过程中,如出现任何不适症状,要立即停止泡脚,并及时咨询医生意见。

柯春花推荐了两种适合冬季进行的泡脚法。一是艾叶生姜泡脚法。艾叶味辛、苦,性温,归肝、脾、肾经,具有温经散寒止痛、祛湿止痒的功效。这种方法需要准备干艾叶50克,生姜20克。首先,将艾叶和生姜加入冷水中煮沸,待水温降至40℃左右(具体温度可根据个人舒适度调整),可以泡脚15—20分钟。注意水量要没过脚踝,中途可适当添加热水,泡至微微出汗即可。泡脚后用干毛巾及时擦干脚部,穿好鞋袜,注意保暖防风。二是花椒泡脚法。花椒味辛,性温,归心、胃、肾经,能温中散寒、燥湿杀虫。但如果脚部皮肤有烂情况,使用花椒泡脚时需谨慎。这种方法需要准备干花椒5—10克。首先,把水煮沸后加入花椒,再煮10分钟,待水温降至40℃左右,泡脚15—20分钟,注意水量和水温的调节。

## 透析患者 如何安全过冬?



透析患者在冬天最需要的是保暖。

江门日报讯(文/图 记者 梁爽 通讯员 黎欣)近期气温持续下降,对于抵抗力低下的透析患者而言,严寒的冬季充满着挑战。对此,江门市人民医院血液净化中心主管护师吴静妍表示,透析患者在冬天最需要的是保暖,尤其是颈部、背部、腹部和脚部。

吴静妍建议,透析患者应注意添加衣物,外出活动时佩戴围巾、帽子和手套,尤其需要保护动静脉内瘘,避免长时间暴露。在寒冷环境中,建议穿着衣袖宽松、方便穿脱的衣服;每天自我监测血压3次;透析后需及时检查内瘘搏动情况,一旦发现异常,如杂音消失或震颤减弱等情况,应立即就医。

此外,透析患者应遵循低盐、低钾、低磷、优质蛋白的饮食原则,避免高钾食物的摄入,如香蕉、橙子等。冬季天气寒冷,人体排汗相对减少,透析患者容易出现口干的状况,而透析期间又要严格控制进水量。为了控制总摄入量,避免过量饮水,建议避免食用高盐食物,不饮或少饮浓茶、咖啡等,可以用薄荷叶、柠檬片替代泡水饮用,通过嚼口香糖等方法减轻口渴感,原则为每次透析期间体重增加不超过干体重的3%至5%。

冬季是呼吸道感染的高发季节,透析患者应避免去人多、空气不流通的地方,保持个人卫生。保持室内空气流通,定期开窗换气。吴静妍提醒,透析结束当日穿刺部位应避免接触到水,注意皮肤护理,防止皮肤瘙痒和感染。在病情和身体条件允许的情况下,可进行适量的运动锻炼,如散步、太极等,以增强抵抗力。

值得注意的是,长期透析可能给患者带来巨大的心理负担,家属和医护人员应关注患者的心理健康。透析患者可以参加心理辅导活动,与其他患者交流经验,缓解精神压力。

# 江门市疾控中心发布1月疾病风险提示 注意防寒保暖 预防呼吸道传染病

江门日报讯(记者/梁爽 通讯员/陈丽秋 江疾宣)寒冬时节,人们在室内活动较多,室内通风不良的环境容易造成呼吸道等传染病的传播。同时,由于临近春节,人群流动和聚集性活动增多,传染病传播风险增加。近日,江门市疾控中心发布1月疾病风险提示,提醒市民注意防寒保暖、添加衣物,预防流行性感冒、新型冠状病毒感染、诺如病毒感染性腹泻等传染病。

流行性感冒是由流感病毒引起的急性呼吸道感染,传染性强、传播速度快,主要通过飞沫、直接或间接接触传播,其症状包括急起高热、全身疼痛、显著乏力等。1月份流感活动水平增强,养老院和托幼机构、中小学校等集体单位为疫情暴发的高风险场所,应做好防护。婴幼儿(尤其是2岁及以下的

婴幼儿)、老年人等免疫力较低的人群,有严重疾病患者为需要重点预防的人群。

江门市疾控中心建议,注意开窗通风,加强室内空气流通,开窗换气30分钟,每天1—2次。少聚集、出行佩戴口罩、注意咳嗽礼仪、保持社交距离。早睡早起,加强锻炼,补充足够营养,规律作息,避免过度疲劳,提高自身抵抗力。此外,可以接种流感疫苗。

目前,我市新冠病毒感染疫情呈低水平发病状态,新增感染个案均为散发病例,无聚集性疫情报告。近期监测数据提示,我市当前新冠病毒毒株主要流行仍为XDV系列毒株,致病力没有增强的表现。新冠病毒在人群中的传播仍持续存在,预计1月份新冠病毒活动水平会有所增强,存在与流感等其

他呼吸道传染病叠加流行的风险。儿童、孕妇、老年人、慢性基础性病患者及医务人员为重点人群。

江门市疾控中心提醒,保持良好卫生习惯和生活方式,包括科学佩戴口罩、勤洗手、避免用手触摸眼口鼻等,尽可能减少外出,尤其避免前往人群聚集的地方。重点人群、脆弱人群是重症的高风险人群,需要特别关注。有感染症状的,不要在家拖着不治,要及时到医院就诊。重点人群要注意保暖,保持健康生活方式,规律作息,合理膳食,适当运动,增强免疫力。

诺如病毒是引起急性肠胃炎常见的病原体之一。感染后主要症状是腹泻、呕吐、发热等,患者通常1—2天即可痊愈,但抵抗力弱的老年人在感染病毒后病情容易恶

化。1月份,诺如病毒感染性腹泻处于流行高峰期,应注意防范学校、托幼机构、医院、养老院等人群聚集场所发生暴发疫情。各年龄段人群对诺如病毒均易感,儿童、老年人、免疫缺陷者及器官移植者属于高危感染人群。

江门疾控中心表示,应养成良好的卫生习惯,饭前、便后要勤洗手,每次用肥皂和流动水至少清洗30秒。不喝生水,蔬菜瓜果要洗净,食物及贝类等海鲜类食品要煮熟再食用。如果出现呕吐、腹泻等症状,不要坚持上班或上学,特别是食品从业人员,应立即离岗,密切关注健康状况。学校、托幼机构、养老院等可通过每日晨午检等方式,开展健康监测,如出现腹泻、呕吐等症状的病例,应尽早开展隔离治疗。

# 江门市五邑中医院儿科医生为预防儿童感冒支招 调整饮食 适当锻炼 常晒太阳

冬季是儿童感冒的高发季节。中医理论认为,此时寒邪盛行,儿童体质相对较弱,更容易受到外邪的侵袭。那么,在冬季应如何调整孩子们的饮食和起居呢?江门市五邑中医院儿科主治医师黄凤蝶表示,中医预防儿童冬季感冒的方法多种多样,包括调整饮食、适当锻炼、注意保暖、饮食调养和按摩推拿等。家长可以根据孩子的实际情况选择合适的方法来增强他们的抵抗力,让孩子健康度过寒冷的冬季。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 冯晓琳

## 去寒就温 注意保暖

黄凤蝶表示,进入冬季以来冷空气越来越强,寒意越来越明显,家长要注意的是“去寒就温”,也就是注意为孩子保暖,使其免受寒邪侵袭。做好孩子的保暖也是有讲究的,需注意以下两点。

一是及时加减衣服。切莫“重衣温暖”,即给孩子穿太多衣服而“捂出汗”,因为这样孩子反而更容易受寒。一般情况下,孩子穿衣和大人一样多,或者多一件衣服。家长可通过摸孩子后颈部,有无热

出汗或发凉来判断孩子穿衣是否足够,及时增减衣物。建议白天穿一件背心或小坎肩,外出时可给孩子戴上帽子和围巾,减少风寒的侵袭。

二是注意脚底保暖。中医认为“寒从脚起”,冬季保暖工作要从脚底做起。家长要给孩子穿厚实的袜子和鞋子,在家中也要穿鞋袜,避免脚部受寒。注意头颈部、脐部、背部的保暖,这些部位是寒邪容易入侵的地方。睡觉时要盖好孩子的肚子。

## 调整饮食 适量运动

中医强调食疗的重要性,冬季饮食也讲究“去寒就温”。因此,要保证孩子脾胃暖,杜绝生冷寒凉之品。日常中的寒性食物如梨、香蕉、奇异果、酸奶及一些清润的糖水要少吃或不吃,更不能吃冰淇淋、喝奶茶。此外,冬季可适当进食一些温热的食物。阳虚的孩子可以吃羊肉、温补阳气;阴虚不足的孩子,宜吃鸭肉、兔肉来滋阴养血益气。

黄凤蝶介绍,粥品是比较好的食物。日常可以用糯米、红枣、黑米、山药、芝麻、板栗等具有健脾补肾功效的食物来煮粥,增强身体抵抗力。

日常生活中,家长还要注意辨别孩子的



预防儿童感冒,需要注意去寒就温。

## 中医外治 强身健体

晒太阳,是除了睡眠外的另一种补养阳气的好方法。中医认为,常晒太阳能助发人体的阳气,晒背尤佳。时间最好在早上10时到11时,下午4时到5时。

冬季孩子的脚底常常冰冷。黄凤蝶建议,无特殊情况下,每周给孩子泡1—2次脚,晚上睡前给孩子泡脚,微微出汗即可,可以起到很好的驱寒效果。一般没有感冒发热的情况下,可用温水或艾叶煮水给孩子泡脚。

小儿推拿手法是一种很好帮助孩子

预防感冒的中医外治法,通过按摩特定的穴位和经络,可以调和气血、温经通络、增强身体免疫力;按揉足三里、捏脊等,可以起到健脾益肾、强身健体的作用。黄凤蝶提醒广大家长,小儿推拿应在专业人员的指导下进行,避免操作不当造成损伤。

此外,教育孩子养成良好的卫生习惯也是预防感冒的重要措施。家长们应教育孩子勤洗手,不乱摸口鼻眼等部位,避免病毒通过接触传播。