

毓璜顶医院完成青烟威首例腰椎LUSE手术 精准解除腰间盘突出患者病痛

YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 马瑾
摄影报道

腰痛伴下肢麻木无力，腰椎间盘突出合并椎管狭窄患者求医犯难，传统脊柱内镜手术又怕反复调整入路、残存积液等并发症风险。近日，烟台毓璜顶医院脊柱外科吕宏琳主任团队，成功开展青烟威地区首例“单通道软质内镜腰椎椎管减压髓核摘除术（简称LUSE技术）”，以1cm小切口、40分钟手术时长、10ml出血量，为重症患者精准解除病痛。该手术不仅填补区域内此项技术的临床应用空白，更标志着烟台毓璜顶医院脊柱微创治疗达到国内领先水平。



技术之新：破解传统内镜局限，LUSE 技术打造微创治疗新方案

此次接受治疗的患者，因严重腰椎间盘突出合并椎管狭窄，长期受腰痛折磨，且伴随下肢放射性疼痛、麻木无力，日常行走、弯腰等基础动作明显受限。“通过术前影像学检查、全身机能评估，确认患者病情完全符合LUSE技术适应症。相比传统脊柱内镜手术，这项技术能最大程度减少组织损伤、规避并发症，术后恢复速度也更快。”吕宏琳团队最终确定采用这一国内最新的脊柱内镜治疗方案。当前临床治疗脊柱疾病常用的UBE（双通道内镜技

术）等内镜手段，均属于水介质硬质内镜，虽能实现微创治疗，但自身局限较为突出。一是镜体硬度高、无法弯曲，仅能通过直线或固定角度观察术野，遇到腰椎侧隐窝等复杂解剖结构时，需反复调整手术入路，易加重椎旁软组织损伤；二是依赖液体灌注系统，不仅设备连接繁琐、延长术前准备时间，还存在水压过高引发高颅压反应、长时间灌注导致中毒等风险；三是操作模式受限，需一手持镜、一手操控器械，单手操作既降低效率，也因操作精准度不足而延

长手术时间。

而LUSE技术则实现了“内镜材质”与“灌注介质”的双重突破，优势显著。其采用空气介质搭配电子软镜，镜体可多向灵活弯曲，能轻松适配复杂解剖结构，无需反复调整角度，大幅减少神经牵拉损伤的概率；成像层面摒弃传统硬镜的光学成像，改为数字信号直接传输，分辨率更高、色彩还原更真实，支持广角模式与焦距调节，可扩大观察范围、清晰显示深部组织层次，有效减少术野盲区；设备连接上，将光源、摄像头集成于镜体前

端，仅需单线连接主机，避免多设备干扰，提升操作流畅度；最关键的是，该技术支持双手配合操作，摆脱“单手操作”的局限，手术效率与操作安全性同步提升；同时，空气介质无需液体灌注系统，既简化流程、缩短准备时间，又能自由使用单极电凝、射频消融等高能量器械，止血更高效，从根源规避了液体渗漏、中毒等风险，尤其适配颈椎（毗邻颅脑区域）及心肾功能不全的患者，术后也无液体残留导致的组织水肿，神经根刺激症状更轻。

团队之力：精湛技艺引领区域医疗，患者术后即刻缓解病痛

手术当天，吕宏琳团队分工明确、配合默契，先通过1cm微小切口建立手术通道，将软质内镜精准送入病灶区域；12倍高清显示屏上，受压迫的神经根与突出的髓核组织清晰可辨，借助高速磨钻精准完成椎管减压后，吕宏琳娴熟操控器械，在严

密保护神经的前提下，完整摘除突出髓核。全程耗时约40分钟，出血量仅10ml，手术顺利结束。术后患者即刻反馈：“腿不疼了，麻木感也彻底消失了！”在医护人员指导下，患者短时间内即可下床进行轻度活动，恢复情况超出预期。

作为山东省临床重点专科，毓璜顶医院骨科的重要亚专科之一的脊柱外科，始终紧盯国际脊柱微创技术前沿，持续引进、创新治疗方案，不断完善诊疗体系。“此次LUSE技术的成功应用，不仅是医院脊柱微创数字化手术体系的一次重要升级，更让胶东半岛

患者在家门口就能享受到国内顶尖的微创治疗服务。”吕宏琳表示，未来科室将继续秉持“以患者为中心”的服务理念，进一步推广该技术，针对颈椎、腰椎等不同部位的脊柱疾病优化个性化治疗方案，让这一微创技术惠及更多患者，守护群众的脊柱健康。

久坐人群每半小时应活动5分钟

法国国家卫生安全署8日在官网说，久坐不动的人群每30分钟以低至中等强度步行5分钟，可改善代谢指标，如血糖和胰岛素水平。

最新评估发现，法国超过37%的成年人每天坐着的时间超过8小时。长期久坐对健康的影响已有充分证据，它会增加患2型糖尿病、肥胖症、心血管疾病、部分癌症等疾病的风险。

法国国家卫生安全署根据最新科研进展，对站立、步行、爬楼梯等中断久坐活动模式的健康益处进行评估。除每30分钟久坐后步行5分钟可改善血糖和胰岛素水平等代谢指标外，对儿童而言，每30分钟久坐后进行3分钟更高强度的活动可能带来更大的益处。

此外，中断久坐也对认知功能有积极影响。如果在中断久坐后步行，相关研究显示注意力、反应时间与情绪得到改善，疲劳感降低。据新华社

秋凉护“心”正当时 专家支招应对温差

秋天昼夜温差增大，心血管疾病进入高发期。专家提示，防护关键在于针对温差采取科学措施。

浙江大学医学院附属第二医院心血管内科主任医师王建安表示，气温骤降时，人体为了保持体温，血管会收缩，导致血压上升，心脏负荷加重。“对于已有心血管基础疾病人群，血压波动会显著增加心绞痛、心肌梗死等发生风险。”

中国医学科学院阜外医院高血压病区主任医师马文君表示，防护重点在于应对温差。可采取“洋葱式”穿衣，动态保暖，尤其要保护好头、颈、背、足等易受凉部位。平时服用降压药物的患者要注意规律用药，加强清晨血压测量，一旦发现异常，应及时咨询医生，科学调整用药方案。

此外，专家提示，可选择一天中温度适宜的时段进行户外锻炼，运动前充分热身，运动强度以身体微微发热、不出大汗为宜，避免运动后受风着凉。据新华社

严重肝病风险可预测

一项国际研究发现，一种基于简单血液检测的数据分析模型可以预测10年内患严重肝脏疾病的风险，有望更早地发现肝硬化、肝癌等肝脏疾病。

研究人员使用了瑞典斯德哥尔摩48万人在1985年至1996年之间的体检数据，以及他们后续30年的健康情况追踪数据，其中大约1.5%的人后来患严重肝病如肝硬化和肝癌，或需要肝移植。研究人员通过该模型能在88%的案例中区分出研究对象在后续阶段是否患上相关疾病，准确率高于目前推荐使用的模型。

研究人员还在芬兰和英国选取两个群体进行了测试，再次证明“CORE”模型预测这种风险的较高准确性。研究人员希望未来在肝病高风险人群中进一步测试，比如2型糖尿病患者或肥胖症患者等群体。据新华社

家长要做好青少年心理健康“守门人”

一直以来，青少年的心理健康问题备受关注，当其出现心情烦躁时，不少家长可能会有一个疑问：这究竟是正常的情绪波动，还是心理问题？

天津市安定医院院长徐广明表示，当孩子出现情绪问题，首先要看情绪的持续时间和背景原因。正常的情绪波动，往往事出有因，比如考试没考好、和同学闹了矛盾等，通常数日内可自行缓解。但如果孩子低落、烦躁的情绪持续两周以上，几乎天天如此，并且与具体事件关联不大，这

时家长就要加以重视。

此外，还应重点关注孩子的社会功能是否受损。“简单说，就是看孩子能不能维持正常的学习和生活。一个孩子虽然有情绪波动，但还能坚持上学、完成作业、和朋友交往，这就还在正常范围内。”徐广明说。

如果情绪问题已经明显干扰了孩子的正常社会功能，比如成绩突然大幅下滑、不愿去学校、把自己关在房间里完全不社交、过去喜欢的运动和爱好现在全都放弃了、基本作息混乱等，这就提示问题可能

已超越了情绪波动的范畴。

家长还需密切关注孩子有没有极端言行。徐广明表示，如果孩子经常提到“活着没意思”“想消失”之类的话，或者家长发现了孩子有自伤、自残等行为，必须立即行动，寻求专业医疗机构的帮助。

专家介绍，“抑郁情绪”“抑郁症状”“抑郁症”，是三个不同层次的概念。抑郁情绪是每个人都会有的正常反应，一般不影响正常生活。抑郁症状则更严重一些，孩子可能会持续情绪低落、睡不好、吃不下、总往坏处想，并对学习

和社交产生负面影响。“但在这个阶段，通过积极干预和调整，很多孩子是可以恢复的。”徐广明说。

然而，如果症状严重，持续时间长，并且造成显著的功能损害时，就可能达到了抑郁症的医学诊断标准，需要接受系统治疗。专家建议，如果家长担心孩子可能患上抑郁症，应及时寻求专业帮助，带孩子到正规医疗机构的精神心理科或心理门诊进行科学评估，早发现、早干预，是对孩子最好的保护。

据新华社