

不开颅精准切除肿瘤

毓璜顶医院完成烟威首例手术

YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 摄影报道

神经内镜精准“探路”，鼻腔变身微创“通道”，无需开颅，就能轻松“拿下”复杂颅内肿瘤手术？这一突破性创新技术，已在烟台毓璜顶医院成功落地。

近日，毓璜顶医院神经外一科副主任医师贺峭伟(内镜颅底组)及团队在主任医师张洪涛的指导下，顺利完成了烟威首例神经内镜下经鼻蝶-梅克尔氏腔入路肿瘤切除术。凭借毫米级的精准操作与微创技术优势，该手术不仅开启了区域颅内肿瘤微创治疗的新阶段，更标志着烟台毓璜顶医院在神经内镜微创手术领域再攀高峰。



突破常规思路，颅内“拆弹”再上微创新台阶

38岁的王女士从来没想到，简单的面部麻木竟然是复杂颅内肿瘤发出的“信号”。

半年前，王女士开始频繁出现左脸麻木，起初她并没当回事，后来陆续出现无名指节麻木，才引起了她和家人的警觉。在当地医院行颅脑MRI检查，提示“左侧梅克尔氏腔至桥小脑脚区占位性病变”，为寻求更好的治疗，她和家人慕名来到烟台毓璜顶医院神经外科。

完善了相关检查后，贺峭伟很快发

现了问题的症结所在。“患者颅内肿瘤位置极为刁钻凶险，跨越中、后两个颅窝，在医学上称为颅底沟通性肿瘤。”贺峭伟介绍称，更棘手的是，肿瘤与颈内动脉的斜坡旁段、破裂孔段及岩骨段紧密粘连、包绕。而这三段颈内动脉是保证大脑供血的“生命干线”，稍有损伤就可能导致灾难性的大出血或脑梗死，直接威胁患者生命安全，手术风险极高。

采取什么样的手术方式？面对复杂的病情，张洪涛与贺峭伟讨论后认为，真

正的考验在于，如何以最小创伤换来最佳的预后。传统开颅手术虽然技术成熟、临床经验丰富，但往往需要大范围磨除颅骨，对患者脑组织牵拉严重，创伤大、恢复慢，且难以在狭小的空间内完美分离与重要血管粘连的肿瘤。为最大程度降低手术对患者的影响，贺峭伟与张洪涛多方权衡，最终决定突破传统路径，采用目前国际前沿的神经内镜经鼻蝶微创手术方案，为患者开辟更安全的治疗通路。

巧借自然腔道，引领神经内镜微创手术新突破

无需开颅，体表也没有多余创口，神经内镜经鼻蝶微创手术凭借“自然腔道入路”的独特优势，让复杂颅底肿瘤手术实现了“微创化”革新。

术中，贺峭伟及团队利用鼻腔这一自然腔道开辟了微创通道。在神经内镜的精准指引下，直抵位于颅底深处的梅克尔氏腔。借助神经内镜能够抵近观察的清

晰视野，手术团队在毫厘之间进行精细操作，小心翼翼地将肿瘤组织从颈内动脉壁上完整剥离、分块切除。整个过程犹如在“生命禁区”里“穿针引线”，不仅成功实现了肿瘤的镜下全切，更完美地保护了颈内动脉及其周围重要的血管、神经结构，将手术创伤降至最低。术后第二天，王女士顺利下地，7天后便成功出院回家。

实力领航，铸就区域神经外科诊疗新高地

此例手术的顺利开展并非偶然。深耕神经外科领域多年，贺峭伟曾赴德国跟随世界神经外科学会内镜委员会前主席亨利·施罗德教授专研神经内镜技术，并在南昌大学第一附属医院师从国内神经内镜权威洪涛教授完成系统化内镜手术训练，在神经内镜颅底手术方面积累了丰富的经验。

作为区域神经外科诊疗高地，近年来，烟台毓璜顶医院神经外科在技术

突破方面从未止步，在神经内镜微创手术、颅底复杂病变诊疗方面不断突破的同时，还在术中唤醒、脑深部电极刺激术治疗帕金森、昏迷患者的促醒手术、脊髓电刺激治疗偏瘫、各种脑积水的规范治疗，以及三叉神经微血管减压和球囊压迫微创手术等方面均成绩斐然。实力领航的同时，该科室更时刻以患者实际需求为先，用精湛的技术护航区域百姓健康。

冬日养生重在“护阳、防寒”

进入冬至以后，中医专家表示，这一时节寒冷加重，阴寒之气最盛，但阳气开始萌动，因而冬至也是调养身心、蓄养正气的重要契机，养生防病重在“护阳、防寒”。

首都医科大学附属北京中医医院血管外科副主任医师王雷永说，冬至时节气温持续偏低，而寒邪最易损伤人体阳气，保暖不当或过度劳累易导致畏寒怕冷、四肢不温、乏力倦怠等不适，还可能诱发心脑血管事件或呼吸系统疾病。

“顺应天时，冬至养生重在‘藏’，通

过保存精气、减少无谓消耗，为来年阳气生发积蓄能量。”王雷永说，此时饮食应“温补而不燥、滋养而不腻”，可适量选择羊肉、牛肉、鸡肉、核桃等温补食材以补益气血、温养脾肾；尽量避免食用生冷寒凉、过度油腻的食物，防止损伤脾胃运化功能。

同时，这一时期宜适当“早卧晚起”，保证充足睡眠，以利阳气潜藏；做好头颈、腰腹及足部保暖，减少寒邪从薄弱部位侵袭机体；可选择节奏缓慢、动作柔和的运动方式，如太极拳、八段锦、中医导

引术等，以活动筋骨、促进气血运行。针对寒证和阳虚表现，可用艾灸、热水泡脚、经络拍打等方法来调养。

“冬至时节还可以中药代茶饮调理身体，但最好选择性味平和之材。”湖南中医药大学第一附属医院脾胃病科主任徐寅举例说，黄精枸杞茶能缓补精力、滋养身体，适合疲劳、眼干涩人群；姜枣茶散寒暖胃，是手足不温者的晨起之选；桂圆枸杞茶补心脾、滋肝肾，适合熬夜用眼人群午后饮用；黑豆陈皮饮则能改善进补时的消化不良与水肿问题。据新华社

老年人控制高血压 不妨练练这3套健身操

老年高血压患者多适合进行有氧运动。运动项目包括散步、慢跑、骑自行车、游泳、做健身操、打太极拳、练气功等。老年高血压患者可根据自己的病情、年龄、体力和爱好等情况，在医生指导下进行合理选择。下面介绍3套适合老年人选用的高血压健身操。

站桩降压操

1. 两脚与肩同宽，平行站立，膝盖略弯曲，双肩略微内收，两手分别置于对应的大腿根内侧，平静自然呼吸10次左右，眼睛正视前方。

2. 缓慢平直抬起双手于身前腋上胸下处，此时右手掌心朝上、左手掌心向下，凝滞不动、静中含劲儿并自然呼吸10次左右，让双手手心及手掌、手指之间出现麻、凉和触电似的感觉。

3. 轻轻活动双手，如玩皮球似上下反复运转双手，持续2-3分钟。

4. 双手改为掌心朝下，同时用鼻子吸气，双手缓慢下降并最后轻放于大腿腹股沟处，其间用嘴缓慢吐气，此项过程算一次，需重复演练10次左右。

摩运降压沟操

降压沟位于耳郭背面，由内上方斜向下方行走的凹沟处(区域)，该操的具体做法如下。

1. 正身端坐，脚尖往前，两脚自然分开与肩同宽，两手拇指指腹部和食指中节桡侧面分别置于左右耳郭(轮)上部(捏紧)，双眼微闭或平视前方。

2. 随着吸气，提肛收腹，双脚十趾用力上跷；同步，两手拇指指腹和食指捏紧耳轮上提。

3. 随后呼气，松腹松肛，脚趾改做用力抓地；同时，两手拇指和食指用力沿两耳降压沟往下摩运至耳垂。

4. 一呼一吸为一次，每回共做10-15次，做该操过程需要意守降压沟，一整套做完后应还原正身端坐姿势(双手自然放松并置于对应膝盖上方)1-3分钟。

高血压保健按摩操

本操又称“降压八段锦”，由上海中医药大学附属曙光医院老中医学术经验教研室主任艾静团队研创，根据中医经络理论及“眩晕”“脑卒中”的病机和相关脏腑经络特点，通过对经络腧穴进行搓、揉、点、敲等手法，达到调理阴阳、调畅气血以期改善症状、平稳血压的目的。

该操建议每天练习2次(以早晚为宜)，每次耗时20分钟左右，每周应练习≥5次。广大老年高血压患者可以在健康报微信公众号上观看视频学习。

专家提醒，老年高血压患者在锻炼时全身要放松，避免锻炼时间过长，严格控制运动量，并注意不要过分用力。

人卫生健康