

赛场展技艺 微创铸匠心

毓璜顶医院刘岩青斩获两项乳腺外科赛事重要奖项

YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 侯瑞
摄影报道

近日,烟台毓璜顶医院乳腺外科副主任医师刘岩青,分别在第十二届青岛乳腺疾病大会暨第十届“琅琊论剑”专题会——“重建医学家”(青岛站)斩获一等奖,在第二届菁英汇——中青年乳腺肿瘤诊疗规范化挑战赛(区域赛·第14场)荣获“最佳手术选手”称号。两项乳腺外科学会中,刘岩青均展示了创新腔镜微创乳房重建术式,充分彰显出医院乳腺外科中青年人才实力与技术创新成果。

在第十二届青岛乳腺疾病大会暨第十届“琅琊论剑”专题会——“重建医学家”(青岛站)上,刘岩青与来自全国多家医院的乳腺外科中青年骨干同台竞技,现场展示“腔镜下乳房皮下腺体切除联合胸肌后双平面假体乳房重建



术”。该术式融合腔镜微创优势与胸肌后双平面假体重建技术,可在精准切除皮下腺体的同时完成假体重建,兼顾肿瘤根治与乳房外观美感,注重提升患者术后生活质量。凭借对手术细节的精准把控,充分兼顾患者身心需求,刘岩青在众多参赛选手中脱颖而出,斩获一等奖。

在第二届菁英汇——中

青年乳腺肿瘤诊疗规范化挑战赛,刘岩青现场展示“腔镜下乳房皮下腺体切除联合转移背阔肌肌皮瓣乳房重建术”,完整呈现术前评估、手术方案制定到术后管理的全诊疗流程。该术式通过腔镜完成乳房皮下腺体切除后,再转移背阔肌肌皮瓣开展乳房重建,既实现肿瘤根治目标,又依靠自体组织还原乳房自

然外形,体现了“根治与重建兼顾”的治疗理念。凭借规范的诊疗思路与精准的手术操作,刘岩青获得“最佳手术选手”称号。

两项荣誉的取得,既是刘岩青医师潜心钻研、勤学苦练的结果,更是烟台毓璜顶医院乳腺外科团队深耕规范化诊疗、坚持技术创新、完善人才梯队建设的体现。科室将持续鼓励青年医师精进手术技能,钻研腔镜微创等前沿技术,不断提升诊疗能力,用心守护女性乳腺健康。



热水洗头不会越洗越油

网上有一种说法,是用热水洗头会刺激皮脂腺“加班”,让它误以为头皮的保护膜被过度清除,于是加速分泌更多油脂来补偿。

其实这种说法过分夸大。皮脂的合成与分泌受多种生理机制调控,洗头时的短暂热刺激并不会直接促进皮脂腺合成更多油脂。相反,适度升高的水温,如38—40℃,能降低皮脂黏度并促进其融化,配合洗发水中的表面活性剂,能更高效地乳化并清除头皮多余油脂,达到更好的清洁效果。

那到底是什么影响了皮脂腺和皮脂分泌?首先,是年龄。皮脂腺的大致数量在人的一生中保持恒定,但其体积会随年龄增长而增大。进入青春期后,受雄激素(女性也有)的影响,皮脂腺开始活跃,出油的情况也就更常见了。随着年龄增长,皮脂腺功能自然衰退,皮肤不再油腻,甚至容易出现干燥、干性湿疹等困扰。

其次,是个体差异决定的肤质。有的人天生更容易出油(成年阶段表现更明显),甚至都不能坚持两三天不洗头。这些人的皮脂腺活性天然地高于平均值,他们的T区甚至胸背部都可能更容易出油。

另外,个人习惯和生活环境也会影响出油状况。比如长时间待在高温高湿环境更容易出油。精神紧张时,包括熬夜、压力大的时候,神经内分泌轴被激活,皮脂细胞会合成并响应神经递质、神经肽和应激激素,使皮脂腺活性激增。洗头频率也是问题。如果洗发频率太低(比如六七天才洗一次),皮脂会在头皮表面不断累积并发生化学改性,比如氧化、马拉色菌的生化作用,最终会干扰皮脂腺的正常分泌环境,引起异常出油和炎症反应。 据人民网

中年之后 大脑衰老会明显加快

大脑并非匀速衰老,而是在某个年龄段出现明显加速,严重时会影响记忆力、反应力、生活质量,甚至与晚年认知健康密切相关。

研究指出,大脑存在两个关键的衰老加速节点,分别出现在中年阶段和晚年阶段。该研究由首都医科大学团队主导,在动物模型中发现:中年之后,大脑衰老会明显加快,出现类似断崖式的下降趋势;清除衰老细胞,可在一定程度上缓解这一进程。

若以80岁为预期平均寿命计算,大脑约在54岁开始出现衰老,到72岁衰老进程显著加快。需要说明的是,“54岁”和“72岁”是基于平均预期寿命的通俗估算,旨在帮助大家建立年龄意识,并非绝对诊断标准。

大脑作为神经系统的中枢,一旦出现衰老,机体其他功能也会受到影响,甚至可能加快整体衰老进程。有研究显示,大脑的衰老速度可能会影响寿命。 据人民网

烧伤烫伤后,第一时间该怎么做

热水、热油、蒸汽、明火、高温物体……生活中,烧伤烫伤并不少见。意外发生后,有人急着涂烫伤膏,有人拿牙膏、酱油等“土办法”救急,还有人直接冰敷、挑破水泡……这些习以为常的做法,可能潜藏误区,延误病情。

烧伤烫伤后,第一时间应该“冲”

“临床上最常见的烫伤烧伤是热液烫伤,比如开水、热粥、热油、热汤等,此外还有火焰烧伤。”广西医科大学第一附属医院皮肤性病科副主任医师张馨予说,在临床上,烫伤和烧伤的急救和早期处理方式有很多相同之处。

专家指出,烧伤烫伤后,第一时间应先脱离致伤环境,尽快、持续给受伤部位降温,以阻止热力继续向深层组织渗透。

“最关键的第一步就是‘冲’。”山东大学齐鲁医院整形美容烧伤科主任张帆说,对

于常见的烧伤烫伤,要立即用流动凉水冲洗创面,常温自来水即可,一般持续15至30分钟,以疼痛明显缓解为参考。冲洗降温后,再小心去除伤处附近衣物、手表、首饰等,随后用干净纱布等轻轻覆盖创面,根据伤情及时送医。

需要注意的是,“凉”并不意味着“越冷越好”。

张帆说,冰块直接接触创面会使局部血管剧烈收缩,可能进一步损伤组织。如果伤处面积较大,还可能导致体温过低,加重休克风险,延误创面恢复。

烧伤烫伤后涂芦荟汁、酱油等是帮倒忙

广西南宁急救医疗中心公众培训科医生阮慧光说,烧伤烫伤现场最常见的“帮倒忙”行为之一,就是往创面上涂芦荟汁、酱油等生活用品。不少人误以为从新鲜芦荟中挤出的汁液是纯天然且安全的,其实这是片面理解,可能会对创面造成刺激。

张帆说,牙膏、香油等涂抹

伤处,可能污染创面;酒精、碘伏等直接用于新鲜创面,则会带来刺激,也可能影响医生判断伤情。

专家指出,轻度烫伤仅损伤皮肤表层,表现为皮肤发红、轻微肿胀,一般无水泡出现。如伤及真皮层,就会出现局部红肿、起水泡,并伴有较为剧烈的疼痛。

烫伤后起了水泡,能不能自己挑破?张帆说,小水泡表面的疱皮本身可以起到一定的保护作用,随意挑破可能增加感染风险。较大的水泡或位于关节等特殊部位的水泡,应由医务人员评估处理。如果水泡已经自行破损,也不要随意撕掉疱皮,可先用清洁纱布轻轻覆盖。

张帆提示,如果烧伤烫伤范围超过一个巴掌大小,或者发生在面部、手、脚、关节、会阴等特殊部位,即使面积不大,也建议尽快就医。

低温烫伤,也应引起注意

专家提醒,在日常生活中,有一种不易察觉的烫伤——低温烫伤,也应引起注意。

张馨予介绍,低温烫伤,指人体皮肤长时间接触41至45摄氏度低热物体导致的慢性烫伤。热水袋、暖宝宝、电热毯等日常用品,温度虽不算

很高,但长时间接触皮肤,也可能造成组织损伤。由于初期使用时,我们会感到温暖舒适,低温烫伤往往容易被忽视,等出现红肿、水泡时,损伤可能已经形成。

专家提醒,烧伤烫伤不能只凭受伤后的“第一眼”判断轻

重。张帆介绍,部分二度烧伤早期可能只是发红,之后创面可能逐渐加深。电烧伤或许表面创口不大,深部损伤却可能较重;化学烧伤等也有特殊处置要求。如果疼痛持续甚至加重,或者创面颜色发白、变暗,需要及时就诊。 据新华社

