

●湖湘名医

工匠精神撑起患者“主心骨”

——记骨外科专家雷青

“从进手术室到出来，只用了40来分钟。”5月20日，106岁的李婆婆家人回忆起她在长沙市第三医院骨外科接受手术时的情景，非常佩服地说。

2020年9月，李婆婆不小心摔倒，在当地医院确诊为左侧股骨粗隆间骨折。儿孙们考虑老人年事已高，难以承受手术，于是选择保守治疗。然而卧床治疗4天，李婆婆疼痛依旧没有缓解。经人推荐，家人慕名找到长沙市第三医院骨外科主任、主任医师雷青。雷青召集工作室团队多次讨论，根据李婆婆的骨骼扫描图，运用3D打印技术，以1:1比例打印出盆腔骨骼模型，然后找到与模型最吻合的髌骨假体，反复将假体与骨骼模型进行试装配，做到术前胸有成竹。最终，手术仅留下一个不到8厘米长的伤口，术后第二天，老人就能在家人的陪护下行走，一周后即康复出院。

“我们手术的目标不只是为了要成功，还要像对待艺术品一样，追求细节的完美，这正是医者的匠心。”雷青表示，医生的功夫更多在手术台外，只有几十年如一日地刻苦钻研技术，在每一台手术

前反复研讨制定最佳的方案，才能尽可能缩短手术时间，力求伤口微创、美观，最大程度为患者减轻手术痛苦。多年来，雷青就是秉承着匠心、创新的理念，带领团队打造出百姓信赖的知名学科，撑起了患者的“主心骨”。

“医疗技术日新月异，医生一辈子都不能停止学习精进的脚步。”在雷青的带领下，该院骨外科已发展成为湖南省市州级省临床重点专科、长沙市医学重点学科，拥有骨科关节、脊柱、创伤与显微外科三个独立病区 and 3D打印医学临床应用研究所，还开设了手显微外科、创伤、脊柱外科、关节外科四个亚专业，加设了足踝外科学组和运动医学学组。在这里，人体的每一块骨头、每一个关节、每一处脊椎出现毛病都可以找到相应的专家。

20多年来，患者陈忠（化名）未曾抬头看天，也无法平躺睡觉。因疾病，他的脊柱弯曲达90度，原本170厘米的个头被压到只有140厘米。为实现“挺直腰杆”的梦想，他慕名找到了雷青。

“脊柱神经分布密集，对施刀精准度要求极高，稍不慎就会

造成患者失血过多甚至瘫痪。”雷青介绍，以前此类手术风险高，施刀定位全凭医生经验。雷青和骨科团队使用3D打印技术，先还原患者的脊柱形态。然后在3D打印模型上预演手术过程，确保手术微创且精准。历时9个多小时，成功为陈忠置换了两个腰椎节段。

2013年，嗅觉敏锐的雷青率先将3D打印技术这一前沿科技应用到骨科手术中，并逐步推广至各个亚专科；2014年，挂牌成立长沙市3D打印技术医学应用研究所，为中南大学湘雅二医院等省内外20余家三级医院提供相关技术支持，自行设计和优化的骨科内固定器材用于临床，均属于国内、省内领先水平。

“创新是匠心的延续，也是匠心精神实践后的必然结果。”雷青常说，临床医生除了要致力成为专业领域的大医工匠，还应更多地投入科研创新，在造福一方病患的同时，促进行业水平的共同提升。在他的带领下，骨科名医工作室团队近年开展新技术40余项，承担省级科研项目2项、市级科研项目3项，获得国家专利25项。

湖南省12320呼叫中心 供稿
执笔 唐梦辉

■健康新知

勤刷牙，预防高血压

口腔健康与全身健康有密切的关系。近期，英国伦敦大学学院伊士曼牙科学院研究小组发表在《高血压》杂志的一项研究表明，患有严重牙周病的人，高血压的发病风险会大幅度增加，因此预防高血压，切莫忘记每天刷牙。

研究小组以500名平均年龄35岁的成人为数据分析对象（女性52.6%），对半分为两组，其中250名患有严重牙周病（50%以上的牙齿有牙龈感染）的人为病例组，另外250名无牙周病的人作为对照组。收缩期血压在140毫米汞柱以上的比例，前者为14%，后者为7%，有两倍之差，并将血压（收缩期/舒张期）在130/80毫米汞柱以上者定义为高血压（前者约50%，后者约42%），进行对比研究。

结果表明，牙周病组与对照组相比，收缩期血压明显升高3.36毫米汞柱，舒张期血压明显升高2.16毫米汞柱。并且，由牙龈出血和牙周袋深度等确定的牙周病严重程度，与收缩期血压有正向关系（前者越严重后者越高），收缩期血压在140毫米汞柱以上的比例，牙周病组为对照组的2.3倍。

研究人员认为，牙周病细菌会损害牙龈并引起炎症反应，而这一炎症反应则能影响包括高血压在内的全身性疾病的发病，因而预防和治疗牙周疾病是抑制全身慢性炎症并改善血管内皮功能的一种经济有效的方法。

宁蔚夏译

■新技术

“心流”3D扫描技术 诊断心脏病仅需20分钟

据英国媒体近日报道，英国国民保健署（NHS）上个月启用了一项革命性的3D扫描技术“心流”（HeartFlow），这一技术能在20分钟内确诊患者是否罹患冠心病，使患者接受诊断和治疗的速度提高5倍。英国希望这一技术能将心脏病发作和中风的人数减少15万。

据报道，“心流”能将心脏的CT扫描变为3D图像，让医生无需血管造影等侵入性检查即可诊断患者的心脏是否发生病变，且20分钟内给出结果。一旦确诊，治疗方案包括动手术、用药或安装支架，而那些病情较轻的患者，可通过服用降低胆固醇的药物或听从改变生活方式的建议来改善症状。

桑德威尔和西伯明翰医院介入心脏病专家德里克·康诺利博士说：“每5名做过心脏CT和‘心流’分析的患者中，有4名患者回家时就告诉他们不需要接受任何其他治疗。这些患者中有一半处于疾病早期，需要服用降胆固醇药物；另一半则只是罹患普通的冠状动脉炎。因此，‘心流’将对我们的医院产生重要影响，改善主要致死疾病之一——心脏病的诊断和治疗情况。”

（《科技日报》5.6，文/刘霞）

上海八旬老夫妇： 我们也来“苗苗苗”

5月17日起，按照“知情同意，自愿免费”的原则，上海启动76岁及以上人群新冠疫苗登记预约接种工作。18日，年过八旬的居民张迪华和妻子展慧英按照预约，来到上海交通大学医学院附属同仁医院“长者接种专窗”接种新冠疫苗。

新华社记者 刘颖 摄



■关注

以瘦为美的“身材焦虑”当休矣

“五月不减肥，六月没人追，七月徒伤悲。”每到衣服渐薄的盛夏来临之际，这样的网络段子就会出现在朋友圈里，折射出年轻女性中存在的“身材焦虑”现象。

社交媒体上的明星、大V们，今天你晒了“A4腰”，明天她秀个“直角肩”，引得一众“素人”或粉丝的羡慕，“身材焦虑”更是愈演愈烈。为了变得更美、更仙儿、更瘦，一些年轻女性誓要在夏天“瘦成一道闪电”。

因此，“减肥经济”变得炙手可热。燃脂素、排油丸、纤体饮料等琳琅满目的减肥产品在各大电商平台上架；代餐奶昔、代餐粉等瘦身食品也销售火爆；网络主播们直播在线运动、减脂食

谱，顺带推荐健身器材和减肥产品……也就不难理解了。

事实上，除了经过医学诊断，确实需要减肥来维持身体健康的肥胖人群，很多爱美的年轻人对“以瘦为美”的追求都是盲目的。

众所周知，科学健康有效的瘦身方式是“迈开腿、管住嘴”，更需要长期的坚持自律。而当下很多人追求的是速效蜕变，健康被抛在脑后，极端方式受到追捧，导致奇葩爆款你方唱罢我登场，智商税也越缴越多。

的确，不良商家利用人们的爱美之心，以夸张的噱头掏空了“减肥者”的荷包，应该受到严格监管和约束。可追根溯源，以瘦为美的审美心态才是罪魁祸首。

以影视作品为例，女主的华丽转身除了造型风格的逆袭，身材更是不得不突出展示瘦了几个size。无怪乎社交平台上，女明星们接力式地展现“小鸟腿”“天鹅颈”，人各一副“魔鬼身材”。

当众多女性以“A4腰”“纸片人”作为衡量自身身材与美丽的标准，盲目跟风参与，不惜饿着肚子暴汗减肥时，不但可能有损身体健康，甚至会患上抑郁症、厌食症，乃至付出生命的代价。

爱美之心，人皆有之。但，减肥的最终目的应是追求健康。健康瘦身最基本的方法是科学合理饮食，增加运动。以瘦为美的过度“身材焦虑”真的该停止了！

（摘自人民网，5.18，文/史雅乔）