



膝关节炎的治疗误区及手术时机

当膝关节炎席卷而来时，许多人误以为某种疗法可以奇迹般地治愈他们的病痛。然而，这是一个常见的误区。治疗膝关节炎的关键在于综合考虑各种因素，并采取正确的治疗方式。本文将深入探讨治疗膝关节炎的误区，并就人工关节手术的时机问题给出答案。

首先，令人遗憾的是，没有一种药物、疗法或营养补充剂可以完全治愈膝关节炎。但是，有些人依然迷信特定的草药或补品，盲目相信这些产品能够迅速消除疼痛和炎症。然而，这些方法并没有经过科学验证，只是心理上的安慰。过度依赖这些不确定的方法可能会耽误寻求专业治疗的时机，导致病情进一步恶化。

另一个常见的误区是，认为休息是治疗膝关节炎的最佳方式。当患者感到疼痛和不适时，他们倾向于停止任何活动，以减轻膝关节的压力。然而，长期休息并不能解决问题，反而可能导致肌肉萎缩和功能丧失。事实上，适当的锻炼和物理治疗是改善症状和恢复膝关节功能的更好选择。这些方法有助于增强肌肉力量，改善关节灵活性，并提供更好的支撑。

除了上述误区，许多患者错误地认为手术是治疗膝关节炎的唯一选择。他们可能听说过某位人工关节手术的成功案例，或被医生告知手术是唯一解决办法。实际上，手术并不适用于所有患者。在某些情

况下，非手术治疗，如药物治疗、物理治疗和生活方式改变，可以有效缓解疼痛和改善生活质量。人工关节手术应该被视为最后的选择，只有在非手术治疗无效时才考虑。

当然，手术治疗也有其优势。对于那些疼痛严重、功能受限且非手术治疗无效的患者来说，手术可以显著改善他们的生活质量。它可以减轻疼痛、恢复关节功能、提高活动水平，并使患者能够重新参与到他们喜欢的活动中去。

在治疗膝关节炎时，没有通用的解决方案。每位患者的情况都是独特的，因此治疗方案需要根据个体需求和医生的专业意见来制定。

那么，人工关节手术越早越好吗？并非如此。尽管手术可以显著改善患者的症状和功能，但并不意味着越早进行手术越好。手术有风险，术后并发症的可能性增加，因此手术不应该轻率对待。相反，医生应该综合考虑患者的年龄、健康状况、疼痛程度、功能受限程度以及对非手术治疗的反应来决定手术时机。年轻且健康的患者可能会被建议推迟手术，以便给予非手术治

疗更多的机会。他们的身体更有可能适应手术并恢复得更好。相反，年龄较大或存在其他健康问题的患者可能会被建议尽早进行手术，以避免病情进一步恶化。

延迟手术的主要原因可能是担心手术风险和复苏期的痛苦。手术风险包括感染、血栓形成、人工关节松动或滑脱等并发症。此外，手术后需要进行康复训练，以恢复肌肉力量和关节功能。这个过程可能需要数周甚至数月，患者需要有足够的耐心和毅力来完成。

因此，关于手术时机的决策应该是一个综合考虑的过程。医生需要评估患者的病情、疼痛程度、功能损失程度以及患者的期望和目标。如果非手术治疗措施无效且病情严重，手术可能是一个合理的选择。对于一些轻度病情的患者来说，延迟手术并尝试其他治疗方法可能是合适的。

除了手术时机之外，还有其他因素需要考虑。例如，患者的生活方式和活动水平可能会影响手术的



效果。如果患者在手术前能够通过改变饮食、减轻体重、增加运动等方式改善健康状况，那么手术的结果很可能更好。此外，患者也应该与医生充分讨论和沟通期望和目标，以确保手术能够满足自身的期望。

总而言之，治疗膝关节炎并不是一蹴而就的过程，需要患者和医生共同合作，制定最佳的治疗方案。避免治疗误区，采取正确的治疗方式，可以帮助患者减轻痛苦并改善生活质量。手术不一定适用于所有患者，应该根据每个人的具体情况来决定。因此，我们需要更多的科学研究和临床实践，以为膝关节炎的治疗提供更准确的指导和更好的选择。希望无论是患者还是患者家属，都能够根据医嘱，在正确的指导下进行治疗，早日摆脱病痛的折磨。

贺州市人民医院 粟谋

SPECT 检查对身体有无伤害？一文带您全面了解

SPECT（单光子发射计算机断层扫描）是一种核医学影像技术，用于评估器官或组织的功能性信息。很多人一听到“核”立刻就觉得恐惧，认为核医学影像检测是非常危险的，辐射肯定不小。那么，核医学检测真的危险吗？SPECT 检测对身体究竟有伤害吗？本文将围绕这些问题向大家介绍 SPECT 检查。

什么是 SPECT 检查？

单光子发射计算机断层扫描（SPECT）是一种功能性影像技术，主要利用放射性核素标记的生物分子来探测人体内部的生理、代谢和功能变化，是一种非侵入性的检查方法。

核素是被标记的分子，分子可以与人体内的特定部位结合，如心肌、脑部等。核素发出的 gamma 射线可以被探测器探测到，并被计算机处理成图像。

SPECT 检查可以显示某一区域的血流情况、骨骼代谢情况、肺通气情况等生物分子的活动状况，从而提供关于疾病状态的信息。

SPECT 检测的优点

1. 高精度和早期发现 相对于其他成像技术（如 X 线、CT、MRI

等），SPECT 具有更高的分辨率和灵敏度，可以更精准地定位和识别病变部位，尤其在癌症、心脏病、肺部疾病、神经系统疾病、骨科疾病等的早期诊断和治疗中具有重要意义。

2. 个性化和精准治疗 SPECT 通过分析不同组织和器官的代谢和功能，为个性化治疗提供依据，帮助医生优化治疗方案，提高治疗效果。

SPECT 检查的过程和操作步骤

首先，在做 SPECT 检查时，患者基本不需要禁食（但肝胆、胃黏膜、心肌检查时需要空腹 4~6 小时），医生或技术人员会询问病史、过敏史、药物使用情况等重要信息。

接着，会进行示踪剂注射。大多数情况下，示踪剂会通过静脉注射给予。但在某些情况下，示踪剂也可以通过口服途径给予。

注射完后，需要等待适当时间，让示踪剂在患者体内充分分布到目标组织或器官。

在等待时间后，将患者放置在 SPECT 装置的检查床上，接受影像采集。SPECT 检查通常还会结合 CT 成像，以提高检查的准确性和可视度。在影像采集过程中，医生和技

术人员需要协调患者的呼吸和体位，以获得更准确的影像。

采集到的数据经过计算机处理，生成多层次的图像，医生和技术人员通过对图像进行分析和比较，得出相应的诊断结论。

SPECT 检查的常见用途

在神经学上，SPECT 能够衡量神经元的代谢，从而帮助诊断神经系统疾病，如脑血管疾病、老年性痴呆、帕金森病等。

在心血管学，SPECT 可以评估心肌的灌注及代谢状况，检测冠心病、心肌梗塞等心血管疾病。

在肿瘤学上，SPECT 能够检测肿瘤细胞的新陈代谢，辅助肿瘤的定位、分期和治疗。

在骨科上，SPECT 能够显示骨髓、骨质、软骨的代谢活性和病变情况，用于检测骨肉瘤、骨折复位等疾病。

在肺功能学上，SPECT 能够显示肺部通气和血流情况，用于检测肺部疾病，如肺部血栓、肺不张等。

在内分泌学上，SPECT 可以检测内分泌功能异常引起的疾病，如甲状腺功能失调、垂体瘤等。

SPECT 检查有风险吗？

目前，国际上最权威的 SPECT

检查标准是由欧洲核医学学会制定的《核医学标准操作程序》（SOPs），这个标准详细规定了 SPECT 检查的各个环节。在我国，卫生部卫生行业标准《放射性药品使用技术规范》（WS/T 390-2013）对 SPECT 检查的相关要求进行了规定，包括仪器和设备、药物使用、患者准备、图像采集、数据处理和结果解释等。

SPECT 使用放射性示踪剂进行影像获取，这可能带来一定的辐射暴露。然而，SPECT 使用的辐射剂量相当低，远低于会引起明显危害的水平。辐射剂量会根据所使用的示踪剂和扫描区域的不同而有所差异，但不会对周围医护人员、家属造成辐射损伤。

在极少数情况下，可能会发生一些不良反应，如过敏反应或头晕。这些不良反应在大多数情况下是轻微和暂时的。

示踪剂注射后，体内会逐渐排除这些放射性示踪剂。尿液和其他体液可能会在一段时间内具有辐射活性。SPECT 检测的确有辐射，但只有遭受 100mSv 以上的辐射量，人体患癌的概率才会明显增加。而 SPECT 检测的辐射只有 0.1~5.2mSv。

玉林市第一人民医院 林波宇