

# “外科手术+全程康复” 一体化医疗模式

## 这家医院骨科中心的“组合拳”很有一套！

### 1 资深驴友膝关节磨损严重 他对医生提出了 想要继续爬山的要求

近年来,明州医院关节外科立足医院现有优质医疗资源基础,继续对本专业的复杂、疑难、高手术风险的疾病进行主攻,不断提高科室的技术水平。现今最常见的老年性骨关节炎、创伤后骨关节炎、髌部骨折等病痛,在这里都可以得到很好的解除。

“随着人口老龄化,膝关节骨关节炎发病人群逐年增加,严重的膝关节疼痛、不稳、畸形,给患者日常生活造成严重困扰。”关节外科主任何志勇介绍,该科室通过人工关节置换等技术,使患者恢复正常的下肢力线和关节功能,从而能够恢复行走、下蹲、上下楼梯能力,显著提高生活质量。

50岁的金先生(化名)是一名资深驴友,几乎走遍了江浙沪一带的山坡古道。大约从5年前开始,他一走路就脚痛,特别是膝盖。就医检查后发现膝关节得了退行性骨关节炎,医生建议以后要省着点用膝关节,不要再去爬山。

金先生严格照做,还尝试各种理疗,并吃了很多药,但症状还是越来越严重,连走路都变得困难。从去年开始,走几十米路他都感觉膝关节疼痛难忍。金先生又咨询了宁波各家大小医院的多位骨科专家,医生都建议做膝关节置换手术。

金先生一方面担心手术效果,另一方面又害怕术后恢复慢,心里又打起了一阵退堂鼓。难道就这样一直痛下去,一直到完全走不了路?家人劝他尽早手术。一番考虑后,金先生终于鼓起勇气,找到了病友们推荐的明州医院关节外科专家何志勇主任医师。

何志勇认真询问病史并阅片后发现,金先生两侧膝关节的软骨几乎已经磨光了,除了走路疼痛,膝关节活动度也变得很差,无法正常伸直和弯曲,确实只能选择做全膝关节置换手术。考虑到右侧膝关节症状更重,可以先做右侧手术,之后再做左侧的。

“能不能让我的关节恢复如初?我还想继续爬山。”金先生提出了自己的想法。

要实现继续爬山的愿望,不仅要选择适合的人工关节,对医生的手术也提出了更高的要求。经过团队严密的讨论,一切准备妥当,何志勇团队为金先生进行了右全膝人工关节置换术,整个手术过程非常顺利,不到2小时就完成了。



宁波明州医院康复医生正在为患者做体外冲击波治疗。

俗话说:“伤筋动骨一百天”。骨折和骨关节受伤后,康复之路何其漫漫。随着医疗技术的进步,骨科康复已成为骨科治疗中不可或缺的一部分。经过多年发展,宁波明州医院骨科中心与康复中心积极联动,已经形成“骨科-康复”一体化的治疗新模式,帮助患者尽早恢复关节功能,提高手术疗效。

### 2 技术创新、全程康复计划 一套“组合拳” 让患者彻底安心

术后当天,金先生就下地走路,曾一度担心手术效果的他这下彻底安心了。“做完手术竟然不痛,刚刚换上的膝关节竟然这么‘丝滑’。”

这一切都得益于关节外科引入快速康复的理念,旨在减少创伤、减少并发症、减少术后疼痛和促进器官功能早期恢复。关节外科联合肌骨中心实施多项创新措施,让人工关节置换手术康复加快,减少术后疼痛和并发症。何志勇亮出了“组合拳”秘笈——

选择“黑科技”进口人工关节。这款人工关节通过生物固定的方式,避免用骨水泥固定,有效减少了骨量的丢失。一般人工关节寿命在三四十年,但金先生的磨损程度比别人高,即使将来提前“报废”,充足的骨量能够保证二次置换后关节的稳定性更高。

微创切口,创新入路。将传统25厘米长的手术切口缩小至15厘米,创新手术入路,保留骨内收肌不切断,通过移开髌骨的方式放入人工关节。减少了手术损伤,加速了恢复。

“鸡尾酒”镇痛疗法。联合使用多种药物,包括局麻药、抗炎药、血管收缩药等,达到消炎镇痛的效果。术中局部注射于膝关节周围软组织中,既可以最大效度地发挥药物作用,又能避免药物全身使用的副反应。切口“喝了鸡尾酒”,好像真的“醉了”,使得镇痛时间达到术后6小时以上。

全程系统性康复训练。正因为良好的镇痛和止血效果,患者麻醉恢复后就可以开始功能锻炼,24小时后可以训练下地行走,真正贯彻了快速康复的理念。其实,早在金先生刚入院时,医生护理康复团队就提前介入,一方面让患者了解康复锻炼的重要性,另一方面结合术前病情和手术方式制定康复计划。术后第一周进行床上锻炼,第二周远端关节活动训练……整体康复计划延伸至9周-12周。

半年后,金先生又做了左侧全膝关节置换手术。经过完整的康复,他的登山计划即将重启。



宁波明州医院关节外科何志勇主任正在实施关节置换手术。

### 3 成立肌骨中心日夜服务 年均患者人次破万

据了解,明州医院骨科中心从几年前就开始用这套“组合拳”,在医生和康复师的共同努力下,脊柱外科、关节外科、创伤骨科、运动骨科、手足外科的患者康复成果显著。“目前国内大多数医院还停留在复位、固定、回家康复的传统模式上,康复治疗功能锻炼只能自力更生,这给患者和家属带来了不少困扰。事实上,康复也是整个治疗中非常关键的一环。”明州医院骨科康复副主任赵昌明表示,这套“组合拳”在膝关节、髌关节置换等多种关节手术中应用,病人治疗效果显著提升,满意度大大提高。

为了让患者的康复锻炼更加专业,明州医院康复中心于2023年4月专门成立了肌骨中心,配备了3名康复医生和康复治疗师。

“肌骨康复是康复医学的重要分支,指运用康复医学专业知识及治疗技术,以改善急、慢性肌肉骨骼系统损伤或疾病所致的疼痛、躯体结构异常及功能障碍,提高患者生活能力,回归家庭和社会的一门学科。”康复医生吝宇告诉记者。

无论是常见的颈肩腰腿疼痛,还是运动损伤、骨折、周围神经损伤、踝扭伤、跟腱断裂术后、韧带重建术后、截肢术后恢复、关节置换手术、脊柱侧弯、骨关节炎,甚至是先天性骨关节畸形矫正、高低肩等体态问题,都可以通过专业的康复治疗。

不过,康复也有着“黄金治疗期”。一旦错过,会对恢复造成极大影响。运动损伤在年轻人中也比较常见。18岁的小黄(化名)大一刚开学两周,就在打球时摔倒,导致髌骨脱位合并胫骨平台骨折。由于术后没有得到系统的康复指导,在家躺了一个月后,关节僵硬、韧带粘连。这意味着,他的康复锻炼会更加漫长且更痛苦。“这也是我们一直在强调早期康复的重要性。”吝宇强调。

值得一提的是,为了方便上班族就诊,明州医院专门开设了肌骨康复夜门诊,一周两天。“每个夜门诊至少有十几位患者,主要解决白领最常见的颈肩腰腿痛。”吝宇介绍。据统计,目前已有一万多人次在该院肌骨中心接受康复治疗。 记者 陆麒雯 通讯员 姚璐璐