

你好 宁一医生①

【开栏语】

医术有高度,医者有温度。由宁波晚报与宁波大学附属第一医院联合打造的《你好,宁一医生》专栏正式启幕。本栏目聚焦宁大一院骨干医师与精锐医疗团队,解锁高精诊疗技术,普及科学健康知识,传递医学温暖。

仅绿豆大的创口,却撑起银发脊梁! 这个团队让高龄手术不再是“禁区”



【人物名片】 夏冬冬

宁波大学附属第一医院神经脊柱外科病区副主任、主任医师、博士生导师、医学博士、博士后,浙江省首批“小而强”临床培育创新团队带头人、“浙江金蓝领”获得者。深耕脊柱疾病临床、科研、教学十余年,专攻高龄复杂腰椎疾病微创诊疗,擅长机器人辅助微创融合、全内镜椎管减压等前沿术式。主持省部级、市厅级多项科研项目,发表SCI论文25篇,授权发明专利7项,多项医疗器械成果实现产业化,斩获省市级多项科技创新大奖。

在来到宁波大学附属第一医院前,82岁的彭爷爷(化姓)已在家中卧床两月,暴瘦十余斤。折磨他的是一种老年常见病——腰椎间盘突出伴椎管狭窄,但棘手之处在于,80岁的高龄加上多种基础疾病,让许多医生都建议保守治疗。

“再躺下去,恐怕撑不过半年。”家人的这句话,让彭爷爷下决心做最后一次尝试。在宁大一院神经脊柱外科,他遇到了夏冬冬博士。

手术在局麻下进行。为了缓解老人的紧张,夏冬冬一边操作,一边与他聊家常。短短半小时,手术结束。“一点没觉得痛。”彭爷爷在亲手写的感谢信中这样说道。当晚,他在家人搀扶下下地行走;次日,顺利出院。复查时,他面色红润,步履稳健,与术前判若两人。

这个看似“神奇”的转变,背后是夏冬冬领衔的“腰椎间盘突出椎管狭窄”团队的硬核实力。



团队在手术中。

1 微创“魔法”:从“开大刀”到“钥匙孔”

如果把人体比作一栋楼宇,脊柱就是支撑全身的核心“顶梁柱”。腰椎管狭窄症,本质就是脊柱内部神经通道变窄,压迫神经引发疼痛、麻木、行走障碍,是困扰老年群体的典型退行性疾病。

84岁的刘爷爷,因严重的腰椎管狭窄,走路困难长达5年,还合并肿瘤和高血压。夏冬冬团队联合心血管内科、肿瘤放疗科、麻醉科等多学科专家,通过脊椎内镜,仅用50分钟就完成了椎管减压手术。最令人称奇的是,手术伤口仅绿豆大小,刘爷爷术后当天就能下地,第二天便出院回家。

这项“魔术”般的技艺,名为单孔内镜后路ULBD椎管减压术。医生仅需在患者背部切开一个约1厘米的小口,通过内窥镜的高清视野,精准地磨除增生的骨质,切除肥厚

的韧带,从一侧入口完成对双侧神经的减压。整个过程不破坏脊柱的稳定性,出血极少,即使是心肺功能不佳的超高龄老人也能耐受。

针对更复杂的腰椎病例,团队掌握了另一项“王牌”技术——通道下显微镜MISTLIF机器人辅助微创融合技术。该技术主要适配腰椎滑脱、椎间盘退变不稳、脊柱结构性异常的患者,依托专用微创通道、高清手术显微镜,搭配骨科手术机器人精准定位,仅需几厘米微小切口,便可完成椎间盘清理、椎间隙处理、椎间融合与螺钉固定全套操作。

需要指出的是,这项技术无需大面积剥离软组织,创伤小、出血少、术后疼痛轻、恢复速度快,在彻底解除神经压迫的同时,牢牢保障脊柱长期稳定性。

2 硬核创新:从临床痛点中“炼”出金点子

“临床医生不能只做‘开刀匠’,更要做‘思考者’和‘发明家’。”这是夏冬冬始终坚守的行医与科研理念。深耕临床多年,他敏锐地发现传统骨科手术的核心痛点:传统手术体表定位依赖反复透视校准,医患双方都会长期暴露在X射线辐射下,不仅定位精度有限,还存在极大的安全隐患。

为破解这一行业难题,夏冬冬带领团队潜心数年技术攻关,成功自主研发数字化骨科手术体表定位体系及配套耗材,为骨科微创手术装上“精准导航仪”。

该创新成果采用特殊柔性印刷技术与自主研发的高分子显影材料,可根据人体不同部位解剖结

构定制适配定位模板。手术时只需将模板贴合皮肤,即可像“盖章”一样快速锁定最佳手术切口与进针点位,无需反复透视,大幅减少术中辐射暴露,精准度与安全性双向跃升。

这项源自临床、服务临床的原创技术,斩获浙江省科学技术进步奖三等奖、浙江省青年医务人员实践创新竞赛特等奖等多项重磅荣誉,成功拿下全国首个二类医疗器械注册证与国家医保编码。

目前,该产品已在全国数百家医院推广应用,同时斩获欧洲CE认证。凭借突出的临床创新与技术转化成果,夏冬冬还被浙江省总工会授予“浙江金蓝领”称号。

3 实用科普:给老年脊柱的“健康锦囊”

作为省级“小而强”临床培育创新团队,这个腰椎专科团队汇聚了神经脊柱外科核心骨干,同时联动药学部、检验科、疼痛科、老年科、心血管内科等多领域技术专家,搭建起成熟完备的多学科诊疗体系。精湛的诊疗技术、完善的诊疗服务以及良好的患者口碑,让团队影响力迅速扩散到全国各地,不少外地患者慕名专程前来求诊。

随着老龄化程度持续加深,腰椎管狭窄症已成为困扰老年群体的高发慢病。相关数据显示,国内60岁以上老年人群该病发病率接近50%,极大影响老年人晚年生活质量。对此,夏冬冬团队结合多年临床经验,整理出通俗易懂、实用性强的脊柱健康科普指南,帮助大众科学识病、理性治病、有效防病。

1. 警惕这些信号,别把“麻木”当“衰老”

腰椎管狭窄症最典型的症状是“间歇性跛行”:患者行走一段距离后,出现下肢酸麻胀痛,必须蹲下或坐下休息片刻才能缓解,继续行走后症状重复出现。此外,还常伴有腰痛、下肢放射痛等。

误区警示:很多老人和家属认为“年纪大了,腰腿痛很正常”,或者“手术风险大,能不做就不做”。这种观念往往导致患者错过最佳治疗时机,最终因长期卧床引发坠积性肺炎、深静脉血栓等致命并发症。

2. 日常养护,守住脊柱的“黄金法则”

避免久坐久站:每隔45分钟起身活动,舒展筋骨。

正确用腰:搬重物时,先下蹲,用腿部力量站起,避免直接弯腰用力。

科学锻炼:推荐游泳、太极拳等低冲击运动,增强腰背肌力量。避免高尔夫、保龄球等需要腰部猛烈扭转的运动。

控制体重:减轻身体负担,降低脊柱压力。

夏冬冬还特别提醒,如果您或家人出现持续的腰腿痛、间歇性跛行,尤其是经休息后无法缓解,请及时前往正规医院脊柱外科或专病门诊就诊。“早诊断、早治疗,是守住晚年生活质量的关键。”

记者 林伟 通讯员 庞赞 文/摄