



云南省第一人民医院  
The First People's Hospital of Yunnan Province  
昆明理工大学附属医院  
The Affiliated Hospital of Kunming University of Science and Technology

# “云南省脊柱脊髓及 风湿性疾病诊疗中心” 在省一院建立



12月19日,记者从云南省第一人民医院微创脊柱高峰论坛上获悉,全省首个“云南省脊柱脊髓及风湿性疾病诊疗中心”在省一院建立。省一院将依托骨科、神经外科、风湿免疫科等相关专业和学科,整合院内优势资源,以解决临床问题和疾病诊治为导向,着力提升脊柱、脊髓及风湿性疾病急危重症以及疑难病症的诊治水平和能力。

在当天举行的授牌仪式上,云南省卫生健康委员会副主任姜旭向云南省第一人民医院授“云南省脊柱脊髓及风湿性疾病诊疗中心”牌匾。省一院院长蒋立虹、骨科主任陆声、神经外科主任赵建华、风湿免疫科副主任王静共同为“云南省脊柱脊髓及风湿性疾病诊疗中心”揭牌。

省一院院长蒋立虹表示,云南省脊柱脊髓及风湿性疾病诊疗中心成立后,将积极融入到为人民群众提供优质医疗服务的事业中去,结合省一院及我省健康事业实际,积极推动高精尖技术和急需紧缺技术的发展,成为全省脊柱脊髓及风湿性疾病诊疗的排头兵和领头羊。同时,省一院将以此次诊疗中心的成立为契机,加大对诊疗中心的支持力度,抓住机遇,积极作为,趁势而上,不断推动我省医疗卫生事业高质量发展,为人民群



众健康筑牢坚实防线。

据悉,该诊疗中心将在临床诊疗、科研协作、人才培养、信息交流等方面起到示范和带头作用,逐步建立我省脊柱脊髓及风湿性疾病标准化、规范化、示范化的病种医疗管理模式。此外,诊疗中心还将落实分级诊疗制度,建立健全工作制度,制定疾病技术诊疗规范,帮助、指导州(市)、县级医院,提供技术支持。

当天,还举行了脊柱高峰论坛。会议邀请了解放军陆军大学附属新桥医院周跃教授团队专家亲临现场进行学术讲座及论坛,专家们就内镜、颈胸椎脊柱内镜、OLTF/XLIF椎间盘融合、骨科机器人、数字化导航、内镜下腰椎融合等新技术专题进行了广泛而深入的学习讨论。

本报记者 王劲松 通讯员 杨晓敏



云南省第一人民医院  
The First People's Hospital of Yunnan Province  
昆明理工大学附属医院  
The Affiliated Hospital of Kunming University of Science and Technology

# 老人家为啥悄悄变矮了 原来是这种疾病在作怪

省一院骨科专家:警惕不易察觉的脆性骨折

人老了以后,尤其是老太太,个头会悄悄地回缩,还会驼背。为什么会这样?这就是因为椎体骨折了。椎体发生压缩性骨折以后会压缩,慢慢地,多个椎体压缩了,人也就变矮了。而这是一个慢性的过程,有些人骨折后连自己都不知道。今天,云南省第一人民医院骨科主任陆声教授来为大家说说,哪些骨科问题在影响着老年人的生活与健康。

## 脆性骨折

老年人咳嗽打喷嚏都要小心

老年人活动减少,最容易出现脆性骨折,包括脊柱的骨折、椎体的骨折。

老年人随着年龄的增长,会发生骨质疏松,就容易造成脆性骨折。很多老年人咳嗽一下,打个喷嚏,就会腰痛或背痛,实际上这么大一个震动,就会造成老年人的椎体骨折,所以叫脆性骨折。

女性一般绝经4年至5年就会出现骨质疏松。老年女性最容易发生脆性骨折,绝经后的女性发病率远远大于男性。

怎样预防脆性骨折?

偏瘦弱的人、不晒太阳的人、有糖尿病的人、有慢性病的人、长期服用激素的人,容易出现骨质疏松和脆性骨折。

预防骨质疏松引起的脆性骨折,像晒太阳,锻炼身体,多喝牛奶,多增加营养等。最主要的还要用药物预防,多吃钙片和维生素。它们是对孪生兄弟,吃了钙片才能补钙,但是要加维生素D,才能把钙吸收到骨头里面。

另外,建议老年人做骨密度检查,了解自己的骨质情况,才能做好预防。

怎么发现脆性骨折?

55岁以上的女性,70岁以上的男性,是椎体骨折高发人群。突然出现腰痛,意识到腰扭了,觉得没什么,经过休息,大部分人的这种骨折都会愈合。

尤其是有小的外伤,比如在搬重物时,或者从小凳子上摔下去,或者坐车船颠了一下,突然觉得腰背疼痛了,脆性骨折的可能性就很大。

提醒老年朋友,当发现突然一下疼痛很剧烈,到了没法站立就想躺着休息的时候,这就可能发生了椎体骨折,建议到医院去看一看。

发现脆性骨折怎么办?

这种骨折现在有一种很好的治疗

方法叫骨水泥(PVP和PKP)手术。骨水泥实际上是一种生物材料,用针打进去时是液体,迅速在2—3分钟之内固化,把骨折的地方像胶水一样粘起来,第二天就能下床了。

老年人只要一发生骨折,就是严重的骨质疏松,一年之内再次骨折的发生率非常高。所以,发生骨折以后一定要处理和预防,在医生的指导下进行抗骨质疏松的正规药物治疗。

## 椎间盘疾病

老年人颈肩腰疼痛的元凶

我们的脊柱是由椎体、骨头组成。椎体、骨头又是通过椎间盘连接在一起。椎间盘到老了以后会蜕变,从弹性很好变得老化了。

颈椎椎间盘蜕变以后,从椎体内跑到椎管里去了,压迫到脊髓,会引起颈椎病,会出现双下肢没有力气,还会整个上肢疼痛。在腰椎最明显的一类疾病叫退行性的腰椎疾病,就是椎管狭窄,压到神经就会疼痛。老年人颈肩痛、腰痛,都是因为可恶的椎间盘蜕变所造成的。

## 肌少症

老年人容易摔跤的元凶

肌肉是脊柱稳定的一个重要部分。为什么老年人容易摔跤?其实是肌肉少了、衰老了,对身体的控制力就减少了。

有些老年人走着就越走越慢,腰直不起来,背部力量不够,叫退行性脊柱。肌肉的能力不够,长期以后会加速其他骨头的问题。

预防肌少症,一定要加强肌肉的锻炼。在35岁以后就应该加强锻炼,这时从巅峰期往衰老转折,就需要储存我们的肌肉、骨骼了。

本报记者 艾子文

竹子口腔  
BAMBOO DENTAL

(广告)(五)医广【2020】第09-14-043号

岁末迎新  
口福回馈

韩国登腾种植牙包干价

3980 元/颗

含种植体+基台+牙冠+骨粉+骨膜

瑞士士卓曼旗下种植牙

6980 元/颗

含种植体+基台+全瓷牙冠



种植矫正口福礼、畅享年终低价 | 爆款综合项目礼、一元起超值购 | 年货礼包大派送、赢纯金转运珠



报名热线  
0871-

65399999



金碧路招银大厦1-3层[昆华医院对面]

