

真情故事
“有你们真好”

从丽江到南京，一个延续了9年的爱心故事



9年前的治疗场景



时隔9年，再次见到谭谦主任

4岁时的一场意外，让云南小伙张金仁全身85%大面积深度烧伤，面容尽毁。2015年在南京鼓楼医院接受治疗时，他感受到了“南京家人”浓浓的关爱。转眼9年过去了，张金仁通过自己的努力考上了大学，今年夏天，即将走进大学校园的他再次来到南京接受面部修复手术。这次，“南京家人”依然陪伴在他身边。

一场火灾，4岁娃面容尽毁

2009年，一场火灾彻底改变了4岁的张金仁的命运走向，在那场大火里他不仅失去了自己的龙凤胎姐姐，自己也全身85%大面积深度烧伤，头面部容貌尽毁，还截掉了10根手指。这对于生活在云南省丽江市永胜县仁和镇的一个普通家庭来说无疑是毁灭性的打击，为了挽救张金仁的生命，全家花光了所有的积蓄，整个家庭都陷入了无尽的黑暗。但是天性坚强、乐观的张金仁，不仅没有被悲伤和痛苦击败，反而凭借自己的顽强毅力慢慢地学会了读书写字，成绩一直在班群里名列前茅。

2015年，面部的疤痕挛缩严重影响到了张金仁的面部功能，手部因为手指截肢，只留下了短短的手指根，稍微大一点的东西都无法握住，这些问题都严重影响着10岁小金仁的生活，但是他的家庭已经无力承担接下来的治疗费用。彼时，来自南京的陆文杰老师通过阳光助

学活动认捐了张金仁小朋友，送物资到云南时陆老师第一次见到了张金仁，她被眼前这位虽遭遇不幸，但乐观、上进又友善的小朋友深深打动，与他结下了深厚的友谊。

鼓医免费治疗，留下温暖回忆

了解到张金仁的后续治疗需求后，陆老师经过多方打听，联系到了南京鼓楼医院整形外科主任谭谦教授。听闻了小金仁的不幸遭遇，谭谦主任十分同情，立即表示愿意尽其所能为他进行容颜和功能的修复，并提供一切力所能及的帮助。

在科室和医院基金会的救助下，小金仁的治疗费用几乎全免。这次与南京鼓楼医院的相遇，在小金仁的心中留下了很多温暖的回忆，小小的他和整形烧伤科的医护人员们相处得十分融洽，大家都发自内心地喜爱这个特殊的孩子。谭谦主任也常常来到他的病床前，摸摸他的头，和他亲切地交流，鼓励他勇敢地面对接下来的治疗，面对未来更加精彩的生活。

9年后再次手术，无尽的感谢

2024年，张金仁已经成长为了一名准大学生，这9年里他一直努力上进，乐观生活，和远在南京的朋友们保持着联系。随着身体的长大，一些疤痕挛缩再次对张金仁造成了影响，睡觉时眼睛闭

不上，右手臂活动受限严重。陆文杰老师一直密切关注着张金仁的成长与生活，在陆老师的帮助下，张金仁又一次来到了自己无比信任和感激的南京鼓楼医院，时隔9年再次见到了谭谦主任。

见到谭谦主任，张金仁和他的父亲都有点激动。慌忙从包里拿出两个芒果递给谭主任，张金仁有些害羞地说：“这是我自己的芒果，给您尝尝……”，谭主任赶紧接过芒果，握了握张金仁的手，看到张金仁的成长，谭谦主任很感慨也很欣慰。

全面了解张金仁的病情后，谭谦主任为其制定了详细的治疗方案，考虑到9月份张金仁便要踏进大学校门，谭谦主任为其尽快安排了手术以保证张金仁能够准时入学。手术进行得很顺利，医护人员里不少人还认得出张金仁，他们为其进行了精心的治疗和护理。陆文杰老师和其他的爱心人士也为张金仁提供了无微不至的照顾。因为家庭贫困，江苏省宁爱医学发展医疗救助基金会为其免去了治疗费用。

在南京，张金仁和他的父亲再一次被感动着，他们用朴实的话语表达着自己无尽的感谢。在写给南京鼓楼医院的感谢信中，张金仁说：“时间过得真快，以前那个小男孩如今已经长大了，在各位爱心人士的帮助下，我们变得越来越好了，感谢你们，有你们真好。”

王春霞

健康讲堂

“悟空”爆火！医生提醒当心玩出这种病

很多网友最近都被“悟空”刷屏！国产大型3D游戏《黑神话：悟空》发布当晚，在线人数突破两百万。但是，有的玩家们沉浸在这款游戏之中时却把手玩“废”了！据悉，有的玩家熬夜玩游戏后，突然发现自己手腕处特别疼，甚至不能活动了，到医院就诊才发现是患上了腱鞘炎。

南京市中西医结合医院疼痛科主任周建斌介绍说，拇指或手腕在活动过程中，如果肌腱长期过度摩擦，就有可能发生肌腱和腱鞘的损伤性炎症，这就是大家熟知的腱鞘炎。

腱鞘炎多发生于成年人，以日常生活中或工作中用手频繁的人群为主，随着电子产

品的普遍使用，经常打电子游戏的年轻人群更容易出现此类疾病。腱鞘炎常发生在手指和手腕。

那么，如何判断自己是不是得了桡骨茎突腱鞘炎呢？周建斌主任为大家介绍了简单易学的自我初步检测法，10秒钟即可初步排查腱鞘炎——握拳尺偏试验：拇指屈曲握拳，将拇指置于掌心内，然后使腕关节往小拇指方向压，如果桡骨（靠近拇指一侧）茎突处明显疼痛，则初步诊断为桡骨茎突腱鞘炎。

专家表示，这类患者应避免手指突然发力或长时间手腕向上运动，注意手腕保暖，运动时要戴护腕。如果诊断为腱鞘炎或出现类似症状，应及时到医院疼痛科就诊，进



腱鞘炎自测

行专业的通针、针刀或刃针等中医外治疗。 杨璞

拍案惊奇

血压居高不下，问题在肾不在心

张老爷子是一名高血压患者，血压控制得一直不是很理想。今年以来，血压更是居高不下，经常超过200mmHg，还出现了胸闷、头晕等症状。当地医生为他调整用药，同时服用4-5种降压药，效果不佳，胸闷、头晕的症状也没有明显好转，后进一步完善相关检查，发现老爷子也没有冠心病，那是什么导致了他的顽固性高血压呢？

带着疑问，张爷爷一家来到南京市第二医院心血管内科汤涌主任处就诊，汤主任在详细询问了病史和血压控制情况后，根据经验，建议张爷爷行肾动脉CT血管造影检查

(CTA)，因为肾血管性高血压是顽固性高血压的常见致病因素。果然，检查提示左侧肾动脉起始段狭窄，这正是张爷爷血压难以控制的“元凶”！

随即，汤主任为张爷爷进行了肾动脉造影及支架植入术，术中造影验证了左肾动脉起始段狭窄80%，并在左肾动脉开口处植入一枚支架。术后当天，张爷爷的血压便有了明显好转，胸闷、头晕等症状也改善了。在医护的精心调理下，张爷爷的血压控制逐渐平稳，他高兴地说：“这下好了，再也不用大把大把吃药了！”

人们普遍认为血压升高和心脏密切相关，想不到还和肾有关系。汤主任介绍，肾动脉狭窄是一种常见的血管疾病，可导致肾脏血流减少，刺激肾脏的肾素-血管紧张素-醛固酮过度分泌，使血压升高，导致患者出现顽固性高血压，且难以用药物控制。

专家提醒，肾动脉狭窄致顽固性高血压有一定的发病特征，如果出现下列情况，应警惕：第一，青年发病常小于30岁，以女性为多，老年患者发病常大于50岁，以男性患者居多。

第二，长期高血压骤然加剧，或者是高血压突然发作，病程短且发展较快。

第三，使用2到3种降压药后，血压仍然难以控制。

第四，或可出现腰部或肋腹部疼痛。 朱诺

医线传真

“懒癌”不用管？小心复发累及器官

朋友介绍，慕名来到东南大学附属中大医院，找到该院耳鼻咽喉头颈外科黄志纯主任医师。

黄志纯主任医师在了解患者情况后，将李奶奶收治入院，紧急检查并安排急诊手术。在麻醉手术与疼痛管理科喉罩麻醉下，耳鼻咽喉头颈外科专家为其紧急做了困难气管切开。由于患者气管及喉受累，病变广泛，术中只能在切除右侧甲状腺后，继续切除喉及三个气管环。患者术后恢复良好，无任何并发症，术后病理仍是滤泡癌。

据介绍，甲状腺位于脖颈前方正中部位，形状酷似蝴蝶，紧贴气管前方。它掌管甲状腺激素的分泌，有“身体的发动机”之称。目前，引发甲状腺癌的因素并不确切，往往与遗传、环境、饮食、工作压力等因素都密切相关，有甲状腺癌家族史，或是儿童时期颈部受过放射线照射的，患甲状腺癌的风险会更高。

专家指出，甲状腺癌并非都是“懒癌”，甲状腺癌术后的患者需要密切随访，发现病情变化及时处理。早期复诊治疗可以尽早发现小的复

健康科普

过度防晒或诱发骨质疏松?!

在炎热的夏日里，我们都知道防晒的重要性，以避免阳光直射带来的皮肤伤害。然而，过度防晒可能会带来另一个意想不到的问题——骨质疏松。

南京市妇幼保健院妇科内分泌科主任陈捷介绍，骨质疏松，即骨骼变薄、变弱，容易导致骨折等骨骼问题。维生素D对于骨骼健康至关重要，充足的维生素D可增加钙肠吸收、促进骨骼矿化、保持肌力、改善平衡和降低跌倒风险等。当我们的皮肤暴露在阳光下时，阳光中的紫外线会促使皮肤合成维生素D。然而，过度使用防晒产品会阻止紫外线与皮肤的接触，从而减少维生素D的合成。

长期缺乏维生素D会导致钙、磷等矿物质的吸收障碍，进而影响骨骼的正常生长和代谢。骨质疏松的风险随之增加，尤其是对骨骼脆弱的人群来说，过度防晒可能会加剧骨骼问题，导致骨质疏松甚至软骨病。

陈捷主任表示在防晒的同时，也需要关注骨骼健康。建议适度使用防晒产品，避免长时间、高强度“全副武装”的防晒。在阳光较弱的早晨和傍晚时段，可以适当减少防晒措施，让皮肤接触到适量的阳光，以促进维生素D的合成。

关于晒太阳和补维D专家建议这样做：日晒时，以短时间、多频率为佳，如果能和运动相结合会更好；如是否缺乏维生素D时，建议常规检测25羟维生素D。在选择和使用维生素D制剂时，务必遵循医生的建议，按照剂量和使用方法进行补充；对于老年人、孕妇、哺乳期妇女等需要特别关注骨骼健康的人群，建议定期进行骨密度检查和维生素D水平检测。如果发现维生素D缺乏或骨质疏松等问题，需要及时采取措施进行干预和治疗。

王凝嫣

前沿新知

多学科协同，攻坚“不死的癌症”

近日，由江苏省中医院骨伤科、风湿免疫科、放射科等科室共同组建的骨坏死多学科门诊，在该院门诊7楼的多学科门诊区域正式开诊。

该专病门诊集各科室资深专家于一体，充分发挥中医药优势，中西医结合，采取多专业一体化的诊疗模式，全方位建设骨坏死专病管理平台，为广大骨坏死类疾病的患者，提供更专业、更集中、更优质、个性化、阶梯化、精准化的诊疗服务。

据该院骨伤科沈计荣教授介绍，骨坏死又称缺血性坏死、无菌性骨坏死等，是指由于各种原因使骨循环中断，骨的活性成分死亡及随后修复的一系列复杂病理过程。骨坏死可累及全身许多关节，但以股骨头坏死常见。骨坏死是

临床常见的难治性、致残性疾病，又称“不死的癌症”，与糖皮质激素的使用密切相关，涉及风湿免疫科、骨科、血液科等诸多科室，目前该病的预防和治疗仍是临床医生的一项重大挑战。

该病早期几乎没有任何症状，很多时候一旦发现，可能已经进入塌陷后期，最常见的症状就是疼痛，疼痛的部位可能是髋关节、大腿内侧，甚至可放射至膝关节。随着疾病进展，发生了股骨头塌陷，可能会出现疼痛加剧、身高缩减、行走困难等症状。在临床诊断中，年轻患者更容易受到骨坏死的影响，以30岁至65岁的

患者最常见，平均年龄通常小于50岁。骨坏死的高危人群主要为：

1. 长期大量饮酒者：大量饮酒者引起骨代谢紊乱等全身疾病，进而引发骨坏死。

2. 髋部外伤史者：股骨颈骨折、髋关节脱位或无骨折脱位的髋部外伤，均可造成供应股骨头的血管受到损伤，为以后的股骨头坏死埋下了很大的隐患。其中以股骨颈骨折并发股骨头坏死者最为多见，约占该类骨折的30%。

3. 长期应用糖皮质激素者：一种是由于患者病情不得已，需要长期大量服用糖皮质激素，

发灶，及时处理，从而减少对患者的生活影响，避免重要器官功能丧失。

那么，如何科学预防甲状腺癌呢？黄志纯主任医师指出，建议平时要加强防护，尽量避免辐射因素过度暴露；维持适宜的碘摄入量，碘是甲状腺健康功能所必需的，但过量或不足都可能增加问题的风险；定期体检，特别是有甲状腺疾病家族史的人；合理疏导不良情绪，保持良好的生活方式和作息习惯。

陈慧君 王倩

另一种是由于某些医者或患者本人长期误用激素治疗。

4. 其他：潜水、飞行人员、肥胖症、高血压、糖尿病、动脉硬化、痛风、需接受放疗者、烧伤后、血红蛋白病等，也是容易发生股骨头坏死的高危人群。

如果有以上高危因素的人群，建议定期进行影像学检查，目前检查股骨头坏死的金标准是磁共振成像检查(MRI)。

据悉，江苏省中医院骨伤科开展股骨头坏死的保髋治疗已有30多年历史，在国内首创髋关节外科脱位术治疗股骨头坏死，率先在省内开展微创全髋关节置换术(DAA)。目前还常规开展旋转截骨术、内翻截骨术、带血管的骨瓣转移术治疗股骨头坏死。

冯瑶

图说安康
建筑施工，
注意这些安全提示

据媒体报道，不久前，内蒙古呼和浩特一建筑工地上，塔吊车在吊运塔梯板时发生脱落，砸中一名工人。事发后，120紧急赶往现场，但被砸工人已无生命体征。近期暴雨、大风等极端天气较多，给建筑施工行业带来安全隐患。以下这些安全提示一定要注意——



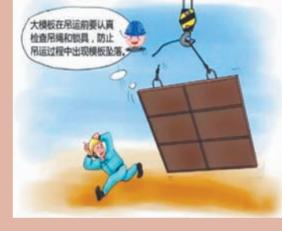
进入施工现场必须要戴好安全帽，系好下颚带，穿好工作服。公司要对员工进行安全教育。施工作业前要进行安全交底。



土方作业时，机械旋转半径内不能随意穿行。



钢筋加工作业时，钢筋调直区域不能随意穿行。机械设备上的杂物和铁屑一定要停机后再清理。不能攀爬钢筋上下。



模板施工时，大模板吊运前要认真检查吊绳和锁具，防止吊运过程中出现模板坠落。



混凝土作业时，布料机在使用前后必须要拉设缆绳并固定牢固，防止倾覆。



脚手架在搭设拆除时，必须挂好安全带。



五级以上大风等恶劣天气条件下严禁搭设拆除脚手架。来源：江苏应急与管理