



微创保膝 重铸行走力量

随着社会老龄化趋势加重，越来越多中老年人出现膝关节肿胀疼痛等情况，严重影响生活质量。武进人民医院骨科三已成功开展多例微创保膝单髁置换手术，很好地解决了中老年患者膝关节疼痛以及功能性障碍的问题，同时满足了患者对微创治疗的需求，为饱受膝关节疾病折磨的患者带来“膝”望。

骨科三主任、主任医师恽常军仔细检查发现，吴阿姨双侧膝关节的严重退变主要集中在关节内侧，局部软骨磨损、间隙狭窄、骨赘增生，只有切除退变的软骨，避免软骨下骨对骨的接触才能缓解疼痛，恢复正常生活；同时由于其膝关节外侧间隙退变不明显，可以考虑保留其外侧结构，既能解除病痛也能减少手术创伤。

经过严谨评估与深入沟通，恽常军主任团队为吴阿姨行微创保膝单髁置换术，手术在切除磨损病理组织的基础上尽量保留了自身正常的膝关节组织结构，为术后患者的关节功能快速康复打下基础。术后6小时，吴阿姨就能在病床上自行屈伸膝关节；术后第二天能在康复医师的指导下下地行走，膝关节疼痛明显改善；术后一周，吴阿姨顺利出院；术后3个月再次门诊复查时已经“健步如飞”，走路时痛感全无。吴阿姨对此次治疗效果很满意，决定在身体调理好后再接受另一侧膝关节手术。

专家提醒

武进人民医院骨科三主任、主任医师恽常军介绍，大部分中老年人膝关节肿胀疼痛都是膝关节骨性关节炎“惹的祸”，该病是一种以膝关节软骨退行性病变和继发性骨质增生为特征的慢性

专家名片



恽常军 武进人民医院骨科三主任、主任医师、副教授、硕士生导师，常州市“十四五”卫生健康高层次人才培养工程拔尖人才。江苏省医学会骨科专业委员会创新与转化学组委员，江苏省中西医结合学会骨伤科专业委员会委员，常州市医学会骨科专业委员会青年委员，中国医药教育协会南京培训基地常务委员。在常武地区较早开展骨科显微外科修复再造手术，近5年拓展了3D打印技术在关节、创伤骨科中的应用，在骨科创伤、人工关节置换、四肢显微血管神经损伤修复等方面积累了较丰富的经验。

专家门诊时间：周二上午（本部）

典型病例

单髁置换重塑“膝”望 摆脱膝关节伤病困扰

76岁的吴阿姨被膝关节病痛困扰3年多，其间她在当地医院间断进行针灸、贴敷膏药、口服止痛药物等保守治疗。2年前，外院专家告知吴阿姨需要做膝关节置换手术，但考虑到手术的创伤以及术后康复的困难，吴阿姨迟迟下不了决心。数月前，吴阿姨双侧膝关节疼痛进行性加重，不能行走，保守治疗症状仍不能缓解，经人介绍来到武进人民医院骨科门诊就诊咨询。

关节疾病，症状往往进展缓慢，随着时间推移逐渐出现膝关节疼痛、肿胀、僵硬、畸形等，导致患者不能灵活活动，严重者可完全无法行动。

目前对膝关节炎的治疗主要分为四个阶段的阶梯化治疗，包括：初期以基础治疗为主，药物治疗为辅；早期以药物治疗为主，辅以基础治疗；中期以修复性治疗为主，如关节镜清理术、关节软骨修复术、膝关节周围截骨术等；晚期需进行膝关节部分置换术及人工全膝关节置换术。

膝关节单髁置换术作为部分

置换保膝手术治疗的一种，最大程度保留了膝关节其他间室的功能，以达到精准治疗，微创治疗的目的，具有创伤小、恢复快、更接近正常的生理活动等优点，可明显改善患者生活质量，延缓患者全膝置换的时间，免除全膝置换的痛苦。

科室介绍

武进人民医院骨科三成立于2006年，2020年3月挂牌关节外科中心，并于同年6月在武进区首次系统开展膝骨性关节炎阶梯化治疗技术。自2011年起，应

用关节镜手术治疗膝关节早期骨性关节炎合并半月板损伤等成为科室常规诊疗技术，年手术量达550余例；2020年后采用“胫骨高位截骨术、膝关节单髁置换术”治疗膝关节中、晚期骨性关节炎得到开展并日趋成熟，年手术量超50台；采用全膝关节表面置换术治疗膝关节晚期骨性关节炎的年手术量亦超过100台。

目前，中心能根据患者疾病的不同阶段和特征，个体化制定诊疗方案，选择最佳手术方式，减少手术创伤和手术并发症，缩短住院时间和费用，加快术后康复。（武医宣）

嘴唇干裂、起皮儿？不能舔！

说起慢性唇炎、口角炎，大家估计都不陌生，谁这辈子没个嘴唇干燥裂口、起皮儿、烂嘴角儿啊？尤其是冬季，气候干燥，正是慢性唇炎泛滥的季节。专家提示，嘴唇干裂、起皮儿，千万别舔！

嘴唇没有它 难怪易受伤

生活中最常见的慢性唇炎和口角炎在秋冬季好发。因为秋冬季气候干燥，而嘴唇唇红黏膜没有皮脂腺，所以在干燥的季节容易发生炎症。

主要的表现就是嘴唇干燥，起一些细小的皮屑，严重了会不停地起干皮，甚至有厚硬的结痂，有的时候会有红肿、裂口、疼痛、出血等表现。

另外，在口角区也会发生同样的情况——嘴角皲裂出血，红肿疼痛，张口受限。如果护理不当，慢性唇炎和口角炎可能会反反复复发生，甚至出现嘴唇颜色变浅发白，或者嘴唇、口角区有色素沉着变黑的情况。

都发炎了 就别刺激它了



得了唇炎、口角炎应该注意些什么呢？首先，要尽量让嘴唇避免各种刺激，包括风吹、日晒以及寒冷的刺激，必要时戴上口罩；注意别大张嘴，同时吃饭的时候要避免酸辣、过烫、过咸的菜汤沾在嘴唇上。

其次，由于嘴唇没有皮脂腺，所以一定不要舔嘴唇，这样只会让嘴唇越来越干。

还有不要嘴上一起皮儿就去撕皮，以免造成更大的损伤。

如果是比较轻的唇炎和口角炎，可以局部涂抹金霉素眼膏或者性质温和、不含香精和色素的唇膏。对于比较厚重的结痂，可以使用干净的药棉蘸温水对嘴唇敷面膜一样进行湿敷，每次大约15分钟，再把

嘴唇上泡软的干皮、结痂之类的轻轻去除，这样有利于外用药膏发挥作用。

情况太严重 就去医院看看

如果是干燥、裂口、脱皮甚至出血、感染的唇炎、口角炎，最好到口腔黏膜科就诊。

不得不提的是，在唇炎、口角炎完全控制后也要好好爱护嘴唇，要注意营养均衡，饮食结构合理；不要吃过于辛辣、刺激的食物；注意保持良好的心态、不急不躁；平时可以使用不添加香精、色素的医用凡士林进行保湿。

（北京青年报）

使用不当存隐患 三类人慎用加湿器



气候干燥时，加湿器成为很多家庭的必备小家电。但若使用不当，会给健康带来隐患。

不及时清洁加湿器，容易吸附和滋生细菌、病毒，再经过加湿器变成含菌的水雾被吸入呼吸道，从而引发各种呼吸道疾患。

加湿时间过长，使空气湿度过大，利于空气中细菌病毒生长，随呼吸进入肺内，引

起呼吸道症状。加湿器使用的水质不好，也可能导致一系列呼吸道疾患。

除了注意使用方法，以下人群慎用加湿器。

患有风湿、类风湿性关节炎的人慎用，因为加湿器会让空气中湿度变大，可能加重不适感。

患有支气管炎、哮喘、慢阻肺等疾病的人要慎用，因为加湿器使用不当，容易诱发这类呼吸道疾患的发作。

老年人和孩子的呼吸道黏膜抵抗力较差，空气湿度大，容易滋生细菌病毒等诱发呼吸道疾患。

（浙江老年报）

