

山东大学齐鲁医院青岛院区妇科主任张培海——

妇科肿瘤诊治 更重人文关怀

【名医榜】

□半岛记者 王爱科

张培海,山东大学齐鲁医院青岛院区妇产科副主任、妇科主任,主任医师,硕士研究生导师。专业方向:妇科疾病、妇科肿瘤及妇科微创技术(宫腔镜、腹腔镜)。长期从事妇产科临床、教学、科研及妇女保健工作,具备坚实的专业知识和技能。

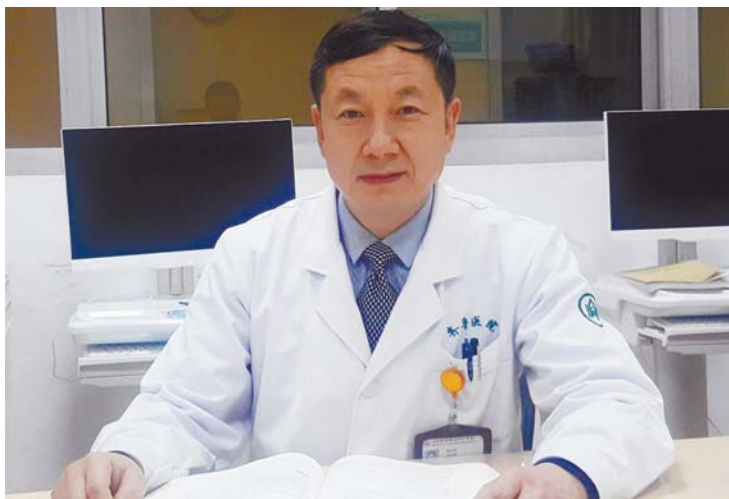
坐诊时间:周二上午、周四上午

近年来,妇科恶性肿瘤发病率逐年上升,而且呈年轻化趋势。宫颈癌、卵巢癌等妇科疾病,在早期并没有明显征兆,患者该如何提前预防?一旦发病后如何选择治疗方式?本期的名医榜,我们走近山东大学齐鲁医院青岛院区妇科的张培海教授。

宫颈癌发病呈年轻化

“妇科恶性肿瘤发病呈明显的年轻化趋势,春节过后短短3个多月的时间里,我已经做了20多例相关手术了,都是比较年轻的患者。”山东大学齐鲁医院青岛院区妇科张培海教授说。

妇科有三大常见癌症,包括宫颈癌、子宫内膜癌和卵巢癌。“从解剖部位上来说,宫颈癌容易发现,国外的普查筛查已经做得非常好,宫颈癌患者逐渐下降。但国内尚未发现下降的趋势。”张培海教授说,虽然国家针对宫颈癌已经推行免费检查,由于市民早筛早治意识



张培海教授

欠缺,普查和筛查做得不够。近年来妇科恶性肿瘤的发病呈年轻化趋势,以往多发于40~50岁女性的宫颈癌,正悄悄逼近年轻女性,20~30岁年龄段患宫颈癌的人数上升幅度显著,很多30岁左右的女性已经出现了早期甚至中晚期宫颈癌,比以往发病年龄提早了近10年。

在妇科肿瘤当中,内膜癌的发病率占第二位,主要以老年患者及高血压、糖尿病、肥胖女性患者居多。卵巢癌发病率排在第三位,但死亡率位居第一位。“卵巢癌目前没有很好的早筛方式,往往一发现就是晚期,只能靠手术或化疗暂时控制病情,即便控制得好,一般两年左右还要复发。”张培海教授说。但好消息是,从2018年开始有了靶向药,可以在延缓复发上起到非常好的效果。

强调个性化治疗 更注重人文关怀

齐鲁医院青岛院区开诊以来,张培海教授通过授课、对岛城多个区市医院医生培训等方式,大大提高了这些医院妇科微创手术水平和理论水平。例如子宫肌瘤、子宫腺肌症等疾病,因技术水平和医学观念的限制,不少医生在手术中对患者的子宫采取“一切了之”的办法,因此子宫“切除得太随意”。针对这种情况,张教授在业内提出了“拯救子宫,只要是良性病,子宫能不切就不切”的理念。随着张教授对先进医疗技术和理念的推广,越来越多的妇科医生逐渐接受了新的理念,很多患者不会再轻易失去子宫,患者将来不管从心理上还是生理上都是完整的,生活质量要好得多。

“一个好医生不仅是疑难疾病患者的救命人,还是先进的医疗技术和医疗理念的传播者。”张培海教授说,在诊疗过程中,一定要从语言、眼神、动作上与患者多交流,产生亲近感,看病时与患者充分交流。正因为如此,周四上午的普通专家号,张培海教授要看60多个病号,一般都要到下午1点才能结束。

张教授从济南来到青岛后,很多其他医院不治疗的疑难病患者,都慕名来到齐鲁医院青岛院区;周边县市区的医生,也推荐自己的患者前来,患者对医院和医生的技术越来越信任。

妇科成为胶东半岛知名学科

齐鲁医院青岛院区妇科开展的主要业务包括:妇科肿瘤的诊断和规范化治疗,尤其擅长良、恶性肿瘤的微创治疗;妇科内分泌疾病及不孕、不育的诊治;普通妇科疾病的诊治。

此外,依托腹腔镜手术优势,进一步开展了3D腹腔镜手术、单孔腹腔镜手术、孕前置腹腔镜下宫颈环扎术等新技术;充分发挥腹腔镜微创甚至无创的特点,新开展子宫内膜消融术治疗异常子宫出血收效良好;摒弃传统理念,对子宫脱垂的患者开展腹腔镜下骶韧带悬吊联合子宫体悬吊新术式,保留子宫,保持盆底结构完整,减少复发率;新开展经阴道卵巢囊肿、子宫肌瘤切除术,实现手术微创无瘢痕的要求。

通过5年多的发展,齐鲁医院青岛院区妇科已逐步细化出妇科肿瘤、普通妇科、妇科内分泌、盆底学等专业,使妇科发展成为胶东半岛的知名学科。

进入立夏,需要这样养生

海慈医院专家提醒:保护心脏清淡饮食,适时午休

□半岛记者 徐军

5月6日是农历的立夏。立夏时节,万物繁茂。立夏表示即将告别春天,是夏天的开始。青岛海慈医疗集团治未病科戴淑青主任医师提醒市民,立夏后温度明显升高,炎暑将临,雷雨增多,是农作物进入旺季生长的一个重要节气,这一时节,养生方法也要做适当的调整。

从中医角度讲,一年四季中,夏天属火,火气通于心,故夏季与心气相通,夏天人们易感到烦躁不安,容易出现失眠、口腔溃疡等上火症状,因此立夏养生首先要“养心”。戴淑青主任提醒,立

夏养生要做到“戒燥戒怒”,切忌大喜大悲,要保持精神安静、心志安闲,心情舒畅,笑口常开,要多做安静的事情,如绘画、书法、听音乐、下棋、种花、钓鱼等。老年人,由发火生气引起心肌缺血、心律失常、血压升高的情况易增加,甚至因此而发生猝死。所以,在春夏之交要顺应天气的变化,做好自我调节,重点关注心脏保养。

立夏之后,在饮食调节上要少吃高脂厚味及辛辣上火之物,多食清淡和富含维生素的食物,如山药、小麦、玉米、海产品、蛋类,这些食物既能清热、防暑、敛汗、补液,还能增进食欲。随着天气转热,人们爱吃刚从冰箱中取出来的

水果、饮料等。有些人特别是肠胃功能较弱的儿童,在吃后半小时左右最易发生剧烈腹痛,严重的还会出现恶心、呕吐、头晕、腹泻和全身冷战等症状。

戴淑青主任提醒大家,这种痉挛性腹痛是由于吃了冰箱里存放的食物引起的。人的胃肠温度一般在36℃左右,而从冰箱里拿出来的食物只有2℃~8℃,肠胃受到强烈的低温刺激后,导致生理功能失调。预防的简单方法是,从冰箱里取出来的食物不要急着吃,放一会儿再吃,且一次不要吃得太多,特别是老年人、儿童及有慢性胃炎、消化不良的人更应注意。

在作息上,由于“立夏”后天黑得晚

亮得早,人们往往容易晚睡早醒,造成睡眠不足,白天常“打盹”。13时至15时是一天中气温最高的时段,人易出汗,出汗多易散热,血液大量集中于体表,大脑血液供应相对减少,午饭后消化道的供血增多,大脑的供血就更为减少,人就易精神不振,昏昏欲睡。此时人们要增加午睡,尤其是老年人多有睡眠不实的特点,更需要午睡。中午没午睡习惯的人,可听听音乐或闭目养神,最好不要加班工作。一般来说,午休半个小时到一个小时为宜,时间不宜过长,睡醒后不要急于起床,再躺上10分钟起床为宜。睡觉时不要贪凉,避免在风口处睡觉,以防着凉受风而生病。

肿瘤患者同仁堂免费领取千元孢子粉

第25届全国肿瘤防治宣传周活动已在全国范围内全面开展,宣传周期间,为关爱肿瘤患者健康,积极做好肿瘤防治工作,提升全民健康意识,中国中药协会中药新技术专业委员会推出“帮扶肿瘤患者——破壁灵芝孢子粉免费领取”活动,5月10日,凡青岛市两年内确诊的肿瘤病友均可到威海路同仁堂,免费申领总价1440元的破壁灵芝孢子粉。预约申领热线:82960156。

恶性肿瘤讲究综合治疗

肿瘤是一种慢性病,患病前需要做好预防,患病后需要长期与之斗争,肿瘤是一种全身性的疾病,必须考虑综合治疗方案,坚持以手术治疗为主,结合放疗、化疗、中医中药等多种治疗方式的综合模式,努力提升肿瘤患者的治疗效果和院外康复保健工作,延长肿瘤患者的生存期,并在此基础上尽可能提高患者的生活质量,使患者得到受益。

灵芝作为拥有数千年药用历史的

中国传统珍贵药材,具备很高的药用价值,在《本草纲目》中,被赋予了各种药用价值,成为和人参并驾齐驱的名贵药材。在现代药理分析中,灵芝孢子粉其提高免疫力、改善睡眠、缓解疲劳等诸多功效,被很多肿瘤患者作为院外辅助治疗的首选。

帮扶肿瘤患者——破壁灵芝孢子粉免费领取

领取条件:凡青岛市两年内确诊的肿瘤病友均可免费申领总价1440元的

破壁灵芝孢子粉。

注意事项:每位肿瘤病友终生限领一次,不重复赠送;领取时请携带个人病理资料及身份证(不收取任何费用)领取地址:威海路同仁堂(市北区威海路148号)

领取时间:5月10日8:30~16:00(仅限一天)

申领热线:82960156(领取前请务必提前电话咨询)

半岛记者