

青大附院肌骨疼痛治疗的创新理念

——李铁山教授团队的神经肌筋膜可塑性疗法

□半岛记者 齐娟

肌骨疼痛是指发生在肌肉、韧带、肌腱和骨骼的疼痛，如颈痛、腰痛、背痛、胸痛、关节痛等等是一种常发性的疼痛，给广大百姓带来无尽的痛楚。对于肌骨疼痛的治疗，人们熟知的治疗手段通常是针灸、拔罐、按摩推拿等传统中医治疗。传统治疗无效时，开刀、换关节、椎间盘切除等外科手术就成了患者最后的选择。

而对于传统治疗无效、缺乏手术适应症或者存在手术禁忌的患者，有没有其他的治疗方法可以选择？

经过10多年探索，青大附院康复医学科李铁山教授团队，以神经可塑性、筋膜学说、运动控制论、神经敏化学说、姿势分析等现代康复理论为基础，提出了肌骨疼痛治疗的新理念——神经肌筋膜可塑性疗法，为肌骨疼痛的诊疗提供了新的手段。

典型案例

手腕不能抬起一周好转

市民李女士，身体偏瘦弱，退休以后一直通过按摩来缓解身体的各种不适，一次在技师的大力按摩之后，手腕再也无法抬起，无奈之下找到了李铁山教授，“来的时候，做了检查，她是桡神经受损，导致手腕无法抬起，经过我们的疗法，一周就好转了。”据介绍，神经肌筋膜可塑性疗法适用病症广泛，主治的疾病



包括各种类型的肌肉骨骼疼痛及神经痛，如肩周炎、网球肘、扳机指、紧张性头痛、颈椎病、腰痛、膝骨性关节炎、踝扭伤、足跟痛、肌腱蜕变、肌肉劳损、各种神经卡压性疾病、面肌痉挛、痉挛性斜颈、肢体痉挛等等。

李铁山教授说：“上班族久坐电脑前，易发的鼠标手、肩周炎、腰痛、颈椎病非常适合我们的疗法。此外，对于一些疑难疼痛，也有不错的疗效。”

硬件保障

先进设备精准定位痛源

据了解，为了打造新的专业高地，多

年来，青大附院购置了多种可视化高端设备，科室拥有红外热成像仪、肌骨超声、姿势分析仪、Myton测评仪、表面肌电图、足底压力评定仪等设备，为肌骨疼痛的精准定位和诊断提供了有力保障。

李铁山教授介绍说：“比如红外热成像仪，可以让疼痛无处遁形，正常人体体温在体表分布是对称的，疼痛患者会出现不对称现象，通过体表热图可以对疼痛区域进行定位。比如肌骨超声，这是疼痛诊疗的可视化神器，足球运动员踢球损伤后足底和脚底麻木，不能参与比赛，医师在疼痛部位施加了多种治疗均无效，我们通过超声发现病根在内踝的神经受压；还有，患者车祸伤后总也查不出肘关节内侧疼痛的原因，经我们的肌肉

超声后，发现了局部微小的骨折。我们还有两个神器，叫做姿势分析仪，Myton测评仪。人体姿势不良常常被忽略，却往往是导致疼痛的重要来源，姿势分析仪一分析，就可帮我们寻找痛源的蛛丝马迹；身体组织刚度的增加可能导致躯体所受应力异常，从而导致疼痛，比如手机族就经常受其困扰，Myton测评仪可以对组织生物力学进行测评，从而指导我们的疼痛诊疗。”

综合疗法

探索出多种先进治疗方法

如果说设备的先进是硬杠杠，那么治疗的关键还是要靠操作的人，李铁山团队经过多年探寻，摸索出多种先进的治疗方法，包含超声引导下的神经水分离、增生疗法、富血小板血浆（PRP）注射、肉毒素注射、浮针和针刀微创治疗、扳机点注射、神经节段性敏化治疗，以及悬吊、整脊、理疗、针灸、冲击波等绿色康复治疗技术，其特点可以概括为“可视、精准、微创和绿色”。

据李铁山教授介绍，他们还有PRP与增生疗法、肉毒素注射治疗，“PRP与增生疗法采用患者自体血富含血小板的血浆以及不同浓度的右旋葡萄糖注射液，经过超声引导注射到病变部位，对蜕变以及损伤关节、肌腱进行修复，是一种非常有希望的再生治疗方法。而肉毒素可以治疗各种由肌肉痉挛导致的姿势异常以及疼痛。”

湿疹、皮炎、每晚瘙痒久治不愈？ 很有可能得了这个病！

近日，导医热线0532-83633357不少关于皮肤病的求助电话。湿疹、皮炎、特应性湿疹是不是一回事，患有这种皮肤病该怎么办？南宁路20号的百合中医院皮肤病诊疗中心吴主任介绍：一般来讲湿疹是非感染性炎症的皮肤病，是跟过敏密切相关的常见病。它有几个倾向：第一个有渗出的倾向，皮肤容易流“水”，正因为容易流水所以叫做湿疹；第二个是瘙痒；第三个是反复发作连绵不断，就像南方的黄梅季节老是湿乎乎的，而且持续时间

较长。

当出现各种皮肤问题应及时就医，不要自行购买药膏涂抹，对于各种急慢性、顽固性皮肤病，康复需要专业的医学治疗和科学的日常护理缺一不可；对于湿疹来说，病因很复杂，是一种顽固的慢性皮肤病，医院采用中西医结合排毒免疫调节疗法治疗皮炎、湿疹、顽固性瘙痒、银屑病等各种皮肤病，同时采用活化细胞神经修复、中医等综合治疗方案治疗疑难病症。

50周岁以上岛城市民好消息 价值196元灵芝胶囊免费领！

灵芝做为中药中的上品，是非常珍贵的药材，它具有补中、扶正、固本的功效，现代医学研究灵芝具有改善睡眠、提高免疫力、止咳平喘、保护肝脏等作用。

普惠为民，提高免疫，健康同行。为提高中老年人生活质量，改善亚健康状态，为我们的健康保驾护航，中国中药协会中药新技术专业委员会特别为岛城五十周岁以上市

民免费赠送两瓶价值196元的灵芝胶囊，为提高中老年朋友的身体免疫力助力。

领取条件：凡50周岁以上岛城市民均可凭本人身份证免费领取，每人限领一次，限时限量，领完为止（不收取任何费用，不与其他领赠同享）

申领热线：83885771（领取前请电话预约）

半岛记者

“三伏贴”就选同方药业

“冬病夏调”市民掀起三伏贴购买热潮 药业连锁推出特惠装

□半岛记者 王爱科

“三伏天”脚步临近，又是三伏贴贴敷最佳时节。为方便岛城市民，药店连锁品牌青岛同方药业旗下的540余家门店，已备好20万贴三伏贴。针对青岛市民推出“冬病夏调”全面预约购买服务。推出精准型、加强型和全家福三种套餐，并推出实惠多多的“买赠”活动。市民可拨打电话66798566咨询或到就近的同方药业购买。

一般来说，凡是在秋冬季或春初气候较寒冷的季节发作或加重的疾病

均可以进行“冬病夏治”，但效果最理想的是呼吸系统疾病，如慢性支气管炎、支气管哮喘、肺气肿等中医辨证属阳虚为主，或寒热错杂以寒为主的患者，以及怕冷或冬季反复感冒的虚寒体质的患者。

记者从青岛医药连锁品牌青岛同方药业了解到，同方药业旗下的540余家门店就已备好20万贴三伏贴，并面向市民推出“冬病夏调”全面预约购买服务；针对三伏贴买赠活动，推出精准型、加强型和全家福三种套餐；分别可以享受“4盒立减50元”、

“6盒立减100元”和“12盒立减220元”。

据同方药业执业药师张帆介绍，“三伏天”是一年中阳气最盛的时间，“冬病夏治”是指对于一些在冬季容易发生或加重的疾病，在夏季给予针对性的调理，提高机体的抗病能力，从而使冬季易发生或加重的病症减轻或消失。市民除了可以选择三伏贴，针灸、艾灸、拔罐也有显著效果。另外，三伏贴并非只是成年人的“专用”，像患有哮喘的小孩子，也在贴敷人群之列。

仲夏已至，婴幼儿细菌性肠炎增多

□半岛记者 王鑫鑫

7月的一天，8个月大的幼儿小夏（化名）突然出现高热、频繁腹泻，大便一天10多次，青岛妇儿医院检查结果显示小夏感染了沙门菌肠炎。查明了原因，经过抗生素等对症治疗，小夏很快恢复正常。

仲夏已至，到感染门诊就诊的类似小夏的患儿开始增多，非伤寒沙门菌是近几年青岛地区引起细菌性肠炎的主要病菌，常见于五岁以下儿童，特别是一岁以下的婴幼儿。沙门菌肠炎虽然可怕，却可以预防：注意公共卫生，改善饮食清洁，注意感染源之隔绝，喂食宝宝前自己一定先洗手等，均可达到预防效果。如果发现疑似沙门菌肠炎的症状，应立即医院就诊做正确的诊断与治疗。