

# MIS-TLIF 手术的原理、适应症及术后康复

□ 梁仁

在医学领域,微创手术因其创伤小、恢复快等优势,逐渐受到广大患者和医生的青睐。其中,MIS-TLIF(微创经椎间孔腰椎间融合术)作为脊柱外科的一项创新技术,正以其独特的优势,为腰椎疾病患者带来了福音。本文将详细科普 MIS-TLIF 手术的原理、适应症、手术步骤、术后康复等方面的内容,帮助读者更好地了解这一前沿技术。

## 一、MIS-TLIF 手术原理及适应症

微创经椎间孔腰椎间融合术(minimally invasive transforaminal lumbar interbody fusion, MISTLIF)是在后路开放经椎间孔腰椎椎体间融合术的基础上发展而来的,适应症为巨大椎间盘突出伴腰椎节段性不稳、腰椎管狭窄、退变性腰椎滑脱、腰椎术后翻修等。不同于传统的开放手术对腰椎棘旁软组织的相对大的损害,MIS-TLIF 借助类似定向钻孔技术的后路通道而直接到达术区,进行减压、融合及固定等一系列操作,常用的通道有固定通道及可扩张通道,也常配合手术显微镜系统使得减压操作更为精细,视野更为清晰。通过肌间隙入路经椎间孔进行椎体间融合,可以避免传统开放手术所带来不必要的椎旁软组织剥离,也可减少术中神经、硬膜的牵

拉,若做到术中优良的止血,切口也可不放置引流,患者术后第二天即可佩戴腰围下床活动。

该术式在减压融合固定安全可靠的同时具有创伤出血少、住院时间短、术后早期恢复日常工作生活的特点,是一种主流的腰椎微创融合手术方式。主要治疗腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄症、腰椎滑脱、腰椎间盘突出伴节段性不稳、腰椎间盘突出术后复发等疾病。

## 二、MIS-TLIF 手术步骤简介

MIS-TLIF 手术的操作过程相对复杂,需要经验丰富的脊柱外科医生进行。手术开始前,医生会对患者进行全面的检查和评估,确定手术方案。手术过程中,医生会通过小切口进入腰椎部位,利用特殊器械进行椎间孔摘除髓核和微创经皮内固定的操作。整个手术过程精准、细致,旨在最大程度地减少对周围组织的损伤。

## 三、MIS-TLIF 手术的优势

MIS-TLIF 手术的优势主要体现在以下几个方面:

1. 创伤小、出血少:由于手术切口小,对周围组织的损伤也较小,因此术中出血量少,有利于患者的术后恢复。对翻修病例有优势。

MIS-TLIF 避开了第一次手术后形成的瘢痕区域,从椎间孔区的正常结构进行分离解剖、减压难度降低,神经副损伤几率减小。

2. 恢复快、卧床时间短:由于手术创伤小,患者术后恢复较快,通常第二天即可下床活动,大大缩短了卧床时间。

3. 并发症少:由于手术过程中对神经根的牵拉较少,神经损伤的概率也相对较低,从而减少了术后并发症的发生。

4. 适应症广:与其他微创融合手术相比,如 OLIF、DLIF 等,MIS-TLIF 手术可以实现一次手术后方直接减压、融合、固定等操作,适应症更广,在脊柱微创外科领域具有独特的优势。

## 四、MIS-TLIF 术后康复及注意事项

术后康复是 MIS-TLIF 手术成功的关键一环。患者在术后需卧床休息,保持身体清洁,避免感染。饮食方面以清淡为主,避免辛辣、刺激性食物。同时,患者需遵循医生的指导进行康复锻炼,以加快恢复进程。

在日常生活中,患者应减轻腰椎负荷,避免经常弯腰负重劳累,不要久坐久站。适当锻炼后腰部肌肉,提高腰椎稳定性,有助于预防腰椎疾病的复发。

此外,患者还需定期到医院进行复查,以

便医生及时了解病情恢复情况,并根据需要进行调整治疗方案。

## 五、MIS-TLIF 手术的成功案例及展望

近年来,越来越多的临床案例证实,MIS-TLIF 手术在腰椎疾病的治疗中取得了显著成效。许多患者在接受手术后,腰椎生物力学结构得到了恢复,临床症状也得到了明显改善。他们的生活质量得到了提高,重新获得了正常的生活和工作能力。

展望未来,随着医疗技术的不断进步和手术经验的积累,MIS-TLIF 手术将在更多领域得到应用和发展。同时,我们也期待更多创新的脊柱微创手术技术的出现,为更多的脊柱疾病患者带来福音。

总之,MIS-TLIF 手术作为一种小切口解决大问题的脊柱微创手术技术,为腰椎疾病患者提供了一种安全、有效的治疗选择。通过科普其原理、适应症、手术步骤及术后康复等方面的内容,我们希望能够帮助更多的患者了解并接受这一前沿技术,从而改善他们的生活质量。同时,我们也希望医疗工作者能够不断提高手术技术水平和术后康复指导能力,为更多患者提供更好的医疗服务。

(作者单位:广西河池市人民医院)

# 脑出血术后如何预防再次出血

□ 何林林

脑出血是一种严重的脑血管疾病,其发生往往伴随着高致残率和死亡率。尽管手术是治疗脑出血的有效手段,但术后的康复和预防再次出血同样重要。本文将为大家科普脑出血术后如何预防再次出血的相关知识。

## 一、控制基础疾病

脑出血的发生往往与高血压、糖尿病、高脂血症等基础疾病密切相关。因此,术后患者应积极控制这些基础疾病,以降低再次出血的风险。具体来说,高血压患者应按时服用降压药物,保持血压稳定;糖尿病患者应控制血糖水平,遵循低糖饮食;高脂血症患者则需调整饮食结构,减少高脂肪食物的摄入,必要时进行药物治疗。

## 二、改善生活方式

良好的生活方式对于预防脑出血再次发生具有重要意义。患者应保持规律的作息,避免熬夜和过度劳累。此外,戒烟限酒也是降低脑出血风险的重要措施。烟草中的尼古丁等有害物质会损伤血管壁,增加出血风险;而过量饮酒则会导致血压升高,诱发脑出血。

## 三、饮食调理

合理的饮食对于预防脑出血再次发生同样重要。患者应遵循低盐、低脂、高蛋白的饮食原则,多吃富含优质蛋白质的食物,如鸡蛋、瘦肉、豆类等。同时,减少大鱼大肉、甜食、猪油、蛋黄等容易使血脂增高的食物摄入。多

吃新鲜蔬菜、水果等富含维生素和纤维素的食物,有助于保持大便通畅,防止因便秘导致血压升高而诱发脑出血。

## 四、心理调适

脑出血术后患者往往面临一定的心理压力,如焦虑、抑郁等情绪波动。这些不良情绪可能会导致血压升高,增加再次出血的风险。因此,患者要学会调整心态,保持心情平和,避免大喜大悲等情绪的剧烈波动。可以通过听音乐、阅读、与亲友交流等方式来缓解压力,必要时寻求专业心理咨询师的帮助。

## 五、定期随访和复查

术后患者应定期到医院进行随访和复

查,以便及时了解身体状况和病情变化。医生会根据患者的具体情况制定个性化的康复计划,并给予相应的指导和建议。患者应积极配合医生的治疗方案,按时服药、定期检查,以确保身体状况的稳定。

总之,脑出血术后预防再次出血需要患者从多方面入手,包括控制基础疾病、改善生活方式、饮食调理、心理调适以及定期随访和复查等。只有全面、系统地实施这些措施,才能有效降低再次出血的风险,保障患者的生命安全和身体健康。同时,患者和家属也要保持积极的心态,勇敢面对疾病,相信在科学的治疗和护理下,一定能够战胜病魔,重拾美好生活。

(作者单位:河北省河间市人民医院)

# 孕期贫血的预防和饮食调理方法

□ 王瑞新

孕期贫血是孕期常见的健康问题,会对孕妇和胎儿的健康造成影响。因此,预防和正确的饮食调理对于孕期贫血的改善非常重要。以下是一篇关于孕期贫血的预防和饮食调理的科普知识。

## 一、预防孕期贫血

1. 饮食均衡:孕期饮食应多样化,富含各种营养素。应多食用富含铁、叶酸和维生素 B12 的食物,如动物肝脏、红肉、深绿色蔬菜、豆类等。同时,摄入足够的水分和纤维素也有助于预防贫血。此外,适当摄入富含维生素 C 的食物,如新鲜的蔬菜和水果,有助于促进铁质的吸收和利用。

2. 规律作息:充足的睡眠和规律的作息

对于维持孕妇的健康状况至关重要。良好的睡眠可以促进铁的吸收和利用,有助于预防贫血。

3. 定期检查:孕妇应定期进行血常规检查,以监测血红蛋白水平。如果发现血红蛋白偏低,应及时就医,接受医生的建议。

4. 避免过度劳累:孕期应避免过度劳累,尤其是孕前三个月的孕妇。过度劳累可能导致贫血的发生。

## 二、孕期贫血饮食调理

1. 铁质补充:对于轻度贫血的孕妇,可以通过饮食调理来改善贫血状况。富含铁的食物包括红肉、动物肝脏、蛋黄等。此外,木耳、香菇、紫菜等食物也含有丰富的铁质。

2. 叶酸和维生素 B12:叶酸和维生素 B12 的缺乏也是贫血的原因之一。绿叶蔬菜、豆类、坚果等食物富含叶酸,动物性食物如牛肉、鸡肉等富含维生素 B12。

3. 增加维生素 C 的摄入:维生素 C 可以促进铁质的吸收和利用。孕妇可以多食用富含维生素 C 的食物,如新鲜的蔬菜和水果。

4. 饮食多样化:孕期饮食应多样化,避免偏食和挑食。通过多样化的饮食,可以确保摄入各种营养素,从而有助于预防贫血。

5. 适度摄入高脂肪食物:虽然高脂肪食物可能影响铁的吸收,但适度摄入富含不饱和脂肪的食物(如鱼类、坚果、橄榄油等)对孕妇的健康有益。

6. 红枣、枸杞等食材也有补血作用,可以适当食用。

总之,孕期贫血的预防和饮食调理对于孕妇和胎儿的健康至关重要。通过均衡饮食、定期检查、避免过度劳累等措施,可以有效预防孕期贫血的发生。对于轻度贫血的孕妇,可以通过饮食调理来改善贫血状况。在饮食方面,应注重富含铁、叶酸和维生素 B12 的食物,并适度摄入高脂肪食物。同时,适度摄入富含维生素 C 的食物,有助于促进铁的吸收和利用。红枣、枸杞等食材也有一定的补血作用,可以适当食用。如果贫血症状严重或持续不缓解,应及时就医,接受医生的建议和治疗。

(作者单位:河北省沧州市盐山县疾病预防控制中心)

# 小儿胃肠超声检查的应用范围与注意事项

□ 赵桂梅

在儿科医学领域,小儿胃肠超声检查是一项重要且有效的检查手段。它利用高频声波原理,透过患儿薄薄的腹壁,清晰地“透视”出胃肠道的内部结构,为医生提供准确的诊断依据。本文将为您详细解读小儿胃肠超声检查的相关知识,帮助您更好地了解这一医学技术。

## 一、小儿胃肠超声检查的定义

小儿胃肠超声检查是一种无创伤、无辐射的医学影像检查方法。在检查过程中,医生会在患儿的腹部皮肤上涂抹一层耦合剂,然后使用高频超声探头在腹部进行扫描。这种检查方法能够清晰地显示胃肠道的结构、蠕动情况以及血流状况,有助于医生发现胃肠道的异常情况。

## 二、小儿胃肠超声检查的优势

1. 无创伤、无辐射:与传统的 X 线造影等检查方法相比,小儿胃肠超声检查无需注射造影剂,无辐射伤害,对患儿的身体无任何损伤。

2. 便捷、快速:检查过程简单快捷,一般只需几分钟到十几分钟即可完成,患儿无需长时间等待。

3. 重复性好:由于超声检查无辐射,可以多次重复进行,方便医生对患儿病情进行持续观察和评估。

## 三、小儿胃肠超声检查的应用范围

1. 先天性胃肠道疾病:如先天性肥厚性幽门狭窄、先天性肠旋转不良等。

2. 胃肠道肿瘤:如幼年性息肉、胃肠道淋巴瘤等。

3. 胃肠道急腹症:如肠套叠、肠梗阻、阑尾炎等。

4. 消化道异物:如误吞异物、消化道穿孔等。

5. 其他胃肠道疾病:如肠系膜淋巴结炎、大网膜炎、腹腔肿瘤等。

## 四、小儿胃肠超声检查的注意事项

1. 饮食准备:在检查前,患儿需要保持空腹状态,一般需禁食水 6-8 小时,以确保胃肠道内无食物残渣干扰检查结果。

2. 排空胃肠道:在检查前,家长可以帮助患儿进行排便、排尿等,以减少胃肠道内的气体和液体,提高检查的准确性。

3. 避免憋尿:在检查过程中,患儿需要避免憋尿,以免影响检查结果。家长可以提醒患

儿在检查前适当饮水,以保持膀胱充盈。

4. 配合医生:在检查过程中,家长要安抚患儿的情绪,使其保持安静、放松的状态,以便医生更好地进行检查。同时,家长要积极配合医生进行操作,确保检查的顺利进行。

## 五、结语

小儿胃肠超声检查作为一种安全、有效的检查手段,在儿科医学领域发挥着重要作用。通过它,医生可以及时发现患儿胃肠道的异常情况,为患儿的健康保驾护航。因此,当您的孩子出现胃肠道相关症状时,不妨考虑进行小儿胃肠超声检查,以便尽早发现问题并采取有效措施进行治疗。

(作者单位:河北省张北县小二台中心卫生院)