

15岁帅气少年险失“篮球梦” 罪魁祸首竟是它

供稿 / 下肢二科 陈志远

年仅15岁,小李(化名)就已经有了185cm的傲人身高。从小喜欢篮球,多年来也在不断磨练提高球技的他,梦想是当一名篮球职业运动员。身高、兴趣、球技都具备了,条件优秀的他,梦想却突然止步……

不甘梦想就此搁浅 他踏上五年求医路

原来,小李从小就患有平足症,导致他的弹跳力远达不到平均水平,更无法支撑长时间的跑步及运动。不忍孩子忍痛放弃心中梦想,多年来李爸爸带着他到处寻求治疗。然而,由于小李当时年龄还小、

症状较轻,就诊医生提出包括足踝功能锻炼、穿戴足弓矫形垫、胫后肌肌力锻炼、按摩松懈紧张肌肉等保守治疗方案,就这样维持保守治疗5年,小李的双脚却不见改善,甚至有越来越严重倾向。

足弓矫形 平衡重建 “篮球梦”再次被点燃

偶然间,李爸爸在朋友圈看到“泉州正骨医院足踝外科门诊”科普有关扁平足的相关知识,了解到泉州市正骨医院足踝外科门诊已治愈扁平足多名患者,且疗效良好,抱着试一试的心理,父子二人来医院寻找足踝外科门诊的刘志强医生就诊。

结合小李往期病例以及足部情况,刘志强医生表示,“平足症在早期的确是可以先通过保守方式进行治疗,但是小李开展保守治疗已经这么多年了,效果不显著,保守方式已经不可行。如果他有很强烈意愿以后从事体育行业,可以考虑手术治疗,目前这个年纪通过早期干预,也可以有效预防其他并发症的发生。”

刘医生的回复让小李的“篮球梦”又一次被点亮,在与家人充分沟通后,小李一家下定决心通过手术治疗。

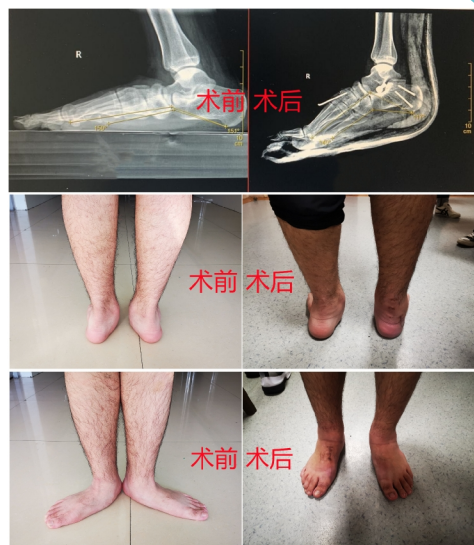
病例详情:患者小李,男,15岁,以“双足扁平、疼痛5年”为主诉入院。患者自小就出现双足扁平,5年

前逐渐出现双足踝活动不利,双踝关节疼痛,长时间站立及行走疼痛加重,休息时减轻,右足疼痛较甚,无法跑步、跳跃。查体时可见双足弓塌陷,双前足轻度外旋,负重时更加明显,双侧腓肠肌紧张,右侧较甚。拍片检查见“双足内外足弓塌陷,呈扁平外翻足改变”。入院诊断为“双足扁平足”。

为了方便小李的日常生活与学习,科室医生详细讨论手术方案和康复计划,决定先给病情较重的右足进行手术,恢复足弓。术后6周小李便可下地行走,在一年内规范康复训练。

目前,小李已经完成右足矫形手术,并回家休养准备6个月后的左足矫形,手术的成功开展,让小李离“篮球梦”又近了一步

接下来只要他积极配合治疗,做好术后康复与锻炼,相信在不久的将来,我们能看到他到在篮球场上,为他的梦想努力奔跑的样子!



知识延展

1.什么是扁平足

扁平足是足部常见畸形,当足纵弓塌陷变平或消失,足部的内侧完全或者大部分与地面接触,这就是扁平足。

平足可以是先天的,也可以是后天获得的。儿童的足弓常常在4~6岁形成,成人平足可以是儿童平足的延续,也可能是其他原因继发引起,导致足弓塌陷造成的。

2.如何判定是否为扁平足

扁平足的判断通过以下3个方面:整脚的外观,通过视觉直观脚底有无凹陷;进行足印的测试,将脚底踩颜料踏于白纸上,观察纸上足印饱满的程度,如足弓较好的中间可出现缺损,缺损较小的说明存在轻度的扁平足,没有缺损区即为重度的扁平足;X线检查负重足正位和足弓侧位,侧位直接可测量足弓的深度,如果足弓正常则应该无此角度,那么扁平足的患者可能会产生额外的角度。

3.扁平足带来的影响

(1)疼痛:通常位于足底内侧(后足后内侧疼痛),且于长期站立或行走后加剧,容易疲劳,且常可以出现进行性加重的现象。偶尔疼痛也可位于踝关节外侧外踝附近。

(2)肿胀:疼痛关节外肿胀,以足舟骨结节处为甚。

(3)步态异常

患足疼痛及足弓塌陷可造成跑步甚至行走能力下降,行走及运动障碍,步态异常,如外八字步态。

(4)疼痛及异常的步态:扁平足长期站立、平地行走、跑、跳,可对身体的其他关节造成影响,如因患足的过度外翻及内旋,造成膝关节代偿性外翻及髌关节代偿性外旋等,继而可能引发膝、髌、下背等部位的疼痛和关节炎。个别平足的患者可能以下背痛为唯一的症状。

(5)严重的平足畸形:可见足踝部其他关节受累,如距下关节和跗横关节的柔韧性降低甚至僵硬。

(6)伴随症状:随着病情进一步加重,伴有踵外翻、跟腱炎、跖筋膜炎、跗骨窦综合征等。

4.扁平足治疗方式

扁平足如果没有引起疼痛、步态异常等不适可无需治疗,若出现症状时需要进行治疗,包括手术治疗和非手术治疗。对于症状不严重时,可选择按摩、康复训练、矫正鞋纠正等非手术方式;若保守治疗无效或症状严重时可选择手术治疗。

5.扁平足预后

扁平足需要及早发现及早干预,正确的治疗方式能使患者获得较好的功能,满足日常生活和运动需求。若没有及时接受治疗,足部畸形越来越重,引起足部、膝部和腰背部疼痛,影响行走和运动,严重降低生活质量。

医生妙手“移花接木” 完美修复多指畸形

供稿 / 手外科 李艺飞 王道明

小波一出生,就和其他孩子不太一样,他右手有6个手指,其中有2个大拇指是黏连在一起的。

随着孩子的成长发育,2个大拇指也在不断生长,到了现在,2个大拇指就像龙虾钳一样弯曲着。趁着这轮疫情学校停课,妈妈带他来到泉州市正骨医院就诊,希望能通过手术的方式,恢复手指的正常外观。

显微外科的王道明主任在接诊后,为小波做了仔细检查。王主任告诉小波的妈妈,小波的情况属于单纯多指,但比较遗憾的是已经错过了手术治疗的最佳时间,即使是马上手术,大拇指关节的功能也无法完全恢复了。

眼下孩子已经8岁了,这2个大拇指不仅影响功能也影响美观,随着孩子的成长可能也会产生自卑心理。因此,王主任建议尽快进行手术。



不留疤不开刀

爱美的钢琴少女就这么治好了指骨骨折

供稿 / 整复科 郑晓蓉

配合康复训练,手指恢复如初

康复训练的前期,以被动训练为主,后期以主动训练为主,需要每天至少练满1个小时,被动训练以关节轻微酸痛为度,然后坚持10秒,再放松,主动训练以手指抓握或伸直时出现轻微的抖动为度,同样要坚持10秒。

值得注意的是,训练时不能急于求成,必须循序渐进,否则可能欲速则不达,出现并发肌腱断裂或关节红肿的情况。陈欣很快就理解和掌握了所有训练内容,并表示一定会好好配合,坚持锻炼。

果然,经过了2个月的康复训练,再辅以中药汤药熏洗帮助松弛关节,陈欣的手指活动已经完全恢复如初,又可以流畅地弹琴啦!



灵动的手,在黑白键上轻盈舞动,演奏出一段美妙温暖的旋律,16岁的陈欣(化名)弹得一手好琴,对自己的双手也格外珍视。

前段时间,陈欣不慎摔伤,导致左手无名指肿胀变形,在当地医院拍片检查后确诊为“左手无名指近节指骨骨折”,医生建议她最好尽快进行手术。

当了解到手术会在手上留下明显伤疤时,陈欣非常沮丧,家长也觉得难以接受,希望能够尝试其它治疗方法。几经辗转,一家子来到了泉州市正骨医院整复科。

和手术相比,保守治疗更适合她

整复科郑晓蓉主任首先检查了陈欣的左手,查阅了X光片,并详细了解患者的需求及顾虑。经过沟通后,郑主任认为和手术治疗相比,目前的情况更适合采用保守治疗的方式,即先用正骨手法将骨头复位,再用石膏夹板进行固定。郑主任表示,如果能积极配合治疗,保守治疗的效果将丝毫不逊于手术治疗。陈欣一家人欣然接受了郑主任提出的治疗方案。

整复固定治疗6周后,指骨骨折处顺利愈合,外固定顺利解除,但由于长时间固定,陈欣的手指活动受限明显。陈欣的家人担心手指的灵活程度

不能恢复如初,陈欣也多次焦急地问道:“不能弹钢琴了怎么办?”

郑主任耐心细致地向他们解释,因为骨折制动固定肢体一定时间后,会出现固定关节的活动受限、肌肉萎缩、肌力下降的情况,后续还需要配合医嘱完成康复训练,手指的活动才能恢复正常。

紧接着,郑主任向陈欣详细介绍了康复训练的内容。

康复训练分成两大部分,被动训练和主动训练,前者主要锻炼关节的活动度、松懈粘连的关节囊及肌腱,后者锻炼手指肌腱和肌肉的弹性和力量。