

坚信“千金难买老来瘦”，一顿饭只吃两个馄饨

# 72岁阿婆节食两周“瘦”出重度低钾血症



“都说千金难买老来瘦，我年纪大了，也得瘦一点……”72岁的苏州市民李阿婆受这一观念影响，近两周刻意控制饮食，没想到却给身体“瘦”出了问题——一天之内，她从双腿乏力发展到双手、颈部无力，连头都抬不起来。家人察觉情况异常，紧急将她送往苏州市立医院就诊。检查结果显示，李阿婆患上了重度低钾血症。

实习生 汤奕佳  
扬子晚报/紫牛新闻记者 张添翼



扫码看视频

## 三餐吃得越来越简单，因重度低钾血症被送医

“千金难买老来瘦。”近两周来，李阿婆一直坚持“少吃一点”。她担心年纪大了体重偏高，会给身体添负担，于是有意识地减少进食量，三餐吃得越来越简单。家属回忆，为了控制体重，她常常随便对付一餐，有时一顿饭只吃两个馄饨。

事发当天清晨，李阿婆起床后感觉双腿发软，走路有些吃力，她以为只是没休息好，便没有在意。到了中午，无力感逐渐加重，连抬头都有些费劲。傍晚时分，症状进一步发展，老人双手抬不起来，肩颈发僵，头几乎无法抬起，家人这才意识到情况不对，连夜将她送医。

在苏州市立医院，神经内科医生为李阿婆进行了详细查体。她神志清楚、交流正常，但

四肢和颈部肌力明显下降。结合症状表现，医生迅速安排检查，并同步排查脑血管意外等常见原因。

“从病史和查体情况来看，我们首先考虑的是电解质紊乱。”苏州市立医院神经内科副主任医师沈蓉介绍。检查结果印证了这一判断——李阿婆的血钾值仅为1.7mmol/L，远低于正常范围，属于重度低钾血症。

沈蓉解释，患者基础代谢和身体代偿能力相对较弱，如果在短时间内进食量明显下降，很容易打破体内电解质平衡，进而出现肌无力等症状。

明确诊断后，诊疗团队立即为李阿婆制定了补钾方案，并同步对其饮食结构进行调整。随着治疗推进，她的血钾水平逐步回升，四肢和颈部无力症状明显缓解，行走和活动能力恢复正常，随后顺利出院。

## 老年人需在营养均衡的前提下管理体重

针对不少中老年人信奉“千金难买老来瘦”的观念，沈蓉表示，这句话并不完全适用于老年人。肥胖确实与多种慢性病相关，适度控制体重有其积极意义，但老年人代谢和身体代偿能力较弱，更需要在营养均衡的前提下管理体重。

单纯依靠节食来减重，容易造成电解质紊乱，甚至加速肌肉流失，诱发肌肉衰减综合征。专家表示，对老年人而言，所谓“健康的瘦”，应建立在吃得合理、动得适度的基础上，而不是靠“少吃”硬扛。

沈蓉同时提醒，如需补钾也应循序渐进，尽量在医生指导下进行，不建议自行购买补钾药物随意服用；盲目过量补钾可能导致高钾血症，同样存在风险。

## 手术室故事

# 江苏首例：从腿里抽“骨泥”，治愈顽固骨髓炎

扬子晚报讯(通讯员 王瑞珠 王龙 记者 张凌飞)昨日，在连云港市第一人民医院(以下简称连一医)急诊外科的病房里，62岁的李阿姨(化姓)终于露出了久违的笑容。不久前，连一医急诊外科孙晓主任团队为她成功实施了一项名为“髓腔扩髓灌洗自体骨取骨植骨术(RIA)”的新技术，困扰她许久的慢性骨髓炎顽疾有望得到根治。这项技术的成功应用，标志着连一医在处理复杂骨缺损、救治“无骨可用”的疑难病例方面取得了重大突破，这也是江苏省首例相关手术。

9个月前，李阿姨不慎外伤，导致右胫骨骨折，在当地医院接受了钢板内固定手术。术后，伤口持续渗液，无法愈合。她辗转多家医院，先后经历了“内固定取出”“皮瓣移植”“抗生素骨水泥填补”等多次手术。

每一次手术，就意味着需要从身体另一处取下一块健康的骨头，移植到感染缺损的部位。这就像“拆东墙补西墙”，几次下来，李阿姨身上留下了多处手术疤痕，取骨部位也时常隐隐作痛。

1月12日，因伤口再次持续渗液，李阿姨抱着一线希望来到连一医急诊外科求助。孙晓主任团队经过深入讨论，决定采用一项在国内兴起不久的先进技术——髓腔扩髓灌洗自体骨取骨植骨术(RIA)。这项技术不再从身体体表部位“拆墙”，而是将目光投向大腿或小腿内部的骨髓腔，利用一套特殊器械，在骨髓腔内进行微创操作，把扩髓时产生的骨碎屑和富含生长因子的骨髓像“抽吸果泥”一样收集起来，形成优质的“自体骨泥”，用于移植。

这项技术的优势显而易



见：取骨量大，一次可从股骨或胫骨髓腔内获取大量松质骨；质量高，“骨泥”富含促进骨头生长的活性成分；创伤小，只在体表留下2厘米小切口，几乎不影响外观；最重要的是，为像李阿姨这样“无骨可取”的患者提供了全新的解决方案。

1月16日，手术如期进行。首先，在X光透视引导下，

通过李阿姨右侧大腿根部一个2厘米微创小切口，特制的RIA系统探入股骨髓腔，通过负压吸引，将扩髓产生的“骨泥”收集到容器中；接着，这些新鲜获取的富含活性的“骨泥”，被精心填充到胫骨清创后留下的缺损处。整个手术历时1小时49分钟。目前李阿姨情况稳定，正在顺利康复中。

## 健康提醒

### “洋葱+雪梨+绿豆+醋”偏方治不了肺结节

近日，一则“洋葱+雪梨+绿豆+醋，可消除肺结节”的帖子引发网友热议，一些患者将偏方当成“救命稻草”。这类偏方真的可以治疗肺结节？陆军军医大学西南医院呼吸内科专家告诉记者，不建议患者随意尝试，否则反而可能加重病情。

陆军军医大学西南医院呼吸内科副主任罗虎表示，“以所谓的‘洋葱+雪梨+绿豆+醋’，可消除肺结节的偏方为例，患者如尝试此类偏方，可能会造成脏器不适。因为醋的酸性较强，长期大量饮用会刺激胃黏膜，胃炎、胃溃疡患者可能会加重泛酸、胃痛症状；绿豆性寒凉，脾胃虚弱的人长期食用容易引发腹泻、腹胀。”

专家介绍，有些偏方中的食材或药材可能成为过敏原，服用后可能导致皮肤瘙痒、皮疹，甚至呼吸困难；非专业的药材搭配还可能出现药性冲突或不良反应，导致头晕、恶心等不适，重者甚至引起肝肾等脏器损害。

那么，对于肺结节，主要有哪些治疗方案呢？“对于临床判断为高危的肺结节，可以考虑直接手术或者介入消融。”罗虎说，手术方式通常为楔形切除或肺段切除，以及肺叶切除，其中楔形切除或肺段切除适用于小结节或肺功能较差者，肺叶切除则适用于较大结节或中央型病灶。

另外，对于性质难以明确的一些肺结节，临床医生可能会建议先对结节进行穿刺活检，明确性质后再决定下一步治疗方案。如穿刺确诊为肺癌，则需要按照肺癌的规范化管理路径决定手术或者内科治疗方案。 新华社

# 八旬大爷点赞微创机器人手术：“次日便可下床走路”

“没想到现在有了机器人，做完第二天就能下床走路，浑身也不痛！”1月21日，在南京鼓楼医院泌尿外科病房，82岁的患者袁大爷中气十足地向记者说道。据悉，几天前他才在这里顺利完成机器人前列腺癌根治术。

该科行政主任郭宏骞教授介绍，该系统搭载的3D成像技术可将手术区域放大10至15倍，极大提升了操作的精确性。其次，由医生操作拥有7个方向的自由度机械臂，意味

着不仅能够完成人手难以实现的灵活动作，还能自动过滤医生手部的生理性颤动，使操作尤其稳定，“在处理前列腺、肾脏等深处且精细的结构时，这一优势至关重要。”

此外，由于手术更为精准，患者通常创伤更小、出血更少，住院时间和康复周期也显著缩短。郭宏骞提到，“现在前列腺癌手术出血量基本在50毫升以下，甚至20毫升或10毫升，几乎是不出血的手术，因此对于病人尤其是老年病人的生理

干扰不大，经过充分的术前评估，很多病人可以接受手术。我们实施机器人手术年龄最大的前列腺癌患者90岁。”

值得注意的是，前列腺癌早期往往没有明显症状。“一旦出现排尿困难、血尿或骨盆曲张疼痛等症状，通常意味着疾病已进展甚至转移。因此早期筛查尤为重要。”郭宏骞建议，普通男性应从50岁开始定期检测前列腺特异性抗原(PSA)，只需抽一管血，便可提前追踪异常信号。若有

家族史，则应提前至45岁。PSA正常值为4.0ng/ml以下，4.0~10.0ng/ml之间是可疑值，需做进一步检查和定期随访。若PSA在10.0ng/ml以上，就高度怀疑是前列腺癌，需要进行前列腺穿刺活检以明确诊断。

专家建议，保持健康的生活方式，如多吃蔬菜水果、适度运动、避免久坐和过量摄入刺激性食物，也对前列腺健康有积极作用。 扬子晚报/紫牛新闻记者 吕彦霖