



责编/闵佳 美编/李红芬 审读/孙勇

近日,康复大学青岛中心医院胸外科诊疗中心二病区李震教授团队凭借精湛的微创技术和多学科协作优势,成功为一名87岁食管下段贲门癌患者实施微创根治手术。如今,老人从术前仅能吃少量流食恢复至正常饮食,顺利摆脱进食困境,重获高质量晚年生活。这场超高龄的生命闯关,彰显出科室在高龄胸部消化道肿瘤个体化微创诊疗上的过硬实力。



李震教授团队收到患者家属致谢锦旗。医院供图

八旬老人重启“舌尖上的晚年”

87岁患者因贲门癌无法进食 康复大学青岛中心医院为其实施微创根治手术

八旬老人患癌症无法进食

87岁的张大爷近段时间出现进食梗阻、吞咽不畅,身体日益消瘦,生活质量大打折扣。老人家属见状万分焦急,带着他辗转多家医院就诊,但均因高龄、麻醉风险高,未能进行胃镜检查明确病因。

最后,张大爷在家人陪同下来到康复大学青岛中心医院。医院消化内科团队在详细评估张大爷的心肺功能及肝肾功能情况后,为他完善了胃镜检查并取得病理活检,确诊为食管下段贲门癌。

贲门癌的治疗方法主要包括手术治疗、放射治疗和化疗等多种方式。因超高龄患者常合并心肺储备不足,

加之食管癌、贲门癌手术创伤大,围手术期肺部感染、吻合口瘘、心脑血管意外风险显著升高,多家医疗机构均建议张大爷保守治疗。但老人进食困难症状逐渐加重,营养摄入越来越少,家属担心他的身体状况无法耐受放化疗,因此积极寻求手术治疗的希望。

为此,家人找到康复大学青岛中心医院胸外科诊疗中心二病区的李震教授。李震教授为张大爷完善了相关检查,在详细评估肿瘤分期、营养状况、心肺功能,梳理基础疾病风险点后,组织了多学科MDT会诊,充分权衡手术获益与风险。团队与老人及其家属详细沟通后,结合快速康复外科(ERAS)理念,最终制定个体化胸腔镜微创根治手术方案。

微创手术挑战高龄“禁区”

相较于传统开放手术,腔镜微创手术创伤更小、术中出血更少,能够有效减轻术后疼痛,降低高龄患者并发症风险。术中,李震教授团队精细解剖、规范清扫淋巴结,精准完成消化道重建,全程操作平稳顺利。得益于精准手术方案、麻醉团队严密监护以及术后胸外科诊疗中心专科精细化快速康复护理,老人术后第一天即可下床活动,并及时开通肠内营养,顺利渡过围手术期风险关卡,未发生并发症,现已逐步恢复正常饮食。

李震教授介绍,很多人存在认知误区,认为高龄是手术“禁区”,尤其是对胸外科肺癌、食管癌、贲门癌等大手

术而言。其实年龄不是绝对的手术禁忌,关键在于全面评估患者脏器功能,精准筛选适宜人群,制定个体化微创方案以及完善围手术期全程管理。对于身体条件耐受的高龄食管贲门肿瘤患者,微创根治手术能够有效解除进食梗阻,显著改善生活质量,让患者获得长期生存机会。

张大爷出院当天,家属给医院送来锦旗表达谢意。李震教授在朋友圈写道:“一面锦旗,一份沉甸甸的责任。87岁食管癌老人从只能喝水到正常饮食,这是我们作为外科医生的责任与担当。希望老人越来越好、健康长寿。”张大爷的孩子在评论区留言:“感谢您的专业和耐心,妙手回春让老爸重获健康!”二人的互动传递了医患之间最温暖的信任与托付。

青报全媒体/观海新闻记者 张慧

岐黄薪火映青春 国粹传承正当时

青岛市中医医院开展中医药研学活动 让青少年沉浸式体验中医魅力



近日,青岛市中医医院迎来了一群朝气蓬勃的访客——青岛一中2025级10班43名学子走进医院省级中医药文化宣教基地,开展“传承岐黄文脉·青年志愿护航”主题社会实践与志愿服务活动。同学们在沉浸式体验中感悟国粹魅力,在看、听、学、做中读懂传统医学的博大精深,以青春之力传播中医健康理念,完成了一场知行合一的传承之旅。

走进中医药奇妙世界

活动伊始,医院中草药房主管中药师滕舒慧为同学们上了一堂干货满满的中医药科普课。她用通俗生动的语言,结合夏秋交替时令养生特点,细致讲解了金银花、麦冬、百合等常见中草药的性味归经、辨识技巧、功效作用及配伍原理。“原来我们山东的道地药材金银花在清热解毒方面有这么好的功效!”“夏秋换季时容易口干,麦冬泡水竟然就能缓解!”同学们在恍然大悟中真切感知到传统医学与现代健康生活的紧密联系,筑



同学们认真学习传统非药物疗法。医院供图

牢了中医药文化认知根基。

理论研学过后,趣味十足的本草实操体验正式开启。在医护人员的全程指导下,同学们认真学习药材分拣、配料配比,亲手制作特色“鲁十味”山东地图中药叶画。大家精选十种山东中药材,巧妙拼接、精心粘贴,将齐鲁本草特色与地域文化、手工创意相融,一幅幅清新雅致的中药叶画惊艳亮相:金银花点缀海岸线,丹参描绘山峦轮廓,麦冬勾勒河流走向……悠悠药香萦绕指尖,同学们在动手实践中体悟到中医药的自然智慧与工匠精神。

随后,宣传科的侯芳霖主任带领同学们参观了医院新打造的中医生活化展示区,让大家真切感受到传统中医的生活化、年轻化魅力。同学们还品尝了医院特制的夏日养生茶饮,在清凉甘爽中切身体验“药食同源”的养生理念。

观摩中医经典疗法

最后,同学们走进中医非药物疗

法中心,近距离观摩灸疗、拔罐、耳穴压豆等经典疗法,认真聆听周萍主管护师讲解传统非药物疗法的诊疗原理、操作要点与适用场景。当了解到小小耳豆竟能调节全身脏腑功能时,同学们纷纷感叹中医药的神奇。

文化研学结束后,同学们主动化身志愿者,为就诊患者及家属提供挂号打印、路线指引、便民帮扶等服务,成为医院里一道温暖明亮的风景线。

作为省级中医药文化宣教基地,青岛市中医医院始终践行中医药文化传承使命。在“中医药文化服务月”期间,医院常态化开展青少年中医药研学、市民沉浸式体验、公益科普宣讲等系列特色活动。此次沉浸式中医药研学与志愿服务活动,为青年学子搭建了以行践学的优质成长平台,同时让千年岐黄文脉在青春接力中代代传承。

青报全媒体/观海新闻记者 徐小钦

维生素D二三事

维生素D调节钙磷代谢的功能已经为人们所熟知,但它的生理功能远不止补钙。大量的研究显示维生素D与免疫功能、肿瘤、心脑血管疾病、甲状腺疾病、糖尿病与肾脏疾病等都息息相关。而我国多数地区维生素D缺乏症发生率高于60%。为什么容易发生维生素D缺乏?自然状态下,机体维生素D来自于食物(占10%)和阳光照射(占90%)。由于天然食物中维生素D含量普遍较低,因此,从膳食中所能获取的维生素D非常有限,再加上阳光直接暴露不足,就很容易导致维生素D缺乏。一般说来,只要血清25-羟基维生素D低于30ng/mL,就应当采取治疗措施纠正体内维生素D缺乏状态。补充维生素D就需要从这三个方面着手,可简单概括为三个字:晒、吃、补。

户外常晒太阳:晒太阳是内源性维生素D的最主要的来源,既方便又经济,并且安全有效。晒太阳时不要隔着玻璃,不涂抹防晒霜,也不要打遮阳伞。但要避免阳光暴晒,以免灼伤皮肤。

正确选择食物:某些动物性食品的维生素D含量相对高一些,如高脂海鱼(三文鱼、沙丁鱼、金枪鱼等)、动物肝脏、蛋黄、奶类、干香菇等,可作为补充维生素D的优先选择。另外,强化食品,如配方奶粉、强化维生素A/D的牛奶等也可选择。

适时使用补剂:对于没有办法充分阳光暴露的人来说,仅靠从食物中获取的维生素D很难满足身体所需,这些维生素D缺乏高危人群人就需要适当补充维生素D,一般推荐使用维生素D3滴剂。预防量一般是400~800IU/d(每天1~2粒),建议咨询医生后使用。

尤艺