

中医定制“减肥处方”

16岁男孩4个月减掉14斤

16岁小伙身高1.8米,但体重高达180斤,面色萎黄、舌苔厚腻、尿酸超标,陷入健康困境。通过针灸、推拿调理体质,搭配运动、饮食调整,4个月后,小伙不仅瘦了14斤,身高还猛增4厘米。

小伙名叫小杰(化名),4个月前跟着妈妈刘女士到武汉儿童医院中西医结合科减重门诊就诊。当时他身高1.8米,体重180斤,BMI指数高达27.8,属于超重范围。妈妈还很担心他的健康状况:“以前挺活泼,现在整天懒洋洋的,不爱运动、话少,脸色也不好。”

接诊的副主任医师彭文娟望闻问切后判断,小杰属于脾虚、湿盛,身体犹如在水中泡发的银耳,看起来个头大,其实水湿堆积在体内,导致身体运转困难。这种情况下,即使少吃多动,减重效果也不理想。

随后,医生团队为小杰制定减重方案。在主治医师胡静的帮助下,小杰进行了为期4个月的针灸、推拿和耳穴压豆等外治疗法,增强五脏运化能力、调整体质;制定了课间和周末的运动疗法,利用碎片时间跑步、快走,搭

配篮球、羽毛球等运动;膳食调整,增加蔬菜摄入量,同时保证蛋白质的摄入,减少油炸,清淡为主。

5月10日,小杰到中西医结合科复查,体重下降14斤,腹围减少4厘米,身高也增加了4厘米。同时,他的尿酸指标也恢复了正常。

据统计,自武汉儿童医院中西医结合科减重门诊开诊以来,已帮助200余名儿童摆脱了肥胖的烦恼,最小的2岁、最大的接近17岁。

据介绍,中医认为肥胖多发

于脾胃,是身体运化能力出了问题,与肾气虚关系密切。此时如果强行节食、加强锻炼,身体反而更虚,代谢会更慢。正确的做法是顺势而为,先通过中药、针灸、推拿、耳穴等方式调理体质,让五脏“强”起来,身体自主把多余的水湿排出去,再配合饮食和运动,减重就变得轻松很多。“就像修车,先修好发动机,再踩油门,车跑起来才能更轻松。”她说,这一方法不仅适用于儿童,也适用于有肥胖困扰的成年人。

通讯员张璟祎

女子乳房长肿块羞于就医

4厘米肿块拖成篮球大恶性肿瘤

武汉晚报讯(记者刘璇 通讯员丁燕飞 吴迪)“6年前就发现乳房上有个小肿块,因为觉得难为情,一直拖着没去看,差点把命搭进去了!”近日,刚从武汉大学中南医院甲状腺乳腺外科康复出院的刘女士,用自己的惨痛经历,再次提醒所有女性:千万别因为羞耻感逃避检查,耽误了乳腺健康。

6年前,刘女士在一次体检中发现右侧乳房有一个4厘米的肿块,没有明显疼痛,加上部位隐私,她抱着侥幸心理迟迟没有复

查。2025年,肿块迅速增大至篮球大小,近两个月甚至出现破溃流脓,散发出刺鼻恶臭。这让她更加难以启齿,不愿意告诉家人,也害怕就医。随着肿瘤的疯狂生长,刘女士的体重急剧下降,整个人变得极度虚弱:乏力嗜睡、严重贫血,食欲极差、恶心反胃,双下肢浮肿。

4月23日,刘女士在家中浑身无力摔倒,家人赶紧拨打120,将她紧急送往武汉大学中南医院急救中心。医生一眼就发现刘女士的胸部异常。急救医生立刻联

系甲状腺乳腺外科会诊,开通绿色通道将她紧急收治入院。

CT检查提示:右乳巨大占位,初步考虑为乳腺叶状肿瘤,不排除恶变可能。由于肿瘤巨大且已破溃渗血,甲乳外科主任侯晋轩牵头,联合乳腺与泌尿肿瘤放疗科、医学影像科、病理科、麻醉科等多学科专家会诊,制定了手术方案和围手术期风险控制计划。

4月30日,刘女士被推进手术室,接受了右侧乳房巨大肿瘤切除加任意皮瓣整复术。当医生

将切除的瘤体取出时,在场人都震惊了:瘤子直径足足有39厘米。术后病理检查证实为恶性叶状肿瘤。经过系统治疗和精心护理,刘女士逐渐恢复,目前已平安出院。

侯晋轩表示,刘女士的经历并非个例。除了大众熟悉的乳腺增生、乳腺结节和乳腺癌,还有一种容易被误诊、会悄然疯长的乳腺叶状肿瘤。它介于良性和恶性之间,早期症状和普通乳腺纤维瘤几乎一样,不痛不痒,却可能在短时间内迅速增大,部分还存在恶变和复发的风险。他提醒,乳腺的健康筛查非常重要,女性只有坚持每年一次的乳腺筛查,早发现、早诊断、早治疗,才能避免小肿块拖成恶性肿瘤。

半瓶酸奶放久变“高压罐”

女子眼睛被瓶盖弹伤险失明

近日,54岁的徐女士(化姓)在家中开启一瓶久置酸奶时,瓶盖突然弹射而出,击中其右眼,导致晶状体脱位、视力骤降至0.1。经武汉大学附属爱尔眼科医院紧急手术,其视力恢复至0.8,顺利出院。

事发当天,徐女士在清理孩子房间时,发现角落有一瓶放置较长时间未喝完的酸奶。她本想打开闻闻有没有变质,结果盖子一拧就炸开了。徐女士表示,瓶盖弹射到右眼的瞬间,她就感觉到剧痛,眼前出现大片黑影,视物模糊,眼胀难忍。家人立即将其

送往当地医院,被诊断为右眼创伤性晶状体脱位,建议转武汉治疗。

徐女士被转至武汉大学附属爱尔眼科医院后,该院眼底病专科李祥芸副主任医师接诊后确诊:右眼晶状体因外力冲击全脱位,合并外伤性白内障,来院时视力仅剩0.1。若不及时干预,脱位晶状体可能坠入玻璃体腔,进一步损伤视网膜。李祥芸团队立即为徐女士施行手术治疗。

术后第一天复查,徐女士右眼视力恢复至0.8,眼胀、黑影等症状明显缓解,顺利出院。目前

她正在进一步康复中,预计视力还有提升空间。

李祥芸介绍,类似的病例在临床上并不少见,奶制品、果汁、碳酸饮料等液体在密闭容器中长期放置后,微生物发酵会产生大量二氧化碳,瓶内气压迅速升高。开盖时高压气体瞬间释放,产生的推力足以将瓶盖弹出数米远,冲击力不亚于一颗弹弓射出的石子。

她特别提醒市民,处理久置的密封饮料,尤其是乳制品时,切勿直接凑近面部开盖。可先佩戴防护手套,远离面部缓慢松动瓶



医生正在为患者进行检查。

盖,分次缓慢释放瓶内气体,减压完毕后再完全打开。若不慎被异物击中眼部,切勿揉搓按压,需及时就医。

通讯员彭祎