

专家提醒

# 腰痛到底应该看哪个科

腰痛就诊的病友首诊常常散布于肾科、骨科、理疗科等科室。各个科室看腰痛有什么区别?到底该看哪个科?

**1.内分泌科。**腰痛多为酸痛胀痛,多在久坐、久站及劳累后出现,休息后缓解。随着时间延长,疼痛可为持续性,部分患者可见双下肢抽筋,严重者可见伴身高变矮,老年女性多见。多考虑骨质疏松,应到内分泌科就诊,做骨密度检查。

**2.理疗科。**腰痛多在脊柱

两侧,多为隐痛或者腰肌无力,劳累后加重,休息后缓解,长期弯腰工作或者工作姿势不正确。多考虑腰肌劳损,应到理疗科就诊。

**3.骨科。**腰痛伴有下肢疼痛、麻木,常提示腰椎间盘突出压迫神经;出现间歇性跛行(走数百米后一侧或双侧下肢麻木、无力,以至于跛行,休息后消失,如此反复)可能提示腰椎管狭窄;伴有低热消瘦等需要排除腰椎结核。以上患者

应到骨科就诊。

**4.肾内科。**有肾病综合征病史或有蛋白尿血尿者,出现持续腰痛,部分伴有肉眼血尿,应到肾内科就诊,排除肾动脉或肾静脉血栓形成。

**5.泌尿外科或急诊。**腰部绞痛剧烈,呈刀割样者,或有腹痛、恶心呕吐、尿液颜色加深、血尿,有过肾结石或肾积水,应到泌尿外科或急诊就诊,排除肾绞痛。

**6.血液科或肿瘤科。**腰痛

剧烈难以忍受,尤其近期有消瘦者,应到血液科或肿瘤科就诊,需做全面检查,排除恶性肿瘤骨转移或腰椎结核等。

**7.风湿科。**腰骶部疼痛伴僵硬,清晨或久坐后加重,活动后缓解,下蹲困难者,应到风湿科就诊,排除强直性脊柱炎。

**8.皮肤科。**腰痛呈刀割、闪电样或灼烧痛,皮肤上有簇状分布的水泡者,应到皮肤科就诊。

广东省中医院芳村医院肾内科主任 王立新

## 血栓形成腿先知



**一侧腿发麻。**当晚上睡觉的时候,出现一侧小腿麻木或抽筋,或者伴有疼痛,就要引起注意。如果出现血管狭窄、血栓形成,腿部供血减少,可以引起腿部缺氧,造成神经受到刺激,进而引起腿部的疼痛麻木。

**腿部发凉。**腿部发凉也是一个可能形成血栓的症状。血栓形成时会导致下肢冰凉,这是因为静脉内的血栓可以导致静脉血回流不畅,而动脉内形成的血栓会引起动脉供血不足,腿部就会出现发凉的症状。

**行走困难。**有的人稍微走一截路,就感觉腿疼得不行了,有可能是因为血管被部分阻塞了或者被全堵了。当我们走路时,腿部耗氧量增加,代偿跟不上,局部组织缺氧就会引起疼痛。

**腿部肿胀。**当有血栓阻塞血管的时候,血管内的压力增高,就会出现水肿的情况。这时候要及时做彩超来看是否有这种情况。

需要注意的是,平时多做运动,促进动脉血的流动和静脉血的回流,可以起到预防血栓的作用。

山西医科大学第一医院胸心外科副主任医师 闫晓亮

## 名医诊堂

### 汇聚名医专家,长期开展惠民诊疗 本周六 以岭医院名医组团义诊

本报讯(通讯员 魏欢欢)为给患者提供超高水平的诊疗服务,河北以岭医院汇聚多位名医专家,将在5月25日(本周六)举行公益联合惠民诊疗活动。据了解,河北以岭医院的名医义诊将形成长期、系列的公益惠民活动“名医汇以岭,惠民周周见”,以便更好、更全面地满足患者的不同就医需求,提供高质量的健康指导与保障。

**义诊时间:**5月25日(周六)上午9:00-12:00

**义诊地点:**河北以岭医院一楼门诊大厅。

**优惠项目:**义诊当天免收名医挂号费。

**咨询电话:**0311-83836460

**义诊名医简介:**

**1.风湿病科-郭刚,主任中医师,石家庄市名中医,硕士生导师。**河北以岭医院副院长兼风湿病二科主任,中华中医药学会风湿病专业委员会常委、京津冀风湿病共同体学术指导专家、河北省中医风湿骨病专业委员会主任委员、河北省中西医结合风湿病专业委员会副主任委员、硬皮病临床与研究国际协作网(in-SCAR)首届执行委员、国家第三批中医优秀研修人才、《风湿病与关节炎》编委和审稿专家。

**业务专长:**擅长硬皮病、干燥综合征、多发性肌炎/皮

肌炎、关节炎、红斑狼疮、白塞病、肺纤维化、免疫相关性皮肤病等风湿免疫病中西医结合诊疗。

**2.肺病科-冯书文,主任医师。**河北以岭医院名誉副院长,肺病科专家,河北省胸痛专业委员会副主任委员、河北省中西医结合委员会心血管专业委员会副主任委员、河北省中医药委员会心血管专业委员会副主任委员、河北省呼吸病专业委员会委员、世界中医药联合会心血管管理理事、石家庄市呼吸病委员会常委。

**业务专长:**擅长慢阻肺、支气管哮喘、机械通气、重症肺炎抢救、冠心病心绞痛、心肌缺血、心律失常、心衰、多靶向治疗糖尿病、防治糖尿病并发症等疾病的临床研究与治疗。

**3.康复科-周顺林,主任中医师。**河北以岭医院名誉副院长,知名康复专家,石家庄市优秀中青年中医、中国康复医学会中西医结合分会常务委员、河北省康复医学会副会长、河北省中西医结合学会康复专业委员会主任委员。

**业务专长:**擅长神经康复(脑卒中及后遗症康复、脊髓损伤及周围神经损伤康复等),骨关节疾病(颈肩腰腿痛、骨折手术康复、运动损伤后康复、退行性骨关节疾病等)康复治疗。

**4.脑病科-安俊岐,主任中医师。**河北以岭医院名誉副院长兼脑病一科主任,河北医科大学、河北中医学院兼职教授,中华中医药学会会员、河北省中医药学会心脑血管病专业委员会主任委员、河北省脑血管病防治协会副会长。

**业务专长:**从事神经内科专业近40年,对神经系统疾病的诊治有较深造诣。在急慢性脑血管病、眩晕、癫痫、老年痴呆等疾病治疗方面,擅长利用“四位一体”即“急救康复一条龙”治疗体系进行诊治。

**5.骨伤科-王晖,主任医师,医学硕士。**河北以岭医院骨科一科主任,河北省中西医结合学会第四届骨伤科专业委员会常务委员、河北省医学会骨科学分会第十届委员会青年委员、河北省中西医结合学会第一届适宜技术推广专业委员会常务委员、河北省肿瘤防治联合会骨肿瘤专业委员会委员,荣获中国煤矿创伤学会、中国矿山骨科联盟第三届“中国矿山骨科十大杰出人才”奖。

**业务专长:**擅长骨与关节的损伤、疾病的诊断与治疗。成功开展膝关节单髁置换手术五百余例;开展膝关节镜手术治疗膝关节疾病与损伤;开展UBE微创治疗腰椎管狭窄、腰椎间盘突出、腰椎滑脱等脊柱疾病。

## 延长关节寿命 注意两点

### 肩关节,要多动

肩关节的主要炎性疾病——肩周炎,发病原因之一就是活动太少,多做运动能有效预防肩周炎。

大多数肩周炎患者可能都有感受,肩周炎刚开始发作时是慢性疼痛,以为休息一下就会好,谁知道,越不活动肩膀越僵硬。

如果真的是肩周炎,痛也要动!因为只有活动才能把肩关节粘连的韧带、软组织一点一点地撕裂开来,不让其粘得更严重,以防引起上肢功能障碍。无论病程长短,症状轻重,患者每天都应尽量保持肩关节的主动活动。

### 膝关节,省着用

膝关节是腿部枢纽,是人体重要的承重关节。膝关节出了问题,往往会通过各种方式给你暗示,比如不明原因的上楼痛或下楼痛,以及按压疼痛。

上下楼梯时,膝关节要克服身体重力和运动冲击力,再加上关节活动角度大,反复弯曲、伸直,髌骨负重明显增加,关节的磨损也加重。

在下蹲的过程中,只要感觉到疼痛感,就说明膝盖已经出现了早期退化表现,患者应该及早寻求专业医生的帮助,平时行走或锻炼时,膝盖要“省着用”。如果在运动过程中感到肌肉或关节疼痛,应该立即停止运动。

但省着用并不是不运动。一般而言,爬山、爬楼梯都属于负重运动,这类运动尤其不适合老年人,应选择对膝关节损伤较小的运动,如慢跑、游泳、快走和骑车。

据《健康时报》



富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

图说 我们的价值观

子也孝 孙也孝

中国福 中国喜

中宣部宣教局 人民日报 中国网络电视台