

识别股骨头坏死的早期信号

南方医科大学南方医院 主任医师 王健 李晓姗

股骨头坏死是一种由股骨头血液供应中断导致骨组织死亡的病症，是一种常见的骨科难治性疾病，严重影响患者的生活质量和身体健康。股骨头坏死多发生于50~60岁人群，可能与生活方式有关，如大量饮酒、肥胖、激素滥用等。

股骨头坏死的征兆

疼痛 这是股骨头坏死最常见的临床表现，多出现于髋关节（胯部）、大腿根部（髋部、腹股沟部）和臀部。股骨头坏死早疼痛多为隐痛，常在活动后或劳累后出现，一般经过休息能缓解。但若未得到及时休息和治疗，疼痛会越来越严重，逐渐发展为持续性疼痛，范围可放射至膝关节。

髋关节功能减退 随着病情的发展，患者的髋关节越来越不灵活，想弯腰系个鞋带感到困难，跷个二郎腿也不容易。

跛行 股骨头坏死会导致股骨头周围的肌肉萎缩，尤其是晚期的股骨头坏死，股骨头会塌陷，使患肢缩短，导致患者走路时一瘸一拐。

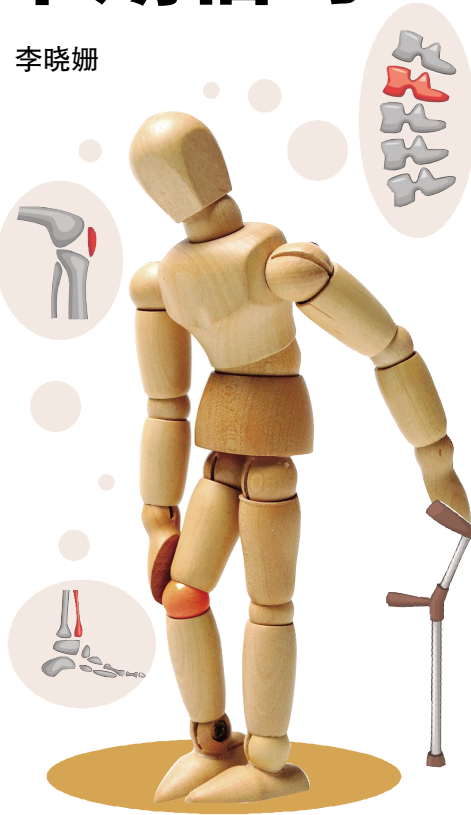
股骨头坏死的治疗

目前，股骨头坏死可分为1~4期。一般来说，早期股骨头缺血性坏死主要是使用非手术治疗来延缓病情进展。

如果病情发展至2~3期，考虑行钻孔减压术或植骨保髋治疗。如果病情发展至4期，治疗方案多考虑行髋关节置换术。

髋关节置换术是通过替代的方式将原有坏死的骨和关节置换为人工关节，解除引发疼痛的因素，使关节功能得到改善。以往，由于医学知识还不够普及，许多患者在已经出现关节变形、无法走路等严重情况时才会到医院诊治，这时病情多已进展至股骨头坏死晚期，只能进行手术治疗（髋关节置换术）。如今，随着科技的发展，公众获取健康知识的途径增多，加上体检的普及，不少股骨头坏死患者在早期就被确诊，此时病变尚并不严重，可以通过减轻负重、理疗、药物治疗等非手术治疗缓解症状，延缓病情进展。

除此之外，过去认为60~75岁是接受人工髋关节置换术的最佳年龄范围。现在，随着人工关节材料的



改进，患者年龄已非影响人工髋关节置换术实施的首要因素。因此，人工髋关节置换术已经不再设定所谓的年龄限制或年龄标准。如果病情严重影响生活质量，或者已实施的治疗效果达不到预期，以及希望改善生活质量，均可以让专业医生进行评估，再选择是否进行手术。

“糖人”遇上疱疹怎么办

江西省爱国卫生与健康宣传中心主任 主任医师 曾庆勇

李大爷平时身体硬朗，几天前还在公园里锻炼，这两天突然感受着如同“刀割”“火烧”“电击”一样的疼痛，这让他吃不下、睡不好。彻夜疼痛的李大爷在家人陪同下就医，经医生确诊为带状疱疹。医生告诉李大爷，他不仅患带状疱疹，还患有糖尿病。糖尿病患者患上带状疱疹，不光痛感强烈，还很有可能发生带状疱疹后神经痛。

糖尿病患者由于免疫系统功能异常，患感染性疾病的风险，是正常人群的1.5~4倍。高血糖状态导致免疫系统功能失调，一方面引发全身性炎症反应，另一方面导致免疫细胞功能降低。免疫力的持续下降，最终可能导致患上带状疱疹。研究发现，糖尿病患者罹患带状疱疹的概率高于正常人的2.38倍。除此之外，糖尿病患者患上带状疱疹后，更容易出现带状疱疹后神经痛及血糖控制恶化。

适当的疫苗接种可有效降低带状疱疹的发生率，并且可以降低带状疱疹后神经疼痛的发生概率。由于40岁以上人群是糖尿病和带状疱疹的高发人群，因此建议这类人接种带状疱疹疫苗，对于预防糖尿病引发的带状疱疹具有至关重要的意义。

家庭医生报
全国畅销优秀健康保健报

一报风靡40载
全年订价98.8元

邮发代号:43-21



公众号



二维码

您面对面的“家庭医生”

《家庭医生报》是国内外公开发行的医学科普专业报，属国内同行业报纸中发行量较大、影响面较广的强势媒体，在全国拥有众多稳定的读者。自1985年元月创刊以来，家庭医生报以贯彻党的卫生方针政策，提高全民健康水平为宗旨；以传播医学新闻、诊疗信息、医学科普知识为己任；始终坚持正确的舆论导向，坚持正面的医学科普宣传，突出“全科家庭医生”的个性和特色，被广大读者亲切地称为“不见面的好医生”。

医媒携手 携手全国几十家知名三甲医院，拥有国内一线专家资源，掌握国内最新医疗动态

内容实用 涵盖中医西医前沿资讯，设立十余个王牌专业栏目，贴近生活，专注中国人健康

编辑专业 拥有资深专业编辑团队，结合国内读者需求，提供国际化的健康采编视角

读者珍爱 四十年来，陪伴了无数的读者，从面对面的家庭医生到相伴一身的知心朋友

请到当地邮局订阅2025年《家庭医生报》

邮发代号:43-21，邮政订报热线: 11185

家庭医生报发行热线: 0791-86865470

合订本邮发代号: 44-134 全年12期

定价: 120元 可跨月订阅

家庭医生报
还有合订本哟!

