

颈椎病趋年轻化 低头族成重灾区

建议平时注意预防,一旦发现及时“对症下药”

记者 李梦楚

法治疗,往往一个疗程后,这些疑难颈椎病的症状就会得到缓解。

为了颈椎病,我真是吃尽了苦头。说起十几年的颈椎病,家住金川的胡女士感慨不已。胡女士告诉记者,十几年来她为了治疗颈椎病辗转了好几家医院,吃尽了苦头。3个月前,在朋友的介绍下,她抱着试试看的心态来到胡响亮中医诊所。

颈椎病趋年轻化 发现应马上治疗

据了解,颈型、神经根型颈椎病较为常见,一般治疗方法就容易见效,而后四种颈椎病一般治疗方法很难见效。

胡响亮说,如今低头族与日俱增,患颈椎病的人也趋于年轻化,有些患者年仅三十来岁便前来求医。颈椎病以预防为主,年轻时就要重视颈椎的保健。身体好的患者可以选择适度的打羽毛球、游泳、爬山等体育运动。但颈椎病严重的患者切不可以防代治,一旦发现症状,还是应该尽早到医院进行治疗,以免耽误治疗颈椎病的最佳时机。

另外,不管有无患颈椎、腰椎痛者都应改正不良坐姿、腰姿,合理用枕,注意保暖、休息,有则改之、无则加勉,有病治病,无病也要防范于未然。

精神分裂症患者 需要社交技能训练

通讯员 朱丽思

每个人都生活在一定的社会环境中,他的行为也受到社会文化的制约。社交技能是指符合社会规范,得到社会认可的人际行为能力。社交技能包括衣着得体、谈吐得当、合理的表达感受、保持恰当的人际交往距离等内容,还包括在不同场合能做出相应的恰当行为。

长期住院的精神分裂症患者,在记忆、注意力、学习等广泛的认知领域均存在功能缺陷,他们难以识别他人的表情和情绪的细微变化,难以理解他人言语和行为,因此造成了精神分裂症患者的社交技能缺陷。社交技能缺陷影响了精神分裂症患者建立和维持社会关系、独立生活和就业,严重影响了他们的生活质量和社会功能。

进行有效的社会交往是社会功能的重要内容,也是精神障碍患者提

高生活质量的重要保障。社交技能训练所采用的是行为治疗的方式,通过社交技能的训练,患者可以学习如何和他人交流感情、怎样向别人提出要求或者恰当地回应他人的要求。还能改善社交技能及社会功能,改善精神病症状,使患者能更多地利用婚姻、友谊、工作等有力的社会支持资源,减少挫折感,降低复发风险。建立和维持社会关系、成功地扮演社会角色(例如在公司里扮演员工的角色、在家庭里扮演配偶的角色等),满足自身各种需要。

所以,社交技能训练对于精神病患者是十分重要的。



颈椎病分为六种 要对症下药

听胡女士这么说,记者来到三马路口。在胡响亮中医诊所,主治医师胡响亮说,他遇到过各种各样的颈椎病人,有的双手双脚麻木、头昏,接近中风症状,有的肩膀怕冷、颈部酸胀。他说:所谓对症下药,要治好病人,首先要搞清楚他患有哪种类型的颈椎病。

胡响亮介绍,颈椎病分为六种类型:头、颈、肩、臂疼痛,颈肩不适,背部酸胀、疼痛,颈椎活动受限等局限性症状为颈型;颈项部板硬疼痛,活动受限,有一侧上肢、手指麻木疼痛等症状为神经根型;眩晕、头痛、恶心、呕吐、耳鸣、听力下降、视物不清等症状为椎动脉型;四肢麻木,沉重、无力、跌跤等症状为脊髓型;枕部痛、头昏沉、偏头痛、心慌、胸闷、肢凉、四肢酸胀、眼花耳鸣等症状为交感神经型;同时存在两型或两型以上症状的为混合型。针对不同类型的颈椎病,医生建议,通过针刀、整骨、服用中药、打点滴等方



关于出生性别比专项治理有奖举报制度的通告

为严厉打击非法B超鉴定胎儿性别、非法实施人工终止妊娠(以下简称“两非”)等违法犯罪行为,有效遏制出生人口性别比失衡问题,鼓励广大群众积极举报有关“两非”的线索。根据中共永康市委办公室、永康市人民政府办公室《关于进一步加强人口和计划生育工作的意见》(永委办发〔2015〕99号)文件精神,经局党委研究决定在全市范围实行出生性别比治理有奖举报制度。现通告如下:

- 一、对群众举报的“两非”案件,经查实给予每例奖励5000-10000元奖励,有重大贡献的给予每例奖励2-5万元;
- 二、曾经有过“两非”行为的育龄妇女,能主动讲清问题并检举他人违法犯罪行为,经

- 查证属实的,可以视情予以奖励。
 - 三、举报电话:0579-89296156 87101553 手机:13575697121 519520(市府网)
 - 四、举报人可以来人、来电、来函举报,尽可能提供详细情况。多人举报同一案件的,只奖励第一个举报人。本局将严格保密有关举报人的信息,欢迎广大市民踊跃举报。特此通告。
- 永康市卫生和计划生育局
2015年9月26日

拟报批 单独二胎 名单公示

以下夫妇的子女拟根据单独二胎的生育政策进行报批,现将该夫妇的生育(收养)情况进行公示,如对公示内容有异议的,请在公示期内向公示机关提出。

公示时间:2015年10月16日至2015年10月22日
举报电话:江南街道86875938 西城街道87261320
花街镇87010110 卫计局87101551

	姓名	出生年月	户籍地地址	工作单位及工作时间		姓名	出生年月	性别	备注
1	男 朱明星	19580407	钟楼山前14号	1990.3-2001.3永康市茶场	生养子女情况	朱帅	19870223	男	亲生
	女 胡仙美	19630824	钟楼山前14号	1982.6-1996.3永康市伞厂					
2	男 徐连德	19540625	江南街道丽丰社区	1980.12至退休 双飞公司退休 2002.1.29许码头5号1室迁入	生养子女情况	徐新忠	19850125	男	亲生
	女 李佩英	19570813	江南街道丽丰社区	1986唐先合作商店调入市服装厂, 1984.6-1999.9合并四方集团上班至退休。 2002.1.29许码头5号1室迁入					
3	男 邵国华	19571106	江南街道丽丰社区	2002印刷厂下岗	生养子女情况	邵炜佳	19860928	男	亲生
	女 应爱民	19610329	江南街道丽丰社区	现在永康拖拉机厂					
4	男 陈庭奎	1954.3	东塔路310弄-6-1-101	1987.8-2014.3永康一中 现退休	生养子女情况	陈滢	1982.12	女	亲生
	女 胡月梅	1956.6	东塔路310弄-6-1-101	1988.8-1991.6永康副食品公司下岗					
5	男 林勇	19620802	卫星路4弄1幢1-201	永康羽绒厂	生养子女情况	林彬	19901208	男	亲生
	女 刘巧爱	19641226	卫星路4弄1幢1-201	永康色织布厂					
6	男 应豪	19571224	安居苑11幢3-601	烈桥信用社	生养子女情况	应也纳	19880209	女	亲生
	女 宋喜梅	19641223	安居苑11幢3-601	原云山初中老师 (只说明1990.9-2000.9之前情况)					