

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

为了颈椎病 ,我真是吃尽了苦头。说起十几年的颈椎病史 ,家住芝英的应先生感慨不已。应先生告诉记者 ,十几年来他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 ,应先生前往九铃中路 ,到胡响亮中医诊所咨询、就诊。应先生深有体会地说 ,如何预防颈椎病 ,掌握相关知识很有必要。

颈椎病分为六种要 对症下药

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 ,可通过针刀、整骨、服用中药、打点滴等方法施治缓解。

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 ,如今患颈椎病的人越来越多 ,也越来越年轻化 ,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。



我养身 我健康

市民健康学校 15 日开课

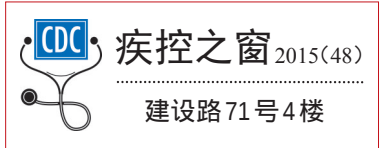
通讯员 徐开发

15日晚7时 ,我市市民健康学校将继续开课 ,主讲人是金华市疾控中心健康教育所所长、主任医师胡跃强 ,讲座内容是 我养身 我健康 。

市民健康学校由政府出资创办 ,致力于宣传科学、快捷、准确、权威、实用的健康知识 ,立志打造快速、本土、实用的健康平台 ,让市民朋友多了解和掌握正确的健身养生知识 ,在健身养生、看病就诊过程中能少走弯路、少花冤枉钱 ,做身边的健康顾问 ,为广大市民的健康导航。

为了更好地开展讲座 ,市民健康学校将招聘营养师、运动教练、体育保健教练、运动康复师、心理学专家及专科医师(不限地域)到学校讲座 ,要求讲座内容科学真实、先进、通俗、实用 ,有益百姓身心健康。

联系电话 13777537006。
地址 紫微中路138号图书馆1楼。



市三院助力 慈善送温暖千村行

46名志工赴 139个村服务 79家企业

□通讯员 施俊霖

近日 ,市第三人民医院 19名志工代表如约来到市会议中心参加市慈善总会 慈善送温暖千村行 大型慈善宣传救助活动义工培训会。

此次活动 ,市三院有 46名志工自



愿报名 根据慈善总会统筹安排 ,分成 15个小组 ,承担城西新区、舟山镇 2个镇街区 139个村 79家规模以上企业的服务任务。

城西新区离医院近 ,但企业多 ,舟山地处偏僻 ,需上门审核的对象也不少。时间紧 ,任务重 ,天公不作美 ,但这些都未阻挡志工的热情 ,当日下午 ,便有不少志工马不停蹄地开始工作。

慈善送温暖千村行 活动有许多内容 ,如审核推荐救助对象的家庭情况 ,张贴宣传资料 ,指导他人安装 永

康慈善 APP 和关注 永康市慈善总会 微信号等。尽管路途遥远、行程艰辛 ,甚至得不到村民的理解 ,但市第三人民医院志工们合理安排时间 ,克服困难 ,及时把慈善的温暖送进百姓心里。

在约定时间内 ,市第三人民医院圆满地完成了此次 慈善送温暖千村行 工作 ,受到慈善总会领导的高度肯定。帮助别人 ,快乐自己 ,市三院志工说 ,通过此次行动 ,不仅得到了锻炼 ,也享受到了给予的快乐 ,同时展示了三院人良好的形象。

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12月11日至 17日
举报电话 东城街道 87216933 方岩镇 89282891
卫计局 :87101551

		姓 名	出生年月	户籍地地址	工作单位及工作时间	生养子女情况	姓名	出生年月	性别	备注
1	男	陈高龙	19570131	东城街道东库街一弄6号	永康市制革厂	生养子女情况	陈丽丽	19830622	女	亲生
	女	章美华	19590116	东城街道东库街一弄6号	永康市食品厂					
2	男	黄高富	19570311	东城街道望春小区13-1-1	芝英镇政府	生养子女情况	黄炜	19850609	男	亲生
	女	卢宝珍	19641231	东城街道望春小区13-1-1	方岩刀具厂2000年止					
3	男	应志标	19620929	东城街道丽州北路51弄3幢3单元402室	法院工作	生养子女情况	应云卉	19900828	女	亲生
	女	任 红	19670129	东城街道丽州北路51弄3幢3单元402室	1994年10月永康市家用电器厂下岗					

招标公告

永康市西城街道农村生活污水治理终端工程-岭张村 根据有关法律法规规定 ,拟向社会公开招标。现将报名有关事项公告如下 :

一、工程概况 :永康市西城街道农村生活污水处理终端施工 (包括土建、材料采购及安装调试)、运行、维修等服务 ,运行后出水水质达到《城镇污水处理厂污染物排放标准》GB18918-2002一级B标准。

二、工程地点 永康市西城街道岭张村。
三、投资概算 约456000元。

四、资质要求 :环保工程专业承包三级及以上资质或环境污染治理工程总承包(水污染治理)临时及以上资质 ;项目负责人需由取得环保相关专业工程师资格证书的人员担任。

五、报名时间 2015年12月14日至12月15日16:00时止。

六、报名地点 浙江方圆工程咨询有限公司永康分公司(永康市城南路535号)

七、联系电话 :0579-87180777 13605892368 (668632)

八、报名时需提供材料 :

介绍信、企业营业执照、资质证书、项目负责人原件及其复印件一份并加盖公章。

永康市人民政府西城街道办事处
浙江方圆工程咨询有限公司永康分公司
2015年12月10日

2014 年度特困户 拟批基补充名单

唐先镇 2014 年度特困户批基名单经相关村上报 ,镇国土所审核 ,镇政府初步审查同意。现将补充名单及举报电话公示如下 ,如有疑问 ,请在一周内向镇国土所举报。

清塘村 金增康 上考村 徐海杭

唐先一村 施康平 龙山村 施伟星

举报电话 87502708

唐先镇人民政府
2015年12月11日