

腰椎间盘突出症患者呈现年轻化 久坐人群腰酸背痛的发生率比其他人群高

记者 章芳敏 实习生 何悦

腰椎间盘突出症正在困扰着越来越多的年轻人。据国家卫生部统计，我国现在约有15%的人患有椎间盘突出症，而且发病人群呈年轻化趋势。不久前，家住龙山镇桥下一带的朱先生搬运重物时闪了腰。当天，他就感到腰部酸痛，有时候连着腿都会阵阵发麻。次日，他连行走都出现了困难。在朋友的介绍下，朱先生前往三马路口，到胡响亮中医诊所咨询、就诊。检查后诊断是腰椎间盘的纤维环发生破裂、髓核突出，压迫椎管内的神经导致的，也就是患上了腰椎间盘突出症。

腰椎间盘突出症，听着像是上了年纪才会碰上的事，但实际上，腰椎间盘突出已经成了许多年轻人潜在的威

胁。尤其是长期伏案工作的白领，由于久坐不动、坐姿不正确、缺乏运动等，更容易患上腰椎间盘突出症。

胡响亮中医诊所的主治医师胡响亮解释，脊椎就像一条活动的链条，在各个椎体之间存在椎间盘，由内外两部分组成，外部为纤维环，纤维坚韧而有弹性，而内部是髓核，是一种富有弹性的胶状物质，主要起缓冲作用。如果椎体长期前倾、后倾、旋转、脱位、压缩等动作使得椎间盘受力不均，那么椎间盘内的髓核就容易连同纤维环一起突出或者突破纤维环而游离脱出。一旦病变压迫了神经，就会出现腰部疼痛症状，典型的疼痛会由腰部像触电样放射到小腿。

一般来说，腰椎间盘突出会出现自然退行性的改变。此外，年轻人的各种

不良习惯，如长期腰部用力不当、过度用力、姿势和体位不正确，长时间伏案久坐、长时间开车处在颠簸状态、女性长期穿着高跟鞋、背过重的背包等，都会导致脊椎受力不均，这些长期反复的外力造成的磨损，也加重了退变的程度。加上髓核在成年之后逐渐缺乏血液循环，修复能力也差，发生退变后的修复能力就更差了。因此，长期坐着工作的人群腰酸背痛的发生率通常比其他人群要高得多。

胡响亮提醒，别仗着年轻，却忽视了对腰椎的保护。腰椎间盘突出腰痛的患者平时可多补充一些含有增强骨骼强度、肌肉力量，能促进功能恢复的营养成分。也就是说，要多吃能保持营养平衡的食物，特别是含有钙、蛋白质、维生素B族、维生素C和维生素E的食物。

写春联送祝福

日前，市疾控中心部分党员干部在该中心主任、书记胡云卿的带领下，走进江南街道金胜社区，开展“写春联·送祝福”活动。该活动为市疾控中心“从管理落实年”系列活动之一。一些社区居民说，写春联·送春联是真正的文化惠民。

通讯员 黄晶晶 摄



永康市人民法院公告 2016年1月27日(第722期) 《永康日报》

(2015)金永芝商初字第674号
应锦成、夏历(均住永康市芝英镇隔塘村6号，公民身份号码分别为33072219791120451X、342531198306220240):本院受理原告应高冲、应美姿诉你们追偿权纠纷一案，因你们下落不明，依照《中华人民共和国民事诉讼法》第九十二条的规定，向你们公告送达本院(2015)金永芝商初字第674号判决书。判决如下:由被告应锦成、夏历共同归还原告应高冲、应美姿代偿款566328.85元并赔偿利息损失(利息损失从2013年12月6日起按中国人民银行同期同档次贷款基准利率计算至款清之日止)，款限本判决生效后十日内履行完毕。如果被告应锦成、夏历未按本判决指定的期间履行给付金钱义务，应当依照《中华人民共和国民事诉讼法》第二百五十三条之规定，加倍支付迟延履行期间的债务利息。案件受理费9884元，公告费400元，合计10284元，由被告应锦成、夏历负担。请你们自本公告发出之日起六十日内来本院芝英庭领取民事判决书，逾期则视为送达。如不服本判决，可在公告期满后的十五日内，向本院递交上诉状及副本，上诉于浙江省金华市中级人民法院。逾期本判决即发生法律效力。

(2015)金永商初字第475号
胡雨来、程春燕:本院对原告金华太宏投资管理有限公司与被告胡雨来、程春燕、程春媚、杨开追偿权纠纷一案已审理终结。现依法向你们公告送达(2015)金永商初字第475号民事判决书。自公告之日起60日内来本院领取民事判决书，逾期则视为送达。如不服本判决，可在公告期满后15日内，向本院递交上诉状及副本，上诉于浙江省金华市中级人民法院。逾期未上诉的，本判决即发生法律效力。

(2015)金永商初字第845号
朱光德(住浙江省永康市江南街道锦江华庭2幢1单元901室，公民身份号码:3307221971102261215)、王金英(住浙江省永康市江南街道锦江华庭2幢1单元901室，公民身份号码:330722197211140826):本院受理原告胡红杰与被告朱光德、王金英买卖合同纠纷一案，现已审理终结。因采用其他方式无法向你们送达判决书，依照《中华人民共和国民事诉讼法》第九十二条之规定，向你们公告送达(2015)金永商初字第845号民事判决书。判决如下:一、由被告朱光德支付原告胡红杰货款138906.6元并赔偿损失(损失从2015年2月6日起至实际归还之日止按中国人民银行同期同档次贷款基准利率计算，款限本判决生效后10日内履行完毕。二、驳回原告胡红杰的其他诉讼请求。如果被告朱光德未按判决指定的期间履行给付金钱义务，应当依照《中华人民共和国民事诉讼法》第二百五十三条之规定，加倍支付迟延履行期间的债务利息。案件受理费1539元，由被告朱光德负担。如不服本判决，可在判决书送达之日起十五日内，向本院递交上诉状，并按对方当事人的人数提出副本，上诉于浙江省金华市中级人民法院。

(2015)金永商初字第3179号
胡小燕、应毅、吕小青:本院对原告李斌与被告胡小燕、应毅、吕小青民间借贷纠纷一案已审理终结。现依法向你们公告送达(2015)金永商初字第3179号民事判决书。自公告之日起60日内来本院领取民事判决书，逾期则视为送达。如不服本判决，可在公告期满后15日内，向本院递交上诉状及副本，上诉于浙江省金华市中级人民法院。逾期未上诉的，本判决即发生法律效力。

(2015)金永商初字第3482号
应德妍(住浙江省永康市花街镇大支村47号，公民身份号码:330722195903158227)、翁有金(住浙江省永康市花街镇大支村47号，公民身份号码:330722195501188239):本院受理原告程江与被告应德妍、翁有金民间借贷纠纷一案，现已审理终结。因采用其他方式无法向你们送达判决书，依照《中华人民共和国民事诉讼法》第九十二条之规定，向你们公告送达(2015)金永商初字第3482号民事判决书。判决如下:由被告应德妍、翁有金归还原告程江借款15万元并支付逾期利息(逾期利息从2015年1月1日起按中国人民银行同期同档次贷款基准利率计算至实际还款之日止);款限本判决生效后五日内履行完毕。如被告应德妍、翁有金未按判决指定的期间履行给付金钱义务，应当依照《中华人民共和国民事诉讼法》第二百五十三条之规定，加倍支付迟延履行期间的债务利息。本案案件受理费3420元，公告费400元，合计3820元，由被告应德妍、翁有金负担。如不服本判决，可在判决书送达之日起十五日内，向本院递交上诉状，并按对方当事人的人数提出副本，上诉于浙江省金华市中级人民法院。

(2016)浙0784民初00429号
吕理通(男，1973年9月6日出生，汉族，住浙江省永康市象珠镇溪滨吕村溪中巷316号。身份号码:330722197309066417)、吕巧燕(女，1974年7月7日出生，汉族，住浙江省永康市象珠镇溪滨吕村溪中巷316号。身份号码:330722197407076424):本院受理原告陈永与你们民间借贷纠纷一案，因无法向你们直接送达诉讼文书。依照《中华人民共和国民事诉讼法》第九十二条之规定，依法向你们公告送达起诉状及证据副本、应诉通知书、民事裁定书、合议庭组成人员通知书及开庭传票。本公告发出之日起，经过六十日即视为送达。提出答辩状的期限为公告期满后的十五日内，举证期限为公告期满后的三十日内。开庭时间为2016年4月25日上午9时，开庭地点为永康市人民法院象珠人民法庭二楼二号审判庭。逾期不来自应，本院将依法缺席裁判。

(2016)浙0784民初00538号
施俊瑶(男，1947年3月18日出生，汉族，住浙江省永康市唐先镇唐先一村龙祥路111号。身份号码:330722194703187918):本院受理原告施国安与你民间借贷纠纷一案，因无法向你直接送达诉讼文书。依照《中华人民共和国民事诉讼法》第九十二条之规定，依法向你公告送达起诉状及证据副本、应诉通知书、民事裁定书、合议庭组成人员通知书、民事判决书及开庭传票。本公告发出之日起，经过六十日即视为送达。提出答辩状的期限为公告期满后的十五日内，举证期限为公告期满后的三十日内。开庭时间为2016年4月25日上午9时40分，开庭地点为永康市人民法院象珠人民法庭二楼二号审判庭。逾期不来自应，本院将依法缺席裁判。

院将依法缺席裁判。

(2015)金永象商初字第417号
施进财(男，1977年11月26日出生，汉族，户籍所在地:永康市唐先镇象牙里村西小区268号。身份号码:330722197711267911)、万艳群(女，1982年11月15日出生，汉族，户籍所在地:永康市唐先镇象牙里村西小区268号。身份号码:320311198211154904):本院受理原告陈明生与你们民间借贷纠纷一案，因无法向你直接送达诉讼文书。依照《中华人民共和国民事诉讼法》第九十二条之规定，依法向你们公告送达起诉状及证据副本、应诉通知书、民事裁定书、合议庭组成人员通知书、民事判决书及开庭传票。原告请求判令:1、由被告归还原告借款人民币70000元并支付利息(利息从2015年6月24日起按月利率2%计算至款清之日止);2、由被告承担本案的诉讼费用。本公告发出之日起，经过六十日即视为送达。提出答辩状的期限为公告期满后的十五日内，举证期限为公告期满后的三十日内。开庭时间为2016年5月3日上午9时00分，开庭地点为永康市人民法院象珠人民法庭二楼二号审判庭。逾期不来自应，本院将依法缺席裁判。

(2015)金永象商初字第418号
施进财(男，1977年11月26日出生，汉族，户籍所在地:永康市唐先镇象牙里村西小区268号。身份号码:330722197711267911)、万艳群(女，1982年11月15日出生，汉族，户籍所在地:永康市唐先镇象牙里村西小区268号。身份号码:320311198211154904):本院受理原告朱海燕与你们民间借贷纠纷一案，因无法向你直接送达诉讼文书。依照《中华人民共和国民事诉讼法》第九十二条之规定，依法向你们公告送达起诉状及证据副本、应诉通知书、民事裁定书、合议庭组成人员通知书、民事判决书及开庭传票。原告请求判令:1、由被告归还原告借款人民币60000元并支付利息(利息从2015年8月15日起按月利率2%计算至款清之日止);2、由被告承担本案的诉讼费用。本公告发出之日起，经过六十日即视为送达。提出答辩状的期限为公告期满后的十五日内，举证期限为公告期满后的三十日内。开庭时间为2016年5月3日上午9时20分，开庭地点为永康市人民法院象珠人民法庭二楼二号审判庭。逾期不来自应，本院将依法缺席裁判。

(2015)金永商初字第2292号
徐佩(住浙江省永康市江南街道恒丰路14号1幢2单元104室，公民身份号码:330722198711262648)原告周爱文与你民间借贷纠纷一案已审理终结。因采用其他方式无法向你们送达判决书，依照《中华人民共和国民事诉讼法》第九十二条之规定，向你公告送达(2015)金永商初字第2292号民事判决书。请你们自公告之日起六十日内来浙江省永康市人民法院民二庭领取判决书，逾期则视为送达。如不服本判决，可在公告期满后的十五天内，向本院递交上诉状，并按对方当事人的人数提出副本，上诉于浙江省金华市中级人民法院。逾期本判决即发生法律效力。

(2015)金永石商初字第390号
被告厉党红，(身份证号码:330722197402082817)，住浙江省永康市舟山镇坦村261号。原告孙德浩与被告厉党红买卖合同纠纷一案，因你去向不明，无法直接送达，

依照《中华人民共和国民事诉讼法》第九十二条的规定，依法向你公告送达本院(2015)金永石商初字第390号民事判决书。判决内容如下:由被告厉党红支付原告孙德浩货款人民币25068元并赔偿利息损失(利息损失从2015年8月24日起按中国人民银行同期同档次贷款基准利率计算至实际付款之日止)，款限判决生效后三日内履行完毕。如被告未按判决指定的期间履行给付金钱义务，依照《中华人民共和国民事诉讼法》第二百五十三条之规定，应当加倍支付迟延履行期间的债务利息。案件受理费640元，公告费400元，共计人民币1040元，由被告厉党红负担。自本公告发出之日起，经过六十日即视为送达。如不服本判决，可在判决书送达之日起十五日内向本院递交上诉状，并按对方当事人的人数提出副本，上诉于浙江省金华市中级人民法院。逾期本判决即发生法律效力。

(2015)金永石商初字第400号
被告丁纯富，(身份证号码:330722196910093016)，住浙江省永康市舟山镇下丁村83号。原告郑长洪与被告丁纯富民间借贷纠纷一案，因你去向不明，无法直接送达，依照《中华人民共和国民事诉讼法》第九十二条的规定，依法向你公告送达本院(2015)金永石商初字第400号民事判决书。判决内容如下:由被告丁纯富归还原告郑长洪借款人民币30000元并支付利息(其中20000元的利息从2012年7月2日起计算至2013年7月1日止，逾期利息从2013年7月2日起计算至实际还款之日止，10000元的利息从2012年9月9日起计算至2013年9月8日止，逾期利息从2013年9月9日起计算至实际还款之日止，均按中国人民银行同期同档次贷款基准利率的四倍计算)，款限判决生效后三日内履行完毕。如被告未按上述判决指定的期间履行给付金钱义务，则依照《中华人民共和国民事诉讼法》第二百五十三条之规定，应当加倍支付迟延履行期间的债务利息。案件受理费932元，公告费400元，共计人民币1332元，由被告丁纯富负担。自本公告发出之日起，经过六十日即视为送达。如不服本判决，可在判决书送达之日起十五日内向本院递交上诉状，并按对方当事人的人数提出副本，上诉于浙江省金华市中级人民法院。逾期本判决即发生法律效力。

(2015)金永商初字第3746号
吕小青(住浙江省永康市东城街道丽州北路1号，公民身份号码:43062419780810006X):本院受理原告陈静诉被告吕小青、陈可为民间借贷纠纷一案，已审理终结。现依法向你公告送达(2015)金永商初字第3746号民事判决书，判决如下:由被告吕小青、陈可为于判决生效后十五日内归还原告陈静借款人民币15万元并支付利息(利息从2014年11月22日起按月利率2%计算至实际还款之日止)。如被告未按判决指定的期间履行归还金钱义务，应当依照《中华人民共和国民事诉讼法》第二百五十三条之规定，加倍支付迟延履行期间的债务利息。案件受理费1920元(已减半收取)，由被告吕小青、陈可为负担。请你自公告之日起六十日内来永康市人民法院民三庭领取判决书，逾期则视为送达。如不服本判决，可在公告期满后的十五日内向本院递交上诉状，并按对方当事人的人数提出副本，上诉于浙江省金华市中级人民法院。逾期未上诉，本判决即发生法律效力。

房源信息

套房转让
金水湾10楼、11楼193.58平方复式，带空中花园13858917919
武义厂房转让
4050,4700平13506596849
紫微北路厂房转让
4063国道边占地4300平方，店面20间18657919757
龙山镇厂房出租
4120桥头周村工业区有四至八层，每层1400平方613491,13967930133
房屋急转
4177丽州北路幢房急转13626799777,632397
求购丽州一品套房
4196,140平方米以上13575698176,686176
转让
4217返还地店面两间转让，带车库15024583619
标准厂房出租
城西新区14000平米，水泥三层结构，独门独户，另带办公楼15857980325,556711
标准厂房出租
4245古山前黄2000平方变压器50千瓦13373804592
厂房出租
4262长城工业园两层楼3300平方和一层楼2300平方13735796787
厂房出租
4271市郊占地7000平，另桐琴一期拆迁房转让13906792901,627001
凤凰城套房转让
4272低价转让89平方带车位，可更名18757911789
厂房出租
4285城西一楼二楼共1900平方13858935526
900平方厂房出租
4287,13588600903,566903
古山新厂房出租
4288三层共1500平，宜装配13735709887,768132
楼房转让
4290,5间4层半，开发区曹园7街18号，简装有楼梯，诚心价350万元13858922079,573610
毛坯幢房分割转让
4304望春小区南路闲置，现浇两间六层分层转让，民主三中学区83989435
厂房出租
4305大徐330国道边一楼二楼厂房15988579979
华夏路厂房出租
4306物流中心附近两层楼2000平方和单层楼2300平方有吊车，可分租18072369779
白云厂房仓库出租
4300有900和280平方15867920698,690698
未建房转让
4313解放路拆迁未建房地基两间80平方有划拨13735707113,683117
九龙标准厂房出租
4314占地900平方，双层带货梯，整租13605890888,513698
未建厂房转让
先行驾校对面2000平方，低价转让15268680001,732001
厂房出租
4322泉州工业区500平方水电齐全，独户87353312,730928
厂房转让
4330长城工业区2300平方证件齐全13967933974
厂房出租
4323,330国道边火车站后俞皮工业区占地1500平方13735705520,689699
声明
永康市东昊发光材料有限公司遗失有效期自2015年2月5日至2019年2月4日的组织机构代码证(副本)，代码号:74293732-9,声明作废。



健康之窗

2016(2)

市疾控中心
市健康教育所 主办