

颈椎是 生命保护神 养护刻不容缓

通讯员 董洁梅

许多人以为 ,只有脖子僵硬、疼痛的时候才有可能患颈椎病 ,但颈椎的角色可远远没有想象中的那么单纯。

颈椎为大脑输送养分 ,是生命的保护神 ;但如果您不知道及早养护好颈椎 ,它也很可能会像一个定时炸弹 ,随时准备引爆。

颈椎病 ,是引起血压不稳、心脑血管病及慢性五官科疾病的重要原因 ,还会引起头痛、眩晕、耳鸣、视物模糊、记忆力差、反应迟钝等 ;颈椎病还可引起心慌、胸闷、气短、呃



餐后血糖也会低于空腹血糖？ 常见原因有以下六种 ,血糖检测不容忽视

通讯员 颜晓林

一名 70 多岁的女性患者 ,今年 6 月 27 日在市三院检验科检查空腹血糖的检测结果为 6.38mmol/L ,患者既往有糖尿病史 ,并一直使用降糖药。7 月 7 日 ,患者回医院验血时述说 6 月 27 日那天晚饭后出现眩晕现象 ,被家属急送市一医就诊 ,当时随机血糖测出来只有 2.8 mmol/L。患者困惑 ,问检验人员到底是什么原因导致饭后血糖低于空腹血糖？会不会是检验科搞错了？7 月 7 日 ,患者空腹血糖检测结果为 8.7 mmol/L ,询问后得知患者已经减少降血糖药的剂量。餐后 2 小时血糖比空腹血糖还要低 ,其实工作中这样的病例并不少见。

正常人空腹血糖为 3.9~6.1 mmol/L ,餐后两小时血糖低于 7.8 mmol/L。通常情况下 ,餐后两小时血糖都略高于空腹血糖 ,出现这样有悖逻辑的结果有可能是检验科在某个检验环节出了问题 ,但这种概率极低。餐后血糖低于空腹血糖还常见于以下几种情况：

1、标本采集及某些干扰因素的影响。

逆、心律失常

17 日 ,云山骨伤科门诊部吕医生为前来问诊的市民讲解起有关颈椎病的知识 ,说颈椎相关病症多达 40 余种 ,约占各类慢性病的八成以上 ,因为由颈椎不健康所带来的严重后果复杂多样 ,几乎可以说从头到脚每一个角落出现的问题 ,很可能根源都在颈椎。

很多人出现了上面提到的一些症状 ,但是踏遍名医院 ,求遍各地名医 ,都说无病可治 ,根本查不出有什么毛病 ,最后被诊断为 神经官能症 。身体里没有真实的疾病却偏偏自认为有病的心理疾病 ,这样的人不在少数 ,很是冤枉。不少问题 ,往往在颈椎调整复位之后得到了明显的改善。

我们的生命之线 ,从这里开始 ,椎动脉以及脊髓就是颈椎里的生命之线。颈椎是它们的必经之路 ,而颈椎因为要满足我们身体灵活 的需求而不得不进化成为现在的 复杂地形 ,所以椎动脉和

脊髓在颈椎里险象环生地行走 ,颈椎里的任何一处出现不良状况 ,都会使这两条生命之线受到影响。吕医生的 科普 生动而形象。他还介绍了一套颈椎病的自我诊断方法：

1、反复出现 落枕 现象 ;2、平时肩胛骨内上角和内侧缘常有酸胀疼痛感 ;3、头晕、恶心、偏头痛 ;4、上肢放射性疼痛、麻木 ,手指麻木 ;5、当颈椎不适时出现心慌、胸闷。

当你有上述症状时 ,应首先考虑是否由颈椎错位引起的。如果是颈椎错位引起的 ,可以通过脊椎正骨法调整。脊椎正骨集脊诊学、解剖学、神经学、生物力学、生理学、X 光学、运动学为基础 ,通过手法将错位或者滑脱的椎体关节进行复位 ,同时它还具有保健的作用。



老中医
谈食疗

当归生姜羊肉汤

主料 :当归、生姜各 150 克 ,羊瘦肉 1000 克(或羊肉 500 克 ,黄芪、党参、当归各 25 克 ,生姜 5 片)。

制法 :当归、生姜以纱布包 ,羊瘦肉切小块 ,加大料、桂皮调味 ,用文火焖煮至肉烂熟 ,去布包、桂皮即成。或用羊肉切小块 ,黄芪、党参、当归(以布包) ,再加生姜 ,同放砂锅内加水适量 ,武火煮沸后改文火煨 2 小时 ,稍加盐调味食用。

月经不调、痛经、经期头痛、乳胀、经血衰少、子宫发育不良、胎动不安、习惯性流产、产后腹痛、血虚头晕、面色苍白、血枯经闭之人可用之。

由柳忠中西医结合诊所提供

影响。例如 ,标本放置时间过长或患者服用维生素 C 等 ,均会导致血糖检测结果偏低。

2、降糖药物的影响。例如 ,接受胰岛素强化治疗的患者 ,由于睡前中、长效胰岛素用量不足 ,或者用量过大 ,均可导致空腹血糖升高 ;三餐前短效(或超短效)胰岛素剂量过大 ,则可导致餐后血糖偏低。

3、肝病对糖代谢的影响。慢性肝病患者空腹血糖往往正常甚至偏低 ,进餐后 ,血糖迅速升高 ,30 分钟即可达峰值(>10.0 mmol/L) ,随后血糖开始下降 ,餐后 2~3 小时的血糖值可低于空腹血糖水平。这是由于肠道迅速吸收葡萄糖 ,而肝脏不能相应快速摄取葡萄糖 ,从而导致餐后血糖快速升高 ;2 小时后 ,由于反应性胰岛素分泌增加 ,肝外组织利用葡萄糖增多 ,致使餐后 2~3 小时血糖值低于空腹水平。

4、滋养性低血糖 ,主要见于某些胃切除术后的患者 ,由于其胃排空时间缩短 ,导致葡萄糖吸收过快 ,快速升高的血糖刺激胰岛素大量分泌 ,导致随后发生低血糖。典型患者可于进餐后半小时左右出现高血

糖 ,约 1.5~3 小时出现低血糖。低血糖严重者可再现癫痫发作、昏迷乃至死亡。

5、糖尿病前期或 2 型糖尿病早期伴发的反应性低血糖。此类患者空腹血糖正常或略高 ,原因可能与患者胰岛素分泌不足 ,导致餐后血糖轻度升高 ,高血糖刺激胰岛素延迟分泌增强而导致低血糖。一般认为这是 2 型糖尿病的早期表现。

6、特发性功能性低血糖。低血糖常发生于餐后 2~4 小时 ,症状一般较轻 ,每次发作持续时间较短(15~20 分钟) ,多可自行恢复或稍进食即可缓解。发作时血糖可以正常或低至 2.8 mmol/L ,但不会更低。患者通常无糖尿病家族史 ,血浆胰岛素水平、胰岛素释放指数均在正常范围 ,能够耐受 72 小时禁食。本病发病机制不明 ,可能与胰岛素敏感性增加、胰高血糖素反应减弱、植物神经功能紊乱等有关。

公益 心晴 支持热线
13588612320(739320)
每晚 6 00-9 30

小型农田水利项目县部分工程接受验收 已完成 2016 年总工程量的 90%

记者 章芳敏 通讯员 林舫

原先 ,这口山塘杂草丛生 ,形状也不好看。列为我市第八批小型农田水利项目县工程后 ,这口山塘面貌焕然一新 ,蓄水量也增大了。市水利水电勘测设计所设计的山塘整治方案 ,我们很满意。14 日 ,唐先镇夏杜曹村党支部书记曹建良在该村外枫塘项目验收现场对记者说。

据悉 ,外枫塘建成于上世纪六十年代。整治后 ,该山塘的总库容量达 1.5 万立方米 ,集雨面积 0.04 平方公里 ,灌溉面积 553 亩。值得一提的是 ,该山塘还将建立库塘联网 ,从三渡溪水库下游引水到山塘 ,而

山塘的水也可以流入村里的其他池塘。此外 ,高效节水工程(滴灌工程)也大大节约了农业用水 ,为灌区的葡萄种植户带来便利。

外枫塘整治工程自 2016 年 11 月开始施工 ,今年 7 月完工。验收现场 ,设计人员根据图纸对工程一一进行比对 ,镇村两级干部及施工单位、监理单位等都对工程进行了细致检验。

随后 ,验收人员又赶往后力坑村验收上大塘综合整治工程。

市水利水电勘测设计所所长胡志标介绍 ,我市于 2015 年 11 月列入浙江省第八批小型农田水利项目县 ,计划通过 2016 年至 2018 年三

年时间 ,完成实施 16 个镇(街、区)灌区改造 16 片 ,受益面积 1.9206 万亩 ,改造渠道 32.097 公里 ,山塘综合整治 74 座(72 座为万方以上 ,2 座为万方以下) ,改造泵站 10 座 ,改造堰坝 6 座 ,池塘整治 4 座 ,建设高效节水灌溉工程 1.222 万亩。估算总投资为 1.02 亿元 ,其中 2016 年投资 0.34 亿元。2016 年 ,城西新区、象珠、唐先、龙山、西溪首批 5 个镇、区标段开工 ,或实施山塘整治 ,或建设微喷滴灌、管道灌溉等高效节水项目 ,或对灌区渠道、泵站进行改造等。截至目前 ,城西新区、象珠镇、龙山镇以及唐先镇部分工程完成验收 ,已完成 2016 年总工程量的 90%。

13 日 ,古山镇孙宅村永康市金达康工贸有限公司、象珠镇新俞路浙江省永康市旺拓兴工贸有限公司、西城街道世纪广场永康雄耀饭店、东城街道高圳路池佳火锅店未按时报送流动人口信息分别被警方处以 100 元罚款。

市流动人口管理局温馨提示：根据《浙江省流动人口居住登记条例》,用人单位在录用或解聘流动人口员工时 ,应该在三天之内报送流动人口录用或离职的信息。

14 日 ,东城街道卫星路房东徐某慧未按时报送流动人口信息被警方处以 100 元罚款。

15 日 ,芝英镇街头村房东陈某新、东城街道河南二村房东王某君、经济开发区长城村房东林某湘未按时报送流动人口信息分别被警方处以 200 元、100 元和 200 元罚款。

市流动人口管理局温馨提示：根据《浙江省流动人口居住登记条例》,在房屋出租或承租时 ,房东应该在三天之内报送流动人口承租或离住信息。

流管
曝光台

招 聘

永康市农村水利管理站因工作需要 ,拟招聘工程建设管理人员 1 名 ,要求男性 ,为人正派 ,能吃苦耐劳 ,35 周岁以下 ,水利相关专业专业毕业或有水利工程建设经验。

报名截止时间 2017 年 9 月 20 日
电话 :87236591 13967451304
市府网 :691304(王主任)
报名地址 :永康市龙川中路 370 号二楼

永康市农村水利管理站
2017 年 9 月 15 日