

脊柱是人体的第二条生命线

80%以上慢性疾病都与脊椎错位、脊神经被压迫有关

通讯员 童洁梅

脊柱 是人体的第二条生命线,在人体当中占据着非常重要的地位,如果脊柱遇到了问题,会对人体的健康造成很大的影响。近日碰到云山骨伤科门诊部的吕锋医生,他讲得最多的就是脊柱问题。他说大量临床科学研究证实,80%以上慢性疾病都与脊椎错位、脊神经被压迫有关。但是得了疾病的人,几乎没人去找过疾病的真正原因——脊椎错位。

人体的神经系统中,中枢神经包括脑和脊髓,周围神经系统包括脑和脊髓,周围神经系统包括12对脑神经及31对脊神经。如果脊柱得病(错位),不但压迫脊柱的31对脊神经根,引起颈肩背腰腿痛、四肢麻木,还会影响到内脏神经传导障碍,从而引发内脏疾病。医生称之为脊柱相关疾病。

去医院拍完颈椎、腰椎的X光片以后,就会看到专业报告上写着C3、C4或是L4、L5如何的表述,那咱们就从此入手,来了解一下字面意思的背后到底对人的健康有哪些影响呢?脊柱错位与疾病有何关系呢?

第一颈椎C1:对应的身体部位和区域 头部血液供应、脑垂体、头皮、大脑、脸部骨骼、内耳及中耳、交

感神经系统。可能产生的症状:头痛、眩晕、眼花、高血压、失眠、偏头痛、头部发冷、面瘫、健忘。

第二颈椎C2:对应的身体部位和区域 双耳、视神经、听觉神经、额窦、乳突、舌、前额。可能产生的症状:眩晕、耳鸣、视力下降、耳聋、失眠、偏头痛、胸闷、高血压、心动过速。

第三颈椎C3:对应的身体部位和区域 脸颊、外耳、面部骨骼、牙、三叉神经。可能产生的疾病:三叉神经痛、胸闷、颈痛、神经炎、咽喉异物感、牙痛、甲亢、湿疹。

第一胸椎T1:对应的身体部位和区域 前臂、包括手、腕及手指、食管、气管。可能产生的疾病:哮喘、咳嗽、呼吸困难、呼吸急促、手及前臂疼痛、上臂后侧痛、左上胸痛、心慌、心悸。

第二胸椎T2:对应的身体部位和区域 心、包括瓣膜及心包、冠状动脉。可能产生的疾病:心脏和胸部疾病、气喘咳嗽、心悸。

第三胸椎T3:对应的身体部位和区域 肺、大肠、支气管、乳房。可能产生的疾病:支气管炎、肺炎、流感、心悸、肩痛。

第一腰椎L1:对应的身体部位和区域 大肠、腹股沟环。可能产生的疾病:便秘、结肠炎、腹泻、肾脏

去痛、排尿异常。

第二腰椎L2:对应的身体部位和区域 阑尾、腹部、大肠、大腿。可能产生的疾病:痛经、呼吸困难、静脉曲张、胃脘痛、腹痛、糖尿病、内分泌失调。

第三腰椎L3:对应的身体部位和区域 男女性器官、子宫、膀胱、附件、输精管。可能产生的疾病:排尿困难、月经紊乱、性功能障碍、膝关节痛、两侧腰痛、腹痛。

骶椎:对应的身体部位和区域 股骨、臀部。可能产生的疾病:骶关节痛、脊柱侧弯。

尾椎:对应的身体部位和区域 直肠、肛门。可能产生的疾病:痔疮、瘙痒症、坐下时脊柱疼痛、肛裂。

看了上面关于颈椎、胸椎和腰椎的简单概述和相关可能引发疾病的对应关系,大家对把脊柱称之为人的第二条生命线的说法就可以理解了。如果自己身体遇到不适应症状时,也可以把思路引导到脊柱上来进行排查。

谈骨论筋

本栏目由云山骨伤科门诊部协办

中美儿童健康博览会在妇保院举行 提供高层次国际交流平台,更好地为儿童健康服务

通讯员 张运

4日,中美儿童健康博览会 在市妇保院隆重举行,受到广大家长和孩子们的一致点赞。大家在欢声笑语中收获一场寓教于乐的国际儿童健康盛宴。

中美儿童健康博览会 正逐渐成为妇保院积极融入国际合作交流、不断提升医院的国际声誉和影响力的重要平台。

本次博览会,是妇保院第四届在浙大附儿院大力支持下牵手美国罗马琳达大学所精心策划的一次国际化特色活动,为医院营造了常态化国际交流的良好氛围。通过活动,在增进彼此情谊的同时,拓宽了妇保院青年医生以及我市家长与儿童的国际化视野。四年如一的坚持,是一种情怀,更是妇保院用爱心倾情奉献社会,为了儿童健康成长保驾护航最有温度的服务体现。

博览会上,来自美国罗马琳达大学的师生团队精心地为孩子们策划了一场特别的游园活动。阳光帅气的外形、幽默开放的风格、生动有趣的引导,有效地调动了孩子们沟通



与交流的积极性。各种充满青春活力的健身操、障碍运球等游戏,让孩子们在互动中明白了健康概念。真是开拓了眼界,干货满满啊!家长和孩子们不由发出这样的感慨。

罗马琳达大学师生团队开展的精彩纷呈的健康知识讲座,通过形式新颖、富有创意的情景演绎,向大家讲解了儿童健康安全知识和团队合作和全人照顾理念。讲座引人入胜,气氛热烈。

市妇保院党委书记、院长朱东波说:中美儿童健康博览会是关注儿

童健康的重要举措,也是加强中美学术交流合作的重要平台。中美交流的最终目的,是更好地为儿童健康服务,不仅为大家提供了一个高层次的国际交流平台,同时对促进儿童健康事业发展产生积极的推动作用。

新时代、新起点、新征程,市妇保院将继续聚焦儿童健康事业,致力于不断丰富和升华医院文化内涵,用爱的语言鼓舞孩子,用爱的力量呵护孩子,紧跟新时代的步伐,助力我市儿童拥有更加五彩缤纷、幸福快乐的童年。

卫生监督所多举措助力卫生镇创建

通讯员 董丽婷 记者 章芳敏

今年,我市共有八个镇参加卫生镇创建。近段时间,市卫生监督所积极组织骨干力量开展创卫镇公共场所卫生监督指导工作,助力卫生镇创建。

卫生监督员在检查指导工作中,坚持做到主动沟通、主动服务、主动回访。卫生监督员对我市各创卫镇四小行业公共场所进行摸底调查,对未达到创卫标准的经营场所进行

规范管理,听取经营者意见,了解其存在的实际困难,用主动沟通的态度进一步拉近与业主的距离。同时,卫生监督所制定了各类公共场所《卫生制度》、公共场所信息公示牌、卫生管理台账、消毒记录本、禁烟标识等,主动上门免费发放给各经营单位,做到卫生管理规范统一。

此外,对检查中发现的经营单位未取得卫生许可证、未张贴警示标识标签、消毒不规范、台账登记不完整

以及卫生条件不完善等情况,卫生监督员均下达责令整改通知书,并多次回访确保整改工作落实到位。通过多次检查指导,涉及四小行业公共场所的卫生监督创卫指标有了明显改善。



地黄杞子炖甲鱼

主料:熟地黄、枸杞子各30克,甲鱼一只,盐、味精、姜、葱、胡椒粉各适量。

制法:先将甲鱼宰杀后放入沸水中烫一下,去肠脏洗净,姜切段;然后将全部用料放入炖盅内,加水适量,炖盅加盖,文火隔水炖2小时,调入盐、味精、胡椒粉即成。

腰膝酸软、头晕目眩、耳鸣耳聩、盗汗、遗精、潮热心烦、口燥咽干之人可用之。

由柳忠中西医结合诊所提供

市民健康学校15日晚继续开课 主讲冬病夏治 及三伏天保健 相关知识

通讯员 陈梦菲

15日晚7时,市市民健康学校继续开课,主讲人是市中医院针推科主任陈静,讲座内容是冬病夏治及三伏天保健方面相关知识。

陈静于1994年从浙江中医药大学毕业后一直在市中医院针灸科工作,是后备学科带头人,具有丰富的临床经验和教学科研水平。在各级专业杂志上发表论文多篇,其代表论文及科研成果有《牵正散配合分期针刺治疗面瘫的临床研究》《分期针刺治疗周围性面瘫60例》《针刺治疗2型糖尿病27例》等。2014年,陈静还担任了金华优势病种课题《分期针刺治疗面瘫的临床研究》的负责人。2017年,又负责金华市医药科技局的《隔药饼灸神阙穴治疗后白白细胞减少症临床观察》。2014年9月,市中医院成为浙江基层中医药适宜技术示范基地联合单位,其所在科室承担了主要的推广培训工作,多次为乡镇基层单位医师提供培训。

市市民健康学校由政府出资创办,致力宣传科学、快捷、准确、权威、实用的健康知识,立志打造最快速、最本土、最实用的健康平台,让市民朋友多了解和掌握正确的健身养生知识,尽量让市民在健身养生、看病就诊过程中少走弯路、少花冤枉钱,为广大大市民朋友健康导航。讲课地址:永康市紫薇中路138号图书馆底楼,欢迎市民朋友参加。

为了更好地开展讲座,市市民健康学校招聘营养师、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(地方不限),特别是永康在外工作的医疗保健专家到学校讲座,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:13967912366。

