

长年伏案工作 颈椎患病多年

女子练瑜伽做仰头拉伸致高位截瘫

本报讯(记者伍伟 通讯员马遥)45岁的孟女士从来没想到,自己在练习瑜伽时做了个仰头拉伸的动作后就动弹不得,竟高位截瘫。目前,孟女士恢复情况良好,双手能够轻微活动,下肢能否恢复活动还需要进一步治疗观察。

孟女士长期从事伏案工作,有近十年的颈椎病一直没有治疗。上周六下午,孟女士在家对着电视练习瑜伽,这次学的是

个新动作,她做了一个仰头拉伸的动作后突然全身没了力气,整个人不受控制地瘫倒在地上,手脚也动不了了,孟女士惊恐万分地大声呼喊,丈夫急忙把她抬到床上。观察了1个多小时后情况仍然没有好转,丈夫连忙将她送到武汉市中心医院后湖院区。

在骨外科,接诊的医生检查后发现孟女士颈椎有损伤,马上给她戴上颈托,保

护颈椎。随后的磁共振检查结果显示,孟女士颈部脊髓损伤,颈椎关节脱位,诊断为高位截瘫。昨天上午,骨外科张衣北副主任医师为孟女士进行了颈部椎管减压术和内固定术。

骨外科张卫国主任医师介绍,从检查结果中发现孟女士的颈椎钙化严重,颈椎间盘突出,有很严重的颈椎病,颈椎比正常的要脆弱很多,练瑜伽时仰头的动作相

当于对脆弱的颈椎施加一个骤然的外力,导致了严重后果。

张主任提醒,有颈椎病的人练习瑜伽时一定要慎重,在瑜伽体式中的犁式、犁式的各种变体,肩倒立、肩倒立的各变体,头倒立、头倒立的各变体的练习中,平常只需要承受头部很轻的体重的颈部,却要承受全身的重量,至少是正常情况下的十几倍,极易造成损害。

首届全国互联网+大学生创业节在汉落幕 上万个创业项目盼投资者

本报讯(记者王震)前天下午,历时1个月的全国首届互联网+大学生创业节在汉落幕,该活动吸引了千所高校、5000名企业家参与,共征集到大学生创业项目1万多个,其中1000余个进入投资对接阶段。

湖北省高校就业服务中心相关负责人表示,目前,我国正处于经济转型期,

创新驱动已逐渐成为新的发展引擎,大力推动大学生创新创业已取得普遍共识。不过,高校大学生创新创业普遍存在一些问题,比如,大学生如何精准创业?如何降低大学生创业的失败风险?项目如何和企业急需解决的问题相结合等。创业节的举办,正好搭建起了交流的平

台,让创业者、投资人和企业有限沟通,将大学生的“虚创业”变成了“实创业”。

组委会介绍,创业节将紧跟“一带一路”,启动国际大学生创就业大赛。呼吁社会爱心公益投资机构、天使投资人、企事业单位、高校、导师积极加入“中国互联网+大学生创业节”平台,找项目,促“双创”。

哮喘不只是气促干咳 大爷胸闷1个月 原是变异性哮喘

对于哮喘的认识,不少人还停留在电影、电视剧里那些“气促、呼吸困难”的表现上。其实,这都是哮喘急性发作典型表现,有些只咳不喘、干咳不断,甚至不咳只是胸闷不适的人,也可能患有哮喘。68岁的朱爹爹买菜回家后开始胸闷,1个月后来看病查出哮喘。

朱爹爹是个老烟枪,一直坚持锻炼身体还不错。1个月前的一个雨天,他和往常一样买完菜回家后,就觉得呼吸有点不顺畅,后来,胸口常常像被块石头压住,有时还心慌,他连忙到擅长解决呼吸系统疾病的楚天医院检查。该院专家刘新发现,朱爹爹胸闷常在夜间或清晨发作,不伴有咳嗽、咳痰,胸片、心电图检查也都正常,就建议他做肺功能检查,最后确诊为胸闷变异性哮喘,给以相应治疗后,朱爹爹胸口很快“松了绑”,呼吸自由而顺畅。

刘新介绍,朱爹爹这种哮喘,不喘不咳也没有呼吸困难,惟一的症状就是频繁胸闷,容易被人忽视,如果出现胸闷在夜间或清晨发作,因情绪激动或紧张等诱发;有哮喘家族史或过敏史;有密切接触烟草等职业暴露史;胸闷症状可自行缓解,要高度怀疑胸闷变异性哮喘,及时进行规范化治疗。

安禾

咳喘
咨询热线
027-85775895

垒球进校园

前天,2017年世界垒球日湖北分场活动在光谷二小举行,现场以“快乐垒球,智慧人生”为主题,将垒球运动文化带进校园,希望同学们通过接触垒球运动带来更多的快乐。全国开展垒球教育的学校已经达到千余所。图为活动现场同学们表演垒球操。

记者周迪 摄



治疗分为4个阶段 不痛不治要不得

“老痛风”长期忽视当心毁掉肾

“千万不能忽视看似不起眼但实际对身体损伤更大的症状”,湖北省痛风重点专科院长、痛风专家邢飞虹教授近日提醒:不痛就不治疗这是痛风治疗的大忌!

“我也没想到痛风后果这么严重,连肾都出问题了!”来湖北省痛风重点专科医院就诊的老爹爹感叹到。他患痛风已有7年,疼了就吃点药,不疼就不治。近来爹爹浑身疼痛,查出痛风性肾病,在朋友

的推荐下慕名来该院治疗。

邢教授介绍,痛风性肾病是尿酸血症所导致的肾损害。她说,痛风治疗一般分4个阶段:无症状尿酸血症、痛风急性发作期、间歇期和慢性期、痛风石的治疗。邢教授指出,疼痛的时候,要缓解症状;不痛的时候,还要治疗尿酸血症及其伴发症。她强调,一旦被痛风“缠”上,切不可不当回事。目前医院采用的是特色中药内服

外治,补肾排尿酸,调节嘌呤代谢等,一人一方辩证施治。该疗法还可对风湿、强直性脊柱炎、红斑狼疮等进行治疗。

本月该院痛风“病友会”将继续免费征集入会会员,登记治疗后普通会员和高级会员均可享受相应的权利与优惠。如果您患有痛风、红斑狼疮、强直性脊柱炎等疾病,可拨打导医热线18602733201报名。

顺帆

百步健老人鞋感恩回馈来电**领**以旧换新**免费换**

上海百步健公司联合香港国际公司,凭借着超强的科技实力,致力于为老人提供安全舒适健康养生的老人鞋。百步健独有的“人体工学鞋底”,完全贴合足弓的足部力学设计,可以避免老人摔倒等出行安全隐患。穴位按摩磁石的应用更是汲取了中医足疗精髓,能充分刺激足部穴位,对足底进行按摩,促进经脉气血运行,加快人体血液循环,消除疲劳。百步健老人鞋是率先将人体工程、足部力学、中医养生完美结合在一起的老人功能鞋。

倾情代言百步健老人鞋

一上脚,特暖和,超轻便

百步健老人鞋一穿上脚,就感到贴脚合脚,不挤不夹,5个脚趾都能自由活动;超轻便,就像没穿鞋,走起路来再也不用拖着走。

踩一踩,有弹性,会按摩

穿上百步健老人鞋踩在地上,就像踩着弹簧,起步省力,走路轻便;蜂巢设计的减震鞋垫弹性十足。足心的3颗磁石就像一双小手在做足底按摩一样,走起来一点也不觉得累。

穿一穿,脚感好,特舒适

百步健老人鞋穿在脚上,犹如一双棉袜包裹着双脚,柔软舒适,脚感非常好。不挤脚不磨脚,走起路来轻松自在。

走一走,超防滑,走得稳

穿上百步健老人鞋出门散步锻炼,无论什么天气,脚底下感到非常抓劲,每走一步都稳稳很踏实,让人放心。



深灰色

枣红色

咖啡色



为答谢全国老年朋友的支持与厚爱,弘扬中华民族的传统孝道文化,让更多的老年朋友穿上轻便防滑、舒适健康的百步健老人鞋,经上海百步健公司研究决定,在湖北举行10000双百步健老人鞋免费感恩活动(仅收少量物流仓储费),回报消费者,回报社会。

为感谢湖北穿过百步健老人鞋的朋友对百步健公司的支持与关爱,经上海百步健公司研究决定,凡之前买过百步健老人鞋的朋友凭旧鞋收据及所有能证明穿过百步健的凭证都可以免费再换一双新鞋子穿。

申领报名电话
4006-307-908