

医疗美容行业新闻监督
热线 0851-85870512

**遭遇违规医疗
请与本报联系**

就医时发现自身权益受到损害,想投诉不知道渠道?看这里!贵阳晚报“医疗美容行业新闻监督热线”开通。

如果您在生活中遇到违规医疗,请告诉贵阳晚报,我们将和医疗主管部门一起来维护您的合法权益!
新闻监督热线:0851-85870512。

随着“医疗美容行业新闻监督热线”的开通,《贵阳晚报》将一如既往地担起媒体的监督作用。

同时,本报长期向广大读者征集线索,联系相关职能部门,剑指医疗服务领域中的违规行为;我们将依托全媒体力量,让陷阱曝光现形,让违规医疗行为无处躲藏。

手指麻痛 1个月 原来得了鼠标手

医生:长时间进行手部工作,要学会时时放松双手,多做手部伸展、握拳和按摩

“医生,我的几根手指快麻木1个月了,不能打球,拿筷子都困难,会不会是关节炎?”65岁的李大爷找到杭州市红十字会医院骨科主任费骏愁容满面地诉苦。

原来,李大爷自从退休就爱上了打乒乓球。在球技突飞猛进的同时,他总觉得外面买的球拍不够有“腔调”,于是重拾了年轻时学过的木工手艺,开始自制球拍。由于做工精致,他的名气渐渐在圈里传开,球友们有时也会请他帮忙做上几副,李大爷也乐于帮助。

上个月,他接了好几个“活儿”,右手拇指、食指及中指开始出现疼痛麻木的情况,有时半夜里甚至会“麻醒”,贴膏药、吃止痛药始终没有得到有效的缓解,反反复复的疼痛麻木,扰得李大爷打不上乒乓球,心里很难受。

经过详细的查体及肌电图等检查,费骏下了诊断书:“腕管综合征”。

及时做了微创手术治疗后,李大爷的症状明显缓解,他高兴地说:“过不了多久,我又可以回去打球了!”

什么是腕管综合征?

腕管综合征也就是最近几年大家都知道的“鼠标手”。患者腕部因为长期过度用力而导致正中神经在腕管内受到慢性压迫、损伤,最后引起三个半指酸痛、麻木的症状。

什么人容易得腕管综合征?

木工、厨工等职业,由于腕管内压力反复出现急剧变化,所以比较容易患上腕管综合征。一般女性患此病的概率要高于男性,因为女性手腕通常比男性小,腕部正中神经容易受到压迫。

费骏指出,李大爷主要是因为自制乒乓球拍的过程中,反复使用电锯、电钻等,增加了腕部受力从而导致正中神经受到了压迫损伤。现在大家过度使用手机和电脑,年轻患者也在不断增加。



疾病解析

如何避免患“腕管综合征”?

养成良好的坐姿习惯;尽可能保持手和手腕舒适的姿势;使用鼠标时手臂不要悬空,以减轻手腕的压力,移动鼠标时不要用腕力而尽量靠臂力做,以减少手腕受力;注意劳逸结合。

对于需要长时间进行手部工作的人来说,要学会时时放松自己的双手,每隔一小时左右可以做一做手部的伸展、握拳、按摩手腕等,短短几分钟,就可以有效缓解手腕的疲劳。

费骏提醒,部分患者的腕管综合征经过休息能够自行痊愈,麻木、疼痛症状一般通过保守治疗也能很快消除症状。但如果疼痛、麻木反复持续不能缓解,特别是出现夜间麻醒的情况,就可能需要采用手术治疗,一定要及时就诊,避免耽误病情,造成不良后果。

另外,手指麻木的病因多种多样,除了腕管综合征外,神经根型颈椎病、周围神经炎、糖尿病性末梢神经炎、风湿性关节炎及类风湿关节炎、甲状腺功能减退、痛风等疾病也会引起手指麻木的症状。当出现手指感觉异常、手部无力、肌肉萎缩等症状时,应及时就诊,明确病因、精准施治,避免疾病发展。

何丽娜

预防控制 艾滋病 专栏 2020第6期

贵阳市防治艾滋病工作委员会办公室
贵阳市疾病预防控制中心
贵阳市性病艾滋病防治协会 合办
贵阳晚报“健康森林”栏目

为期三天,70人参加学习

市疾控中心举办 艾滋病咨询干预 及随访培训班

为推动贵阳市艾滋病性病防治工作深入开展,9月15日上午,贵阳市疾病预防控制中心举办“贵阳市2020年艾滋病咨询干预及随访培训班”,即日起至17日,为期三天。

据了解,参加本次培训会的学员共70人,分别来自贵阳市各区(市、县)疾病预防控制中心和社区卫生服务中心,主要负责各区(市、县)艾防、转介、随访工作。

当日的培训会上,学员了解了贵阳市艾滋病网络直报情况、艾滋病数据质量评估、艾滋病病例随访转介治疗、贵阳市艾滋病抗病毒治疗近况等内容。在接下来的培训中,专业老师还会系统对社会组织参与艾滋病防治工作进展、艾滋病筛查实验室工作及职业暴露等进行讲解。

对于培训的收获,息烽县鹿窝镇卫生院公共卫生科负责人吴涛说,“以前对于艾滋病的治疗环节以及相关影响不是很了解,此次培训对基层工作人员来说,能了解艾滋病更好的治疗方法,更有利于我们更好地做好艾滋病的防治工作。”

据悉,本次培训会针对各区市县级在艾滋病咨询、干预及随访管理、艾防系统应用等方面存在的问题进行了梳理,可推进扩大监测工作,确保转介成功率、治疗依从性,有效遏制病例丢失,提高疾控艾防工作人员的专业素养,为艾滋病随访管理工作打下基础。

贵阳日报融媒体实习记者 李黎明

酒量大小与脸色无关

南方医科大学南方医院消化科主任 刘思德

民间有说法称,“喝酒脸红的人,酒伤肝,喝酒脸白的人,酒不伤肝”,让一些人更加肆无忌惮地饮酒。其实,酒后脸红和脸白都表明肝脏对酒精的代谢受阻,都应停止过量饮酒。

任何食物摄入人体后都要进行消化代谢,酒类饮品中含有酒精(乙醇),饮酒后经消化系统吸收,

绝大部分经由肝脏的两种脱氢酶进行代谢。其中,乙醇脱氢酶负责将乙醇氧化为乙醛;乙醛脱氢酶则将乙醛氧化成对人体无害的乙酸。喝酒脸红者乙醛脱氢酶活性不足,造成血液中乙醛浓度升高,引起毛细血管扩张,导致脸红、心跳加快、恶心等醉酒症状。而喝酒脸白者,是由于这两种酶的活性都较低,酒

精经胃肠道吸收后,在血液中聚集,引起毛细血管收缩,进而出现脸色发白、四肢冰凉等表现。此时若依然大量饮酒,会给肝脏和心脏带来负担,可引起昏迷甚至急性酒精中毒。

此外,还有少数人会在饮酒后面色发青,出现面部或全身皮肤潮红、搏动性头痛、呼吸困难、恶心、

呕吐、低血压、晕厥等症状,这种疾病在医学上被称作“乙醛综合征”,是由于血乙醛水平升高所致,这类人应戒酒,注意保肝。

饮酒时脸色的变化与饮酒者对酒精的耐受程度与代谢能力无关,酒后脸色无变化的人也不等于酒量大、不伤肝,切不可“看脸色喝酒”。



讲文明 树新风



核心价值 我知行 [文明实践我共进]

富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

中共贵阳市委宣传部
贵阳市精神文明办