

腰腿肩颈酸痛或因脊椎错位 正骨复位后症状也将消失

通讯员 童洁梅

当你有头、颈、肩、胸、腰、腿的酸、麻、胀、痛时,表明你的脊椎已经出现问题了,多数情况下,只要你将错位的脊椎正位,症状也将消失。

如果每一节脊椎骨都处于正常的位置,那么整个脊椎呈现出两个向前的弯曲(颈曲和腰曲)、两个向后的弯曲(胸曲和骶曲)。当脊椎的弯曲度是良好的,该弯的地方弯了,该直的地方都直了,人就不容易生病;如果脊椎的生理弯曲改变,身体则往往陷入亚健康或是慢性病的困扰。

人体的31对神经分别从脊椎的椎间孔穿出并贯穿全身,调节支配着人体的正常生理活动。当骨盆、脊椎错位后,本来间隙就很小的椎间孔,首先变形,周围肌肉、韧带张力发生改变,脊椎的三维运动(前屈、后仰、

侧屈)发生故障,进一步压迫血管、神经、阻塞经络,引起一系列的感觉运动障碍和脏腑生理机能改变,造成内分泌机能紊乱,导致多种疾病发生。早期的头痛、头晕、视力下降、颈部僵硬、多梦、失眠、口渴、心烦、耳鸣、耳聋、胸闷、气短、肩胛酸痛、腰膝酸软、全身乏力、反应迟缓、腹部胀满、小便困难、便秘、腹泻、肥胖、消瘦、男性阳痿、女性月经紊乱、经络进一步堵塞,病情进一步加重,生理机能逐渐下降,加速了人体的衰老进程。同样,当某一个器官不健康时,也可以从脊椎骨上找到其异常之处,且直接通过养护脊椎拔除病根。

错位,就是骨头位置不正。骨与骨之间只要有轻微的错移、不正,就会引起周围正常软组织紧张、紊乱,相应的肢体就会出现痛、麻、冷等不适症状。

正骨复位就是用手法对骨头的错位微调,以达到筋、腱、骨、肉之间的平衡,从而解除、减缓其紧张和疼痛。正骨需要非专业的医生施治。

我们的头、颈、肩膀,如同四肢一样,它们与脊椎这根主干是不能分开整体的。严格来说,头部甚至可以认为是脊椎的延伸,因为头和脊椎我们还是胚胎那么小的时候就已经连为一体、共同生长了。所以脊椎的姿势会直接影响头部,而头部的活动也直接影响脊椎,影响全身功能。连接头与脊椎的是我们的颈部,如果您姿势不当,例如习惯头部向前倾、下巴过分内缩、肩膀耸起等,都会造成颈部肌肉紧张与僵硬,长此以往不但肩膀会感到疼痛、麻木,整个背部甚至都会感到不适,乃至全身健康水平下降。

那么骨盆呢?骨盆牵制着脊椎基底,影响它的自然曲度,如果骨盆过于往后、过于往前或者两边骨盆一高一低,都会导致长短腿现象的发生,进而使脊椎侧弯、脊髓受到压迫,最终使得与脊神经相连的脏器功能下降。

谈骨论筋

本栏目由云山骨伤科门诊部协办

解放小学举办法制讲座

通讯员 吕佳

没有规矩,不成方圆。为进一步增强教师的法律意识,创建和谐校园,2日,解放小学邀请到法律顾问陈志毅律师为全校教师作法制教育宣讲。

陈志毅围绕“教师责任的法律边界”这一主题,以生动的案例进行现

实说法,或以案释法,深入浅出地讲解了教师应了解的各种法律法规,并就如何处理学生伤害事故等方面提出建议,为老师们带来了一场针对性较强的普法课。

据悉,解放小学在推进素质教育的同时,高度重视教师的思想道德建设,扎实开展各类法制教育活动。

永康籍眼科名医回乡坐诊

记者 陈慧

没想到上海名医卢奕是永康人,而且假期还会回来坐诊。5日,市民池女士到永康眼科医院检查时,意外听闻“大咖”降临该院。

卢奕是复旦大学眼科学研究院院长、博士生导师,也是一名享誉国内外的眼科医生。5日到6日正值清明假期,他利用返乡便利坐诊眼科医院。这则消息通过朋友圈传播,并吸引一众患者慕名前来。记者采访得

知,患者中有的的是眼科医院的“忠实粉丝”,有的专程从缙云、武义等地赶来,还有的甚至“拖家带口”而来。

永康眼科医院院长王晓鹏告诉记者,对患者而言,名医“下沉”让他们在家门口就能享受优质的医疗服务。对医院而言,卢医生此次前来“传帮带”,有利于补齐我市眼科在人工晶体应用和复杂白内障手术方面的短板,确保我市能够尽快在这一领域跃上新的一个台阶。

旗袍秀,一场美丽的邂逅

通讯员 陈菲

7日晚,冰清玉洁旗袍团队周年庆典在哈罗农庄拉开帷幕。登台表演的有冰清玉洁优秀的团队组合,有小学生,也有即兴发挥的耄耋老者,更有阿哥阿妹组合、大妈阿姨组队等。来自经济开发区的栋隄团队带来了妙趣横生的《蚌鲤戏龟》,西溪镇上塘头村妇联也组队演出了《太极功夫扇》。歌舞、走秀轮番上阵,别有一番雅俗共赏的文艺气息。

近年来,我市城乡一支支文艺宣传队有如雨后春笋,大大丰富了各地精神文化生活。冰清玉洁旗袍团队也由此而生,让美丽在虎踞峡景区、绿地生态园举办的一些大型活动中精彩绽放,为丽州大地平添几分靓丽色彩。她们弘扬民族文化,倡导健康生活理念,用行动告诉大家:人人都可以活得优雅而精彩。

下图为冰清玉洁团队表演的《春光美》。



老中医柳忠谈食疗

田七蒸鸡

主料:田七20克,母鸡1只,料酒、盐、味精、葱、姜各适量。

制法:先将鸡宰杀后褪毛剖腹去内脏洗净,剁成长方块装入盆中;一半田七磨粉,另一半上蒸笼蒸软切片,然后放入鸡盆中,姜、葱放在鸡上,再注水适量,加入料酒、盐,上蒸笼约2小时,出笼后将葱姜拣去不用,调入味精,再把田七粉撒入盆中拌匀即成。

咯血、崩漏、外伤出血、跌打损伤、胸闷刺痛之人可用之。

由柳忠中西医结合诊所提供

永康六中招聘

女生活指导若干名,55周岁及以下,要求身体健康,初中文化及以上,责任心强,善与高中生沟通,具有一定的处理学生矛盾和应急能力。

联系电话 13588602668

582308 吕老师

学校地址 东城街道学院南路16号

2018年永康市医疗卫生单位 招聘正式在编人员公告

根据永康市医疗卫生事业发展的需求,现公开择优招聘正式在编2018年医学卫生类专业技术人员107名,报名时间:2018年4月19日-4月20日(上午8:30-11:00,下午14:00-17:00)两天,报名地点:永康市卫计局四楼会议室。

具体招聘有关事项请关注健康永康微信公众号或登录永康人才网(<http://www.zjykr.com>)查看。

联系电话:0579-87101401

附:招聘岗位及计划

招聘岗位	招聘计划	资格条件	备注
临床医学一	15	本科或具有执业医师资格	
临床医学二	13	专科	
麻醉学	1	本科	
康复医学	3	专科	
预防医学	3	专科	
护理学	42	中专	
助产学	4	中专	
医学检验	5	专科	
卫生检验	1	本科	
病理	1	本科	
针灸推拿	3	专科	
药学	7	中专	
中医学	4	专科	含中西医结合
医学影像学	3	本科	限诊断专业
医学影像技术	2	专科	
总计	107		

微信扫一扫 永康市卫计局

永康市人力资源和社会保障局
永康市卫生和计划生育局
2018年4月8日