

# 孩子总是弯腰驼背? 可能是脊柱侧弯



▲脊柱侧弯示意图

少年儿童是祖国的明天,是人类的未来,然而,有一种病症给越来越多的少年儿童带来烦恼,它的表现是:孩子经常弯腰驼背,走路姿势怪异,肩膀一高一低,看着脖子也有些歪。如果你的孩子也出现上述症状,那么家长需要注意了,孩子可能是脊柱侧弯。

两个月前,17岁的小吴来到了株洲市二医院康复医学科就诊,由康复科汤伟主任接诊。小吴父母说,孩子从小总是坐不正也站不直,弯腰驼背。在给小吴进行了详细的姿态评估后,汤主任发现,孩子可能存在脊柱侧弯,建议拍片。随后,检查结果显示:脊柱胸腰段明显向右右侧弯。

康复科治疗师刘桂先主持了综合讨论,为小吴量身定制了一套完整的治疗方案:首先对其施以推拿手法,调节筋骨平衡,然后进行运动疗法及姿势矫正训练。同时,对小吴本人及父母进行康复宣教,要求父母对小吴的日常姿势进行督促指导,以期达到最快最佳治疗效果。

最终,经过近2个月的传统与现代康复手

法相结合的系统治疗,小吴的姿态得到了很大的改善。

脊柱侧弯不痛不痒,家长们如何在早期发现孩子存在的问题呢?市二医院康复科提供了两种简单方法,第一种是亚当测试快速筛查法:双腿伸直,上身前屈,头与双臂自然下垂,观察其背部与腰部隆起与凹陷状况。另一个早期简易筛查方法是,看小孩握笔姿势,存在脊柱侧弯的小孩,一般握笔时,手会靠近笔尖的位置。

现阶段,特发性脊柱侧弯的发生原因在医学上仍没有明确答案。因此,对这种疾病也无法预防。而这种病症一旦发生就会给患者带来重大危害,轻则影响体形,重则影响运动乃至内脏器官的发育。一旦侧弯角度变大,影响心肺功能,有的甚至威胁生命,就只能考虑实施手术治疗。汤伟主任提醒,家长应多关注青少年,特别是女性青少年的体形变化、生长发育越快的年龄段越要引起注意。

(文/图 通讯员 易珊珊)

## 寻找被心衰困扰的您 恺德心衰中心助您改善“心”疾

心力衰竭是一种常见的心血管疾病,我国至少有1000万心衰患者。很多患者内心紧张,不敢独自出门,生活质量受到严重影响。基于此,在株洲恺德心血管病医院心衰中心顺利通过中国心衰中心认证一周年之际,面向大众开展“心衰改善行动”。

株洲恺德心血管病医院心衰中心负责人任承潜指出,“心衰是所有心脏病的终末阶段。对于心衰患者而言,最重要的是在心衰中心接受规范化治疗,通过遵循医嘱服药、学会自我管理,坚持定期随访等方式,能达到治愈或改善心衰的目的。因此,我们将从9月1日—10月31日开展为期2个月的‘心衰改善行动’”。

“心衰改善行动”是株洲恺德心血管病医院心衰中心联合国家重点研发计划“脉络学说导引理论指导系统干预心血管事件链研究”子课题“芪苈强心胶囊对慢性心衰复合终点事件的评估研究”项目组共同开展。只要有慢性心衰病史或临床发现心衰症状的市民,都可以报名参与本次活动。入选该行动的市民可免费享受以下有助于改善心衰的措施:1、免费享受心衰相关检查;2、免费建立心衰患者长期健康管理档案;3、免费制定规范的心衰综合治疗方案和随访计划;4、符合入选条件的患者可免费服用治疗心衰的药物—芪苈强心胶囊;5、免费参加心衰患者俱乐部的所有活动;6、心衰门诊就诊挂号费。

如您有意愿参与此活动或者了解更多的相关信息,请联系心衰中心(0731-28263456)任承潜主任(13574253939)。

(通讯员 黎婕妤)

## 吾家有女初长成,青春期功血要重视

少女第一次来月经称为初潮。初潮是女孩生殖系统开始走向成熟的标志。当青春少女遭遇月经失调,很多新手妈妈会困惑。本期,市妇幼保健院妇科主任张伶俐带领广大家长,了解青春功血。

### 什么叫青春期功血?

当初潮来临,这就意味着孩子进入青春期。由于身体的各个功能是在成长中不断修复完善的,而对于刚刚进入青春期的孩子来说,在月经刚来的1至2年里,孩子的激素分泌

功能发育还不够好,在排除身体其他疾病的情况下,由于这种功能失常导致的子宫异常出血,就叫青春功血。青春功血,简称青春功血。

### 青春期功血有哪些表现?

每次月经来的间隔不一;有时,孩子一个月来了两次月经。有时,好几个月都不来一次,甚至超过一年都不来。

每次月经持续时间长短不一;当孩子遇到一些重大事件,比如考试、剧烈运动、或者和家长发生争吵情绪激动了,女儿都会因为月经时

间增长而感到苦恼。

每次月经出血量不一;孩子出现出血时多时少,有时候一个小时就必须换一张卫生巾,还可能会感觉头晕、乏力等。有时却只出一点点血,一张护垫就足矣。

### 青春期功血如何预防?

在青春期中,孩子学业的压力十分繁重,而身体的不适更是让孩子的心情越发烦躁不安。这个时候,作为父母,更应该给孩子科学的关爱:

(1)月经期间可以吃高铁、高蛋白的食物。如:新鲜并有质量保证的动物血、肉类、动物内脏以及帮助铁吸收的新鲜蔬菜等。

(2)让孩子在手机或本子上记录下自己月

经来的时间及出血情况。

(3)注意生活规律,劳逸结合,保持心情愉快,避免过度紧张与精神刺激;同时注意个人卫生,勤洗澡,勤换衣,勤换卫生巾。

(4)注意随着天气变化,适当增减衣物、被褥,避免过冷过热引起机体内分泌紊乱而导致经期延长,出血增多。

(通讯员 谭亚颖)

## 腋臭怎么办? 皮肤科帮您想办法

腋臭俗称狐臭,是分布在体表皮肤,如腋下、会阴、背上部位的大汗腺分泌物中产生散发的一种特殊难闻的气味。夏重冬轻,特别是夏季,出汗多、衣服薄,气味散发在公共场所,人们往往掩鼻而避。腋臭严重影响患者的社交、学习、就业、恋爱及家庭生活,使患者产生自卑、创伤感。腋臭患者多数有家族史,青春期最为严重。

针对腋臭治疗,市三三一医院医疗美容科、主治医师张茜文介绍,药物一般只能起到暂时抑制作用,还容易导致局部皮肤过敏,出现红肿、刺痛等不适,令患者无法坚持使用。要想彻底根治腋臭,唯一方法是把腋臭的“发源地”——腋下大汗腺彻底清除。

“目前最常用的一种方法是微创腋臭根治术,疗效达95%,这种方法具有创伤小、效果好、愈后疤痕不显的疗效,同时去除腋毛的疗效,可谓一举两得。”张医生表示,这种方法通过设计与腋皱壁平行的1至2个手术切口,将皮肤与皮下组织分离,用剪刀或刮匙去除皮下脂肪组织,使毛囊和大汗腺破坏;缝合包扎,加压包扎;术后使用抗菌素以防止感染,7天即可拆线。

张医生表示,以上腋臭治疗方法在市三三一医院皮肤科均可实现。

医疗美容科咨询电话:28574176、13907330294

(通讯员 阳婷婷)

## 丘比特婚介

480元报名  
登记一次  
成功为止

上网查株洲丘比特婚介,网站有会员资料免费查阅,二十年老品牌,无暴利,无婚托,诚信正规,给单身朋友多个选择机会,满意为止。

男:短婚,34岁,1.72米,博士,大学教授,有房有车  
女:未婚,26岁,1.65米,本科,中学教师,白净漂亮  
女:未婚,29岁,1.65米,本科,事业编机关,白净漂亮  
女:离异,44岁,1.60米,本科,企业财务,漂亮气质佳  
女:离异,35岁,1.65米,本科,中学教师,白净气质佳  
男:离异,43岁,1.70米,研究生,大学教授,开多个实体公司  
男:离异,59岁,1.70米,大学,公务员,有房有车  
联系人丘比特婚介:28204222  
手机号也是微信号15367412822  
地址:株洲市体育路广达大厦801室

# 广告接待热线 28881111

# 公交M1卡用户可免费换卡了

### 9月30日起将停止充值,暂定12月31日起停用

本报讯(记者 戴凇 通讯员 殷滋) 目前还持有公交M1卡的用户注意啦,现在起可免费更换新卡了。记者昨日从市公交总公司获悉,9月30日起将停止对公交M1卡充值,并暂定12月31日起停用该卡使用。

“一方面,M1卡的技术比较落后,同时,交通部也要求统一管理、统一密钥,以实现互联互通。”市公交总公司相关负责人介绍,株洲公交IC卡M1卡于2002年上线使用,距今已有18年。在此期间,该公司已对车载系统和IC卡系统多次升级更新。目前,最新版公交卡已实现全国280个城市互联互通。但随着系统升级更新,原来的M1卡很多功能都不再支持,为给顾客更好的使用体验,减少安全风险,公司计划逐步停止使用M1卡。

据了解,此次换卡对象为字母“A”开头的原公交M1卡用户(卡正面可见编号),要求卡完好无损,能读取数据并能在车载机上正常使用。用户可根据自己的需求,将公交M1卡免费置换成长沙银行的公交联名卡(该卡同时具备金融功能和乘车功能,支持全国280个城市互联互通,公交账户不记名、不挂失)或公交公司自主发行的公交卡。用户务必携带本人身份证,到指定网点办理换卡业务。

按计划,9月30日起,将停止对M1卡充值,卡内有余额的仍可以正常使用。暂定12月31日起,停止公交M1卡使用。公交部门会继续通过短信群发的方式通知市民,在充值时也会提醒市民更换。



▲字母“A”开头的公交M1卡 记者 戴凇 摄

### 相关链接 换卡网点

- 公交IC卡客户服务中心:电脑市场天元大桥下市民中心售卡充值点:神农大道399号
- 中心株百售卡充值点:中心广场株百6楼
- 天元超市售卡充值点:株百天元超市4楼
- 荷塘株百售卡充值点:株百荷塘超市2楼
- 五桥东售卡充值点:建设路红港路口
- 渡口充值点:渡口新汽车站出口调度室
- 长沙银行株洲分行营业部:天元区天台路39号天虹商场旁
- 长沙银行株洲天元支行:天元区长江北路231号

## 株企助力新一代中低速磁浮列车成功试跑

本报讯(记者 伍靖雯 通讯员 姜杨敏)近日,新一代中低速磁浮列车——清远磁浮列车开始运行试验。该车是为国内首条中低速磁浮旅游专线量身定制,株洲中车时代电气股份有限公司(以下简称时代电气)为该车提供具有自主知识产权的牵引、辅助、悬浮供电和测速等车辆核心控制系统。

磁浮车辆具有爬坡能力强、转弯半径小、振动小、舒适性好等诸多优势,目前国内多个城市正大力发展城市轨道交通系统,筹划修建中低速磁浮交通系统。清远磁浮列车采用常导电磁悬浮和短定子直线电机牵引技术,整车为3辆全动车编组,设计时速120公里,为目前国内运行速度最高的商业运营线。

目前,由时代电气提供的牵引、辅助和悬浮供电系统已成功匹配厂区内试验条件,整车动态调试进展顺利。

随着此项目的批量交付及调试工作顺利开展,标志着时代电气在中低速磁浮领域电传动系统的发展再进一步。

# 9月1日100万株洲人关注 二中青龙湾 开学典礼直播

上午8:00  
直播间见证不一样的学校,不一样的开学典礼!  
现代天才魔术师刘果楠助阵,开启不一样的未来!

开学典礼直播间

## 4字零首付 享公办二中青龙湾双名校

青龙湾 约84~143m² 双名校高赠送电梯房新品,全城热销

预售字(2020)第70号

0731 2210 8888 株洲市 青龙湾田园国际小镇

■投资商: 伟天集团 ■开发商: 湖南伟天自然发展有限公司