

口袋里的“兵器”

一位康复医生的银针战场



市人民医院「中医夜市」活动现场,王志刚为患者义诊。通讯员供图

很多医生的口袋或许藏着听诊器、个人名片、各色笔,而株洲市人民医院康复医学科主任王志刚的口袋里,却装着独特的“三件套”:一板银针,一包棉签,一小瓶络合碘。这三样,是他的随身“兵器”,三十年来如一日,守护了无数人的健康。

“针灸王”,这是患者们对王志刚的高度评价。去年,42岁中风偏瘫的方先生,在外院治疗一个月无效,近乎“植物人”状态,找到王志刚后,银针成了唤醒生命的“密钥”。从治疗初期的“醒脑开窍针法”,到中期“三通针法”“火针”促进肢体恢复,再到后期结合现代康复,近三个月的精准施治,方先生竟奇迹般从混沌状态走向清醒,从卧床到能独立行走。而像方先生这样,从刚开始被担架抬入到能稳稳站立走出医院的中风患者,每年不下10例,对于王志刚来说,能用“银针”为这些家庭守住安稳和盼头,是他行医路上最大的欣慰。

平日里,王志刚的针灸诊室,更是挤满了被各种病痛困扰的患者:小到一岁半患面神经炎的孩童、僵着脖子的白领、跳广场舞舞伤了膝盖的大妈、腰椎间盘突出出现腿麻、脚痛、那些钻心的病痛折磨,常常在王志刚指间银针的轻巧捻转插下,针到病除。

他对针灸的深情,不只流淌在针灸诊室,中医夜市、社区、乡村老人家中都有他的身影。在医院每周四晚的“中医夜市”,王志刚的康复“摊位”总是排起长龙,“王主任”“老王”的招呼声不绝于耳,凭借着众多粉丝,他也成为了医院“中医夜市”火爆的“网红摊主”。

从医30年,王志刚用手中的银针,帮助近30万人解决病痛及肢体功能障碍问题。如今,他口袋里“三件套”中的银针,依然泛着温润的光,它不仅是刺破病痛的“银针”,更是串起医者仁心与希望的纽带,每一次针尖与穴位的触碰,都在续写着治愈的故事。(陈娜)

腰椎脊神经后支疼痛 市三三一医院带你识破腰背深处的“隐形痛点”

背痛在人群中的发生率高达80%,很多人会下意识归咎于“腰椎间盘突出”,却忽略了另一个常见元凶——腰椎脊神经后支疼痛。

株洲市三三一医院脊柱外科专家介绍,这种疼痛因位置隐蔽、症状特殊,常被误诊或漏诊,成为困扰中老年人久坐的“隐形健康杀手”。

认识腰椎脊神经后支:腰背部的“信号快递员”
腰椎脊神经后支是腰椎神经的重要分支,从腰椎间隙发出后,像树枝一样分布在腰背部肌肉、筋膜和皮肤中。每节腰椎对应一对后支,负责传递腰背部的感觉信号和支配肌肉运动。打个比方,它们就像腰背部的“神经网络”,一旦受到刺激,就会向大脑发送“疼痛警报”。

这些神经纤细而敏感,周围包裹着坚韧的筋膜和小关节囊。长期不良姿势、突然扭转、退变增生都可能让神经受到卡压或牵拉,就像电线被挤压后出现短路,进而引发持续性疼痛。

疼痛特点
腰椎脊神经后支疼痛有其独特的“行为模式”,掌握这些特点能帮你快速识别:

1. 疼痛位置明确:多集中在腰背部两侧肌肉区域,按腰背节段分布,比如腰3神经后支疼痛常出现在腰带水平,腰5神经后支疼痛可能放射到臀部外侧,一般不超过膝关节。
2. 诱发因素典型:久坐超过30分钟、弯腰拖地、起床翻身时疼痛加重,活动身体后会稍有缓解,但过度活动又会再度加剧。
3. 伴随症状特殊:可能伴有腰背部肌肉僵硬,早晨起床时像“铁板”一样难以舒展,按压疼痛部位

会有明显酸胀感,但很少出现腿麻、无力等下肢症状——这也是它与腰椎间盘突出核心区别。

常见致病因素
腰椎脊神经后支疼痛的发病,往往是“先天结构”与“后天习惯”共同作用的结果:

1. 退变因素:随着年龄增长,腰椎小关节增生、椎间盘退变,会导致神经周围空间变窄,就像逐渐收紧的“枷锁”压迫神经。
2. 姿势劳损:长期久坐时,腰部肌肉持续紧张,筋膜处于牵拉状态,容易形成无菌性炎症,反复刺激神经末梢。
3. 急性损伤:搬重物时突然扭转腰部、摔倒时臀部着地,可能导致神经分支被瞬间牵拉或卡压,若未及时恢复,会发展为慢性疼痛。
4. 局部炎症:腰部受凉、感冒后,局部血液循环变差,炎症因子堆积,也可能诱发神经敏感性增高。

科学诊疗全解析:腰椎脊神经后支疼痛

1. 抽丝剥茧锁定病因
腰椎脊神经后支疼痛的症状与其他腰痛相似,诊断需要“层层递进”,医生会先通过体格检查定位疼痛区域,按压腰背两侧的“横突”(腰椎外侧的骨性突起)时,若疼痛明显加重,就会高度怀疑后支神经问题。

进一步确诊则需要“神经阻滞试验”——在超声引导下,将少量局麻药注射到可疑神经周围,若疼痛在10分钟内明显减轻(甚至消失),即可明确诊断。

这个过程就像“电路检测”,通过精准“断电”确定故障的神经分支,为后续治疗提供精准靶点。

酒精成瘾?

市三医院专家带你科学认识与专业戒断指南

很多人觉得“喝得多”“离不开酒”只是意志力差,其实酒精成瘾是一种需要专业干预的精神心理疾病。株洲市三医院成瘾医学专家介绍,酒精成瘾表现为对酒精的强烈渴求,无法控制饮酒量和频率,即使知道喝酒会伤害身体、影响工作家庭,也难以停止。比如,有些人早上起来就要“喝一口”才能清醒,为了喝酒撒谎、推脱责任,甚至出现手抖、心慌等戒断反应——这些都可能是成瘾的信号,绝非“能喝”那么简单。

酒精成瘾的危害比你想象的更严重

1. 对身体的伤害:长期酗酒会损伤肝脏(引发肝炎、肝硬化)、胃黏膜(导致溃疡、出血),还会增加患高血压、心脏病、癌症的风险,甚至影响神经系统,出现记忆力减退、手抖、走路不稳等问题。
2. 对心理的影响:可能诱发焦虑、抑郁,情绪变得暴躁易怒,严重时会出现幻觉、妄想(比如怀疑别人要害自己)。

3. 对生活的破坏:影响工作效率、人际关系,甚至因醉酒引发意外(如酒驾、摔倒),给家庭带来沉重负担。

哪些信号提示可能酒精成瘾?

1. 喝酒的量越来越大,不喝就浑身难受(比如心慌、手抖、出汗)。
2. 多次想戒酒却失败,或偷偷喝酒、隐瞒饮酒量。
3. 为了喝酒放弃其他兴趣,甚至影响工作、家庭责任(如旷工、争吵)。
4. 早晨醒来第一件事就是喝酒,或用酒来缓解戒断不适。

科学戒酒 这些误区要避免

- 误区1:自己在家“硬扛”就能戒,严重成瘾者突然停酒可能出现危险的戒断反应(如剧烈呕吐、抽搐、意识模糊),甚至危及生命,必须在专业医疗监护下进行。
- 误区2:用“减量法”慢慢戒就安全。成瘾者很

难靠自己控制饮酒量,反而可能因为“没忍住”喝得更多,建议在医生指导下制定方案。

误区3:戒酒后就万事大吉,戒酒只是第一步,成瘾背后可能藏着心理压力、情绪问题等,需要结合心理治疗预防复发。

科学戒酒 这样做更有效

1. 及时求助:到正规医院的成瘾医学科,医生会根据情况用药物缓解戒断反应,降低复发风险。
2. 家人支持:不指责、不羞辱,多陪伴鼓励,帮助患者建立戒酒的信心(比如一起参与健康活动)。
3. 调整生活:远离饮酒的环境和“酒友”,培养新的兴趣(如运动、下棋),填补戒酒带来的生活空缺。

市三医院成瘾医学专家称,酒精成瘾并不可怕,可怕的是忽视和拖延。如果自己或身边人有类似问题,别觉得“不好意思”,尽早寻求专业帮助,才能真正摆脱酒精的控制,重新找回健康的生活。(宋贝)

理财·周刊

责任编辑:郭家杰

助企“出海”的中行解法



近日,中国银行在深圳成功举办中银财资综合服务方案宣传暨助力企业“出海”主题活动。活动汇聚政府部门及60余家“走出去”企业代表,聚焦全球

化背景下企业“出海”面临的财资管理核心挑战,提供金融解决方案。活动现场,中国银行发布全新升级的“中银财资综合服务方案”,以“全”与“智”为核心,实现全球化、专业化、数智化、生态化四大跃升,通过金融与非金融融服务九项关键赋能,精准解决企业在全球账户管理、收付结算、资金统筹、避险增值、银企互联等领域的痛点,助力

企业构建全球布局、高效运营、安全可靠、数智驱动的财资管理智慧新生态。活动邀请政府机构代表深入解读跨境政策支持举措。来自中国银行深圳、香港、澳门机构及新加坡机构四家境内外机构的专家围绕服务企业全球财资管理标杆案例与实践,进行深度分享与讲解。来自香港中国企业协会财资中心委员会以及能源、高端制造等行业

领军企业的代表聚焦全球资金统筹与风险管理,交流实战挑战与应对经验。中国银行依托全球化优势,已为跨国公司提供各版本跨境资金池超10000个,实现对有境外财资管理需求的央企客户服务全覆盖。中国银行将以此次方案发布为契机,以高质量金融服务护航企业“出海”行稳致远,助力中资企业在世界舞台赢得更大发展。(夏文)

株洲市银行业协会
株洲日报 主办

本周刊由
协办单位: 中国银行 交通银行
浦发银行 浦发银行
工商银行 工商银行

小微企业如有融资需求,请扫此码

工商银行株洲清水塘支行 上门核保暖人心 服务为民显担当

“太感谢你们了,工行的服务真是贴心!”8月5日,家住株洲市石峰区的李奶奶及家属对工商银行株洲清水塘支行上门服务的工作人员连连道谢。因李奶奶年事已高且行动极为不便,无法前往银行网点办理社保卡换卡业务,李奶奶的家属向工行清水塘支行求助,在了解到这一特殊情况后,支行秉持“以客户为中心”的服务理念,迅速响应,第一时间安排了两名业务熟练、经验丰富的工作人员,前往李奶奶家中提供上门核保服务。

工作人员准时来到李奶奶家中,礼貌地向李奶奶及其家属表明来意后,耐心细致地核对李奶奶的身份信息,认真讲解换卡流程及后续使用社保卡的注意事项。面对李奶奶家属提出的疑问,工作人员也都一一解答,确保他们对业务办理清楚明白,顺利完成了上门核保

手续,为李奶奶后续顺利换领社保卡铺平了道路。像李奶奶这样的情况并非个例。工行清水塘支行身处老工业区,且是社保代发重点行,一直以来,支行高度重视特殊客户群体的金融服务需求,积极践行社会责任。除了为高龄、行动不便的客户提供上门服务外,还在网点内开辟了绿色通道,为特殊客户群体优先办理业务。同时,不断优化服务流程,加强员工培训,提升服务质量,确保每一位客户都能享受到优质、高效、便捷的金融服务。此次上门核保服务,不仅是工行清水塘支行践行“金融为民”理念的生动实践,更是对国有大行社会责任的有力诠释。未来,支行将继续深化服务内涵,创新服务方式,不断提升特殊群体金融服务的可得性和满意度,让金融服务温暖更多客户。(陈方艳)

湖南银行株洲城北支行 识破诈骗守护资金安全

近日,湖南银行株洲城北支行工作人员凭借高度责任心和敏锐性,联合反诈民警成功劝阻一位老年客户,为其避免了资金损失,守护了“钱袋子”。

当日,一位老年客户前往该行预约5万元取现用于借给“熟人”,当工作人员建议通过子女核实或安全转账时,客户表现出抗拒。随后在协助转账过程中,工作人员发现所谓“熟人”是一个企业微信号,聊天记录显示双方非熟人且涉及“艺术品”交易单据,高度疑似诈骗。

工作人员立即启动警银协作机制,联系反诈中心。民警到场查明,所谓“熟人”实为诈骗分子,其推销的“艺术品”系虚假高值陷阱,并发现该客户6月曾在该行转出9万余元。经银行员工和民警耐心解释,客户才意识到自

己遭遇诈骗,成功避免了再次损失。随后客户将计划支取的5万元现金存入定期,并由民警协助安装了国家反诈中心App。

此事件是警银协作打击诈骗、保护群众财产安全的成功实践。湖南银行株洲城北支行表示将持续深化合作,筑牢反诈防线,优化流程,强化员工培训,提升风控能力,为客户提供更安全的金融服务。

温馨提示:湖南银行郑重提醒广大市民朋友,务必提高金融安全意识,切勿轻信陌生人或不明企业微信号要求的大额资金往来,对所谓“高价值收藏品”“高回报投资”保持高度警惕,谨防陷入骗局。如遇任何可疑情况,请立即终止交易并向银行工作人员求助或拨打110报警。(罗希)

浦发银行 SPDBANK

要消费 选浦闪贷

线上办理、自动审批
按日计息、随借随还
期限最长7年、额度最高100万元

电话:28661000

交通银行 BANK OF COMMUNICATIONS

让每一次出发 都成为心动的旅程

交行惠民贷 助力每位“说走就走”的自在旅行

●活动时间: 2025年07月01日至2025年09月30日

●活动内容:
新出额客户可获得1张年化利率(单利)3.05%-4.68%提款优惠券

温馨提示:
1. 贷款资金使用应符合国家法律法规、监管部门和交行政策规定,仅能用于消费。
2. 贷款年化利率(单利)3.05%-12%(参加活动可享优惠利率),具体贷款额度及利率以交通银行审批结果为准。
3. 详细交还银行湖南各分行各网点或客服热线95559。
4. 谨慎借贷,理性消费。
5. 切勿点击非法不明链接及二维码,不要透露个人账户密码、交易验证码及敏感信息。

湖南银行 BANK OF HUNAN

幸福食光

“幸福零售”系列品牌活动

满10元减5元
有效期可叠加使用
最高可叠加优惠20元

活动途径
微信扫描二维码关注湖南银行官方微信公众号,选择“融·生活”栏目的“借记卡活动专区”,点击“幸福食光”进入活动页面,选择进入“品牌商户”或“本地商户”优惠券领取页面,验证我行预留手机号后即可参与活动。