

身体疼痛 该忍还是该治?

吴霞/文

“以前是脖子痛,后来肩膀也跟着痛起来了,痛了有小半年,现在根本不能抬手。”江大爷说起自己的病情,满脸无奈。

据统计,门诊患者当中约有半数以上人群出现疼痛症状,但真正到疼痛科就诊的却寥寥无几,甚至不到一成。换句话说,绝大部分疼痛患者并没有得到有效的对症治疗。

是什么原因导致这一现象的呢?首先,对于一些长期的慢性疼痛,由于找不到原因,时间久了患者易出现“麻痹”心理;其次,老年人在面对疼痛时往往会归咎于年纪大了“零件不好使”,疼痛难忍就靠止痛药救急;此外,更多人对于疼痛则采取“能忍则忍”的态度。对于这些观

念,武警嘉兴医院疼痛科主任肖志刚并不认同,“疼痛大多牵涉神经系统。今天这疼明天那疼,就该到疼痛科看看了。”

经查体及辅助检测后,医生诊断江大爷得了颈肩综合征。找到了病症就能对症施治。经一周的颈椎牵引、小针刀再配合冲击波治疗后,江大爷表示疼痛明显缓解。

“颈肩腿痛、腰痛、骨与关节痛、神经血管痛等疼痛都是疼痛科主要诊治对象。”对于尚未查出病因或无根治方法的疼痛症状,肖主任建议,都可以到正规医院的疼痛门诊就诊咨询。“疼痛科除了帮助患者控制和治疗疼痛问题,还可根据其症状给出建议,进行针对性治疗。”

图说新闻



日前,为推进校企合作与协同创新,加强产学研结合的人才培养,本着优势互补、互惠共赢的原则,嘉兴市欣禾职业教育集团成员院校与秀洲国家高新区开展了校企合作对接交流会。

据悉,嘉兴市欣禾职业教育集团成立于2010年1月,由嘉兴职业技术学院牵头,是嘉兴市政府批准成立的区域职业教育联盟组织。对接交流会上,30多名来自嘉兴市欣禾职业教育集团成员院校的相关负责人与秀洲国家高新区25家重点用人单位负责人进行了面对面对接交流。

竹林幼儿园开展保卫绿道活动



为贯彻落实“小城镇环境综合整治工作”,积极营造“巩固省级卫生镇,争创国家卫生镇”,根据党委、政府要求。日前,竹林村、竹林幼儿园组织小班开展“小手拉大手,助力竹林绿道卫生整治”活动。

竹林村绿道建设是2017年竹林村的重大项目之一,现在绿道已经基本形成,但绿道旁边还留有较多的砖块等垃圾,保护环境人人有责,爱护环境的意识需从小培养,爸爸妈妈带着孩子们一起整理绿道,把绿道边的砖块、袋子等都装进了我们的垃圾桶里。本活动旨在增强幼儿文明意识、卫生意识、城市意识,让幼儿知道并牢记保护环境应从自身做起,让幼儿养成良好的卫生习惯,让幼儿看到绿道的美,以及发现不美的地方。

3-6岁幼儿接受能力模仿能力较强,大家都说“孩子是在看着父母的后背成长的”,父母如果在平时生活中注意卫生,那么孩子亦然。当幼儿乱扔垃圾时,家长应因势利导让孩子明白应该怎么去处理垃圾,怎么做做一个文明的竹林人。

朱金金/文



近日,嘉兴市模型无线电运动协会举行线下飞行聚会,旨在通过活跃会员氛围,打造和谐交友兴趣平台。

据悉,模型飞机具有一定的飞行观赏性。无线电运动是现代科技与体育相结合的产物,它要求操作者具有一定的无线电技术和其他有关方面的知识。

晨风荐歌(1)

有一首歌 萦绕于心

我是陆晨风,喜欢听歌,喜欢唱歌,是否你也喜欢唱歌,是否你也和我一样怀着对音乐的热忱,是否你也拥有一个音乐梦,在追寻梦想的道路上,你是如何付诸行动的呢?或许我们没有那样的勇气去漂泊,去追随音乐,但是,我们也在用自己的方式去表达自己对音乐的喜爱,去实现人生价值。作为音乐追随者,我想用这样的方式和大家分享自己所喜爱的音乐和见解。

“和我在成都的街头走一走,直到所有的灯都熄灭了也不停留……”

《成都》,是赵雷在2014年创作的。就在去年,一首堪称“老歌”——《成都》,在《歌手》节目中演唱后爆红。它的演唱者赵雷出生于北京,

中国内地民谣歌手。

这首歌的歌词中透露出一对小情侣彼此深厚的情感,离别的伤感也不能将彼此的情意切断,而这对情侣则是赵雷和成都。2007年,赵雷第一次去了这个叫成都的地方。成都,这座美丽的城市,用自己独特的魅力让这样一个男人深深地爱上了它,凡事讲究感觉,就是他们之间特有的感觉,让赵雷将成都也视为自己的故乡。词中的小酒馆对于一个四处漂泊的歌手来说,无疑是心灵暂时归属的地方,是在飘忽不定中得到的一份归属感,一个可以让自己得到休息的地方。听了这首歌,你是否也想在忙碌的生活中,腾出一点空闲的时间,坐在小酒馆里,喝着小酒,哼着歌?

很多人都想知道,歌中同行的人是谁,赵雷的回答是:“很多人觉得这是写给一个人的情歌,其实是写给一座城的情歌。”成都,繁华但却有她自己的那一份恬静,这或许也是赵雷对这地方产生深深情愫的原因之一吧。每个人表达情感的方式并不是一样的,可以拍留念照片,买各式各样的纪念品,又或者是发朋友圈微博证明这个地方值得去游玩,而赵雷是以唱歌的方式,表达自己对成都的喜爱和留恋。 陆晨风/文



扫一扫听好歌