

# 不伤身体花钱少 微创治疗效果好 腰间盘突出 腰腿痛 专家大会诊

颈腰椎病多发在中老年人身上,随着影像技术的发展,正确诊断并不困难,但在治疗上,很多医院采用传统的开放性手术,伤口大、出血多、痛苦大、费用高,身体功能往往需要几个月才能恢复。随着高精手术器械、影像数码成像技术在手术领域的应用,现在许多骨病都可以用微创的方法治疗,河南公安医院骨科微创治疗让很多中老年腰间盘突出患者因此而受益,备受赞誉。 蒋晓蕾

## 到河南公安医院就诊 免挂号费、会诊费

位于郑州市金水区顺河路的河南公安医院,凭借实力成为中国医师联合会骨科分会、河南省老龄基金会等单位联合举办的“京豫骨科名医团骨病专家大会诊”活动的举办医院,每天早上8点不到,一楼诊疗大厅就已挤满了挂号的人群,活动受到不少颈腰椎病患者的推崇和青睐。

据了解,为了给此次活动提供进一步保障,该院特别打造骨科“微创名医

团”,中国医师联合会骨科委员、北京著名骨科专家、北京骨科学会专家组副组长孙进峰,河南公安医院骨科首席专家、著名骨科专家曹伟,骨科带头人、中华医学会骨科理事、河南微创骨科学会委员冀中勇,北京国医堂腰椎间盘突出研究院成员、白求恩医科大学毕业、微创骨科专家王瑞博等均在其中,他们的权威及经验在骨科领域内均口碑远播。

## 针镜微创技术 根源上治疗腰椎病

河南公安医院作为我省一家专业诊疗椎间盘突出20多年的省级公立医院,在省内率先引进了多项领先的微创疗法。治疗过程在针孔内能通过显微镜放大几百倍呈现,在清晰可视的情况下准确祛除病灶,术后贴张创可贴即可,治疗时间只需15~30分钟。

“京豫骨科名医团骨病专家大会诊”活动期间,现场每天安排50名患

者,由知名专家亲自会诊治疗。患者可拨打咨询电话提前预约挂号,免专家挂号费及会诊费。周末专家正常接诊,骨病拍片优惠50%,另外还有机会减免医疗费用。

此次活动,也是腰腿痛患者难得的一次机会,医保或新农合病人携带相关证件到河南公安医院可直接报销。

# 老人经不起一摔 摔倒后长期卧床成隐形杀手 足力健“安全鞋”护航老人出行

## 老人走路要注意脚下安全 千万别摔跤

据调查,我国已进入老龄化社会,65岁及以上老年人已达1.5亿。每年约有4000多万老年人至少发生一次跌倒。严重威胁着老年人的身心健康、日常活动及独立生活能力,也增加了家庭和社会的负担。而导致老人摔跤,无外乎有五大原因:

其一,老年人肌肉量比年轻人明显减少,导致全身力量不足,平衡能力差;

其二,老人神经系统老化,反应慢、感觉也迟钝,如果脚下一滑,年轻人可以立刻动员全身肌肉防跌倒,老人就难以做到;

其三,年纪大的人往往有基础病,如关节炎会导致腿脚僵硬,帕金森病、脑卒中后遗症导致走路不稳,心衰、慢阻肺的病人普遍体力不支等;

其四,很多老年人视力减退,白内障是常见眼病,糖尿病、高血压等老年病都会损伤眼底,造成视线模糊;

其五,穿鞋不跟脚、不防滑也成为了中老年人摔跤的一个重要因素,鞋子打晃或者抓地力不强,稍不留神,就容易滑倒摔伤。

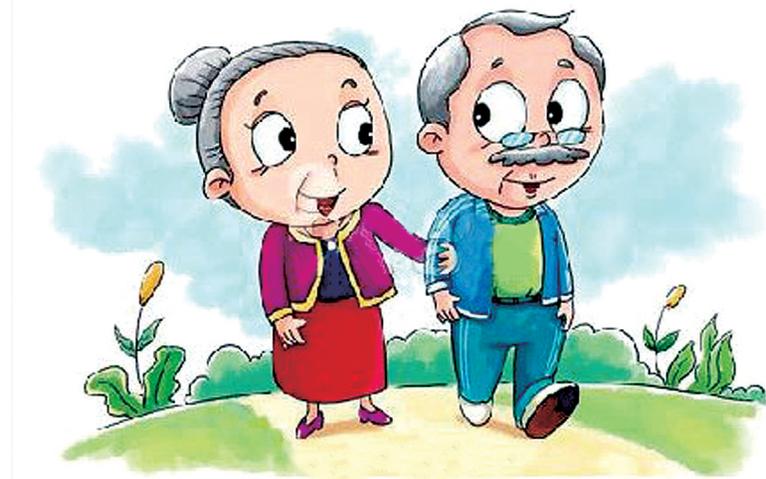
对年轻人来说,摔个跟头一般不算事。可是,老人如果摔一跤,就是大事,很有可能从此卧床不起,甚至危及生命。

对年轻人来说,摔个跟头一般不算事。可是,老人如果摔一跤,就是大事。究其原因,人到中老年,足部健康问题就会凸显,脚上的肌肉开始退化,韧带的弹性开始下降,足关节松弛、足弓下塌、足底脂肪垫萎缩。双脚开始变形,拇指外翻、脚背变高、脚掌变宽、脚踝骨变脆。而这些导致摔跤的因素,则不可逆转,穿鞋便成了一种安全的选择,紧急关头可有效降低滑倒摔伤的概率。 蒋晓蕾

## 穿足力健“安全”老人鞋 走路更放心

身体衰退、平衡力下降这些导致摔跤的因素不可逆转,但是穿鞋可以有更安全的选择,比如穿一双防滑、合脚的鞋,在紧急的关头也能降低滑倒摔伤的概率。最近笔者在市面上发现了一款叫足力健“安全”老人鞋的鞋子,全国著名运动养生专家赵之心代言,为探其究竟,笔者买了一双做实验。

实验结果一:抓地强,十分防滑。在地板上倒上大量的水,穿上这款安全鞋,来来回回踩了四五趟,竟然也不打滑,跟踩在干地面一样,抓地力很强,防



滑效果让人称赞。

实验结果二:穿上很舒服,运动不累脚。笔者穿上足力健安全鞋在外溜达两个小时,不觉得脚累、腿沉,原来是因为这款鞋鱼头鞋型比普通鞋宽松,不挤脚不磨脚,很适合老年人穿;再加上海波丽鞋垫踩上特别舒适,秉承了“底硬垫软”的设计,穿着时能支撑足弓,还能减震。

足力健老人鞋直营店李店长说:“足力健作为中国老人鞋的领导品牌,在研究老年人穿鞋需求的基础上,

提出更安全的老人鞋概念,独创五大保护设计,鲑鱼头鞋型、三点保护造型、双层减震、平衡鞋垫、立体防滑鞋底,让老年人穿得舒适、走路安全、运动更健康。很多六七十岁的叔叔阿姨都成为我们足力健安全老人鞋的忠实用户!”

全国著名运动养生专家赵之心也指出:老年人脚部变形,普通的鞋子不适合老年人脚型,穿时间长不仅累脚、捂脚、易滑倒,还会造成脚部疾病加重。所以,建议老年人要穿专业的老人鞋。



颈椎病  
肩周炎

腰痛  
胯疼

腿麻  
膝关节痛

# 腰间盘突出 颈肩腰腿痛

河南公安医院 骨科

咨询专线: 0371-66387799

地址:金水区顺河路7号(紫荆山公园东南角) • 省级公立医院 • 医保报销定点医院