长时间伏案办公,有没有脖子很酸、腰部僵硬?

周五9点,来跟专家学颈腰椎保健

给“郑州名医馆”官微留言,前10名可获得保护脊柱腰围

长时间伏案办公,有没有感觉脖子很酸、腰部僵硬? 长时间握着鼠标,会不会感觉手部麻木、灼痛,动作不灵活,甚至无力? 如果有以上感觉的话,那您要注意了,有可能颈、腰椎出了问题。

郑州名医馆第六期活动,邀请到武警河南总队医院脊柱外科主任朱卉敏,一对一解决微友们关于脊柱方面的疑难问题。周五当天,前10名微友可免费享受朱卉敏团队私人会诊。

郑州晚报记者 邢进 谷长乐

扫一扫 关注郑州名医馆

青少年也会患上颈椎病

以往,颈椎病、腰部疾病通常会发生在中年或老年人身上。随着时代的发展,这些疾病呈现出越来越年轻化的态势,发病率也越来越高,已经成为一种常见病、多发病,患者以学生、电脑工作者及年轻白领居多。

在工作压力下,年轻的白领一族长时间保持一种坐姿,非常容易引发颈椎病、腰椎病、腰间盘脱出等脊柱疾病。随着科技不断进步,电子产品的普及和青少年学习的压力增大,青壮年甚至年少的孩子也会患上颈椎病。

长期背着沉重的书包,长时间伏案读书、写字,或经常用电脑玩游戏,使腰部和颈部呈现超负荷状态,颈椎病就容易发生,椎间盘就会提前退化,这是腰、颈椎病患者年纪越来越小的主要原因。

前10位微友可享受免费会诊

朱卉敏,主任医师、教授,硕士研究生导师;现任武警河南总队医院脊柱外科主任,是众多颈椎病和腰间盘突出患者眼中的明星医生。

本周五上午9点至10点,朱卉敏主任将抽出一个小时的时间,与微友们进行互动,欢迎各位向“郑州名医馆”提问。周五当天,前10名微友可免费享受朱卉敏团队私人会诊,不用排队也不用提前预约,随时去随时为你看病。

前10名提问的患者,还能获得保护脊柱腰围。保护脊柱腰围外观像一个宽腰带,由特殊材料制成,起到保护腰部脊柱、让腰部保暖的作用。

可通过留言向专家提问

天气转冷,户外活动减少,当下是腰、颈椎病高发的季节,如何对付这个反复发作的顽疾? 昨日,朱卉敏主任的坐诊时间在郑州名医馆官微上一发出,粉丝数就上涨不少。

有不少微友向“医馆君”留言。“我六个月前做了脊膜膨出手术,现在脊柱侧弯,还能不能做手术改变?”“我患椎间盘突出20多年了,吃药打封闭针膏药推拿效果都不是很好,请朱主任帮助我!”“请问强直性脊柱炎可以咨询吗?”……

大家的问题“医馆君”都收到了,本周五朱卉敏教授将一一详细解答。

再次提醒,微友们可以用文字的方式留言,还可以把自己以前做过的检查拍照上传。如果你的病情描述过于简单,专家将无法了解具体情况,无法做出详细的解答。

我省首个肺癌早期诊断门诊落户省医

久咳不愈,要警惕

统计数据显示,中国每年新增癌症病例占全球新增病例的20%以上,其中肺癌死亡率排在首位。肺癌早期诊断率低,大多数患者丧失最佳治疗时机。

昨天上午,由中华医学会中国肺癌防治联盟主办、河南省人民医院呼吸内科承办的“中国肺癌防治联盟河南省肺部结节(肿瘤)早期诊断门诊”挂牌及义诊活动在河南省人民医院举行。中国肺癌防治联盟、河南省肺部结节(肿瘤)早期诊断门诊将利用物联网医学技术,联合上海市呼吸病研究所两个专家团队,将患者资料进行挖掘分析,对于高度怀疑结节是肺癌早期的患者,有针对性地进行活组织病理诊断;对于确实无法明确结节性质的患者,将通过手机专用软件与患者形成密切互动,动态客观地观察病灶变化。

河南省人民医院呼吸内科主任医师张晓菊告诉记者,有几类人群要特别注意:长期吸烟的,吸烟指数大于或等于每年400支;被动吸烟的,在家庭或者工作中长期暴露在吸烟环境中;工作在密闭环境中,有石棉、砷或者辐射职业接触史,长期工作压力太大等人群。

此外,久咳不愈,咳血或者痰中带血丝,胸部CT异常,反复在同一部位发生肺炎的患者,都应产生警惕。

郑州晚报记者 邢进 谷长乐