

关节炎进入高发期

专家提醒,秋冬季节注意保暖防范

本报威海10月26日讯(记者 陈静) 秋冬季节是关节炎的高发期,随着威海气温逐渐降低,医院的关节炎患者明显增加。解放军404医院风湿科主任燕春山提醒患者,秋冬季必须要注意保暖,有效预防关节炎。

记者在404医院风湿科门诊看到,因为关节痛、腰颈椎痛前来就诊的患者络绎不绝。“去年动手术后,腰一直断断续续地疼,一变天疼得更厉害。这两天真冷,冷风飕飕的,感觉腰部像针扎一样。”一位前来就诊的患者表示。据了解,这两天前来就诊的

患者不在少数,门诊病人一度比平日增加了三成。

404医院风湿科主任燕春山介绍,“关节痛和关节炎患者的脊椎排列是错位的,再加上脊部肌肉因为天凉而变得紧张,这种情况下就造成了患者肌肉劳损与关节疼痛等病症。”

目前正值秋季,气候干湿不定,冷暖多变,关节炎患者的关节疼痛和不适都会加重,因此要特别注意预防。燕春山强调,“关节炎患者在秋冬季节一定要注意保暖,同时要适当运动,这种方式比只保暖不运动效果好

很多。同时,患者可利用威海温泉资源丰富的有利条件,秋冬季节泡泡温泉,对于缓解关节炎也有很好的效果。”

不仅如此,良好的生活习惯也有助于防止关节炎恶化或出现并发症。一些患者在坚持吃药防治的同时,应重视关节及脚部保暖,受寒后应及时用热水敷,以改善关节局部血液循环,家中的衣被要及时晾晒及时收,保持身体干爽;避免患处接触凉风,均衡饮食,注意补钙、维生素,控制蛋白质、胆固醇的摄入。

秋冬干燥天气 请慎用加湿器

本报威海10月26日讯(记者 冯砚农) 秋冬季节,不少家庭为改善室内空气,都会用加湿器给室内加湿。10月下旬以来,威海各家电商场的加湿器销量比往常多了两倍。许多市民指望加湿器给身体补水,却不知加湿器慎用方能有显著功效。

骨科医院护士孙女士告诉记者,如没得到定期清理,加湿器中的霉菌等微生物会随着气雾进入空气,再进入人的呼吸道中,容易患“加湿性肺炎”。另外,孙女士还提醒关节炎、糖尿病患者慎用空气加湿器,因为潮湿的空气会加重该类病人病情。



规划专家 聚首赤山

25日,国家旅游局环渤海区域旅游发展总体规划项目组到赤山景区进行实地考察调研,专家指出,“国际游客多”“宗教氛围好”成为赤山的两大优势。据悉,此次项目组是就环渤海区域旅游发展“十二五”规划前来实地考察的。

本报记者 冯琳 本报通讯员 苏兆海

手递手

您有闲置的东西想跟别人交换吗?您有物品需要转让吗?或者您想购买二手物品?可以告诉我们,请保证信息真实,将姓氏、联系电话及相关内容编辑信息发送到邮箱1103188660@qq.com,我们会为您提供一个平台。
联系电话13906318701, QQ1103188660。

我要转让

我有上海世博会的门票3张,因工作原因,不能前往,现在欲原价转让。**联系人:**扬帆远航
QQ:413694861

我要交换

有一辆变速车,七成新。前轴前车圈都是原装的,没动过,后轴、中轴、塔轮、闸皮、内外车胎(外胎是越野的)都是新的。前后变速器是喜玛诺的。原车的没坏过前变速器坏,想要易物,我在长峰。
联系人:中国式房奴
QQ:277294672

我要求购

求购一台闲置的儿童电动车,四轮的,摩托的都可以,最好能有图传给我看看。如果可以,我自己提货。**联系人:**陌上花开
QQ:94679232
本报记者 陈静 整理

失物招领

10月20日,鲁KT-8525出租车驾驶员王宁拾到一部黄色手机;
10月20日,鲁KT-8733出租车驾驶员冯延东拾到一辆婴儿车;
10月20日,鲁KT-8295出租车驾驶员王培习拾到一双鞋子、一条裤子;
10月25日,鲁KT-1805出租车驾驶员张伟

拾到一把带有遥控器的奇瑞车钥匙;
10月25日,鲁KT-0610出租车驾驶员于星水拾到一手提包,内装有食品、化妆品等。
以上失主请与威海市出租汽车有限公司车队联系。联系电话:5307033
许君丽 陶俊美 整理

停水信息

10月27日8时30分至20时30分,威海水务集团将对昆明路与少年路交界处DN200的管道实施改造,届时停水施工

将影响文化大厦、电影院、甲午战争博物馆及建委路南用户正常用水。
本报记者 许君丽 整理