



遵义医科大学附属医院开展线上交流活动

# 为肺动脉高压患者释疑解难

本报讯(记者 吴杰 徐茂豪)近日,从遵义医科大学附属医院获悉,该院心血管内科肺动脉高压诊疗团队在线上举行了主题为“世界肺动脉高压日患者关爱活动”的科普宣传与医患交流会。

肺循环阻力进行性增加,最终导致右心功能衰竭或者死亡的恶性肺血管疾病。患者5年生存率不足20%,严重程度堪比恶性肿瘤,被称为“心肺血管系统的癌症”。

需要患者及家人共同努力。”交流会上,该院心血管内科教授赵然尊呼吁,要普及肺动脉高压知识,多平台、多渠道为肺动脉高压群体发声,帮助改善他们的治疗现状,重拾生活的信心和希望。

自我管理的重要性与日常管理方案,强调规律联合靶向药物治疗、预防感染与肺功能锻炼是肺动脉高压患者长期临床缓解和维持低危状态的关键。

走进社区

## 影山湖街道 实施年轻后备干部“培养工程”

本报讯(记者 张婷)近年来,播州区影山湖街道党工委创新实施年轻后备干部“培养工程”,充分调动年轻后备干部的积极性、主动性。

据了解,该街道党工委将年龄在35岁以下、学历为大专及以上学历,具有良好政治素质和道德品行,具有良好政治素质和道德品行的机关及事业单位人员、社区后备干部纳入培养范围,通过科级领导帮带、跟班学习、一线实践锻炼,定期轮岗等方式,使他们的政治品格、业务素质、工作能力等得到综合提高。

培养锻炼期满后,对工作中表现优秀、成绩突出、群众公认的年轻后备干部,党工委及时进行表扬鼓励,及时向组织进行推荐,到社区、经济组织或社区两委班子任职。对工作不胜任、不合格的,进行岗位调整,或取消其后备干部的培养。

截至目前,该街道党工委已累计培养优秀年轻后备干部10名,其中,4名已在社区任一般村务员,3名在社区两委担任职务,1名公务员被推荐提拔,有2名同志光荣加入了中国共产党。

## 非法出售银行卡 多人被判刑

本报讯(记者 王泰龙)因贪图不当利益,明知他人利用自己的银行卡账户实施信息网络犯罪活动,仍将自己的银行卡出售给别人。日前,红花岗区法院审结了多起出售银行卡帮助信息网络犯罪活动罪案件。

实施犯罪,伙同其丈夫为他人提供两人名下的7张银行卡进行支付结算帮助,获利9000元。

经法院审理查明,2021年2月,被告人黄某明知对方使用其银行卡做网络诈骗、网络赌博等方面违法犯罪活动,仍将自己原先办理的5张银行卡以每张1000元的价格出售给曹某获利5000元,曹某使用其贩卖的5张银行卡实施网络诈骗。

对此,法官提醒广大群众,天上不会掉馅饼,将自己的银行卡、电话卡、微信账号等出售给他人,这些看似简单却能获利的行为,可能恰巧就为他人实施电信诈骗、洗钱等犯罪行为提供了便利,在使受害人遭受经济损失的同时,自己也会被追究法律责任。

## 新蒲新区民政局 免费为肢体残疾人安装假肢

本报讯(记者 张婷)近日,新蒲新区民政局联合贵州省肢体康复中心开展“2022年贵州省民政伤残康复公益项目·助行工程”活动。

初,贵州省肢体康复中心和重庆义峰假肢矫形器有限公司派出专家团,对该区符合条件的19名肢体残疾人进行专业诊断和评估,免费装配假肢,重圆他们的行走梦。

健康解码

### 肩膀痛,不一定是肩周炎!

人到了中年时,身体的许多关节开始变得僵硬,提重物越来越吃力,胳膊和肩膀总觉着伸展不开,有时候会有疼痛出现;经常伏案工作学习的人,肩膀酸痛也是常有的事。

**肩膀痛一定是肩周炎吗?**  
实际上,肩周炎是一个很宽泛而不精准的概念。过去,因为对肩关节疾病认识有限,常常把所有的肩关节疼痛都认为是肩周炎。而近些年来,我们对肩关节疾病,特别是肩关节疼痛病因的认识大大提高,肩周炎在医学领域已经是一个过时的概念。

这时,很多人会认为自己得了肩周炎。肩膀痛就一定是肩周炎吗?多活动就能缓解吗?

导致肩关节疼痛的原因有很多,不一定是肩周炎。其中一个重要的原因是肩袖肌腱的损伤。我们的胳膊头被一组肌腱像袖套一样包住,即肩袖,由冈上肌、冈下肌、肩胛下肌和小圆肌的肌腱构成。肩关节各个方向的灵活运动,与这些肌腱在各个方向的牵拉密不可分。

什么是肩周炎?  
肩周炎,即肩关节周围炎,是发生于肩关节周围组织一切炎症的疾病总称。我们日常生活中常称之为“五十肩”,也就是多发生于五六十岁左右的中老年人的肩关节疼痛、僵硬和粘连。患者的肩关节就像被冻住了一样,因此医学学术语称之为“冻结肩”。

由于肩关节的功能严重受限,患者的胳膊抬不起来,睡觉不能翻身,更无法完成日常的家务劳动,身体轻轻地活动就可能刺激患者粘连的肩关节而引起剧烈的疼痛,可以说有“整个人都废了”的感觉。

什么因素会导致“冻结肩”?  
“冻结肩”最重要的表现就是肩关节主动和被动活动都受限,患者不仅自己主动抬不起来,其他人帮助患者也仍然抬不起来,这是由于肩关节的软组织发生了严重的挛缩、粘连。

各种原因导致的肩袖肌腱损伤,如因为暴力而出现撕裂,或者因为慢性的劳损使用而出现摩擦、撞击、撕裂、钙化等,使肩袖无法发挥其正常的功能,会导致肩关节的疼痛和活动受限。

“冻结肩”与几个因素有关:  
年龄,高发于五六十岁左右的中老年人。年轻人若出现肩关节酸痛,往往不考虑“冻结肩”,多由伏案工作导致的颈椎病或者肩关节周围肌肉、软组织的无菌性炎症造成的酸痛,以及运动造成的肩袖肌腱损伤导致。

其中有一种疾病叫肩峰下撞击综合征,在肩胛骨上方、锁骨的外侧触到一个骨性的突起,叫做肩峰,刚才所讲的肩袖肌腱组织,正好走行于肩峰下方的间隙中。如果我们的肩峰形状为鸟嘴样的钩形,那么随着我们肩关节的外展上举,肌腱则会和肩峰下方的“鸟嘴”发生撞击,这种反复的撞击会使肩袖肌腱发生损伤、退变乃至断裂,是发生肩袖损伤的重要原因。

慢性的基础疾病,特别是糖尿病、肿瘤以及尿毒症,都会造成周围血管的病变,肩周软组织出现缺血而发生挛缩。这种情况与前两种不同,往往表现为肩关节急性僵硬,也就是肩关节突然就不能动了。因此如果出现了急性的肩关节僵硬,一定要警惕。

**肩膀痛要多运动?**  
肩关节疼痛,不能盲目地运动。一定要明确病因,如果是肩袖损伤导致的肩关节疼痛,多运动反而可能会导致肩袖损伤的加重;如果是肩关节因为慢性疼痛逐渐出现活动度的下降,可以进行一些功能锻炼预防肩周软组织挛缩的加重,如做“手爬墙”“招财猫”的动作。



为进一步提高社区应急处置能力和实战水平,增强基层干部群众的防灾避灾意识,日前,汇川区大连路街道航天社区在社区中心广场举行防汛抗灾应急演练。图为演练现场。(记者 张婷 摄)



近日,贵州航天医院团委组织医护人员在珠海路国贸广场开展义诊活动,为居民免费测血糖、测血压,进行健康咨询及医保基金政策宣传。图为活动现场。(记者 吴杰 徐茂豪 摄影报道)



近日,红花岗区沙盐路95号楼坎边上一棵十余米高的树歪斜存隐患,中山路街道新华桥社区得知后快速行动,与该楼居民商议妥当后,组织社区志愿者和社区工作人员锯掉大树,消除了安全隐患。(记者 俞晖 摄)



近日,汇川区洗马路街道仁和苑社区65岁及以上老年人在家门口享受了免费健康体检。社区医务人员为老人们测血压、做心电图等检查,解答常见病的预防治疗,为老人分析病情,讲解注意事项。图为体检现场。(记者 向婧 吴凡 摄影报道)



近日,仁怀市苍龙街道组织党员干部、基干民兵应急分队开展抗洪抢险应急演练,面对“险情”,应急分队迅速反应,有序迅速奔向“险情地段”进行抢险、群众转移、交通疏导,整个演练过程井然有序。(记者 一丁 摄)



近日,新蒲新区礼仪街道和平社区组织党员志愿者深入社区,推广调查国家反诈中心APP安装情况,并帮助居民安装软件,提升大家防范电信网络诈骗的意识和能力。(记者 张婷 摄)