



颈椎疼买按摩垫 差点把自己按瘫了

医生：患的是颈椎反曲，盲目按摩可能造成二次伤害

本报讯(记者 徐日明)哈市一女子因为颈椎疼痛买来按摩垫使用，使用一段时间后症状非但没有减轻，反而感觉脚下无力。到院检查后，发现自己的病是“颈椎反曲”，使用按摩垫加重了她的病情。医生表示，患者使用按摩垫正向按摩加重了椎管狭窄的症状，甚至不排除瘫痪的可能。

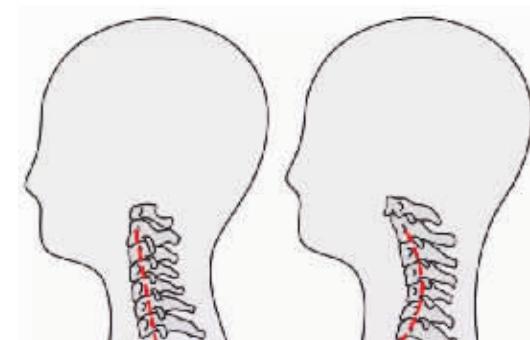
35岁的赵女士是做财务工作的，长期伏案工作让她经常脖子疼。因为身边好多同事都患有不同程度的颈椎病，赵女士也就没有太在意。近日，赵女士的颈椎病加重，经常觉得头晕、恶心，她看到一些同事买了按摩垫缓解

疼痛，于是自己也网购了一个。可是使用了按摩垫后，赵女士的脖子更疼了，她觉得开始的时候可能都这样，只要坚持一下就会好。一个多月后，赵女士的头更晕了，而且双腿没力气，走路就像踩棉花。“同事们的使用效果都很好，为什么到我这就不行？难道是我买了假货？”赵女士果断点了差评，并来到了哈尔滨市第二医院针灸推拿科。

“按摩垫躺枪了……”该科推拿师梁昀介绍说，正常人的颈椎呈“S”型曲度，这种常规的颈椎病通过外力按摩能起到一定的治疗效果，这也是赵女士的同事们的疼痛有所缓解的原因。

但这只是多数情况，还有一种颈椎病是“颈椎反曲”，赵女士便是其中之一，在她使用了正常的按摩垫之后，按摩垫压迫反曲的颈椎，使原本因反曲而狭窄的椎管更加狭窄，对脊髓平面造成了二次损伤，导致病情加重。医生表示，幸好患者来得及时，如果再使用一段时间甚至有瘫痪的可能。经过推拿医生的治疗，赵女士的病情有所改善。

医生提醒，出现颈椎疼痛及其他颈椎病的症状时，应该及时到正规医院接受检查并规范治疗，否则不明情况地盲目按摩可能对脊髓造成二次损伤。



吃了顿“刚死”的螃蟹 女子拉到“减肥成功”

医生：当心食物中毒

本报讯(记者 张美玲)对于吃货来说，秋天就是螃蟹的季节，但是螃蟹吃起来也有不少禁忌，如果吃法不当，会让“享受”变“受罪”。家住哈市道外的张女士近日消瘦了一圈，原来减肥迟迟不见成效的她哭着说，这种减肥方式太让人受不了了。

张女士喜爱美食，当下正是螃蟹上市的季节，她一定要尝尝秋天的第一口蟹。“刚出水的蟹，比活的便宜一半！”路过市场听见小贩叫卖，张女士果断买了一兜子“刚死”的螃蟹。张女士饱餐一顿后，还没到后半夜就开始拉肚。一开始，张女士认为是螃蟹太“寒”，喝点姜水或许能缓解，没想到不但腹泻止不住，还伴随着头晕、四肢乏力、满头大汗。第二天，在家躺了小半天还是腹痛腹泻的她决定到哈市第四医院就诊。

消化内一科主任杨效莹接诊后，经化验血常规、便常规，诊断张女士为急性肠道感染，需要进一步治疗。一周下来，经过禁食、消炎、纠正离子紊乱、补液、对症治疗，胃口大减、体重也跟着减的张女士表示再也不贪便宜了，这次腹泻折磨的她“怀疑人生”了。

其实张女士买的“出水”其实就是刚死的螃蟹，螃蟹死后经历的僵硬期和自溶期时间大大缩短，里面的细菌就会迅速繁殖并扩散到蟹肉中，食用后容易中毒。杨效莹介绍：“螃蟹死后，体内微生物含量迅速升高。而且即使是刚刚死的螃蟹也不能吃。误食死螃蟹后可能会引发副溶血弧菌和其他细菌性食物中毒。”

医生提醒

吃螃蟹要选择新鲜的、活的，因为螃蟹体表、鳃和胃肠道中布满了各种细菌、污泥，所以吃螃蟹前一定要洗刷干净，并且要蒸煮熟透后再吃，同时也不宜吃得过多。平时吃有些蛋白质食物过敏的人也要注意过敏，会引起荨麻疹、支气管哮喘、喉头水肿、呼吸困难等症状，甚至威胁生命。

医生提醒

体重大的人进行减重运动时，不能单一的让力量集中在身体的某个点，应该将力量分散到全身，防止自身重量过大导致身体承受超负荷的压力，出现意外。

痒，也没当回事。”张先生告诉记者，那会儿他觉得疝气不致命，而且不影响生活，就没去诊疗。但近日早上，他上厕所时一用力，发现这个包出来就回不去了，且出现腹痛、不排便、不排气的症状。观察了一上午都没恢复，张先生赶紧来到黑龙江省红十字(森工总)医院就诊。

到医院后，经过检查，普外三科主任赵家尧诊断他为疝气导致的小肠嵌顿。赵家尧介绍，疝的出现是由于腹壁薄弱、腹内压力增加导致腹壁出现“破口”，肠道从这个破口挤出来了。之所以没有疼痛感，是因为破口比较大，不影响血运。但这种情况极容易出现肠道在破口处嵌顿，导致肠坏死，而张先生便是这种情况，小肠从腹壁的破口出来后回不去了。

“如果是结肠嵌顿则需要面临造瘘或二次手术，不过患者坏死部位在小肠，术后基本不影响正常生活。”赵家尧表示，疝气属于较为常见的疾病，常见的疝为腹股沟疝，很多患者对这种疾病的认识都存在误区，觉得不疼问题就不大，因为腹股沟处于大腿根部位置，有些患者会羞于看病。赵家尧强调，随着医疗技术发展，早期疝气完全可以通过微创手术治疗，且复发率非常低。但如果拖延不治极有可能危及生命，且需要面临风险更高的开刀手术。

“患者身体条件并不好，基础病多，消化道出血、高血压、糖尿病、心脏

一旦发现大腿根部有鼓包，一定及时到医院治疗。日常建议广大市民注意保持大便通畅、戒烟，以免增加腹压导致疝气。

医生建议



疝气嵌顿

