

胳膊难抬起 可能已“钙化”

晨报讯(记者 马丽)日前,知名演员杨幂在采访中谈到,她此前滑雪时发现自己的右胳膊难以抬起,经检查后确认部分组织已经钙化。杨幂的这一故事在网上引发热议后,不少网友疑惑:为什么胳膊会“钙化”?“胳膊钙化”有哪些症状?又该如何预防?

厦门市康复医院骨与关节康复科负责人李峰表示,从其近30年骨关节相关疾病临床诊疗角度

分析,胳膊钙化就是原本柔软有韧性的组织变硬了,导致行动障碍。除肱骨外上髁炎导致的肘关节钙化,最常见的就是机械性损伤如撞击、挤压、手术创伤等引起的骨化性肌炎,临床表现常为伤后受累肌肉等组织出现疼痛、肿胀、硬化等体征,运动员、体力劳动者以及频繁使用一条胳膊做事者如教师等为高发群体。

“除了常见的创伤性骨化性

肌炎可能导致胳膊组织钙化,还有部分患者并没有明确外伤史,而是一种先天性疾病导致的进行性骨化性肌炎,病因不明,多数学者认为其可能与遗传因素有关。”李峰指出,胳膊组织钙化没有完全形成之前,患者可通过功能性锻炼、肌肉牵伸、物理治疗(针灸、艾灸)等一系列康复手段保守治疗,使应力之外的骨质逐渐吸收,尽可能恢复正常功能。一旦钙化

形成,就要通过微创手术或开放手术干预,并遵医嘱,完成术后康复计划,预防可能引起的肌肉萎缩、关节僵硬和静脉血栓等并发症发生。

如何预防胳膊钙化?李峰建议,市民朋友在日常生活中可适当食用瘦肉、鱼肉、牛奶、蛋白、豆制品等富含钙元素的食物,最好戒烟限酒,减少对血管和软组织的伤害,降低钙化风险。平时运

动前充分热身,运动后充分拉伸,运动时动作规范,减少受伤风险;一旦出现剧烈疼痛和功能受限,要停止运动,及时到正规医院检查,排除病理问题。对于运动员、体力劳动者等高发群体,建议定期去医院做影像学检查,比如拍个X线可以大致观察骨骼和钙化灶的情况,做个超声则能更清晰地看到软组织的状态,发现问题,尽早采取措施。

警惕! 带状疱疹也会“盯”上眼睛

晨报讯(记者 马丽 通讯员 陈芳)近期,77岁的林大爷因右额部长了疱疹,被诊断为带状疱疹,经治疗,症状才逐渐好转。然而,没过多久,带状疱疹又“盯”上了他的眼睛,使他的右眼出现流泪、眼红,伴视力下降。林大爷到厦门眼科中心就诊,该院眼表与角膜病科主任医师林志荣博士检查发现,林大爷右眼发生角膜病变,被诊断为带状疱疹病毒性角膜炎。

经过一段时间的治疗,林大爷的视力有所好转。但半个月后他的视力又开始下降,右眼眼红加重。经过医生再次检查,林大爷被确诊为神经营养性角膜炎。据悉,国家卫健委在2018

年和2023年分别发布了两批罕见病目录,共含207种罕见病,其中就有神经营养性角膜炎。该病主要是因为角膜的神经受损导致角膜知觉下降,也正因为角膜缺乏知觉,患者对症状的感受不明显,确诊时往往已经出现角膜溃疡、穿孔甚至失明。

面对这一罕见的眼部疾病,林志荣博士迅速为林大爷调整治疗方案。近日复查时,林大爷右眼视力明显好转,右眼角膜上皮大部分修复。

为什么带状疱疹会引发角膜病变?林志荣博士解释,带状疱疹是由水痘一带状疱疹病毒引起的,这种病毒不仅会攻击皮肤,还会沿神经纤维“爬行”,当



林志荣为患者检查眼睛。记者马丽摄

病毒侵犯到三叉神经时,就可能引发眼部病变,包括角膜炎和神经营养性角膜炎。

“神经营养性角膜炎治疗需争分夺秒,因为一旦角膜溃疡形

成,治疗难度会大大增加。”林志荣博士提醒,带状疱疹患者、糖尿病患者、颅脑手术或外伤后患者等高危人群,一定要定期检查眼睛,尤其是角膜的健康状况。

女性朋友 可享温泉特惠

晨报讯(胡娜珍)即日起至3月15日,日月谷温泉度假村为女性朋友精心准备了“温泉百花浴”主题体验与三重特惠,其中,三重特惠包括属蛇女性凭身份证可购买的38元限量门票,3月6日至9日即可使用;118元起售的“早鸟票”,有效期至3月31日,周末补差便可使用,满足错峰出行需求;闺蜜三人行套餐,三人仅需298元,周末补60元,同样可在有效期内畅享。欢迎大家来日月谷温泉,沉浸于“温泉百花浴”,共赴难忘的春日盛宴。

开心果

迁徙 梓虹图



强降水来袭 出行请小心

晨报讯(记者 曾昊然)昨天清晨,厦门又出现了平流雾,不少在上班路上的网友拍到了厦门“坠入仙境”的奇观。上午太阳出来后,气温上升非常快,各站点最高气温普遍在27℃~29℃,最低气温大多在18℃~19℃,全天体感都比较闷热。

厦门市气象台昨日17时发

布大雾预警和强对流预警,受加强的偏南暖湿气流影响,今天白天厦门市部分镇街及沿海部分海域将持续出现能见度低于500米,局部低于200米的大雾天气。受冷暖气流交汇影响,预计今天白天厦门市有中雨到大雨,局部暴雨。降水时伴有强雷电、短时强降水、8-10级雷暴大

风、局地小冰雹等强对流天气,最大小时雨强可达20-40毫米。

受冷空气影响,今天夜间起,厦门气温将明显下降,过程最低温降幅可达7℃~9℃,5日至7日平均气温较低。过程最低气温出现在7日清晨,市区最低气温可达9℃~11℃,岛外靠山区可达7℃~9℃,高海拔山区

可达4℃~7℃。提醒大家注意防寒保暖,谨防感冒。8日起,厦门气温逐渐回升。

今天
阴有中雨到大雨,局部暴雨
东北风3级-4级
16℃~24℃

分类广告

海西晨报面向海峡西岸,发行覆盖全省,厦门、漳州、泉州、龙岩等海峡西岸区域。

刊登声明、公告、启事等

登报热线: 5550633、18030270336、5581501 QQ:2290530096

友情提示:本版提供的信息仅供参考,敬请查明对方相关资料,若因此产生的一切法律纠纷与本报无关。

地址:厦门市政务服务中心3楼A厅2号窗口(电话:18030270336)
枋湖南路29号湖里政务服务中心2楼1号窗口(电话:5581162)
吕岭路122号报业大厦14楼1408室(电话:5550633)

<h4>公告</h4> <p>厦门市集美区丘阿咖餐饮店(个体工商户):本委立案受理申请人林欣欣与你店的劳动争议仲裁案,因你店通过其他方式无法送达,现依法向你店公告送达本委厦集劳人仲案字[2025]第442号《被申请人参加仲裁活动通知》、《仲裁庭组成人员通知》、《开庭通知》(开庭时间:2025年4月18日14时30分;开庭地点:厦门市集美区诚毅大街1号11楼仲裁庭)等。限你店自本公告发布之日起三十日内到本委(厦门市集美区诚毅大街1号11楼)领取上述仲裁文书,逾期视为送达。</p> <p>厦门市集美区劳动人事争议仲裁委员会</p>	<h4>公告</h4> <p>2025年3月03日,我局在厦门市海沧区翁角路285-5号一楼之一申通快递站内查获的卷烟,并依法予以先行登记保存。请物主于本公告发布之日起60日内到厦门市烟草专卖局(地址:厦门市湖光路66-67号,联系人:吴宇飞,联系电话:6581716)接受调查处理。若逾期不来接受处理,我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。</p> <p>特此公告。</p> <p>厦门市烟草专卖局</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 遗失:厦门市翔安区内厝镇工会联合会遗失工会法人资格证书,统一社会信用代码:813502006782991060;遗失厦门农村商业银行股份有限公司内厝支行的银行开户许可证,核准号:J3930016802705,声明作废。 ● 威斯伯(厦门)体育科技有限公司遗失厦门市思明区市场监督管理局2021年1月27日核发的营业执照副本,统一社会信用代码:91350203MA33HATQ2X,声明作废。 ● 父亲林志国、母亲陈旭之子林以恒的出生医学证明不慎遗失,旧证编号:J350243683,声明作废。 ● 遗失:父亲高水波、母亲郭建平之子高雯欣的出生医学证明遗失,旧证编号:J350235869,声明作废。 ● 父亲张坤火、母亲林惠娥之子张梓辰,出生医学证明不慎遗失,U350338128,声明作废。 ● 龙岩云澜电子商务有限公司(现更名为厦门云澜易电子商务有限公司)遗失公章、财务章、发票章各一枚,声明作废。 ● 谢万富遗失闽D835QH营运证,声明作废。 ● 厦门靓妮时刻贸易有限公司遗失法人私章一枚,声明作废。 ● 高燕斌遗失学士学位证书,证书编号:110624201000031,声明作废。 ● 遗失:厦门犹天辰商贸有限公司遗失公章一枚,声明作废。 ● 复昌(厦门)健康产业有限公司不慎遗失公章一枚,声明作废。 ● 厦门城市频道传媒有限公司不慎遗失公章一枚,声明作废。 ● 遗失:厦门市海沧区清安家建材经营部遗失公章一枚,声明作废。 ● 遗失:厦门市全隆模具有限公司遗失公章一枚,声明作废。 ● 厦门云优正信息咨询有限公司不慎遗失公章一枚,声明作废。
--	---	---