

中风后肩手综合征康复八法

329元/支,9-45岁女性适用的国产HPV疫苗上市



近日,国家药监局批准首个国产双价人乳头瘤病毒疫苗(大肠杆菌)(商品名:馨可宁)的上市注册申请。定价为329元/支,适用于9-45岁女性。该产品由厦门大学夏宇邵团队和厦门万泰共同研发,是首个获批的国产人乳头瘤病毒疫苗,适用于9-45岁女性。据厦门万泰消息,馨可宁的定价为329元/支,9-14岁女性只需要接种2针,15-45岁女性接种3针,该产品目前正准备投产。

继美英后,中国成功研发HPV疫苗
HPV疫苗是宫颈癌疫苗的简称,主要用来预防女性宫颈癌。研究发现99.7%的宫颈癌都是因感染人乳头瘤病毒(HPV)造成的,目前有超过100种已知类型的HPV病毒,其中至少有14种基因型(即高危型)被认为可以导致宫颈癌。根据疫苗覆盖的病毒亚型的种类多少,宫颈癌疫苗可分为二价、四价和九价等。二价HPV疫苗对2种高危型别(HPV-16和HPV-18)有保护作用,中国人群中84.5%的宫颈癌由这两种引起。四价HPV疫苗在二价HPV疫苗基础上增加了两种低危型别HPV-6和HPV-11,能减少尖锐湿疣的发生,九价HPV疫苗则在四价的基础上又增加5种高危型别。馨可宁的上市也意味着,中国由此成为全球继美英后第三个成功研发生产HPV疫苗的国家,此前被外资药企垄断的HPV疫苗市场终于迎来了本土玩家。

HPV疫苗市场存在10亿支缺口
从2006年第一支HPV疫苗上市起,目前HPV疫苗累计销售数量约3.5亿支,年需求量在1亿支,且需求日益增加。中国食品药品检定研究院数据显示,2017年我国HPV疫苗签发量146万支,2018年为700万支,2019年1-11月为870万支。按照3.56亿适龄女性、每人3针计算,市场缺口超过10亿支。在上海普陀区一家社区接种医院,九价HPV疫苗价格约为1300元/针,四价HPV疫苗价格约为800元/针,二价HPV疫苗价格为600元/针,对应的全部接种费用分别为4000元、2400元和1800元左右。面对已在国内上市、具有先发优势的几款产品,在保护率相差不大的情况下,馨可宁329元/支的定价接种2针费用为660元,3针约为1000元,更具价格优势。(文汇报)

肩手综合征简称SHS,因其与患肢交感神经功能障碍有关,又称反射性交感神经营养不良综合征,主要表现为患侧肩臂疼痛活动受限,患手肿胀和皮肤改变等。日久失治,可致局部肌肉萎缩及手指畸形,患者生活自理能力显著降低。

肩手综合征多发生于脑卒中后1-3个月,最早可在发病后的第3天,也可在患病后6个月出现症状,发病率达12.5%-70%。国际疼痛学会将肩手综合征的疼痛症状归为复杂局部疼痛综合征中,因疼痛较重和并发症多,常常成为康复的阻碍因素。

肩手综合征的康复手段有哪些?
1.良肢位摆放
脑卒中患者的肢体摆放可在生命征平稳、神经学症状不再进展后进行,采用良肢位摆放可以预防和减轻痉挛、肩关节半脱位及缓解疼痛,减轻血液循环障碍等。

患者坐、立位时,肘部、腕部和手给予良好的支撑,避免向下拖垂以及腕关节和手指关节屈曲。软瘫期患者坐位及站立位时,早期适当应用肩吊带,以防止肩关节半脱位;仰卧位时,患侧肩胛骨下垫枕,使其

处于前伸位,肘关节伸展,背伸腕关节及伸直手指;

健侧卧位时,患侧上肢向前方伸出,肩关节屈曲,下部软枕支撑,肘关节伸展,置于枕头上,前臂旋后,腕关节背伸,手指伸展;

患侧卧位时,患侧上肢伸直有支撑,掌心向健侧和肩胛骨前伸位,各种体位摆放均避免腕屈曲。

2.压迫性向心性缠绕
以一根粗约1-2毫米的长绳,对患肢手指、手掌、手背作向心性缠绕,至腕关节以上,随后立即除去绕线。反复进行可减轻水肿,促进周围血管收缩舒张自行调节机能。

3.运动疗法
早期介入能缓解肌紧张,改善肩、肘、腕、手的关节活动度,防止组织粘连。主要是牵拉、按摩颈部前后群肌肉;对肩部较弱的肌群进行加强训练;被动运动肩胛胸廓上提下降等。患肢无痛的主动、被动活动使肌肉收缩舒张,发挥肌肉泵的作用,促进静脉与淋巴回流,减轻局部水肿,加强肌肉和关节活动。

4.作业疗法
软瘫期,以健侧上肢带动,如木钉板训练、推球、盖章、拣物等,包括患侧上肢

肩胛骨松动训练;
痉挛期,以抑制痉挛模式为主,如采用滚筒训练、推巴氏球训练等,借助健侧行双侧上肢的运动,行肩、肘、腕关节的组合运动;

恢复期,以增强协调能力、肌力、耐力以及扩大关节活动范围,可采用推磨砂板训练,根据患者的上肢运动障碍的不同程度,逐渐扩大磨砂板的角度,主要包括患侧上肢关节活动训练、患侧上肢取物训练及患侧手指抓握与打开的训练等;

手精细功能的训练:如串珠、夹豆、拧螺丝帽等训练,在训练中结合日常生活如解、系纽扣、洗脸、刷牙、梳头、写字、绘画等提高患手的灵活性和协调性。

5.物理治疗
经皮神经电刺激、光疗、超声波疗法、温热磁疗、电反馈治疗、气压治疗,以及早起矫形器等,都具有良好的治疗效果。

热冷水交替浸浴是肩手综合征的重要物理疗法,用5-10℃的冷水和40-45℃的温水对患者实施交替浸浴,能改善患者手部血管的舒缩功能,起到缓解疼痛和提高疗效的作用。

另外,正压顺序循环疗法通过从远

端到近端进行节律性充气按压,能够有效起到缓解患者疼痛和水肿的效果。

6.针灸疗法
临床治疗脑卒中后肩手综合征的重要手段,针灸治疗具有操作简便、疗效显著且不良反应少等优势,在脑卒中后肩手综合征治疗中具有广阔的应用前景。

与其他治疗方法相比,针灸治疗能够通经活络,改善患肢微循环,促进患肢运动功能恢复。针灸治疗时选择养老、劳宫、天宗等穴位作为主穴,动静结合,选择合适的针灸手法,具有较高的疗效。

7.推拿疗法
可以通畅经络,强化局部血液循环,松解粘连,理经解肌,解除痉挛,利于受损关节结构恢复。推拿结合循经往返灸治疗脑卒中后肩手综合征,疗效突出,可加强肩关节稳定性,缓解临床症状,治疗后患者生活质量有了更大的提高。

8.肌内效贴
肌内效贴通过模仿人体皮肤的性能,以达到消肿、镇痛、强化放松肌肉、矫正关节动作等作用。肌内效贴布能明显增加上肢静脉血流量,加快局部血流的速度,促进静脉回流,利于患肢神经营养和功能改善。
(市中医院康复医学科 朱海花供稿)

冷空气来袭,糖尿病患者要警惕心血管疾病

近日,气温忽冷忽热,当较强冷空气来袭,导致气温骤降。而冬季是糖尿病患者心脏疾病的高发季节,专家提示,糖尿病患者应该加强注意保暖,加强血压观测。

专家表示,糖尿病的慢性并发症主要是大血管病变。大血管病变的基础就是动脉粥样硬化。

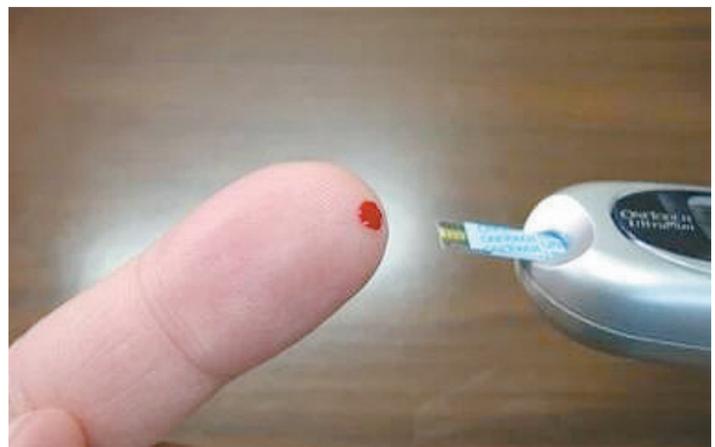
糖尿病患者出现的动脉粥样硬化的特点是相对于其他的动脉粥样硬化,其病变更加弥漫,容易多支血管同时受累或在一支血管出现多处病变。如果动脉粥样硬化发生在给心脏供应营养的冠状动脉,就会引起冠状动脉狭窄或阻塞,导致冠心病的发生。

糖尿病患者并发冠心病的危险是非糖尿病者的2-4倍;糖尿病患者相应的心肌梗死发生率也显著高于非糖尿病人群,且容易出现“无痛性”心肌梗死,也就是说出现心肌梗死这么严重的心脏问题时甚至没有疼痛症状的出现。糖尿病患者

者总体死亡的3/4是直接心脑血管疾病有关,其中冠心病是最主要的糖尿病患者致死原因。

冬季天气寒冷,交感神经系统活性增加,心率增快,皮肤血管收缩引起外周血管阻力增加,进而导致血压、心脏负荷增加,影响冠状动脉供血,极易引起冠状动脉痉挛,使得原有的冠状动脉狭窄加重,甚至出现动脉粥样硬化斑块破裂出血、血栓形成,因而引起心绞痛发作,部分患者诱发心肌梗死。

研究显示,气温每下降10℃,心脏事件的发生风险会上升7%。因此糖尿病患者到了冬季应注意保暖,密切监测血压变化,关注病情变化,及时就诊。已经有动脉粥样硬化的糖尿病患者,应遵医嘱用药,在应用他汀类和阿司匹林的患者切忌自行停药。同时还应保持清淡饮食,冬季不需要“进补”太多,在饮食上也不可太过油腻,适当进食鱼肉、鸡肉等优质蛋白即可。



此外,吸烟的患者要尽早戒烟限酒,影响血液循环,诱发心肌梗死或其他心脏事件。(文汇报)

便民信息 投放热线 0513-83128807
3.9cmx1.8cm 30元/期(10期起刊) 2500元/100期
实用 实在 实惠 实效

中国体育彩票
“公益体彩 乐善人生”
启东市体育彩票管理中心

张家港农商银行启东支行
新客理财 1万元起投 4.5%
以上为预期年化收益
理财非存款,产品有风险,投资需谨慎
地址:启东市和平中路527号(市供电公司对面)
电话:83839601、83839602

中国福利彩票
扶老 助残 救孤 济困

招聘公告

汇龙镇人民政府因工作需要,经研究决定,面向社会公开招聘农贸市场管理人员5名,现将招聘有关事项公告如下:

一、招聘岗位
农贸市场管理人员。具体为:惠丰农贸市场2名,花园路农贸市场3名。

二、招聘条件
1.男性,高中及以上学历,年龄52周岁以下(即出生年月为1968年1月1日以后)。
2.有较强的事业心和责任感,品行端正,遵纪守法,具有较高的思想政治素质和良好的职业道德,无违法违纪记录。

三、报名程序
1.报名时间:2020年1月8日—1月15日,双休日除外。(上午8:30-11:00,下午2:00-5:00)

2.报名地点:汇龙镇人民政府东大楼409办公室(人民中路288号)

3.报名随带材料:书面简历一份(包括本人基本情况、工作经历等),本人身份证、户口本、学历证明、荣誉证书等相关证件的原件及复印件各一份。

4.联系电话:0513-83313662

四、考试、体检及考察
报名结束后对报名人员进行适岗评价,取前80%进入笔试,笔试合格人员进入面试。面试成绩前5名通过体检考察等程序后录用。

五、薪酬
花园路农贸市场管理员:年薪不低于8万元;
惠丰镇农贸市场管理员:年薪不低于5万元。
汇龙镇人民政府
2020年1月7日

拍租公告

受委托,定于2020年1月17日14时30分,在启东市公共资源交易中心(启东市牡丹江中路1458号银洲国际金融中心5号楼二层第一开标室)举行租赁权拍卖会(简称“拍租”),公告如下:

一、拍租标的:
1、启东市南苑路邻里中心农贸市场内底层(参考建筑面积约1667平方米,用途为菜场)、二层房屋(参考建筑面积约1720平方米,用途为超市、培训等)、三层房屋(参考建筑面积约1756平方米,用途为家政、餐饮)的租赁权,整体拍租,租期3年整。
2、启东市锦程佳苑23幢农贸市场底层(参考建筑面积约2742平方米,用途为菜场)、二层房屋(参考建筑面积约3516平方米,用途为超市、培训等)的租赁权,整体拍租,租期3年整。
3、科创嘉园、锦瑞花苑部分房屋5年租赁权。
详见拍租标的清单等拍租资料和出租标的的现场实际状况,按照现状拍租。

二、展样时间和地点:2020年1月15日至16日,各标的所在地(预约看样)。

三、报名手续:欲参加拍卖的竞买人,必须于2020年1月16日16时30分前向南通市顺宇拍卖有限公司交纳竞拍保证金(人民币)农贸市场30万元,科创嘉园、锦瑞花苑标的20000元/个(详见清单,一份保证金只能成交一个标的);个人凭本人有效身份证件,单位凭有效营业执照(或统一社会信用代码证)、授权委托书、代理人身份证件,以及符合出租房竞租要求的相关证明资料到本公司(启东市汇龙镇人民中路589号508室)办理竞租登记手续。(节假日除外)竞拍保证金可缴至账户【户名:南通市顺宇拍卖有限公司;开户银行:江苏启东农村商业银行股份有限公司文峰建筑支行;账号320626076101000011588】。

四、咨询热线:0513-83932666、13382364314
微信公众号:ntssypm

五、监督电话:0513-83307919、0513-83216409

启东市汇龙镇人民政府招聘城管特勤人员公告

因工作需要,决定在本市范围内公开招聘城管特勤人员若干名,具体事项如下:

一、招录条件
1.拥护中国共产党的领导,政治清白,品行端正,遵纪守法,积极向上,为人正派,坚持原则;热爱城市管理工作,具有敬业奉献精神;服从组织安排,具有较强的组织纪律性。
2.退役军人,男性,初中以上学历,年龄20至35周岁,身高1.70米以上,身体健康,无违纪、违法犯罪记录,启东户籍且能在汇龙镇解决住宿。中共党员、部队立功受奖者优先。

二、招录流程
1.报名时间、地点:2020年1月10日至12日上午8:00-11:00,下午2:00-5:00,汇龙镇城管中队办公室(汇龙镇惠阳路桃源路口东南侧汇龙城管中队,电话:0513-83902022)。
报名时随带:本人户口簿、身份证、退伍证原件和复印件1份;学历证明原件和复印件1份;个人近期免冠一寸彩色照片2张。
2.政审:报名后,由选聘工作组进行政审。政审不

合格者,取消应聘资格。

3.体能测试:项目为10米×4往返跑、600米跑、立定跳远。三个项目均达标的,方可进入面试。

4.面试及适岗评估:面试时间、地点另行通知。适岗评估重点考察报名对象的基本素质、语言表达、综合分析及组织协调能力等,根据需聘用人数择优确定录用人员。符合录用条件未录用者,进入后备人员库,根据岗位需要适时递补。

5.体检:有关事宜另行通知。

6.录用:按照面试、适岗评估排名录用,为录用人员按《劳动合同法》办理用工手续,于2020年2月1日上午到汇龙镇城管中队报到。试用期为三个月,期满后,由镇相关部门组织相关人员对聘用人员进行考核,对考核不合格的人员解除聘用合同。

三、招录待遇
1.本岗位为劳务派遣制合同工。
2.劳务合同一年一签。
3.享受养老、医疗、失业保险金待遇。
启东市汇龙镇人民政府
2020年1月6日