

老人没有外伤莫名腰背痛 很可能骨折了

今年以来,市人民医院收治了近两万人次类似症状患者

阅读提示

老年人没有摔伤却莫名腰背痛,很可能是骨质疏松引发的压缩性骨折。老年人如果出现类似症状,一定要及时就医,否则会引发病症加重。

□ 记者 麻东君 通讯员 夏胜篮 林海

本报讯 有些老人没有摔倒没有任何碰撞也会出现骨折,近日,市人民医院的骨科主任张立岩医生就收治了一位这样的病人。本报借此提醒老年人若是突然出现腰背痛,即使没有明显原因,也千万不能忽视,最好上医院检查。

老人莫名腰背痛 医生一查竟是骨折

市区的陈阿姨今年 71 岁,平时身体还算硬朗,几天前突然出现了腰背痛,痛感非常剧烈,甚至翻身、站立都很困难,到丽水市人民医院脊柱外科就诊。

经过仔细检查,医生发现陈阿姨是第七节胸椎骨折,如果不及时治疗,可能会造成更严重的后果。幸运的是,经过皮肤穿刺往胸椎注入骨水泥固定后,腰背疼痛立即缓解了,眼下陈阿姨已健康出院。

无独有偶,11 月 26 日,市区 86 岁的王大爷因为腰背疼痛 1 个多月没有好转,也到医院求助骨科医生。据其家人介绍,老人并没有摔倒也没有受到任何碰撞,腰背疼痛是突然出现的。

经过磁共振检查发现,原来老人的第二节腰椎骨折了。经过皮肤穿刺椎体成形手术,12 月 5 日,王大爷腰背上的疼痛感已经消失,目前也已康复出院。

看到这里,让两位老人和家人奇怪的是,没有受伤,怎么就骨折了呢?

老年人骨质疏松 容易引发脊柱压缩性骨折

昨天下午,记者专门向市人民医院骨科主任张立岩进行了咨询。

据张立岩介绍,压缩性骨折指的是骨头被压扁了形成的骨折,主要出现在脊柱,日常生活中讲的压缩性骨折其实是指脊柱压缩性骨折。它以椎体纵向高度被“压扁”为主要表现的一种脊柱



骨折,也是脊柱骨折中最多见的一种类型。临床中,像陈阿姨和王大爷这样的例子并不少见。

“今年以来,我们科室接收了近 2 万人次类似症状的患者。”张立岩介绍,压缩性骨折在老年人中是一个高发 的常见病,尤其是骨质疏松的老年人,常常会因为一些不起眼的诱因,例如下楼梯、弯腰、下床等一些轻微的动作而导致脊柱的压缩性骨折,引起腰背的剧烈疼痛。这时候如果没有及时就医,症状往往会加重,引起脊柱骨折的进一步压缩。

张立岩说,人脊柱的每一节骨头如同一个火柴盒,老年人的脊柱骨因骨质疏松后就像一个空的火柴盒,稍稍一点外力,就容易发生变形导致骨折。老年人椎体压缩性骨折均有明显的骨质疏松,骨矿含量的下降,椎体受到轻微外力作用即可发生骨折。受伤后容易发生脊柱不稳定,从而出现腰背疼痛,重者出现神经受压症状。

在老年压缩性骨折患者中,绝大部分都患有骨质疏松。如果能提早预防骨质疏松,也能大大降低中老年人脊柱压缩性骨折的发生。

那么对于老年人来说,怎么预防骨质疏松呢?张立岩特意为广大老年市民罗列了一些预防妙招。

首先要适当运动,其次是要多晒太阳,再者是合理饮食,最后,要定期做骨密度检测。如果发现骨量减少较快,即可开始干预,包括补充钙质等等。

图为王大爷手术后的磁共振图片

2019 年社保缴费基数下限提高到 3300 元

□ 记者 吴启珍 通讯员 王黎丽

本报讯 昨天,市人力社保局公布了 2019 年我市社保缴费基数、比例及应缴费额,明年我市社保缴费基数的上、下限分别为 16500 元、3300 元。

根据相关规定,参加基本养老保险、基本医疗保险、失业保险、工伤保险、生育保险的职工按照本人上一年月平均工资确定缴费基数;职工上一年月平均工资低于下限的,以下限作为缴费基数;高于上限的,以上限作为缴费基数;月平均工资在上下限之间的,则按本人实际工资收入确定社保缴费基数。

职工每月需要缴纳的社保费为缴费基数和缴费比例的乘

市人力社保部门提供了 29 个补贴项目 符合条件的就业创业人员 赶紧去申领补贴

□ 记者 吴启珍 通讯员 刘宁

本报讯 日前,在丽水工业园区一公司就职的小张取得了初级(五级)职业资格证书。他的朋友提醒他,根据相关政策,他可以申请技能提升补贴。小张按照提示向市就业管理局提出申请,很快就获得了 1000 元补贴。记者从市人力社保局了解到,今年 7 月份,我市出台了《关于做好当前和今后一段时期就业创业工作的实施意见》(以下简称《意见》),明确了对单位就业人员、灵活就业人员、自主创业人员、重点人群等群体以及相关企业的补贴政策。小张拿到的 1000 元补贴就是受益于这个政策。

根据《意见》规定,灵活就业是

积,企业职工、灵活就业人员(个体劳动者)缴费基数与缴费比例不同。2019 年灵活就业人员(个体劳动者)缴纳基本养老保险和基本医疗保险(一档)两类险种,月缴费基数在 3300 元~16500 元之间自行确定,缴费基数需在 12 月 28 日前申报,逾期不再调整。

市人力社保部门提醒,除特殊情形外,城镇个体工商户和灵活就业人员不得以事后追补缴费的方式增加缴费年限,相关参保人员应及时在扣款账户中存入足额款项,避免因扣款不成功而影响社会保险相关权益。另外,申报截止时间前,用人单位和灵活就业人员可更改已申报的缴费工资,系统将重新核定缴费基数;申报截止时间后,缴费基数一律不得更改。

指在法定劳动年龄内的人员,除与用人单位建立全日制劳动关系、在公益性岗位上岗或领取工商营业证照以外,以非全日制、临时性、季节性和弹性工作等形式实现就业,并以个体劳动者身份缴纳社会保险费的就业形式;重点人群包含在校大学生和毕业 5 年以内的高校毕业生、登记失业半年以上人员、就业困难人员、持证残疾人、自主择业军转干部和自主就业退役士兵等人员。

除了技能提升补贴外,市人力社保部门还提供了 28 个补贴项目,其中个人项目 18 个,企业项目 10 个,最高补贴 5 万元,详情可扫描二维码进行查看。临近年底,符合条件的就业创业人员,可得抓紧申领相关补贴了。

■【全心意 为您服务】系列报道之二

“钢铁森林”里的蓝精灵

——丽水移动客户服务的宽带装维技术员周伟峰的一天

“早饭吃了吗?”“七点就出来咯!”坐在三轮电瓶车上的周伟峰,准备前往下一家。

周伟峰,宽带装维技术员,他外表看起来弱不禁风,瘦小的身板很难将他和装维标兵联系在一起,12 月 3 日早上,笔者跟随这位“怪人”开始了一天的工作。

“宽带在使用过程中出现故障,用户急,我们比他更急!”周伟峰说,用户很多都是上班族,八点半就要出门,所以,早点开工是他比别人快一步的绝招。

“有些用户常常很着急,需要我们尽快上门解决宽带问题,而我们又在处理其他故障。如果遇见小问题,很快就能解决,要是遇到较大的问题,一般都要 2 个小时。这种情况我都会联系其他同事上门处理,确保满足客户需求。”周伟峰边整理线路一边说道。

处理完早上的工作,吃中饭的时候已经是下

午 2 点。吃完饭,他没有休息又立刻前往下一家。

“上次带病上班,用户看见我在吃防暑药品,听我身体不舒服,转身去拿了一瓶金银花露让我喝。”说到这里,略带腼腆的周伟峰情不自禁地笑了,从他的言语中能读出那一种他想要表达的欣慰。

服务无大小,关键在于心。正像周伟峰一样,还有许许多多的宽带装维技术人员,他们不分春夏秋冬,不管风雨交加,一直坚守在这个岗位上,一直在为您的互联网保驾护航,让您享受更快捷、更优质的互联网生活。

回到单位,周伟峰一天的工作告一段落,而此时已经是晚上 8 点 20 分,望着夜幕下远去的蓝色背影,笔者想起了一首歌:

在那山的那边海的那边有一群蓝精灵

他们活泼又聪明

他们调皮又灵敏

他们自由自在生活在那绿色的大森林……

坚持方显温暖

稠州银行老年协会送温暖活动

近日,稠州银行丽水云和支行协同社区医院前往解放街老年协会共同开展送温暖活动。此次到场的老年人均可免费进行简单的医疗体检,并且登记基本信息后即可领取纸巾等小礼品,爷爷奶奶们深切感受到了支行员工的热情与努力。

人生苦短,公益漫漫,坚持方显温暖。支行持续开展关爱老年人活动,为老年人送上寒冬中的暖意,肩负社会责任的同时,弘扬中华民族“尊老、敬老、爱老”的传统美德。“做



一个有温度的人,做一件温暖的事,稠州银行,一家‘温暖’的银行。”这是稠州银行每个员工的心声。

叶杰超 陈华俊