

戴了好几年的婚戒居然变“小”了

“门诊中,类风湿性关节炎患者的比例占到了20%左右,以中老年女性患者为主。”中国科学院大学宁波华美医院(宁波市第二医院)风湿免疫科主任、宁波市医学会风湿病学分会主任委员陈勇告诉记者,由于很多人对这种疾病不够了解,导致病情延误,严重影响到生活和工作。

每年的10月12日,是世界关节炎日。亚洲地区每6个人中,就有一人患有关节炎。常见的关节炎类型有:类风湿性关节炎、骨性关节炎、痛风性关节炎和强直性脊柱炎等。

32岁女老师手肿得戴不了戒指

“陈医生,我现在好多了,手也很灵活了。”10月11日,丁芳(化名)来陈勇的门诊复查并配药。过去的一年里,她饱受类风湿性关节炎折磨,也走了很多弯路。

丁芳今年32岁,是一名小学老师。去年秋天,她发现戴了好几年的婚戒变“小”了,一开始是戴着紧,过了一段时间,居然戴不进去了。仔细观察,右手中指和食指的指关节处明显肿胀起来。那段时间,她给学生批改作业时,经常觉得指关节疼痛。渐渐地,这一症状发展到了十根手指。

“工作很忙,我也没在意,以为作业改多了,

吃了网购“神药”,疼得握不住笔

陈勇给丁芳开了药物,并提醒其半个月后来复查。然而再见到丁芳,却已经是半年后。这次,丁芳的指关节肿胀得更明显了,而且手腕关节也明显肿了一圈。她说,自己已经握不了笔,甚至连筷子也握不住了。

原来,从医院回去后,丁芳发现其中一盒激素药物的说明书上写着可能有长胖等副作用。尽管当时医生告知,考虑到病情控制需要,这盒药一定要吃,而且风险可控,她内心还是很抵触。于是她上网搜索类风湿性关节炎的相关内容,看到有一款“神药”,可以根治疾病,还是纯中药制剂,没有副作用。

她抱着试试看的心态,网购了三盒“神药”。惊喜的是,效果很不错,没两天手就不疼了。可

和潮湿没有直接关系,不可擅自停药

很多人一提到类风湿性关节炎,就觉得和居住在潮湿环境有关。以为如果居住环境干爽,就不会患病。

陈勇说,这是一个误区。类风湿性关节炎是一种自身免疫系统疾病,由多种因素造成,比如遗传、感染、其他疾病,其特征是手、足小关节的多关节、对称性、侵袭性关节炎症,经常伴有关节外器官受累及血清类风湿因子阳性,可以导致关节畸形及功能丧失。

不过,类风湿性关节炎和环境潮湿,虽然没有直接的关系,但在治疗过程中,注意环境的护理十分重要,环境潮湿会诱发疾病加重。这也是为什么寒冷、潮湿的季节,门诊中类风湿性关

节患者更多见的原因。

很多人觉得类风湿性关节炎,是一种老年病。事实上,这一病症在中老年女性中多发,但像案例中的丁芳一样,年纪轻轻就患病的也不在少数。

类风湿性关节炎是慢性病,很多人以为不疼了就不需要再吃药。对此,陈勇特别提醒:类风湿性关节炎的治疗是“达标治疗”,目前还没办法治愈。因此,遵医嘱服药尤其重要。临床经常碰到自以为症状消失就擅自停药的病人,往往导致更严重的复发,不得使用大剂量药物,得不偿失。

据《宁波晚报》

《沉默的真相》釜山电影节获奖

原著作者紫金陈:中外的月亮并没有区别

日前,由推理小说《长夜难明》改编而成的电视剧《沉默的真相》,在釜山国际电影节亚洲内容大奖中斩获最佳流媒体原创剧集。继去年凭口碑出圈后,该片又成功出海。在接受中国国际电视台(CGTN)采访时,原著作者紫金陈谈到了他对文化自信的看法。

紫金陈表示,可能一些文化不自信的人,总觉得国外的月亮更圆。但在自己看来是没有任何区别的,只是可能我们写的题材不一样,我们是写中国的故事。“我是对中国文化很有自信的人,我觉得中国作家绝对不输国外,我觉得需要

更多的时间,让我们的文字创作者,让我们故事的核心,在整个产业链里面拥有更大的话语权。只有故事好看了,才能吸引更多人。”

据了解,紫金陈,本名陈徐,宁波人,是中国知名推理作家,毕业于浙江大学,被誉为“中国版东野圭吾”。紫金陈笔触直白利落,曾获得天涯文学2012年度“十佳作者”和“十佳作品”双榜榜首,代表作有《爱不明白》《少年股神》等。其所撰写的系列本格推理小说,更是开启了中国推理小说新道路。

据《宁波晚报》

杭州这对“神仙眷侣”让容嬷嬷差点掉泪



“一起学猫叫,一起喵喵喵喵。”

67岁杭州摇滚奶奶付丽霞,又上央视了。她所在的风荷吉他摇滚乐队,最大的成员86岁,最小的成员60岁。摇滚奶奶爷们,边弹边唱边舞《学猫叫》,真是萌萌哒。

付丽霞退休前,是社区妇科医生。55岁学吉他,60来岁穿红色格子短裙,上了央视。后来再登央视,就是燃爆全场的《怒放》。

最近10月9日播出的《星光大道》节目里,摇滚奶奶们穿着那熟悉的红色格子短裙,带动全场,一起快乐“喵喵喵”。

场上嘉宾、《还珠格格》里的“容嬷嬷”李明启看得手舞足蹈。86岁的她,大呼“我激动得眼泪都出来了。”

“但是,我觉得我们没有唱得更好,跳得更好,甚至有些跑调了,所以没有发朋友圈。其实对老年人来说,这首歌的完成度已经很高了,我们还要加油。”

付丽霞去北京录节目前,有时抱着1岁多的孙女,就不自觉喵喵喵起来。然后洗菜记谱子,做饭也记谱子,等上了舞台,每个细胞都舞动起来,“快乐是真快乐”。

这次乐队里有一对“神仙眷侣”,一起登台了。

70岁的李明珠和73岁的孙兵怀,一个弹吉他,一个吹萨克斯,琴瑟和鸣。

“上央视太厉害了!”新金都社区群这两天都炸了锅。居民纷纷为这对老邻居点赞、送祝福。

“像做梦一样的,没想到70岁登上这么大的舞台。”记者联系上李明珠阿姨时,她刚买完菜回来,马不停蹄要赶去排练。

她和老伴都是杭州人,退休前办企业,20多年前就买了桂花城的别墅。

前半生和老伴做生意,奔波辛苦,蛮成功的,两个女儿都开公司,现在外孙外孙女都很大了,两夫妻彻底迷上了乐器。

“老伴吹高音萨克斯好多年了,我是最近四五年,和他们一起玩的。”学吉他不简单,但李明珠相当认真,大部分时间都在跟老师多问多学。

她告诉小时记者,唱《学猫叫》是大家商量的,很适合老年节、六一节演出。只要一唱起来,人就特别开心。上了舞台后,个个还很自豪。接下来,乐队还要唱汪峰的《飞得更高》,又是燃炸的那种。

“现在要好好练,给大家看看啊。”年轻时候,两夫妻就蛮默契,一起琢磨生意经,现在探讨的,全部是音乐。

“这样每天都有自己热爱的事情做,老惬意,心情舒畅了,身体也好,把快乐带给大家!”老伴孙兵怀蛮贴心,负责背吉他。不管刮风下雨,日晒雨淋,夫妻俩不是去排练演出,就是去排练演出的路上。

按李阿姨的话说,辛劳大半生,现在好好享受音乐的快乐,让子女们也放心。

“他们夫妻是我们社区的文体骨干,每逢有文艺演出,必定奉上精彩的节目,琴瑟和鸣,可真是只羡鸳鸯不羡仙啊。”同为社区声乐班的陶班长说,他们还定期坚持到社区养老院、福利院公益演出,这真正是老有所学,老有所乐。

付丽霞告诉记者,她改了歌里的两句词:“我们弹起六弦琴,呆萌呆萌的老花镜,歌声鼓声嗶儿清,嗨在夕阳一片情,快乐做个小猫咪。”

她说,其实就是“快乐养老、抱团开心”的意思。

现在老年人吹萨克斯、弹吉他的不要太多。

“以前退休的人碰到一起,总是你诉苦,我讲难,关于家庭的、子女的。后来大家都不说了,吉他哇当哇当弹起来,什么都忘记了。”

据《钱江晚报》