

# 热爱运动少年 怎么患上“腰突”？

## 医生提醒,青少年要运动,更要合理运动

■海都记者 刘薇  
通讯员 吴佳弘

拿到儿子的检查报告,陈爸陈妈实在想不通,不是说越运动越健康吗?热爱运动的儿子怎么会得腰椎间盘突出呢?

据了解,腰椎间盘突出症多发于中老年人。然而临床上,青少年病例却越来越多。泉州骨科医生提醒,青少年不仅要动起来,更要科学合理地运动。

### 案例一 阳光运动少年 腰臀酸痛不已

泉州15岁的小陈同学从小热爱各种运动,每到周末,总要打上几场篮球才痛快。不过,最近3年来,小陈同学运动后总觉得左腰和臀部酸楚不适,好在休息后

能够逐渐缓解,所以,他也没太重视,继续坚持各种体育运动。

然而,5个月前,小陈的左腰与臀部酸痛症状加重,尤其在久坐或久站后酸痛

不已。后来,妈妈带他去做推拿、理疗、针灸等治疗,但恢复得并不理想。一个多月前,疼痛症状进一步加剧,连带左小腿外侧也出现了麻木感,小陈已经没办法

坚持在座位上学习了。

近日,小陈被妈妈带到泉州市正骨医院,检查结果提示,其L4/5椎间盘中央偏左侧脱出,压迫左侧L5神经根,即腰椎间盘突出症!

### 案例二 不爱运动饮食不良 16岁女孩也中招

相对于小陈同学,16岁的小高同学恰恰相反。

16岁的小高是一名高中生,由于长期缺乏运动,加上不良饮食习惯,她的体

重逐渐上升,已经达到200斤。肥胖之下,小高开始感到各种不适,包括行动不便,没走两步,她就会气喘吁吁。

前不久天气还蛮热,不爱运动的小高正躺在家中悠哉地刷着手机,突然腰部一阵剧痛袭来,她想起身,却发现自己连站立起身都

非常困难。随后,在家人的陪同下,小高来到泉州市正骨医院推拿科就诊,经详细检查,确诊巨大椎间盘突出,伴继发椎管狭窄。

### 解析 运动不当、不良习惯 都可能引发腰突

作为一种退行性疾病,腰椎间盘突出症多发于中老年人,为什么两名中学生年纪轻轻就患上呢?

泉州市正骨医院脊柱一科医疗学科带头人吴志强副主任医师分析,首先,

社会开始重视青少年的各种体育运动、健身活动,但对其方式、强度、时间及频率等仍未形成规范的引导。一些较高强度的腰部扭转、对抗运动,如打篮球、打羽毛球、摔跤等,椎间盘在应力负荷下并快速

扭曲旋转,间盘纤维环最易造成破坏,导致腰椎间盘突出。

其次,生活、工作方式的转变引发疾病。比如,小高同学患病就与她的体重、久坐及不良姿势有着密切关系。腰椎作为人体

的重要支撑结构,当体重过重时,腰椎承受的负担也会随之增加,更容易被腰椎间盘突出症盯上。同时,缺乏体育锻炼会导致腰部肌肉力量不足,无法有效支撑腰椎,增加椎间盘突出风险。

# 情侣签“分手欠条” 是民间借贷吗？

## 分手后,男方要求女方按协议归还5万;法院表示,分手费无法律上的债权债务约束效力

■海都记者 陈丹萍  
通讯员 王琳 卢小琳

情侣之间经济往来是常事,但也有不少因分手引发经济纠纷的。日前,南安便有一对情侣,因在一起时曾约定过“分手就还钱”而闹上法庭,那么情侣之间签订的“分手欠条”属于民间借贷吗?

### 案情回顾:双方约定若分手 全额退还5万元

陈女士和王先生于2020年间开始交往,2024年1月分手。交往期间,双方存在多笔经济往来。陈女士曾于交往期间向王先生

出具欠条一份,确认从2020年4月起王先生多次给她大额转账与购买昂贵的商品,双方协议金额为5万元,如若分手,全额退还。

现双方分手,王先生要求陈女士归还上述款项,而陈女士拒不承认欠条并将其拉黑,于是王先生诉至法院。陈女士辩称,双方原

为情侣关系,交往期间互有经济往来,但并不是借贷关系,且该欠条是在王先生暴力、言语逼迫下所书写,非自己本意。

### 法院审理:未能举证“分手欠条”是女方借款

法院审理认为,陈女士和王先生原系情侣关系,双方于2020年间开始交往,今年1月分手,所谓“分手欠条”属实存在,约定金额为5万元。根据双

方举证的流水记录,陈女士和王先生的转账金额多为租房、日常消费支出,或如“520”“1314”等为增进感情的赠与。王先生未能证明其主张的

借款过程,也未能证明其与陈女士资金往来中,其支出款项系因陈女士借款请求而交付的钱款;结合双方“提一次分手打三次”等聊天记录及派出所

出警记录,陈女士辩称其系因王先生威胁故在受胁迫情况下书写欠条的辩解合理有据,法院予以采纳。法院判决驳回王先生的诉讼请求。

### 法官说法:情侣间经济往来是否借贷 需判断是否存在合意

该案中,案涉“分手欠条”并非陈女士真实意思表示,王先生以恋爱期间包含共同外出消费、为维系恋爱关系的一般赠与等经济往来要求陈女士偿还

借款,但又并未就陈女士向其借款的借贷合意进行举证,故现其要求偿还借款理据不足,法院不予支持。

情侣之间因恋爱关

系会产生经济往来,其中的经济往来是否属于借贷关系,应从双方是否有借贷合意进行判断,因“分手费”签署的借条或欠款凭证并非基

于借贷合意,而是双方基于结束恋爱关系签署的协议,此类债务不属于民事法律调整范畴,并无法律上的债权债务约束效力。

## 咱厝人谢渭芬 获上海市科技进步奖

海都讯(记者 吴日锦)24日,记者从上海长征医院获悉,10月23日上午揭晓的2023年度上海市科技进步奖,咱厝人、海军军医大学第二附属医院(上海长征医院)谢渭芬教授领衔研究的项目《慢性肝病诊疗关键技术的创新研究与临床应用》荣获一等奖。

谢渭芬教授是泉州惠安县黄塘镇人,目前在上海长征医院担任首席专家、消化内科主任、内镜中

心主任,他还是国家重点研发计划首席科学家、博士生导师。

据悉,由谢渭芬领衔研究的“慢性肝病诊疗关键技术的创新研究与临床应用”项目,是在国家重点研发计划、国家自然科学基金资助下,历经十年刻苦攻关,在慢性肝病基础研究、肝硬化及其并发症临床研究和肝癌转化研究三个方面取得系列创新性成果。

## 熊孩子反锁房门 民警紧急出动

海都讯(记者 黄晓燕)“儿子不小心把自己反锁在房间里了,钥匙从外面也打不开……”10月21日晚上10时许,接到市民陈先生焦急的报警电话后,泉州市公安局丰泽分局巡特警反恐大队出警组民警吴伟平迅速带队赶往现场。

据了解,当晚家人都在客厅内忙碌,小男孩独

自进房间玩耍,却不小心把房门给锁上了。由于孩子年龄较小,几次尝试让其自己拧开门锁未果。

民警耐心安抚孩子的情绪,在征求家属同意后,快速联系了开锁公司。10分钟后,开锁师傅通过专业工具打开房门,民警仔细检查了小男孩的身体情况,发现并无大碍。