

真有人笑“掉”下巴

泉州一家医院连续接诊两名颞下颌关节脱位的学生;医生提醒,长时间低头写作业或是玩手机,脖子前倾,易导致颞下颌关节紊乱

N海都记者 你以为“笑掉下巴”只是夸张说法? 真实案例来了! 上周,泉州市第一医院口腔颌面科连续接诊两位学生,一位因大笑、一位因打哈欠,结果都“掉”了下巴,也就是医学上说的颞下颌关节脱位。

青少年群体高发 主要诱因是压力大

该院口腔颌面科副主任医师陈秋迎介绍,两个孩子来就诊时,紧张得说话都不利索,其中一人还疼得直流口水。给其中一位复位时,因孩子太紧张,肌肉一直痉挛,试了好几次,最后放音乐舒缓情绪才成功,听到“咔嚓”一声,嘴巴终于合上。

陈医生提醒,颞下颌关节就在耳朵前方,是面部唯一的关节。像外伤、过度张口大笑、打哈欠、长时间看牙、大口啃硬物,还有关节结构异常(关节窝过浅、韧带松弛)、咀嚼肌过度收缩痉挛等,都可能引发关节脱位。

陈医生说,这种病在青少年群体中高发,主要诱因是压力大,长时间低头写作业或是玩手机,脖子前倾,导致颞下颌关节紊乱。

这些好习惯 能防止“掉”下巴

- 陈医生提醒,有过颞下颌关节脱位经历的人以及青少年群体,做到以下这几点,就能防止“掉”下巴。
1. 平时要管住嘴、收住口:少吃坚果、牛肉干等硬货,少嚼口香糖;大笑、打哈欠时,记得用手托住下巴。
 2. 改掉坏习惯:别单侧后牙咀嚼食物、托腮、磨牙。
 3. 经常热敷关节:每天用热毛巾敷敷耳朵前方的关节处,放松肌肉。
 4. 坐有坐相:青少年学生别弯腰驼背,保持正确坐姿,别总让脖子往前伸。
 5. 释放压力:多运动、做冥想、练瑜伽,别总把压力憋心里,减少紧咬牙的情况。
- 她特别提醒家长,别只盯着孩子的成绩,要多关心孩子的健康。多鼓励孩子到户外跑跳,做做抬头拉伸运动。

“掉”了下巴怎么办?

陈医生说,一旦颞下颌关节脱位,要保持冷静,不要慌张。因为一紧张肌肉更僵硬,不利于复位。同时要及时就医复位,正常情况下,患者坐直靠墙,下颌低于医生肘部,医生拇指缠纱布放磨牙处,下压后推,只要听到“咔嚓”的响声,能正常闭嘴,就复位成功了。

复位后要用冰袋敷一敷,减轻肿胀和疼痛。对于刚复位的人,她建议,一两周内别大张口,别大笑、大口吃饭,要是再次脱位,建议用绷带固定下颌一段时间。

冲上热搜的“能量石”能“治病”还是会“致病”?

Z 扬子晚报

近日,有媒体报道,大连周水子机场海关在入境旅客的行李中,截获了一袋所谓的“保健石”,经检测,辐射量达105微西弗,戴一天辐射量相当于拍117次胸片。不少网友直呼“太可怕”,#能量石戴1天辐射量如拍117次胸片##女孩戴能量石3个月总是流鼻血#等话题也冲上热搜,宣称可以保平安、促健康的“能量石”再次进入大众视野。它真的可以起到保健作用吗? 辐射又是从何而来?

既能佩戴还能理疗,“能量石”广受追捧

记者搜索发现,这些“能量石”多和“保健石”“火山石”相关联,有的可作为首饰佩戴,有的可用来热敷理疗,价格多在几十至几百元之间。

那么,这种石头是如何使用的呢? 记者询问了一家工厂店铺,该店铺客服人员介绍,将“能量石”加热后用来热敷或者按摩都可以,有理疗祛湿、舒缓解压的作用,并表示贵的和便宜的在使用效果上没有太大差别,只是尺寸、形状有所不同。而在问及这些产品是否有辐射时,客服解释道:“这是天然的火山岩石,没有辐射,不像那些合成的做饰品的材料。”

记者又找到了一家售卖“保健石”项链饰品的店铺,询问了一款标明有颈椎保健功能的砭石项链,售价122元。客服人员介绍,长期佩戴可以针对颈部进行按摩和保健,帮助缓解颈部僵硬、疼痛等问题,且砭石的辐射极低,对身体没有危害。

是“辐”不是“福”,但也不要谈之色变

那么,这些石头到底有没有辐射? 南京同仁医院影像科主任车子刚在接受记者采访时表示,其实来自大自然的石头都有辐射,只是量多量少的问题。

在日常生活中,常见的辐射包括天然本底辐射、医疗辐射和其他辐射。数据显示,全球平均每人每年接受的本底辐射大约为2400微西弗。我国国家标准规定公众每年在天然本底辐射之外,附加有效剂量不超过1000微西弗(从事放射性相关的工作人员除外)。

“坐飞机、使用微波炉等都会有一定的辐射,正常医疗检查短时间内有辐射,但有防护、剂量可控,所以大家都不必恐慌。”车子刚主任介绍,此外,未经加工的天然石头里所含有就是天然本底辐射,虽无法避免,但也无显著风险。不过,有些不稳定的放射性核素会富集存在于一些岩石当中,开采并提纯之后放射性可能更高;还有些人工合成材料做成的石头制品成分太过复杂,消费者也难以判断有无辐射,确实存在安全隐患。

“较轻的症状可以表现为心慌、胃胀、手脚发麻、皮肤破溃、流鼻血等,严重时可引起心脏、呼吸系统、中枢神经系统损伤,甚至危及全身免疫系统,引发多种恶性肿瘤。”车子刚主任说,来路不明、成分不明的“能量石”“保健石”等会持续不断地放出放射性物质,不可控,危害更大。但正规厂家的合格产品,剂量在正常范围内,对人体不会造成伤害,所以也不要谈辐射色变。

**日春茶业**
RICHUN TEA

真品质 不二价

南安两地启动肾病患者帮扶行动

海都讯(记者 杨江参) “这笔资助真是雪中送炭,为我们家庭减轻了不少负担。”前两天,在南安市霞美镇卫生院血透室内,正在接受治疗的林女士握着工作人员的手,难掩激动之情。

5月28日,记者从南安市委宣传部获悉,林女士口中的资助,源于南安丰州、霞美商会联合开展的“肾友关爱”基金三年帮扶行动。

记者了解到,本次帮扶行动自2025年6月1日起正式启动,将持续至2028年5月31日,启动资金由南安丰州、霞美商会年度定向捐赠构成,每年募集总额不低于8万元,帮扶对象为丰州和霞美两地村民。

南安霞美镇相关负责人介绍,每一笔善款都将汇入“肾友关爱”专项基金,直接用于支付透析治疗的个人自付费用,每位肾友每年有2000元左右帮扶资金,将切实缓解患者经济压力,让患者能够更加安心地接受治疗。

分类信息

广告热线:泉州0595-22567990 15259412788

地址:泉州市鲤城区江滨南路南益鲤景湾三期A座4F(办理时间:上午9:00-下午17:00)

温馨提示:选择金融、二手车、加工、征婚等分类信息,凡涉及到现金、计息、转账等交易事宜,请注意防范,谨防受骗!

遗失声明

泉州市丰泽区阿芬官后餐饮有限公司(统一社会信用代码:91350503MA8UUQRC3X)不慎遗失圆形铜质公章一枚,印章编码:35050310050128,声明作废。

福建中科宏图信息科技有限公司(统一社会信用代码:91350503MAC2F83L57)不慎遗失圆形铜质公章一枚,印章编码:350310064969,现声明该公章作废。

泉州市大闽文化创意有限公司(统一社会信用代码:91350582MA3468K24H)不慎遗失圆形铜质公章一枚,印章编码:35058220004391,现声明该公章作废。

袁智平、陈巍夫妻遗失女儿袁伊一(由泉州滨海医院开具的出生医学证明,出生证号:T350181262,出生时间:2019年1月1日,声明作废。

袁智平、陈巍夫妻遗失儿子袁衍辰(由泉州滨海医院开具的出生医学证明,出生证号:Q350333340,出生时间:2016年9月14日,声明作废。

招租公告

泉州中旅汽车公司位于鲤城区打锡街中旅综合楼三层东侧部分场地(面积为47.57㎡)拟通过竞价方式招租,出租用途为商业,报名时间截止至2025年6月19日。
联系人:黄女士
联系电话:0595-22783748

租厂房,找中熙产业园

60万㎡精装标准厂房出租,专业化、规模化、产业聚集

招租热线:0595-27551111(酒店、KTV同步招租)

地址:泉州台商投资区滨湖南路中熙产业园(离高速出口约3公里)