



生活百科、寻人寻物、困难求助……
不管问题大小,我们都帮你问到底。
当然在这里,我们更希望的是你帮我、我帮你、大家帮大家。

互动方式

- 直接拨打 96060
- 新浪微博 @快报小报
- 登录我能网 www.wonengw.com (新浪微博和腾讯微博账号可直接登录)“求帮助”版块,点击“我要提问”

肩膀疼一定就是肩周炎吗?

这张图,帮你知道身体为什么疼痛

前几天,微博上一张图成为许多患者关心的话题,许多人看后发出感慨,疼痛也会“乱跑”。明明是胆囊炎发作,但是疼痛可能发生在右肩皮肤;明明是心绞痛,却会出现心前区、左肩或左颈部体表疼痛……

牵涉痛的说法靠谱吗?

南京市中医院针灸科专家陈朝明说,微博上疯传的这张图基本是正确的,只是心脏疼在脸颊,这个说法他个人没有听说过,其他都是有道理的。有的疼痛部位和发病部位相距比较远,这不奇怪,某些内脏器官发生病变时,伴随着体表一定区域产生感觉过敏或痛觉,这种现象被称为牵涉痛。牵涉痛是内脏痛觉的一种重要生理特性,例如阑尾炎的早期,疼痛常发生在上腹部或脐周围;心肌缺血或梗塞,常感到心前区、左肩、左臂尺侧或左颈部体表发生疼痛等等。

专家说,牵涉痛是把双刃剑。由于有些患者发病时仅表现为牵涉痛,在临床就诊时往往容易被疾病部位误导;而有时腹痛若伴有一些特定部位的牵涉痛,则可帮助医生寻找疼痛的来源。如胆囊炎发作时伴随的右肩背部的疼痛,阑尾炎

发作时的右下腹痛,胰腺炎发作时的背痛,肾结石发作时则会引起大腿根部的疼痛。

肩周炎到底是啥样?

当然,也有不少肩膀疼的,确实可能是肩周炎,而市民也不可以小瞧。南京市中医院针灸科专家陆瑾介绍,肩周炎主要有三方面临床症状:疼痛是肩周炎的主要表现,肩部疼痛逐渐加重,多数位于肩前外侧,可放射到肘、手及肩胛区。疼痛为持续性,常常夜间明显。肩周炎会导致局部功能障碍,比如肩部活动受限,活动时疼痛明显。陆瑾说,还有一点需要注意,肩周炎有压痛,比如肩关节前、外、后方均有压痛。

如何自测是不是肩周炎?

有兴趣的市民也可以做个简单的试验来判断你的肩膀是否因为患有肩周炎。将双侧肘部紧贴腰部,屈肘时关节90°,双手拇指翘起朝天,余四指握

拳;在保持肘部紧贴腰部不动、屈肘90°不动的情况下,将双手向两侧分开,使双手间距离拉大。就好像做拉力器的锻炼似的,只是肘部不能动。如果自己不能完成这项试验,可以请家人帮忙检查患侧手是否可以外移拉开。如果肩痛侧的手能外移,则多数不是“冻结肩”;如果肩痛侧手外移程度明显低于健侧,多数是“冻结肩”,即俗称的“肩周炎”。

光看图远远不够

专家介绍,这张图只是一个参考图,真正想要弄明白身上的疾病痛,真正出自哪里,还需要去医院。打个比方说,有的疼痛是在后背,而这张图就没有说清楚。专家提醒,在明确病因的情况下,对一些疾病作适当的推拿、针灸是可以的,但是没有明确的情况下,可先去找专业医生咨询诊断再订自己的康复计划。
通讯员 钱文娟
现代快报记者 刘峻

帮你问

6个月后 母乳没有营养了?

“6个月后母乳没有营养了”“宝宝6个月内可以喝水”,这些网上流传的错误观点仍在影响着人们。专家呼吁大家尽量采用母乳喂养,纠正不正确的喂养知识,改善婴儿营养状况。

据卫生部有关调查显示,我国半岁以下婴儿纯母乳喂养率不足40%。“以前的陈旧甚至错误的观念要一改了。”江苏省妇幼保健院儿童保健科主任秦锐说,最重要的有两点,第一,过去认为宝宝出生后可以喝水,或青菜汤,但现在认为这是错误的,宝宝一天保证150毫升的母乳后,就不需要喂其他液体食品了;第二,过去认为宝宝4个月的时候可以吃一点蛋黄,实际上6个月内应该纯母乳喂养,而喂蛋黄要推迟到7个月以后。

近日,网上又流传“6个月后母乳没有营养了”等观点,但秦锐说,这是个很错误的观点,母乳到了6个月后,蛋白质、脂肪含量确实呈缓慢下降的趋势,此时要注意给孩子添加辅食了,但并不意味着要停掉母乳,因为母乳仍是宝宝最好的食品,所以建议宝宝一年内都可以吃母乳。
通讯员 陈步伟 现代快报记者 刘峻

信息快递

每字三元

- 教育咨询
- 健康保健
- IT通讯
- 法律咨询



家教

南师 贫困生8元/时起,备课上门,包成绩(含江宁、浦口)。66692950
南师附中 老师上门,包提高。66692995

数学 名师。86051920
美术名师 13813971240
中考 数学115、化学75。86555748
高三英语 84218810

律师咨询

资深、婚姻、房产、违约、刑事、疑难、委托。13770501904
律师胜诉收费。86688598

社会调查

霸王花 婚调、拆散、危机公关、整蛊支招。52038812
万邦 婚调取证、拆散婚外情、高效、保密。84499522
永顺 追债十点成付,判决未果。15195988747
特快清债 不成功,不收费用,国家商账追收师,全国债务。68678228

警狼 调查。51911121

永诚 寻人、寻址、取证。66904302
仁和 专业追债,十年经验,成付。13915996727

百胜追债团 十点成付! 速度快! 13851420702

驰海 20年刑警,专家调查。13512511025
飞虎 婚查、短信、取证。18252020715
必成 专业、跟踪、取证、清债、保镖护卫。83370339

联邦 调查、短信、取证。18252020837

网站管理

维优 企业建站,设计+制作+优化+推广。84404855

寻求合作

寻求美甲合作有稳定客源。15951855222

防盗监控工程

专业监控安装。13813925256

生活直通车

搬家服务



喜顺 厢、30起,全市连锁。86653506
喜顺 家、学校、86654540 拆装家具、空调,长途特优
喜顺 搬家、厂。86032666 特低
喜顺 迈尧、下关。85503004 厢
喜顺 鼓楼、河西。86278226 人多,价低。

喜庆 半价。85436939 长途、家喜顺 免楼层。86279339 厢、优喜顺 搬家、厂、河西80起、厢。86666942
喜顺 河西、鼓楼。86279827 人多、特低
喜顺 厢、拆装、家具、空调、长途。86050222
双喜 搬家,长途,城市配送。84299982
喜顺 厢,拆装家具。83434208
喜顺 专业搬家。83419602 优喜顺 免楼层。86612038 厢、优喜顺 龙江、奥体、鼓楼。
河西 86270339 家、低喜顺 鼓楼、搬家、优。86279888

喜临门 搬家、琴、搬单位、拆装。84230030
喜顺 专业、搬琴、搬家。86455277 优

五星 专业搬家、让您省心。66077975

下关 家。58817553
下关 58818039 包满意
迈皋桥 栖霞 厢。85332209 低福临门 专业搬家、长途。85300006
喜顺 搬家、拆装、人、车多。86475997 全国长途
中央门 尧化门。85336058 厢
栖霞 尧化、迈皋桥、下关。85333158 低
迈尧 栖霞。85432686 厢、优、低下关 58806685 包满意。
福临门 搬家。85380289
栖霞 (专业起重队)家、厂。85692985
江宁 厢。52159499

双喜 30起。52426462
迈皋桥 尧化门、仙林、马群、家。85331216 优
江宁 家、厂。52022388
福临门 起重、厂、家。85629290
马群 卫岗、麒麟门:厢。84272986
益民 搬家。86222038
下关 搬家。58818165 包满意
雨花、江宁 家,拉货。52404113
秦淮 家。52617199
秦淮 家。52621185
益民 搬家。86669485
白下 富贵:家、厂。84860076 半价
桥北 市区、家。58764690
迈皋桥。83954219 厢、低南湖。86276231 厢

汽车广场

- 车辆信息
- 转让汽车
- 车辆租赁
- 转让摩托车
- 求购汽车
- 转让工程机械车
- 求购摩托车



越嘉陪驾。86417537

车辆租赁

龙江 款多,价优。86220856 迈皋桥、85521531
16行 价优。85606808
租赁 伊兰特2900/月。83945597
驱日 全新凯美瑞、奔驰、宝马、商务轿车。83403667
德迅 锋范、思域、马6、雅阁。58821686
珊杰 思域、马6、锐志。81960001
华越 迈腾、景程。83208832

求购汽车

世盛 商务、轿车。84540907
出租 新宝来,配驾。15150543378
出租 商务、大客、厂班。58074495
急购 3-9米货车。13404153886
求购 4-9米货车。15005177461
单位自购货车1辆。66079921
高价求购3-9米货车。13072531253
急购 3-8米货车。66018729
求购 3-4米小货车。13236535232
求购 轿车或面包(家用)。13245266007
高购 9.6米前四后八2辆。13951935953
物流购车3-8米。18761654565
高购 报废车。15051883150

求购 报废车。15951812359

求购摩托车

高购 摩托、助力。13260913317
高购 宁、外摩、助力。86686660
高购 宁摩、助力。13951626519

转让汽车

江苏中驰二手车市场
地址:江宁区岔路口宏运大道1468号。
服务范围:二手车交易、过户、车辆寄售、新车上牌、车辆年检。另有厂地招租。
咨询电话:52155117 13913868680
转让 全新出租车。51194448
转让 07年跃进4.2厢货。15951088835
转让 东风小霸王,10年5月。13915927312
转让 09年长安。18951841600
出售 09年十通平板车9.2米长,12吨,装15吨不超载,9万元。15195888849
转让 05年7月面包车。13382406675
转让 09江淮平板4.87米。13951865183
转让 09豪沃8米自卸。15150670172
转让 09年6.8高栏。13913343537

转让 09年3月十通10吨6.8米玉柴六缸。13809047560
转让 8米厢货。18651863489
转让 全新出租车。13814064079
转让 10年起亚赛拉图6.8万。18066031054
低转 11年7月江淮4.87米,6万。18795851615
转让 宁牌五桥半挂。15951964257
急转 福田农用车,11年长安之星。13675167838
转让 前4后8自卸两辆,8.5米。15996444176
转让 09,9跃进。13151583558
转让 05东风平板8米。13813820719
转让 五菱之光。13338603165
转让 10,4.2米蓝牌江淮。13952057814
转让 07年解放9米6前四后四。15050573999
低转 陆风风尚商务车,全险。66015331
低转 10年奔腾B70。15805197905
低转 08新雅阁,2.38万。13770943006
转让 04年三代尼桑蓝鸟。13905176119

急转 09年凯越。13057606032
转让 07年佳宝(五菱发动机)9000。15261433541
低转 04年金杯。13913972773
转让 2010年3月前四后八豪沃。15950463338
转让 06年豪沃前4后8。13404165672
低转 09金王子。15851833220
转让 02中巴,有禁区证。18602558017
转让 07年东风双排座,车况佳,无事故。13182908458
转让 5吨柳特。13770791759

转让工程机械

转让 压路机、装载机。13770730388
低价转让 装载机。13301599628
转让 柴油、电动、液化气叉车。85522637
转让 02年320推机。13585118122
转让 神刚挖机。13951037366
转让 宣工140、湿地160推土机。13813352111
急转 320C卡特挖机。18913030666
转让 小松挖机,况佳。18912908555
转让 现代210-5。13814532338