

专家医讯

上海六院 康复医学科专家来啦

本报讯(记者 吴清华 通讯员 陈丹红)12月11日、12日,上海六院马燕红教授名医工作室将晋开展诊疗工作。

据悉,届时康复医学专家马燕红教授将在晋江市医院开展门诊、病房指导等诊疗工作,广大市民在家门口就能享受到康复医学专家的优质诊疗服务。



晋江市医院晋南分院 “医码通”上线

本报讯(记者 吴清华 通讯员 陈华南)你是否也有过这样的遭遇,匆匆赶到医院,却发现匆忙之间竟忘了带就诊卡……不想白跑一趟的话,只能再重新办理一张。

那“医码通”是什么呢?晋江市医院晋南分院相关负责人表示,简单来说,就是保存在手机上的就医凭证。它是晋江市卫健局为解决“一院一卡、互不通用”导致的重复办卡问题,而推出的一项便捷服务。

最后,要坚持锻炼,锻炼与药物治疗同等重要。在控制关节疼痛的同时,应及时谨慎而循序渐进地进行关节活动。

急性期,应穿有缓冲作用鞋垫的训练鞋,有关节病变者要坚持进行功能锻炼。慢性期,以运动后疼痛持续时间<2小时为度,至少每天做一组深呼吸活动,以维持胸廓活动度。

健康课堂

关爱自己 从学会自检开始



晋江市中医院医生陈丽芬

乳腺癌是威胁女性健康的首要疾病。过去,乳腺癌大多发生在中年妇女身上,可近些年来,越来越多的年轻女子患上乳腺癌。

案例: 学会自检为健康负责

近日,新晋人胡女士来到晋江市中医院,要求做乳腺的检查。检查过后,晋江市中医院陈丽芬医生告诉胡女士,影像检查结果提示乳腺存在2厘米多的肿物,有恶性的可能。

胡女士为什么会主动就医检查呢?原来,在胡女士检查的前一晚,她打电话给刚确诊为乳腺癌的表姐,在电话中,她关切地询问对方是怎么发现的乳腺癌。

提醒: 无痛肿物更需警惕

“医生,我的肿块明明不痛,为什么会有问题?”不少市民都有这样的疑问。

“乳房疾病通常有三大症状:乳房疼痛、乳房肿块、乳房溢液。而乳房肿块通常是无痛的,因为无痛,所以通常容易被人们忽视。”

陈丽芬医生介绍,乳腺疾病并不只是女性的“专利”,男性也有可能中招。乳腺疾病不只是中年人会有,它正明显开始年轻化。

建议: 女性要做好早期筛查

“想要远离乳腺癌,女性最好定期做乳腺体检。”陈丽芬医生建议,平时生活中,大家要保持良好的作息规律,一定不要熬夜,熬夜很容易诱发乳腺癌。

陈丽芬医生提醒女性朋友,在每个月经周期的第十天左右进行乳房的自我检查!此外,建议大家无论摸到的肿块疼痛与否,都要去医院就诊检查。

本版由本报记者 陈荣汉 吴清华 董亚军 采写

口腔健康 | 口腔医生支招儿童护牙

在日常生活中,有些妈妈会发现并疑惑:“宝宝牙齿上有很多黑乎乎的东西,怎么刷也刷不掉,是不是蛀牙?”

孩子和妈妈的疑惑

晋江市口腔医院牙体牙髓科施志宏医生表示,小朋友牙齿上这些非蛀牙又黑乎乎的东西是色素。儿童一般在2-6岁,牙齿上就开始有大量的软垢和色素。

施志宏医生解释说,我们总认为只有成人会有牙菌斑、色素、牙结石这些污垢,其实小朋友也会有牙垢,由于孩子们大多偏爱蛋糕、糖果、饮料等甜食,再加上口腔清洁往往马虎,因此特别容易有色素沉淀及软垢。

软垢色素可去除

知道不是蛀牙后,家长们一般都可以放下心来。但随之而来的一个问题

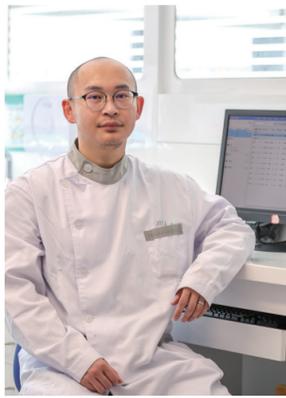
是:小朋友牙齿上的软垢、色素能去除吗?该怎么办呢?

对此,施志宏医生表示,“唯有去除掉牙垢,色素这些脏东西,还孩子一口干净健康的牙齿。”

有人疑惑:“这不就和成人刷牙一个道理吗?”说对了!施志宏医生表示,其实在美国,小朋友大约从3岁就开始坚持每半年定期刷牙了。

小朋友刷牙有何不同

施志宏医生介绍,牙医在给儿童刷牙时,主要采用抛光,而非寻常意义的洁治。“所谓抛光,是用柔软的橡皮杯配合儿童喜欢的水果味抛光膏对牙齿表面进行抛光清洁,以去除软垢及色素,从而达到保护牙齿的目的。



否需要洗牙结石的疑惑,施志宏医生表示,2-6岁的儿童很少有牙结石,只是软垢和色素比较多,“牙医会用非常柔和的毛刷或抛光的方式去除。”

强直性脊柱炎个人护理这样做

读者问:强直性脊柱炎如何做好个人日常护理?

晋江市中医院风湿免疫科负责人、副主任医师张莹回答:

首先,健康的心理状态有助于疾病康复,不良的心理如焦虑、恐惧和失望等会影响治疗效果。因为不良情绪会使康复锻炼的积极性降低,另外不良心态引起的负性心理应激作用会通过内分泌系统影响全身,也不利于疾病恢复。

应多吃高蛋白、高营养的食物,如肉类和鱼类,也要吃水果和蔬菜以补充维生素,饮牛奶以补充钙质,保持营养的均衡摄入,避免超重而加重关节负担,不吃不洁的食物,不喝生水,防止引起腹泻。

严重的肺部感染。此外,在体态和姿势上,坐椅选硬座和高至头部的硬靠背,并有扶手,避免坐低而柔软的坐椅或沙发;调整椅子高度,保持正确姿势,避免身体向前弯曲,胸直立,常活动脊柱,通过坐直和向后活动肩部来伸展脊柱。

选宽松的羽毛枕头。最后,要坚持锻炼,锻炼与药物治疗同等重要。在控制关节疼痛的同时,应及时谨慎而循序渐进地进行关节活动。

《健康周刊》特约合作机构

咱厝人身边的好医院

品牌专栏热线15980068048(微信号B84552165)

晋江市医院 logo and QR code. 晋江市医院 福晋晋江市医院

晋江市中医院 logo and QR code. 晋江市中医院 人道·爱心 敬业·利民

晋江市第二医院(安海医院) logo and QR code. 晋江市第二医院 安海医院

晋江市医院晋南分院 logo and QR code. 晋江市医院晋南分院 国家公立二级甲等综合性医院

福建医科大学附属口腔医院晋南分院 logo and QR code. 晋江市口腔医院

理财

“妖风四起” ST 板块愈发火热 业内提醒:警惕风险警示板股票炒作

“最近上证指数震荡,但有一个板块却特立独行,走出了一波翻倍行情,就是ST板块。”近日,晋江投资者陈先生发现,ST板块走势不错,拉长周期一看,着实把他吓了一跳。

“每到年底,ST板块都会走出一波‘脱星摘帽’行情,加上该板块个股市值普遍偏小,极易被炒作,因此大涨大跌成为常态。”

遵守风险警示板块交易规则

ST板块指的是在沪深股市上挂牌的股票,因为经营亏损,股票被证监会在名称前加“ST”以提醒股民注意特别处理的股票板块。

易所对该公司股票实施风险警示,以提示投资者该股票存在终止上市风险(*ST)或其他风险(ST)。

对于风险警示股票的交易,交易所早有规定,投资者在参与交易过程中,一定要严格遵守相关规定,合法合规参与交易。其规定,投资者无论通过竞价交易还是大宗交易、普通账户交易还是信用账户交易,只要单日累计买入单只风险警示板股票超过50万股,均属于违规行为。

炒作风险极具加剧

近期,该板块炒作氛围浓厚,不少个股走出了一波大行情,吸引了不少本地投资者的关注,但值得注意的是,该板块个股波动也正逐步加剧。

月30日,某威集团因2017年度和2018年度经审计的归属于上市公司股东的净利润均为负值,以及被会计师事务所出具无法表示意见的审计报告,按照《上海证券交易所股票上市规则》等相关规定,上交所对其实施退市风险警示,其股票开始在风险警示板交易,股票简称改为*ST某威。2019年7月12日至11月7日的79个交易日中,市场对该上市公司的巨大潜在风险作出了反应,其股票价格由14.59元下跌至1.05元,跌幅近93%。

尽管上市公司在上述期间多次发布股票交易异常波动及风险提示公告,但股价一字板涨停和日内巨幅波动的情形仍频繁发生。据调查,在上述期间的*ST某威股票交易中,不少投资者违反了《上海证券交易所风险警示板股票交易管理办法》关于单日买入单只风险警示板股票超过50万股的规定,过度投机炒作的迹象十分明显。

然而,股票市场终究还是有其自身的运行规律的。2020年1月9日至4月20日,*ST某威股票价格再次连续大幅下跌64%,众多前期盲目参与跟风炒作的投资者承受了不小的损失。最终,*ST某威股票也未

Table showing stock prices for ST companies like ST金杯, *ST宝硕, *ST嘉陵, etc.

能扭转退市的命运,2021年6月1日公司股票被摘牌。从该案例可以看出,尽管风险警示股票炒作之风盛行,但其最终,将带来惨痛的教训。

谨慎判断投资风险

为了让投资者更好地了解风险警示板块,目前,市场实行“买者自负”原则,无论投资者是首次买入风险警示股票,还是之前交易过ST或*ST类股票准备继续买入风险警示股票,均需要先签署《风险警示股票交易风险提示书》,如未签署,将无法买入(已持有的风险警示股票可以选择继续持有,允许卖出,但不允许买入)。如要开通,需要前往营业部办

理或通过券商APP签署风险提示书。

但业内人士也提醒,风险警示板股票的投资风险远高于其他板块股票,设立风险警示板,就是为了保护投资者的合法权益,对被予以退市风险警示的公司及其他重大风险公司实行另板交易。风险警示板股票的投资价值存在严重的不确定性,特别是被实施退市风险警示的股票,多数将被实施终止上市,投资价值显著降低。

增强投资者体验感 券商账户管理功能优化在即

本报讯 记者日前走访获悉,证券公司账户管理功能优化试点已获证监会评审通过,首批获准成为试点的证券公司包括中信证券、国泰君安、银河证券、中金财富、国信证券、安信证券、招商证券、中信建投、申万宏源、华泰证券等10家证券公司。

券商账户管理功能的优化,对投资者将有什么帮助呢?“当前,券商业务逐渐丰富,客户所开设的账户也逐渐增多,但各账户之间依然彼此独立,使得一些操作就比较繁琐。”

据悉,证券公司账户管理功能优化试点,通过建立客户综合账户体系,为客户提供同名账户资金划转、资产分类管理子账户、客户资产视图等综合账户服务,做到在符合政策、合规风控等要求下为客户提供资金互转服务,提高客户资金使用率,提升客户投资体验。

民生银行再获奖项

本报讯 日前,中国金融认证中心(CFCA)联合近百家公司举办了2021银行数字动能与金融创新峰会暨第17届宣传年年度盛典,揭晓了2021中国数字金融金榜获奖机构,民生银行凭借创新型的开放银行模式、智能化的移动金融服务,获“最佳开放银行奖”“最具特色移动金融服务奖”两项大奖。

近年来,民生银行围绕“民营企业的银行、敏捷开放的银行、用心服务的银行”战略定位,积极探索数字化转型,加速建设智慧银行和生态银行,持续创新平台产品和服务模式,以科技建设创新驱动变革为动能,为客户打造丰富多样、便捷安全、高效优质的数字金融生活,充分满足了客户多元化的服务需求。

今年,民生银行大力建设拓展开放银行,构建“民生云+”品牌,输出金融服务能力,通过链接行业生态合作伙伴,打通整个产业链条,实现资源、技术、服务共享,赋能各行业数字化转型。创新推出“民生云·代账”,面向代理记账行业提供轻量级的综合服务方案,与财税行业软件服务商合作,向财税SaaS平台输出交易明细查询、电子回单等服务,帮助平台提升自动化、智能化程度,打造“银行+ISV+行业场景+客户”之间的全新价值链,使银行服务真正融入客户的生产经营场景中,助力中小微企业降本增效,实现多方共赢。