

# 每天不重样 社区托管班受热捧



泥塑非遗传承人朱敬伟教小朋友捏泥人 现代快报/ZAKER南京记者仲茜摄

快报讯(记者 仲茜)放暑假了,社区居委会通过发动志愿者、提供免费场地,开办公益托管班,解决辖区双职工家长看护难问题,这在鼓楼区并不少见。现代快报记者调查发现,由挹江门街道回龙桥社区开办的“小龙人社区夏令营”活动,课程最丰富,也最受市民欢迎。

跟着非遗传承人学捏泥塑、学剪纸,听老师讲金陵诗词、科普知识,现场操作电脑学编程、学绘画、学制作航模……据了解,这

是回龙桥社区连续第6年开展暑期托管班。“周一至周五,每天上下午都安排了不同课程。7月初,各科课程报名人数都超过50人。”社区党委书记徐节介绍说,来自南师附中、十三中、十二中的志愿者也加入进来了。他们不仅辅导小朋友们做暑假作业,还为弟弟妹妹们带来了社会实践课,与他们一起参与公益、服务社区。

据悉,小龙人社区夏令营将持续至8月11日,周边有需求的家庭可前往免费参加。

## 通报

### 上月电梯困人695起

快报讯(记者 徐岑 通讯员 张艳)昨天,南京市质监局官方微博通报了96333电梯应急处置中心上个月的处置情况。现代快报记者了解到,上月电梯困人695起,比5月多出了150起,平均每天发生困人故障23起。其中,暴雨导致电梯进水故障的有不少。

而本月也有暴雨进水故障事件。质监部门提醒,电梯进水容易导致困人故障、电源短路甚至漏电触电事故。所以当楼层发生水淹导致电梯井道或底坑进水,应将电梯轿厢停在进进水层站以上二层,停梯断电,防止电梯轿厢进水。而电梯进水后,禁止使用,要等维保部门进行除水除湿处理,经绝缘检测合格,安排轻负荷试运行,由维保公司与使用管理单位(物业公司)有关人员签字后,才能重新投入使用。

困人故障高发的电梯有:玄武区管苑南路62号宾馆,发生困人故障3起;

秦淮区石门坎117号大地豪庭9幢南华骨科医院,发生困人故障3起;

鼓楼区建宁路8号玉桥市场三期酒店公寓2号梯,发生困人故障3起;

困人故障高发的电梯使用单位有:

南京锦江物业管理有限公司管理的江宁区双龙大道1008号水月秦淮小区,发生困人故障7起。

## 活动

### 周六去赴“蟠桃盛宴”让你饱口福

快报讯(记者 胡玉梅)又到了水蜜桃超好吃的季节。本周六(23日)上午9:30,由江苏省农科院、江苏省农学会、江苏省农村科技服务超市总店等联合主办的“江苏省农科院公众开放日”,将在钟灵街50号紫金生态园内举行。这次开放日主题为水蜜桃,汇聚了江苏超好吃的水蜜桃,公众拨打电话84390013,可以有机会获得桃子的品尝卡券。

现代快报记者了解到,这次“蟠桃盛宴”,来现场“打擂”的,既有无锡的阳山水蜜桃,又有来自镇江、徐州的水蜜桃,更有江苏省农科院“桃草莓种植资源平台(南京)”的霞脆、霞晖6号、金霞油蟠等各种桃子。

“蟠桃会”上,霞晖、霞脆、白凤等10多个优秀桃子品种将

纷纷现身。其中,霞脆通体呈玫瑰色,果香浓郁,肉质硬脆;霞晖肉质细腻,汁液多,风味甜;而白凤可以软、硬两吃。刚摘下来的白凤桃肉质既脆又甜;如果您的牙口不好,可以将白凤桃放置1-2天,届时桃肉会变糯。

经过报名确认的前300位市民现场可免费品鉴桃子。

报名时间:7月22日9:30-12:00、14:00-17:00;电话:84390013;

活动时间:7月23日9:30-15:00(活动当天现场领票);

活动地点:钟灵街50号紫金生态园内。地铁2号线,5路、9路、36路、51路、121路、142路、179路、310路、314路钟灵街站下,江苏省农科院向东400米右拐即到。

## 服务

### 全省受灾水稻理赔第一单发放

快报讯(通讯员 诸定翔 记者 项风华)昨天,南京市高淳区首笔螃蟹和水稻理赔正式发放,其中受灾水稻理赔系全省第一单。东坝沛桥安福水产专业合作社和桡溪镇南村223户村民分别获得1008610元和82500元赔款。

受今年特大汛情影响,高

淳区农业受损情况较为严重,受灾面积12.44万亩,成灾面积3.938万亩,绝收2.176万亩,其中螃蟹受灾4.92万亩,水稻受灾4.69万亩。

昨天上午,区农工委和区保高淳支公司负责人分别来到理赔地点,为他们送上农业理赔。

## 庆祝Conbair(康培尔)进驻德基广场4周年 中老年人特大好消息

自澳洲健康食品康培尔落户南京以来,其旗下各类健康食品:蓝莓奶片、山羊奶粉、绵羊奶粉、澳洲牛初乳、有机奶粉、大豆蛋白粉、麦努卡蜂蜜含片、麦努卡蜂蜜、澳洲塔斯马尼亚革木蜂蜜、OMEGA-3、南极深海鱼油、玛咖胶囊、DHA胶囊等健康食品均受到广大追求健康的消费者的青睐。

如今,在康培尔进入中国市场6周年,入驻德基广场4周年之际,特别回馈广大消费者



澳洲原装进口 OMEGA-3 欧米伽3鱼油软胶囊

回馈价:20元/瓶

每瓶300粒,每人限购1瓶 售完即止

《进口检验检疫证在江书》编号:320.001.5079351

推广购买地址如下:

南京市德基广场二期负一层C158康培尔概念店(BHG超市旁) 南京市金陵饭店负一层9号康培尔概念店

推广订购咨询热线:025-86819182 / 86777029

## 腰椎间盘突出症 常见病 不平常

江苏地处长江三角洲、降雨丰富、空气湿度大,是各类骨科疾病的高发地区。特别是腰椎间盘突出症的发病率,近年来呈逐年上升趋势,且日趋年轻化,对人们日常生活造成极大影响。那么腰椎间盘突出症的发病原理是什么?我们老百姓又该怎样对待呢?近日,就这些中老年人关心的问题,本报专访了多位骨科专家,为大家支招。

通讯员 张军

### 患上腰椎间盘突出症切不可盲目理疗

中华临床医学会常务理事,骨科主任医师,研究生导师徐学锋教授介绍,人体的脊梁骨是由一块块骨头组成的,骨头与骨头之间,有“垫片”把它们相互隔开,这个垫片就叫“椎间盘”,它起到缓冲人体重力和纵向冲击力的作用。这些垫片“老”得很快,一般20岁以后,椎间盘就开始慢慢变老。如果不注意保养,受到损伤,它就很容易被压扁,向后面凸了出来。

“垫片”受到损伤,向后面凸了出来,并压到了神经,引起神经“线”的肿胀、发炎,使它管理的肌肉发生痉挛并疼痛,产生皮肤痛觉麻木,即为“椎间盘突出”症。

徐学锋教授表示,腰椎间盘突出症是临床上常见的腰部疾患之一,一般会产生腰痛、坐骨神经痛、一侧或双侧腿脚疼痛、麻木、肌力下降、萎缩等症状,严重时可能出现行走困难、大小便障碍、阳痿、甚至造成瘫痪,因此要早诊断早治疗。徐教授特别提醒广大患者,如果发现自己有腰突的症状千万不要想当然地去做推拿、针灸等,这样有时反而会使得病情加重。正确的做法是去正规的医院检查,通过医学影像诊断椎间盘突出的严重程度,然后寻求科学的、适合自己的治疗方案。

### 专家解析:腰椎间盘突出如何避免手术

采访中,专家们一致认为,治疗腰椎间盘突出症的关键就是如何把突出的髓核(“垫片”突出的部分)取出来或消融掉,而临床上经常有一些患者因为害怕手术,错过最佳治疗时机,最后小问题拖成大问题,造成更大的痛苦。

“随着医学的进步,许多微创技术已经渐渐代替原来的开放性手术,患者大可不必谈之色变。”骨科主任医师韩江介绍,“椎间孔镜”和“射频靶点消融修复术”是目前应用

广泛的治疗腰椎间盘突出症的微创技术。其中,椎间孔镜技术的创口只有6毫米,在高端影像设备的引导下,用极其精细的“机械手”将压迫神经的椎间盘组织清除到体外,从根本上解决疼痛问题。它的无痛、可视、安全的特点已被绝大多数患者所接受。

而“射频靶点消融术”则仅用一根不到1毫米的射频电极针,对突出的髓核进行靶点消融,从而解除对神经的压迫。“射频靶点消融术”不仅适用于腰椎,还可用于颈椎病的治理,患者在治疗过程中,全程清醒,无痛、安全性高,操作也精准,是一种绿色疗法。

### 如果您也有颈肩腰腿痛 可致电本报特邀骨科专家

临床上发现,许多骨病患者往往等到疼痛难忍时才去医院,此时许多病症已经发展到晚期,保守和微创治疗已经无力回天,因此不得不采取开放性手术,造成病人更大的痛苦。

针对“腰椎间盘突出、膝关节炎、颈椎病、股骨头坏死、强直性脊柱炎、骨质增生、骨质疏松、肩周炎、风湿类风湿”等常见骨病,本报近期走访了多位副主任医师以上职称的骨科专家,他们都有着非常丰富的临床经验,市民可致电本报热线96060预约咨询。

### 本报部分特邀专家

姓名	职称	简介
刘春志	主任医师	中国医科大学教授、硕导
徐学锋	主任医师	第二军医大学教授,研究生导师
宋一平	主任医师	教授、疼痛学专家
陈履平	主任医师	南大医学院教授,原鼓楼医院骨科专家
韩江	主任医师	腰椎间盘突出症临床专家
朱国旺	主任医师	中华医药杂志社特邀编委
张新和	主任医师	国际疼痛学会会员
朱兆连	主任医师	中国中西医结合学会会员
安云琪	副主任医师	中华脊柱医学组委员会副秘书长