这些非典型症状 竟是颈椎病惹的祸

一提起颈椎病，大家往往会想到脖子连带着肩膀疼、胳膊变麻木等症状。其实，颈椎病的类型不同，它的表现也有别。就有这么一种颈椎病，它的“势力”逐年壮大，且特别“偏爱”中青年人。被这种颈椎病盯上，往往会出现心慌、胸闷、耳鸣、眼睛酸胀、记忆力减退、狂出汗等“非典型”症状，甚至被误诊为精神类疾病。今天，疼痛科医生就来给大家揭秘这种相对“小众”的颈椎病——交感型颈椎病。

病例回放：困扰张阿姨的怪病

58岁的张阿姨多年来被一个怪病折磨得非常难受。起初只是一次心情不好之后发生耳鸣现象，到后来张阿姨便经常感觉颈部肩部肌肉轻微酸痛、手微麻、眼球凸痛，去做了很久按摩也没见好转。再后来还经常恶心、没胃口，出现较严重的吞咽不适感(有异物感，很难受)，有时伴有流泪和心慌。这个怪病折腾得张阿姨头晕恶心，心情烦躁，睡眠不好，一阵阵的全身出汗，衣服经常湿透，还反反复复感冒。因此，不管多热的天她都要把自己捂得严严实实。

但张阿姨去医院从头到尾检查了很多次，除了有点肺炎、血脂高以外没有其他异常，反反复复做24小时动态心电图，也没有严重的异常。最终，她被医院定了个“植物神经紊乱、抑郁症、焦虑症”，开了治疗抑郁焦虑的药物。可吃了一段时间，张阿姨的问题并没有解决，已经严重影响了工作和生活。

这种颈椎病更偏爱中青年人

跟平常我们经常见到的脖子疼、肩膀疼、胳膊麻木的神经根型、颈型颈椎病不一样，张阿姨的颈椎病是一种相对比较少见的类型——交感型颈椎病。

所谓交感型颈椎病，是由于椎间盘退变和节段性不稳定等因素，引发对颈椎周围的交感神经末梢刺激，产生交感神经功能紊乱。由于椎动脉表面富含交感神经纤维，当交感神经功能紊乱时常常累及椎动脉，导致椎动脉的舒缩功能异常。 因此交感型颈椎病在出现全身多个系统症状的同时，还常常伴有椎-基底动脉系统供血不足的表现，诊断较难。目前，尚缺乏客观的诊断指标。

交感型颈椎病的发病人数有着逐年升高的趋势，发病率约为3.8%至17.6%。这在颈椎病各型中的占比约为10%至25%。交感神经型颈椎病患者，其年龄在44岁以下及45至50岁这两个年龄段的人数最多， 约占总人数的八成。且全部患者中女性居多，占比为61.04%。

症状百变 耳鸣恶心还憋气

交感神经型颈椎病的症状繁多，多数表现为交感神经兴奋症状，少数为交感神经抑制症状。其发病症状按照出现频率高低排序， 排在前两位的是颈项背僵硬、酸胀、疼痛等不适（发生率83.12%） 及头晕、头昏、眩晕(发生率81.17%)。交感型颈椎病患者大多首先出现慢性颈肩痛，而后出现头晕等交感神经症状。从颈肩痛进展为头晕最长时间为276个月，最短3个月，平均(68.98±64.42) 个月。

此外，据统计，在所有交感型颈椎病病人中，有71.82%累及消化系统出现咽喉部异物感、恶心或胃肠功能紊乱；83.64%出现心慌等心血管系统症状；63.64%出现胸闷憋气等呼吸系统症状；70%还会出现四肢发凉、麻胀等感觉。

防外伤 重保暖 症状明显早治疗

颈椎要保暖并增加营养 在注意颈椎保暖的同时尽量不穿比较重的或衣领较高的衣服，避免颈部和肩部受到压迫。适当吃些海带及肝脏类食品，补充营养。

保持良好的学习工作习惯 在学习工作中，间隔2小时要休息片刻，适当做些颈部、肩部、腰部和舒展活动，必须长期形成一个良好的习惯。

谨防颈部外伤 青少年时代的颈椎外伤是中年后发生颈椎病的重要原因。往往年轻时症状不明显，但年龄大后症状会慢慢显露出来。所以，一旦发生意外，需早期治疗。

出现症状早治疗 如颈椎病和交感神经症状都比较明显，建议及时就诊。以便尽早进行康复、药物、手术干预治疗，如按摩、牵引、针灸、微创手术等，以缓解疼痛及减少复发，促进恢复。 在治疗交感型颈椎病方面，超微创脉冲射频手术有创伤小、不全麻、恢复快、花费少等优势。超微创治疗颈椎病是在高清影像引导设备下进行的，病灶靶点清晰，可以直达病变神经附近，提高了手术的安全性和有效性。

（中新）

·广告·

丰台区市场监管局

开展辖区美容美发机构检查

为营造良好经营秩序，保障消费者的合法权益，近日，丰台区市场监管局组织执法力量对辖区内的美容美发机构进行专项检查。

制定监管台账，明确目标责任 以群众反映强烈、投诉举报多或在监督检查中发现问题的美容美发机构为重点对象，以染发、烫发、护发等发用类及美白祛斑、防晒、祛皱等护肤类为检查重点开展检查。

加强宣传引导，强化行业自律 加大《化妆品监督管理条例》宣传力度，督促辖区美容美发机构强化行业自律，建立定期自查机制，切实履行主体责任。发放《化妆品经营责任告知书》20份。

突出隐患排查，提升监管效能 严查关键环节，开展化妆品“线上净网、线下清源”，现场对美容美发机构经营使用的美容产品、美容设备、价目表、预付卡消费信息等进行全面检查。

坚持标本兼治，建立长效机制 指导美容美发机构落实索证索票和台账管理等管理制度，完善化妆品质量安全追溯体系，提升质量安全管理水平。

（李乐林）

遗失声明

中国平安人寿保险股份有限公司北京分公司以下个人执业证遗失，特此声明作废。

姓名	执业证号
孙福华	02000111000080002019016374
郭凌云	02000111000080002016088569
岳 颖	00001811010100502020003705
杨照杰	02000111000080002017154065
郭赛勤	02000111010180102010009162
李晓梅	00001811011400202021000946
张 霞	00001811000000002019010231
尚 瑜	00001811011200102020000325
孙 蕊	00001811011200102020000114
解 辉	00001811011200102020005557
刘红美	00001811011200102020006453
牛 瑞	02000111011280002014004289
王 璐	02000111000080002019054345
王华俊	02000111011280002015000870
刘彦纳	00001811011200102021001957
雷晋刚	00001811011200102019000115
张文龙	00001811011100102021001545
刘 博	00001811000000002020021284
李爱蓉	00001811010800102020004412
王燕菁	00001811010800102020006096
柳慧莉	02000111000080002017233878
陈 琳	02000111010880102013000996
甄 瑞	02000111010880102013002971
王 钰	02000111000080002016135504
李青雨	02000111010580002016002743
刘 芬	02000111000080002019046968
石文娟	02000111000080002018101871
张 虹	02000111010280002009006016
杨 帅	02000111000080002016044560
张 磊	02000111010280002015001601
曹保建	00001811000000002019087345
柴龙刚	02000111000080002017008554
李子娟	00001811011700102021001288
王祖国	02000111011380002010000958
王晓敏	00001811000000002019079615
陈浩然	00001811011600102021000873
王永亮	00001811000000002019081646
薛魏娜	00001811000000002019030861
李付军	02000111010880002010004620
王迎澳	00001811000000002020003708
李可可	00001811010800602020000469
李 平	02000111010880002016000694
陈玉峰	02000111000080002018128116
赵立娜	00001811011100202020003232
孔秀英	02000111011180102010011150
王海兰	00001811011100202021000412
杨文花	02000111011180102013005102
隗玉竹	00001811011100202020003780
李海潮	02000111000080002018171613
汪 瑜	00001811000000002019087499
陈 勇	02000111000080002017053498
杨鹏飞	02000111000080002017217950
王思行	00001811011400202020004132
廖启斌	00001811010100402021001242
崔一凡	00001811000000002020010418
奇丽子	02000111010180402015003266
刘晓慧	00001811010100402021001961
武 洋	00001811000000002019071303
刘 雨	02000111000080002018176142
范凤海	02000111000080002017292503
吴 涛	02000111000080002017021120
谢双英	02000111010280202011001292
胡兰玉	02000111000080002017023248
朱素华	02000111010180002011003760
王 真	02000111010180002015001835
张 奥	02000111000080002019047602
潘志宏	02000111000080002016050084
李沐宸	00001811010800402021000028
安保军	02000111000080002017233739
王伟东	02000111000080002017208202
苗丹丹	00001811010200202021001368
郑清元	00001811000000002020026083
徐 君	02000111010280102009026640
孙 月	02000111010280102012007266
秦 伟	00001811000000002019067876
陈惠萍	00001811010200202020004017
孙素云	02000111000080002017037614
付 维	02000111000080002018176853
姬保满	00001811011200102021000500
马玉波	00001811000000002019050342
张明浩	00001811011200102020011090
尚 微	00001811011200102020006293
王 燕	00001811011200102021001586
闫玉霞	02000111011280002014003163
贾建明	02000111000080002019019552
薛晓雯	00001811010100302020002329
郝亚赛	02000111010180502009002682
钟卫立	02000111010280202015003118
郭转转	00001811011600102021000242
张佳星	00001811011100102021001393
宋 佳	00001811011100102021000938
刘伦霖	00001811011100102021000528
刘园园	00001811011100102021000585
宁小平	00001811011700102021001809
李海燕	00001811011400202021000497
刘红霞	00001811011400302021000646
张 泽	00001811011200102021002074
周柏□	00001811010100402021002251
刘曙光	00001811010100602021000392
孙天红	00001811010800402021000181
王丽红	00001811010200202021001202
李佳雨	00001811010100402021002083
张 欣	00001811010100402021000471
宋希邦	02000111000080002018250166
刘小军	00001811011700102021000470
赵金龙	00001811011700102021000695
冯小云	00001811011700102021000574
高 丹	00001811010100502021000104
高 航	00001811010100502021000188
张金星	00001811010800102021000785
王正军	00001811011400202021000368
冷晓云	00001811011400202021000552
刘 毅	00001811010100602021000317
孙冰哲	00001811010100602021000384
王 谊	00001811010100102021000925
马 艳	00001811010800402021000190
赵 毅	00001811011100202021000332
王春荣	00001811010100502020003764
张 敏	00001811010100502021000065
赵 杰	00001811011100102021000753
刘 莹	00001811011100102020006929
李春玲	00001811010800102020004863
王 博	00001811010200202021000154
曹益伟	00001811010200202020000722
郑 阳	00001811010200202021000187
林军磊	00001811000000002019016454
董文雁	00001811010800402021000518
马 辉	00001811010800402021000358
王淑荣	00001811000000002020018537
曲秀娟	02000111000080002016098008
李文凤	00001811000000002019060788
张 芳	00001811011200102020001086
范 柳	00001811011100202021000429
高建琴	00001811000000002019003397
田 红	02000111011580002012000484
王延琴	02000111000080002018138058
朱亚南	02000111000080002018203329
韩紫薇	00001811010800502021000560
夏振恒	00001811000000002019025220
李文广	00001811000000002019076797
牛黎苹	02000111010880402010002575
郭智连	02000111010880002010003389
赵 青	02000111010880502015000405
刘 寒	00001811010800602020001453
邢萌萌	02000111000080002018243200
佟桂侠	02000111011680002011000427
孙 禹	00001811011600102021001536
张向洲	00001811011600102021000031
崔铭洋	00001811011600102021001510
武瑞琴	00001811011600102021001497
王军厂	00001811010200302020001397
杨 梅	00001811000000002019082760
王青芝	02000111000080002019015902
赵曼利	00001811000000002020031964
徐 欣	00001811011400202021000761
闫会艳	02000111000080002017096322
周 岳	00001811011700102020004258
刘红霞	00001811011700102021000783
张艳茹	00001811011700102021001077
贾永旺	00001811011700102021001727
宋 晋	00001811000000002019048724
陈玉凤	02000111000080002018221011
安小涛	00001811011700102020001317
李保杰	00001811000000002019075296
刘福国	00001811000000002019104606
王 丽	00001811011400102020000557
张亚威	00001811000000002019073532
郑 满	00001811010800102021000689
常 宁	00001811010800102020002360
黄彦丽	00001811010800102021000427
王 燕	02000111000080002017105651
杨 玫	00001811011400202021000649
刘春芳	00001811011400202021000243
梁 晶	00001811011400202020000660
王 剑	00001811011400202020000338
曹 磊	00001811011400202020001079
黄桂芝	00001811011400202020001644
张 银	00001811011400202020003603
王文冰	00001811011400202020004173
叶安华	00001811011400202021000632
吴连军	02000111000080002019014151
郭运华	02000111000080002018038794
赵海坤	02000111010880202010002021
胡春雨	02000111000080002019036903
宋丽娜	00001811000000002019035460
严 明	00001811000000002019024743
王林君	00001811000000002019060840
赵艳影	00001811010800202020005187
陈旭峰	00001811010800202020001135
刘苏育	02000111000080002018035896
宋丽萍	02000111000080002018210141
汪芳芳	02000111010880202016002686
韩俊霞	02000111000080002018203780
沈 静	02000111000080002017238181
孙晓丹	02000111010180502012001783
秦银杰	00001811000000002019085405
陈 晓	02000111000080002017097911
王志芳	02000111010280002009001625
宁淑杰	02000111000080002019040775
陈丽娜	00001811010100102020007393
张 君	00001811010100102021001768
李 雪	00001811010100102020001942
孟丽娟	00001811000000002020024973
刘方林	00001811011200102020004837
刘 静	00001811011200102020008932
许 娟	00001811011200102021001916
孙肖亚	00001811011200102020000075
高 杰	02000111011680002014000789
佘友连	00001811000000002020028878

【健康红绿灯】

绿灯

切口平的韭菜更新鲜

韭菜富含膳食纤维及多种维生素和矿物质，能促进肠胃蠕动，还能改善高血压、心脏疾病症状。一般来说，切口越平，韭菜越新鲜。捏住韭菜根部，叶片能直立，说明质量较好。新鲜的韭菜根部呈白色，含水分多。老韭菜的根则呈青色。还可以掐一掐根部，用手能掐动的韭菜比较新鲜。

魔芋热量低还顶饱

魔芋含有丰富的植物多糖——葡甘聚糖，它是天然可溶性膳食纤维，且人体不易消化吸收。比如100克魔芋精粉提供能量相当于大米、白面的1/10，是典型的低热量食物。另外，葡甘聚糖可以吸附30-150倍自身重量的水分，因此能提供较强的饱腹感。需要提醒的是，魔芋几乎不含维生素，矿物质含量也很低，所以没法替代蔬菜。

红灯

小而皱的辣椒更辣

在绝大多数辣椒品种里，胎座（生种子的部位）、隔膜组织的辣椒素含量最高，其次是果实下半部分，再次是上半部分，种子最低。一般情况下，越是小、皱的辣椒越辣。国际辣度单位为SHU，羊角椒辣度为0.5万-1.5万，线椒辣度为3万-5万、朝天椒5万左右，米椒9万左右。

半月板最怕急转急停

半月板是膝关节内的两个软骨“垫片”，一个膝关节包含内、外两个半月板。负重体位下发生膝关节旋转，是最容易损伤半月板的方式，比如篮球运动员抢篮板后突然转身传球、跑步者急速转弯等。保护半月板，建议增强体质，加强下肢肌肉力量，保证膝关节的稳定性和灵活性。