

正骨项目进入年轻人养生清单,有商家宣称能瘦脸、调整体态以及增高

服务5分钟花费上百元,别让正骨风越刮越歪

阅读提示

一些推拿馆、美容院、养生工作室等推出正骨服务,宣称既能放松肩颈,还能瘦脸、纠正驼背,甚至让人“长高”。脊诊整脊专业人士提醒,并非所有情况都适合正骨,大家不宜轻信商家鼓吹的神奇疗效。

本报记者 刘旭

杨依佳是一名大四学生,长期伏案久坐让她患上了颈椎病,隔三差五就要到按摩店做中医推拿、艾灸等项目。近几个月,在按摩店工作人员推荐下,杨依佳开始尝试正骨项目,据说不仅能放松肩颈,还能瘦脸、纠正驼背,甚至让人“长高”。

此前某明星的正骨视频在网上流传,让这一“又痛又酸爽”的保健项目从推拿、艾灸、刮痧、泡脚等一众项目中脱颖而出,成为年轻人养生清单中的新晋“网红”。正骨项目真有这么神奇吗?

并非所有情况都适合正骨

杨依佳告诉记者,她在相信工作人员的推荐后,几乎每周做一次正骨项目,单次价格为120元。开始前,工作人员会先倒一杯枸杞红枣茶,播放轻音乐,点上一支熏香,再指导她摆好指定的姿态,通过推、拽、按等手法调整她的脖子。

起初,杨依佳觉得,比起推拿,正骨更能让她的身体从内到外舒展开。因此,她还劝说同学一起体验。但是,今年清明节假期前,杨依佳感觉脖子又不舒服了,到医院拍了CT,才发现颈椎呈现反弓前倾。医生表示,原有的颈椎病加重了,可能是正骨方式不到位所致。

短视频博主潘伊伊最近也因为正骨遇到了麻烦。近期,她光顾了8年的美容院开始提供正骨服务,听说可以改变体态、瘦脸,潘伊伊心动了。与杨依佳类似,做完正骨的那一刻,潘伊伊觉得浑身通畅,再跑到身高体重测量秤上一测,没想到真长高了2厘米。

“脸上的肉也紧致了,镜子里看着起码小了一圈。但是由于血液冲得太快,有种眩晕感。”潘伊伊说,她回家躺了一周后,眩晕感并未减轻,再到医院拍CT,才发现竟患上了颈椎失稳症。如今一个月过去,潘伊伊只要低头就会忍不住呕吐,咀嚼时也会。

世界脊诊整脊医学联盟副主席、鞍山千山温泉职工疗养院医疗院长栾龙介绍,正骨在医学上有明确的定义,指医师运用熟练手法,使移位的骨折端正确复位,并治疗软组织损伤的一种治疗术,在西医中被称为复位。“正骨,本质上是医疗手段,但并非所有情况都适合正骨,而是需要对个人情况进行详细评估,再由有资质、经验的专业医师操作。”

正骨风为何越刮越歪

谈起为何选择正骨项目,杨依佳的想法折射了部分年轻人的心声——她对养生和美容有自己的理解,并希望通过正骨来舒展身心、缓解病症。商家抓住消费者的“痛点”,宣传通过调整颞骨、下颌骨、鼻骨等徒手整形,不仅能提升颜值,而且相比动刀更方便迅速,也无需恢复期。

记者了解到,除了正规医院的中医康复科,许多中式推拿馆、美容店、养生工作室等纷纷推出正骨服务,导致行业资质参差不齐。此外,还存在服务价格虚高、过度营销、夸大效果等问题。潘伊伊表示,她消费的项目一次要100元,而一次服务仅5分钟。目前,潘伊伊正在与该美容院协商赔偿。

“专业手法的按摩正骨,的确能促进血液循环,使局部位置充血后产生消炎功能,缓解腰肌劳损、脖子酸疼等问题。”栾龙说,但事实上,很多机构将正骨的作用夸大了。

辽宁某三甲医院骨科主任医师张蔚表示,所谓的正骨能让脸变小,只是因为肌肉、脂肪组织暂时改变,脸部很快就会恢复原样。所谓身体长高,也只是由于身姿挺拔后,身体对线正常而产生的视觉上的长高。

“从颈椎结构上来说,脖子不痛了,但病变仍然存在,过段时间还会复发,甚至随着时间推移加重病情。如果生活习惯、运动状态没有优化,体态的纠正、劳损的缓解只能是暂时的。”张蔚提醒,孕妇,颈曲反弓、严重骨质

疏松、骶椎裂、骨肿瘤和骨髓炎等多类疾病患者不宜尝试该项目。

加强从业者资质和专业能力审核

正骨的效果与从业者的专业水平有密切关系。记者了解到,目前,正骨行业并无统一标准,统一执照,这就给了商家和从业者钻空子的机会。由于很难对正骨有系统规范的了解,患者也容易轻信商家鼓吹的神奇疗效。

栾龙表示,正骨推拿的医生需要经过专业培训,并且有一定的医学基础知识。另外,正规的正骨推拿手法较轻柔舒缓,不会出现蛮力。目前,社会上一些机构的医生在未经专业培训的情况下推出各种正骨推拿服务,却不清楚操作不当会给人身体带来伤害,轻则影响效果,重者甚至危害生命。

“有正骨需求的患者一定要到正规医院的专门科室。”栾龙提醒道,正规专业机构的

医生专业性较强,能帮助患者根据病情诊断,最大程度地降低出现危害的几率。此外,患者做完正骨项目后,务必根据医嘱,配合筋膜松解和相应的功能训练,才有可能康复。要判断是否康复,也需要结合拍摄的CT片来解释,只靠手和眼判断不可行。

栾龙也提醒年轻人,现在养生方式越来越多,要根据实际需要选择最适合自己的项目,不盲目跟风才是最稳妥的。

“盲目使用整脊手法可导致椎体骨折。手法力度过大、过于频繁,整脊后患者没有进行功能锻炼,也可导致脊柱的稳定性下降或者脊柱平衡失调。”张蔚说。因此,她呼吁,应提高正骨行业的准入门槛,加强对从业者资质和专业能力的审核,严厉打击商家过度营销、虚假宣传等行为。消费者也要增强辨别分析能力,守住自己的健康和钱包,维护自身合法权益。

(文中杨依佳、潘伊伊为化名)



特色课堂润童心

4月23日,在围场县第一小学,学生在练习射箭。近年来,河北省围场满族蒙古族自治县各学校将民族文化融入到日常教学中,通过开展射箭、满绣、马头琴、太平鼓等多彩课堂,丰富校园文化生活,促进学生健康快乐成长。

新华社发(王立群 摄)

针对市场竞争出现苗头性问题

药品监管部门将进一步规范医药集采企业投标行为

本报讯(记者李丹青)记者近日从国家医保局获悉,为确保药品集采的公平公正、公开透明,国家医保局和国家药监局进一步紧密协作,引导企业规范投标行为、保障集采中选药品质量。

自2018年国家推进药品集采改革以来,9批国家组织药品集采已覆盖374种药品。集采通过汇集全国医疗机构的采购需求量,开展以量换价,企业自主报价,中标后即获得明确的采购合同量,大幅节约营销费用,形成降价空间,有效降低患者费用负担,惠及广大群众。

据介绍,2019年新修订的药品管理法实施,全面推行药品上市许可持有人(以下称持

有人)制度。持有人依法对药品研制、生产、经营、使用全过程中药品的安全性、有效性和质量可控性负责。药品集采的申报主体为持有人,持有人在获得药品上市许可后,可以自行生产药品,也可以委托具有相应资质的药品生产企业生产。

“持有人制度下,药品上市许可和生产许可‘解绑’,这让优秀研发创业团队创新活力进一步释放,也使具有制造优势的企业更好发挥集约化优势,优化了医药行业资源配置。”国家医保局价格招采司负责人介绍,当前持有人委托生产的药品已占所有中选药品的10%左右。

与此同时,医保部门也关注到一些影响市

场公平竞争秩序的苗头性问题,给药品集采工作的规范化带来一定挑战。

这位负责人透露,有的持有人将部分规格药品的上市许可转让给另一家新成立的企业,再由该新企业委托原企业生产,试图拥有多个申报名额,不正当获取竞争优势和市场份额;部分持有人以仅委托生产模式运营,资产轻、规模小,但同时不可忽视的是,违法违规成本低,管理风险增大;有的持有人主动“撒把”或“甩手掌柜”,依靠受托生产企业进行质量把控,存在履约能力不足问题。

针对这些问题,第9批集采已对委托生产、上市许可转让等情形采取了相应措施。下一

步,国家医保局将会同国家药监局加强对委托生产持有人监督管理,在集采申报资格、中选规则、供应能力、质量监管等方面采取措施,保障供应稳定性、保证药品质量。比如,严格申报资格,对涉及上市许可转让的药品开展追溯穿透,阻断违规获取投标资格的行为;对涉及委托生产的企业开展产能调查,防范供应风险。

国家药监局药品监管司负责人表示,药品监管部门将持续以强有力的监管行动,提升药品委托生产业态的规范性。对监管中发现的不合规行为,监督指导企业及时整改;对涉嫌违法违规的,依法调查处置,直至注销药品生产许可。

京津冀三地将携手推动生物医药产业协同创新发展

据新华社石家庄4月28日电(记者巩志宏)4月28日,北京市经济和信息化局、天津市工业和信息化局、河北省工业和信息化厅在沧州临港经济技术开发区签订《共建京津冀·沧州生物医药产业园合作框架协议》,将共同推进京津冀生物医药产业协同创新,共建生物医药产业园开展全面合作,共同打造环渤海地区生物医药产业集群。

记者了解到,2015年,京津冀三地开始合作共建“北京·沧州渤海新区生物医药产业园”。经过近十年开发建设,产业园已吸引国内外60家医药企业的78个项目入驻,总投资200亿元。其中,北京企业36家,总投资116亿元,天津企业9家,总投资21.9亿元,初步形成“医药中间体+原料药+制剂”的产业链条。

为进一步深化京津冀生物医药领域合作,三地决定将“北京·沧州渤海新区生物医药产业园”更名为“京津冀·沧州生物医药产业园”。同时提出,将发挥北京、天津生物医药领域的科技引领作用,依托河北、天津生物医药产业资源基础,推进生物医药产业在三地的布局优化和产业升级。

根据协议,三地将按照合作共享的原则打造京津冀生物医药产业园,通过市场优先、政府引导的方式,加强产业链合作,推进创新协同错位发展,增强京津冀生物医药产业互补能力,形成产业协同创新发展共同体。

(上接第1版)

第一,加强思想政治引领,筑牢亿万职工为党的中心任务团结奋斗的思想基础。要始终坚持党的全面领导,坚持正确政治方向,深刻领悟“两个确立”的决定性意义,增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,始终在思想上政治上行动上同以习近平同志为核心的党中央保持高度一致。要切实履行工会政治责任,强化理想信念教育,团结引导亿万职工群众坚定不移听党话、矢志不渝跟党走,筑牢党长期执政的阶级基础和群众基础。要坚持不懈用习近平新时代中国特色社会主义思想凝心铸魂,深入学习贯彻习近平总书记关于工人阶级和工会工作的重要论述,推动党的创新理论进企业、进车间、进班组,不断增强职工群众的政治认同、思想认同、理论认同、情感认同,把党和国家确定的奋斗目标作为自己的人生目标,自觉把人生理想、家庭幸福融入强国建设、民族复兴伟业之中。

第二,聚焦党的中心任务,组织动员亿万职工奋进新征程建功新时代。要围绕国家重大战略、重大工程、重大项目、重点产业,着眼传统产业转型升级、新兴产业发展壮大,未来产业培育,广泛深入持久开展各种形式的劳动和技能竞赛,不断拓展新领域、开辟新赛道,扩大覆盖面、增强吸引力。要组织职工群众踊跃参与岗位练兵、技术比武、技能培训、技术革新、技术协作、合理化建议等活动,拓展小发明、小创造、小革新、小设计、小建议等群众性创新创造活动内涵,开展优秀技术创新成果交流展示活动,为优秀技术技能人才发挥作用搭建平台、提供舞台。要大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神,广泛开展“中国梦·劳动美”主题宣传教育,进一步增强劳模工匠的荣

誉感和自豪感,发挥劳模工匠的示范引领带动作用,激发和调动广大职工的劳动热情、创造潜能,凝聚起亿万职工群众为实现党的中心任务团结奋斗的磅礴力量。

第三,深化产业工人队伍建设改革,为推进中国式现代化提供人才和技能人才支撑。要聚焦经济建设这个中心工作和高质量发展这个首要任务,围绕实施科教兴国战略、人才强国战略、创新驱动发展战略,不断推动产业工人队伍建设改革向纵深发展。要努力在破解改革难题上取得更大成效,进一步完善技能形成体系、拓展职业发展通道,提高产业工人待遇,强化以人才、知识、创新为导向的收入分配政策,激励更多劳动者和青年学技术、强本领,走上技能成才、技能报国之路。要健全完善领导工作机制、评价考核机制、培训交流机制、产业工会作用发挥机制等,打通政策落实落地“最后一公里”,加快建设一支宏大的知识型、技能型、创新型高素质劳动大军,助力高水平科技自立自强,助力发展新质生产力,助推实现中国式现代化。

第四,用心用情做好维权服务工作,促进职工群众共享中国式现代化建设成果。要始终坚持坚持职工为中心的工作导向,认真履行工会维权服务基本职责,坚持春风化雨、润物无声,从一点一滴做起,在办实事上下功夫,把习近平总书记和党中央的关心关怀送到亿万职工群众心坎上。要完善“普惠性+特殊性”维权服务体系,推动解决职工群众普遍关注的劳动就业、收入分配、技能培训、社会保障、安全卫生等问题,重视维护和保障新就业形态劳动者、农民工、困难职工等重点群体的合法权益。要巩固拓展城市困难职工解困脱困工作成果,推动解困脱困与提升职工生活品质有效衔接,继续做好送温暖、送清

凉、金秋助学、职工医疗互助等工作,积极开展工会驿站“新双15工程”,建好管好用好12351工会服务职工热线。要积极构建和谐劳动关系,推动完善协商协调制度机制,健全完善政府与工会联席会议制度,提高劳动关系治理法治化水平,进一步完善以职工代表大会为基本形式的企事业单位民主管理制度,积极开展工资集体协商,引导企业和职工协商共事、机制共建、效益共创、利益共享。要坚持维权与维稳相统一,积极推动和配合政府、企业及有关方面,完善劳动者权益保障政策和法规制度并抓好贯彻落实,从源头上防范化解矛盾纠纷,切实维护劳动领域政治安全,维护企业和社会大局和谐稳定。要持续深化工会改革和建设,加快推进工会数量建设,巩固拓展“县工会加强年”成果,开展小三级工会建设三年行动,夯实基层基础,激发基层活力,不断增强工会组织的引领力、组织力、服务力,为党和国家工作大局贡献工会力量。

“五一”国际劳动节是全世界工人阶级和劳动群众的共同节日。中国工会将始终高举和平、发展、合作、工人权益的旗帜,拓展同各国工会组织、国际和区域性工会组织的联系,加强国际交流合作与交往,不断增进同各国工会和劳动者的友谊,携手维护全世界劳动者权益、增进劳动者福祉,共同推动构建人类命运共同体。

同志们,实干成就伟业,奋斗创造辉煌。让我们更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围,全面贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,忠诚履职尽责、勇于担当作为,团结带领亿万职工为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴作出新的更大贡献!

北京将职业紧张损害、肌肉骨骼损伤纳入健康企业指标

本报讯(记者赖志凯)今年4月25日至5月1日是第22个全国《职业病防治法》宣传周。4月25日,记者从北京市卫健委、北京市总工会等5部门联合举办《职业病防治法》宣传周启动仪式上获悉,北京市将职业紧张损害和肌肉骨骼损伤纳入健康企业指标,劳动者职业健康权益得到进一步保障。

据介绍,随着首都产业结构调整升级,以及“四个中心”建设的深入推进,首都劳动人口主要分布产业由传统制造业逐步向高精尖和服务业转移,面临的职业健康问题也主要表现在因长时间伏案低头工作和长期前倾坐姿等导致的肌肉骨骼疾患问题上。高强度、高压力的工作环境诱发职业紧张及其导致的一系列心理和生理疾患,也是亟待解决的职业健康问题之一。因此,北京将职业紧张损害和肌肉骨骼损伤纳入健康企业指标。

近年来,北京市总工会与市卫健委加强协调联动,持续深化职业病危害源头治理,不断加强职业病防治宣传,全面开展职业健康保护行动,加快推进“健康企业”建设,开展争做“职业健康达人”活动,大力推进职业健康知识进机构、进企业、进学校、进乡村、进社区“五进”活动。深入开展职业健康线上线下培训、专家访谈等活动,着力提升劳动者职业健康素养水平,不断擦亮职业健康保护行动品牌,劳动者职业健康权益得到进一步保障,劳动者健康水平获得有效提升。

据介绍,下一步,北京市总工会将同卫健委、民政、人社等有关部门和单位,广泛宣传健康北京和职业健康保护行动,持续改善劳动者工作方式和生活品质,扎实推进职业病防治各项措施有效落实。

青海规范工伤保险 跨省异地就医直接结算

本报讯(记者邢生祥)近日,青海省社会保险服务部门印发《青海省工伤保险跨省异地就医直接结算经办规程(试行)》,明确工伤保险异地就医备案管理、就医管理、就医费用结算等环节,细化完善工伤保险跨省异地就医直接结算操作流程、支付范围和标准,进一步规范和完善工伤保险跨省异地就医直接结算工作。

为满足工伤职工多元化就医需求,青海按照“惠民便民”原则,确定工伤保险异地就医直接结算试点地区和医疗定点协议服务机构(含辅助器具配置机构),明确工伤职工跨省异地就医费用直接结算范围和对象,最大限度惠及工伤职工。

青海按照“最优流程、最简材料、最小负担”原则,完善业务经办流程,优化信息系统,实现行政认定(鉴)定信息与业务经办信息无缝衔接。取消备案环节上传相关认定材料,明确异地就医社保经办机构对接事宜,实现经办机构之间“公对公”办理,无需工伤职工“中间申请跑动”,做到备案管理、就医管理、就医费用结算等环节线上办理,让“数据多跑路、群众少跑腿”。

此外,青海还加强定点协议机构管理,对跨省异地就医直接结算协议机构新增、中止或终止协议、停(歇)业等情形进行动态维护和监管。

第十九届“中国青年女科学家奖”颁奖仪式举行

本报北京4月28日电(记者陈俊宇)今天,第十九届“中国青年女科学家奖”颁奖仪式在北京举行。王红霞等20位青年女科学家、全国占比满园发动机总体设计及验证团队等5个团队获奖。入选女科学家希望广大女科学家弘扬科学家精神,勇攀科技高峰,矢志科技报国,在实现高水平科技自立自强、发展新质生产力、推动高质量发展中发挥自身优势和积极作用,为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业贡献巾帼力量。

“中国青年女科学家奖”于2004年设立,至今共有204名优秀女科技工作者获此殊荣。据悉,本届奖项提名数量再创历史新高,候选人和候选团队数量分别较上届增加32.1%、99.7%,充分体现了奖项的影响力和社会认可度。获奖人员和团队涵盖数学、物理学、化学、农学、地球科学、计算机信息技术等多个学科,在人工智能、芯片、新材料、生物医药等领域作出了突出科研贡献,是新时代科技女性的优秀代表。

为了建设超级“充电宝”

(上接第1版)

按照计划,2023年年内1号机组要实现并网发电。但输电线路建设滞后了3个月,面对压力,团队就一个念头:干!那段时间,每日坚守岗位10多个小时,成了他们的工作常态,最终完成了消除调试缺陷137项,按时完成1号机组整组调试的任务,期间,开关零跳闸、设备零损坏,所有试验一次成功,提前完成首台机组发电目标。

2017年4月开工以来,阜康抽水蓄能电站经历了下水库截流、上下水库大坝填筑、上下水库蓄水、1号引水系统充排水、首台机组整体盘车等诸多工程建设关键节点。为了更好地把控工程建设,这支年轻的团队在高山之上成立“正为创新工作室”,以科技创新为引领,不断应用新工艺、新材料、新设备,攻克种种困难,进行全过程精细化管理,打造国优工程。

团队与科研、设计、施工单位密切配合,展开联合攻关,采用机械自动焊接、弯管机预弯制作等工艺,使钢板利用率由70%提高到90%以上;应用“分叶盘”制造工艺,辅以3D打印技术,4台发电机组转轮全部“零残余”出厂;连续奋战两天完成两台主变倒送电,创造行业纪录;32天完成1号机组整组调试任务,缩短近一半工期,首台机组提前9个月投产发电……

今年1月,机组灭磁开关更换顶杆,参加工作才3年的于宜不发现一对节点存在问题,但对灭磁开关自身节点进行反复测量后,却没有发现故障。较真的她继续对问题回路做排查试验,终于一处隐藏的隐患被发现——1号机组断路器控制柜内部一个厂家试验短接线未拆除,成功避免了机组在灭磁开关未分闸情况下合闸的风险。

当前,阜康抽水蓄能电站1号、2号机组已经投产发电,将在今年8月全部投运。这支年轻团队先后获得“国网新源公司先进集体”“新疆维吾尔自治区工人先锋号”等荣誉称号,1人获得“国网新疆集团青年岗位能手”称号,1人获得“新源集团电站电力工匠”称号,发表科技论文20篇,授权专利10项、QC成果2项,国网新源集团科技进步奖1项。