

七旬老太腰痛2个多月 一查竟是脊椎压缩性骨折

专家提醒：警惕老年人骨质疏松

由于骨质疏松，大部分中老年人的骨头脆弱得就像一块豆腐，一不小心就断了。更要命的是，有时候，连他们自己都不知道是骨折了，还往往把疼痛当成是扭伤，年过七旬、家住鄞州区的王老太就是如此。

骨质疏松的人 打个喷嚏也会骨折

按理说，王老太身体没有发生过剧烈冲撞，不至于骨折。但像她这样对自己骨质疏松不上心、不知情的人非常多。王扬生说，之前他还接诊过相继隐性骨折多次，但患者自己却不知情，都是当作简单的腰扭伤来看待的案例。

体压缩性骨折，基本都可采用微创手术治疗，只需局部麻醉，术后第二天就可以下地，疼痛缓解较明显。而且椎体成形手术是个微创手术，切口只有五毫米。就是用专用的工具扎到椎体内，注入人工骨水泥，达到强化椎体的技术。手术30分钟左右就可以完成，不仅缓解疼痛，还可以防止骨折椎体的进一步压缩、塌陷。

没摔倒也没受伤 竟然会骨折

两个月前，王老太在家弯腰拿东西，起身时突然觉得一阵腰背疼。“刚开始，我以为自己是腰肌拉伤，年纪大了很正常，也就没当回事，就在当地医院配了些活血的药吃。可两个月过去了，腰背痛不但没好，反而更加严重了，走几步路就痛得要命，连坐着都非常困难，迫不得已只能躺在床上。

诊断为胸12椎体压缩性骨折。经过该院医生手术治疗后，王老太现已康复出院。

据王老太的主治医生王扬生主任介绍，王老太当时是被家里人抬着进来的。“我一看到这样的架势，询问了患者的患病经历后，心里马上有了个判断，十有八九是脊椎压缩性骨折。”结果做了个核磁共振检查，证实了王扬生的判断：是比较严重的脊椎压缩性骨折——胸12椎体压缩性骨折。

王老太的儿子李先生担心老人的身体，带着她来到鄞州人民医院骨科就诊，结果被医生确

王扬生介绍，由于老年人骨骼里的钙逐渐流失，骨质日益疏松，骨骼变得脆弱。很多老年人都有不同程度的骨质疏松。骨骼内的骨小梁变薄、减少、消失甚至形成空洞时，骨骼的强度、抗压的能力就会大大减低，椎体骨的承重机能也会减退。因此在日常生活中，老年人转个身，弯腰拿个东西，搬个花盆，拎桶水，拖个地，甚至打个喷嚏都有可能引起脊柱椎体压缩性骨折。很多人并没有想到自己是骨折了，以为自己年纪大了，腰肌劳损，因此一直忍受着腰背部的疼痛，而没有选择及时就医。

其实，现在对于骨质疏松性脊柱椎

王扬生建议，防治骨质疏松是关键，老年人在日常生活中宜多吃些富含钙、低盐和适量蛋白质的食物，比如牛奶；适当的户外活动，以散步和太极拳等温和的运动为主，多晒太阳；防止跌倒，如浴室要用防滑垫，雨雪天不外出；避免搬抬重物，避免长时间弯腰做家务等。每年检测骨密度，若出现胸腰背疼痛，要引起重视，及时到医院就诊，早发现、早处理，避免骨折移位。

记者 陆麒雯 通讯员 郑瑜 李盛

宁波市人力资源市场信息

甬优桥 Ujob——企业招聘人才、学生求职新平台

甬优桥 Ujob 是宁波市人社部门搭建的公益性服务平台，是政府、学校、企业和服务机构四方联动，以促进就业、服务企业为目标的新型校企合作平台，切实解决以往学生求职和企业招聘受信息局限所导致的学生无法找到合适的实习岗位和工作，企业难以发现和招聘优秀的人才等问题，免费为优秀企业和学生提供优质实习实训对接的桥梁。

甬优桥 Ujob 秉承“精心服务惠企业，多方联动促就业”的服务宗旨，

汇聚优秀企业发布实习岗位，为实习生提供每月1500~5000元的实习生活补贴和商业意外保险、全程导师（师带徒）外，部分岗位还提供免费食宿和交通补贴等保障。

实习期满后，经企业与学生双向选择，确认录用为正式员工。

好工作始自实习

好员工源于实践



甬优桥 Ujob 微信公众号

宁波人才市场招聘会排期(4.24-4.30)

日期	招聘会名称	招聘地点
4月24日(周五)	综合性招聘会	地址:国际会展中心7号馆二楼(会展路181号)
4月25日(周六)	综合性招聘会	地址:国际会展中心7号馆二楼(会展路181号)
4月26日(周日)	综合性招聘会	地址:国际会展中心7号馆二楼(会展路181号)
4月29日(周三)	综合性招聘会	地址:国际会展中心7号馆二楼(会展路181号)

如有调整,请以实际招聘信息为准。

重点企业招聘信息专版

宁波同生人力资源管理服务有限公司

人事服务专员:主要负责客户单位员工基本劳动关系管理及员工薪酬、福利的核算、核定工作。年薪7万元起
要求全日制应届大学毕业,熟练使用OFFICE办公软件,能适应外勤或驻点服务工作。
岗位双休、享受国家法定节假日,缴纳五险一金,旅游补贴、生日及各种节日福利、岗位工资+考核奖+年终奖。
工作地点:宁波市世贸日湖茂悦商业中心1号楼1208室
联系人:袁老师 13486683405

宁波博睿思达信息科技服务有限公司

装卸工:负责货物出、入库的装卸和搬运工作;负责入库货物的摆放,做到合理、整齐;负责协助送货人员提货作业,跟车装卸。要求男性,55岁以下;宁波本地人,缴纳五险一金,周末双休,3000-3500元/月。
地址:洪塘金山路
罗经理:13736164246

五一广场

1. 电工:45周岁以下,大专以上学历,三年以上电工岗位相关工作经验;肯吃苦耐劳,责任心强,善于沟通协调,具有团队合作精神;具有电工证、高配证书。
2. 物业智能化维保员:大专以上学历,45岁以下,双休,电气工程、信息与网络工程、计算机等相关专业;3年以上酒店或大型物业工程弱电相关工作经验;具有综合布线、楼宇系统、安防系统调试等智能化设备基本检测和维护能力;责任心强。
以上岗位转正后月薪4000-4500元,五险一金,带薪年假,餐补,过节费等
邮箱:46992946@qq.com
联系人:董老师 0574-55005102
地址:宁波市鄞州区中山东路2233号五一广场

茵创物业

保安:招若干名,做六休一,要求身体健康,能吃苦耐劳,工作认真负责,有相关经验者优先。
联系电话:宋主任 87894109
应聘地址:鄞州区福明路835号

宁波中邦人力资源有限公司

协管员:年龄45周岁以下,身高165cm以上,身体健康,有一定工作能力,能适应岗位工作,品行端正,无违法违纪行为,具有较强的工作责任心和组织纪律性,作风正派,吃苦耐劳,热爱本职工作,能服从组织安排。
工作地点:宁波市区范围
工资待遇:2500元-3300元/月,交社保,具体面议!
报名咨询电话:王:15888176558
孙:17365809617 0574-87116117
报名地点:宁波海曙区环城西路南段345号金都国际27楼

品牌策划总监:年薪25万元左右

任职资格:1、30-40岁,本科以上传媒相关专业;有8年以上同岗位工作经历;2、全面负责公司日常宣传类管理及运作,包括品牌管理,公共关系,社交媒体,数字营销及创意营销等工作。对新媒体,传统媒体拥有一定资源,熟络品牌管理条线。3、能针对需求开展的一系列的活动,负责统筹指导活动策划、广告设计、美陈制作、影视创作、文创开发等公司日常业务开展。
联系人:陈老师
联系电话:0574-87861633
简历投递:87861633@nbrc.cn

预算主管:年薪20-25万元

任职资格:1. 本科以上学历,建筑造价、工程管理等相关专业;2. 十年以上工作经验,懂成本分析,精通房地产业港式清单;3. 熟练掌握工程造价及成本控制的相关流程;4. 工作严谨,善于沟通,具有良好的团队合作精神和职业操守。
联系人:朱老师
联系电话:0574-83867127
简历投递:83867127@nbrc.cn

工程副总(某建工公司):年薪40万元以上

任职资格:1. 大专及以上学历,工程管理等专业,具备一级建造师资格、安全工程师优先;2. 10年及以上工作经验,公司层级曾担任工程部负责人3年及以上,至少有5年及以上现场施工管理经验;3. 熟悉国家各项工程法律法规,熟悉施工现场工作流程、操作规范和管理的程序,能够及时发现安全隐患并解决;4. 具备极强的工程管理与技术能力和责任意识;5. 具备较强的团队管理能力和沟通协调能力,工作积极主动,责任心强,具备极强的落地实操能力。
联系人:郁老师
联系电话:0574-87126124
简历投递:87126124@nbrc.cn