

## 南国好彩

## 健康资讯



## 海南体彩4+1

第25123期分析

## 神采飞扬 短信代码:606

移动拨:12590389606

稳坐6, 任选三 961, 914; 定位二 X6X1, 6X9X, X96X, 7X4X, 9X4X, X9X4; 定位三 X497, 1X69, 694X; 定位四 2916, 1964; 四加一 2791X4, 1974X3。

## 小李飞刀 短信代码:603

移动拨:12590389603

任选三 804, 846; 定位二 X8X4, 4X8X, X1X3, 4X6X, 8X6X, X0X3; 定位三 X084, 4X08, 480X; 定位四 0584, 4806; 四加一 5804X6, 4086X3。

## 尾王 短信代码:608

移动拨:12590389608

任选三 672; 定位二 X7X2, 2X6X, X67X, 2X5X, 6X5X, X6X5; 定位三 X762, 2X76, 267X; 定位四 0762, 2675; 四加一 6752X0, 6725X0。

## 彩市主播 短信代码:605

移动拨:12590389605

任选二 05; 任选三 035, 058; 定位二 X3X5, 4X0X, X04X, 4X8X, 0X8X, X1X8; 定位三 X305, 4X30, 403X; 定位四 0375, 4038; 四加一 4375X8, 0738X1。

## 财神到 短信代码:622

移动拨:12590389622

任选三 154, 840; 定位二 X5X4, 4X1X, X15X, 4X0X, 8X0X, X8X0; 定位三 X584, 4X58, 485X; 定位四 6584, 4850; 四加一 65840, 48506。

## 码开富贵 短信代码:621

移动拨:12590389621

稳坐3; 定位二 43XX, 4X3X, 4XX1, 23XX, 2X3X, 2XX1; 定位三 432X, X321, 236X, 2X63; 定位四 3420, 3264; 四加一 码43026, 24163。



## 排列5

第25285期分析推荐

## 吉星高照 短信代码:588

移动拨:12590389588

稳坐4; 二字定 04XX, 0X4X, 0XX6, 64XX, 6X4X, 6XX0; 三字定 047X, X476, 04X7, 2X76; 四码 9476, 2407; 五码 94720, 02746。

## 五码奔腾 短信代码:599

移动拨:12590389599

三字现 624, 673; 二字定 X2X3, 7X0X, 6X2X, 7XX3, 6XX3, X6X4; 三字定 7X24, 7X23, 730X; 四码 6432, 6294; 五码 76392, 72364。

中国体育彩票  
最新开奖

体彩大乐透第25121期开奖结果

前区号码:2、3、8、13、21  
后区号码:7、12

“排列3、排列5”25284期开奖结果

3D:247 5D:24733

中国福利彩票  
最新开奖

## 福泽琼州 彩润万家

福彩3D第25284期开奖结果

号码:844

“快乐8”第25284期开奖结果

号码:10、11、14、19、20、26、  
29、30、35、37、40、41、45、  
46、59、68、70、77、78、80

疼痛也是疾病  
专家提示不要“硬扛”

疼痛也是疾病,不要忍。新华社发 朱慧卿 作

从腰痛、颈椎病,到带状疱疹灼烧般的神经痛,再到挥之不去的慢性疼痛乃至癌痛……疼痛,影响着许多患者的生活质量和身心健康。

每年十月第三个周一所在周是中国镇痛周,在北京召开的学术会议上,记者采访了相关专家。

影响生活质量的  
第三大健康问题

对于疼痛,有人认为“忍忍就过去了”。但现代医学认为,疼痛是继心脑血管疾病、肿瘤之后的第三大健康问题。

“持续疼痛本身也是一种疾病。”中日友好医院疼痛科主任樊碧发介绍,疼痛分为急性疼痛和慢性疼痛,3个月以上的持续性或反复发作的疼痛即为慢性疼痛。

他表示,一方面,疼痛可能是身体的“预警信号”,暗示着某些躯体疾病或精神心理疾病。另一方面,疼痛会使人产生焦虑、抑郁等不良情绪与心理障碍,还会导致各系统功能失调、免疫力低下,降低患者生活质量。

“忍一忍”疼痛是否会减轻?恰恰相反。北京大学第三医院疼痛科主任李水清介绍,慢性疼痛的长期存在不仅持续影响患者的日常生活,而且会引发中枢敏化和外周敏化,导致身体“越来越怕疼”。

## 减少疼痛需科学治疗

随着医学研究的发展,新理念、新技术不断涌现,针对许多疼痛问题,已经有药物治疗、物理治疗、微创介入治疗等多种手段。

“疼痛微创介入治疗以其创伤小、效果好且安全性高等特点,已广泛用于慢性肌肉骨骼疼痛、神经病理性疼痛、癌性疼痛等疾病的治疗。”李水清说,药物等保守治疗无效或无法耐受药物不良反应的患者,可选择此方法治疗。

越来越多的临床研究证明,把疼痛管理好,患者的治疗效果也会更

好。“以膝关节疼痛为例,在治疗过程中,缓解疼痛能够改善患者的运动、睡眠、消化、心肺功能等,对疾病本身的好转也有很大促进作用。”樊碧发说。

“带状疱疹是一种复发性疾病,当出现免疫力低下、过度劳累等情况时,体内潜伏的病毒就会导致疾病发作。”樊碧发建议,50岁以上人群应积极接种带状疱疹疫苗。

## 让疼痛管理更可及

面对众多患者的需求,当前,全国已有超3000家医院设立了疼痛科。然而,让疼痛管理更可及,仍然面临挑战。“我国疼痛医疗资源存在结构性矛盾,基层医疗机构在专科医师、诊疗设备配备等方面有较大差距。”中国科学院院士韩济生说,破解这些难题,需要推动优质疼痛医疗资源扩容下沉。

中国中西医结合学会疼痛学专业委员会主任委员熊东林表示,县域疼痛科要走中西医结合的路径,针灸、贴敷等中医技法设备简单、费用低廉,与西医结合能够更好服务基层群众。

当下,多方力量正在行动。国家卫生健康委开展疼痛综合管理试点工作,规范疼痛综合管理流程,提升疼痛诊疗能力和相关技术水平;中日友好医院疼痛科打造“全国疼痛规范化诊疗培训平台”,已累计培训基层医师超3万人次;《针对慢性疼痛的客观量化评估体系》等发布,让疼痛管理进一步标准化……

“加强慢性疼痛的全程管理,是从以疾病为中心转向以患者为中心的重要内容。”樊碧发说,让更多人得到规范的疼痛治疗,不仅是医学问题,更关乎民生福祉。

多位专家建议,要进一步构建以疼痛科为主的慢性疼痛多学科诊疗平台,加强基层学科建设,让疼痛患者在家门口就能享受到规范、有效、便捷的诊疗服务。

(据新华社北京10月25日电 记者徐鹏航)