

# 83岁阿婆收衣服 踮起脚竟骨折了

医生提醒:高龄老人要重视小伤,否则埋下大隐患

## 医线通



指导医生:泉州市  
中医院骨伤科二区负责  
人、主任医师 苏昭元

83岁阿婆在家收衣服,突然腰部巨痛,以为只是闪了腰,不料却骨折了!收衣服也能骨折?阿婆和她的家人觉得不可思议。“不要说收衣服了,有的病人打个喷嚏就骨折了。”泉州市中医院骨伤科二区负责人、主任医师苏昭元表示,当然不是收衣服或打喷嚏直接导致骨折,而是高龄老人对小碰小伤不重视,像“发糕”一般的腰椎受了伤却没有愈合,为骨折埋下隐患。



(CFP)

融媒体记者 陈玲红 通讯员 连文元 陈玮铭

## A 八旬老人收衣服瞬间骨折了

不久前,83岁的林阿婆在家收衣服,为了够得上晾衣架,她踮起脚,向上伸长了个胳膊把衣服拿下来,衣服拿下来的瞬间,她的腰却突然一阵剧痛,痛得完全无法动弹,家人见状立马将她送医。

“来到医院时是家人推着轮椅进来的,林阿婆一点都不能动,我们把她抬到病床上,她连翻身都不行。”苏主任介绍,接诊后,医院很快为老人做了核磁共振检查,发现老人有腰椎压缩性骨折。“这就只能做手术了,打骨水泥做椎体后凸成型术。”苏主任介绍,手术的同时进行抗骨质疏松治疗,约一周后林阿婆便出院了。

“不只是收衣服,像林阿婆这种情况,有的老人打了喷嚏就骨折了。”苏主任解释,核磁共振后得知老人有腰椎压缩性骨折后,他们立马追溯了老太太的病史。发现一个多月前,老人曾意外摔倒一次,当时老人虽有轻微的腰痛,但因不是特别痛,便没有太在意,接下来的几天她稍加注意,腰痛的感觉便渐渐好了,老人便以为这件事过去了。“其实那次轻微的摔倒应该是埋下隐患了,造成我们医学上说的迟发性椎体压缩性骨折骨不连(kummlls)。”苏主任解释,这在老年群体中比较常见,没被重视的“小意外”为大伤害埋下了隐患。

## B 老年人要定期做骨密度检查

“我们的腰椎就像一块发糕,轻微的外伤之后,可能没有严重的创伤,但内部可能因外力被压缩了,这时候如果没有及时干预治疗就会变成迟发性椎体压缩性骨折骨不连(kummlls),此时,只要一点点外力便可能导致严重骨质疏松椎体压缩性骨折。”苏主任介绍,这时候再治疗,往往就需要动手术,治疗更麻烦、疗程更久。最麻烦的是,许多老人在遭遇第一次轻微外伤后,即便就医也很难查出问题。“因为椎体压缩骨折拍片看不出来,要做核磁共振才能查出来。”因此,苏主任建议老人轻微摔倒或

外伤之后,除了急诊检查外,最好还要找专业的骨科医生检查,切不可大意。

“这种情况一般在高龄老人且有重度骨质疏松的老人当中常见,所以老年人要定期做骨密度检查,一旦发现骨质疏松后便要到医院做专门的抗骨质疏松治疗。”苏主任进一步理清概念,他解释骨质疏松是一种病,自行补钙是无效的,要到医院做专门治疗;自行补钙只是为了预防骨质疏松的发生,补钙除了吃钙片,多吃含钙高食物如带壳类海鲜、牛奶、鸡蛋之外,多运动、多晒太阳也很重要。

学员平均年龄超过60岁

## 泉州南音银龄团队站上全国舞台



学员们一袭闽南传统服饰,以悠扬的唱腔和精湛的演奏征服评委。

早报讯(融媒体记者陈玲红 通讯员曾秀钗 苏淑勉 文/图)日前,从石家庄传来喜讯——在2025全国老年文艺展演戏剧类复赛中,泉州开放大学丰泽社区教学点选送的南音节目《闽南侨乡美》以292.2分的高分斩获全国第四,成功晋级总决赛。这是继2021年南音新曲《红旗飘飘》荣获全国三等奖后,泉州南音团队再次站上全国舞台,以银龄之姿谱写非遗传承的华美乐章。

2020年9月,泉州丰泽社区南音班正式开班,28名学员平均年龄超过60岁,多数零基础起步。“南音讲究‘丝竹相和,执拍者歌’,没有捷径,唯有反复练习。”张尧霖老师将专业教学与

社区需求结合,每周三次雷打不动地带领学员们集训。班委会班长俞碧红、副班长高真真等人更是主动承担起“传帮带”责任,组织老学员辅导新人,学员们从最基础的“工义谱”学起,逐步掌握唱腔与琵琶、洞箫等乐器的演奏技巧。“成绩背后是1000多个日夜的坚持。”学员林建国感慨:“手指磨出茧子、嗓子练到沙哑都值得!”

《闽南侨乡美》由泉州籍作家陆樯作词,南音高级作曲家吴瑜僚谱曲,以传统南音为骨,以侨乡新貌为魂,既保留了“慢、细、雅”的古韵,又注入了讴歌改革开放的时代活力。目前,这支银龄学员队已开启新一轮训练,向着总决赛进发。

## 招租启事

### 一、泉州晚报大厦

1. 三层南A区(832m<sup>2</sup>),层高五米,高档装修。
2. 五层东区(450m<sup>2</sup>)、五层西区(570m<sup>2</sup>),可整层打通,普通装修。
3. 七层712室(67m<sup>2</sup>)。
4. 十层西区(370m<sup>2</sup>)。
5. 十一层东区(652m<sup>2</sup>)。

以上区域月租金挂牌价45元/m<sup>2</sup>,包含税费,免物业费、水费,每50m<sup>2</sup>发放一部车辆免费通行证。

### 二、泉州晚报附属楼

1. 三层(2842m<sup>2</sup>),月租金挂牌价65366元。
2. 四层(2842m<sup>2</sup>),月租金挂牌价65366元。

以上区域月租金包含税费,免物业费、水费,每50m<sup>2</sup>发放一部车辆免费通行证。

三、城东安吉路澜湖郡3-1101室(122.35m<sup>2</sup>,月租金挂牌价1500元)、3-229室(65.67m<sup>2</sup>,月租金挂牌价600元),福州市中山路福建商业大厦1203室(189.01m<sup>2</sup>,月租金挂牌价7800元)。

具体的交易方式、时间、地点及竞价规则、承诺函等详见泉州市产权交易中心网站:www.qzccq0595.com。电话:22189025。

报名联系人:许先生 吴先生

联系电话:0595-22500288 13850755888 15959588866

报名地址:泉州市丰泽区海星街100号东海大厦A幢市行政服务中心4楼450室