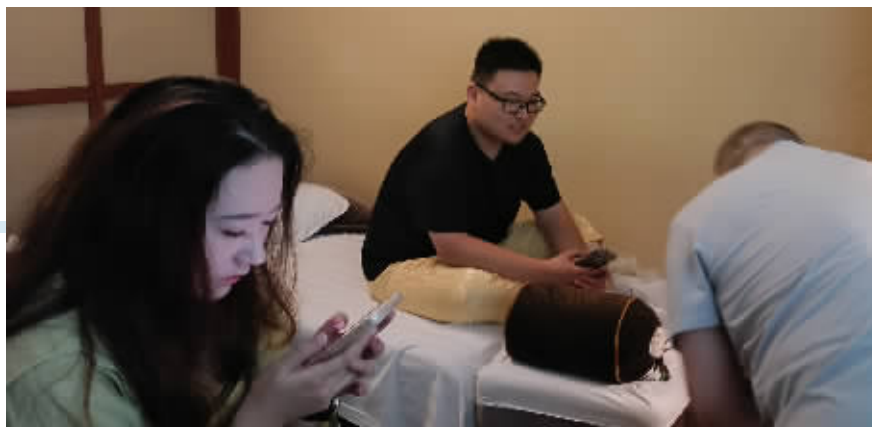


# 放松加社交,年轻人爱上按摩店“养生”

## 商家推出“学生套餐”“宝妈房”“闺蜜房” 亚健康可适量按摩恢复,涉专业治疗应去医院



年轻顾客群体正在享受按摩服务。实习生 甄莹滢 摄

### 不同年龄段的新生体检方式不同

## @家长,入学体检及PPD检查攻略请收好



扫码看视频

只有20天就要开学了,家长们除了检查孩子的暑假作业,入园(学)体检也要提上日程了。需要注意的是,除了常规检查,还有一个项目单独留了出来,那就是结核素菌(PPD)试验。8月10日,湖南省胸科医院健康管理中心副主任、副主任医师谭振,给出了这份入学体检及PPD检查攻略。

### 不同年龄段的新生体检方式不同

入园(学)体检主要是通过检查,及时发现贫血、佝偻病、营养不良、视力和听力异常、龋齿、生长和发育落后等影响儿童健康的问题,及时给予针对性养育指导,同时为入园(学)后的卫生保健工作提供重要的科学依据。

体检项目包括肺结核筛查、体格检查和辅助检查。家长有特殊要求,如要加做乙肝两对半、血糖等,需要提前告知主检医师。

“不同年龄段的孩子,结核素菌试验方法不同。”谭振表示,不同年龄段的新生体检有不同的体检方式。

幼儿园、小学及非寄宿制初中入学新生:肺结核患者密切接触史和肺结核可疑症状的问诊,对有肺结核密切接触史和可疑症状者开展PPD皮肤试验或EC皮肤试验。

高中和寄宿制初中新生:进行肺结核可疑症状的问诊、PPD皮肤试验或EC皮肤试验;对肺结核可疑症状者、PPD中度及以上阳性或EC阳性者需要进行胸部X光片检查。

大学入学新生:进行肺结核可疑症状的问诊和胸部X光片检查,重点地区和重点学校同时进行结核皮肤试验。

谭振提醒,学生须到市、区疾控中心指定的新生入学结核筛查医疗机构进行检查,检查项目不可自行选择或者更改。

### 新生入学体检前注意事项

体检前一天晚上,避免剧烈运动和情绪激动,保证充足睡眠,以免影响体检结果。体检当天,穿棉质、宽松的衣物和鞋子;女生不宜穿戴有钢圈的内衣、紧身衣裤等,不宜佩戴首饰。

正在发热、咽痛或其他急性患病期间不能参加体检,完全康复后再进行体检;有PPD皮肤试验或EC皮肤试验禁忌症的学生可采用γ-干扰素释放试验IGRA替代。

### 链接 结核皮肤试验异常怎么办?

“如果在体检时,查出PPD中度及以上阳性或EC阳性者,请学生家长不要过于担心,并不一定是患结核病。”谭振解释,所有检查中,PPD中度及以上阳性或EC阳性者,提示有结核菌感染,但不一定是患结核病。统计学数据显示,大约90%感染了结核菌的人终生不发病,10%人群多是在机体抵抗力低下时发病。

对于PPD中度及以上阳性或EC阳性者,要进行胸部X光片检查,必要时在医师指导下进行其他结核相关检查。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李琪 通讯员 陈亚男 实习生 张春艳 刘冰柔



扫码看视频

忙碌工作后的放松,你会选择什么?不知何时开始,推拿按摩不再是中老年人的专属,按摩机构和养生会所前静坐等位的群体,已经悄然更新换代为年轻人。

三湘都市报记者在团购网站上搜索“按摩”,平台数据显示长沙本地商家中,年销售量最多的6.8万单。这一届年轻人不仅让按摩成为打工人“回血”的选择,也成为体验放松社交的方式。

■文/图/视频 三湘都市报全媒体记者 王智芳 实习生 甄莹滢

### 【趋势】按摩人群越来越年轻化

走进按摩机构,几乎所有按摩机构的前台都会先询问客人有什么需求,有没有熟悉的技师。

“我们的技师都是很有经验的,一上手就能判断出客人哪些地方需要调整和加强。”8月10日,位于长沙市开福区八一桥附近的一家按摩机构内,负责人热情地介绍,技师都是靠手艺吃饭,时间久了,也会有稳定的年轻客人。从业快20年的按摩技师袁师傅告诉记者,以前中老年客人比较多,现在二三十岁的年轻顾客越来越多,尤其是周末,排队等位的以年轻人为主。

记者走访的几家按摩机构中,普遍反映客人中年轻面孔越来越多,有的机构年轻消费者已经成为主力军。“这可能和年轻人的消费理念有关,他们喜欢享受当下。年纪稍大的客人都是老顾客,一般选择办卡消费,会优惠一些。”

### 【目标】按摩成年轻人放松社交的新方式

23岁的妮妮是一名护士,每天在科室内跑上跑下,给病人打针换药,加上夜班常态化,肩颈酸痛成了“职业病”。3年前在朋友的带领下体验了按摩后,如今她已经成为按摩店的忠实粉丝。

“一般一小时,有时太累也会考虑按摩一个半小时。虽然按摩时非常酸痛,但是按完很放松。”妮妮告诉记者,不仅自己

爱上了按摩,有空也会约上三五好友一起来,“和朋友一起吃免费的水果饮料,一边按摩,一边聊天、追剧,岂不快哉。”

“听着音乐睡上一觉或者和按摩师傅聊聊天,感觉很轻松。”小邹是一名媒体人,在他的带动下,身边的好友几乎都爱上了这种休闲模式,朋友相聚,一边按摩一边聊天,已成为他钟爱的社交方式。

### 【举措】商家推出“学生套餐”“宝妈房”

为了吸引年轻人,不少商家在网购平台推出特色套餐,比如“学生套餐”“宝妈房”“闺蜜房”等优惠活动。

长沙市雨花区雨花亭附近的一家按摩机构,推出“学生套餐”,原价百余元的按摩服务售价仅47.9元。记者在网上下单后,邀请一名在校学生进店体验。查看完学生证明,店员核销了网购二维码,安排了技师接待。

“我们推出‘学生套餐’,主要是为了更多的服务年轻消费者。”工作人员告诉记者,考虑到学生学业繁重,长时间久坐伏案读书,加上长期低头看手机及电子产品,导致肩颈腰腿劳损严重,因此专门开设了学生全身推拿专享项目。

不仅针对学生,按摩机构对年轻宝妈们也有考虑。位于长沙市开福区四方坪的一家按摩机构内,不仅有按摩服务、餐食服务,还有专门为年轻受众设计的“宝妈房”“闺蜜房”。对于结伴的年轻女性或宝妈,可以提前预订包间。

### 提醒 涉及专业治疗应去医院

“因为工作压力大、工作间隙活动少、工作生活中不注意正确的姿势等,导致不少年轻人处于亚健康的状态。”湖南省胸科医院康复门诊副主任医师张志明介绍。

“年轻人如果感觉疲劳,可以通过休息的方式或者适量按摩恢复。但是,没有必要时经常按摩,特别是力量非常大的治

疗性按摩,这是不利于健康的。”张志明提醒,如果日常感觉到肌肉疲劳且未影响到心跳、血压、睡眠等,前往正规的医院康复科或理疗机构,采用穴位按揉的方式进行放松也是不错的舒缓方式。

“如果涉及正骨、纠正关节错位等就需谨慎前往正规医疗机构,以免加重痛苦或者引起更严重的疾病。”张志明建议。



入学之前,学生在接受结核素菌皮试。通讯员 供图