

司开江 慎始如终，一如既往



记者 张贤良

司开江，安徽美术出版社校对室负责人，专职从事书刊校对工作已逾24年。24年来，他在工作中始终踏踏实实，兢兢业业，一如既往。24年来，他对待经手的书刊始终保持高度敬畏之心，如履薄冰，用自己的实际行动践行务实肯干、坚持不懈、一丝不苟、追求卓越的“字匠”精神，在平凡的岗位上为安徽美术出版社图书质量的把关和优秀编校人才的培养做出了一份独特贡献。

爱岗敬业，勤勉踏实， 学而不怠

在图书出版生产过程中，校对作为编辑后、印制前的关键环节，是图书质量保障体系的最后防线，对图书质量的保障起着极为重要的作用。

多年来，安徽美术社在出版局和集团层面的图书质量检查中表现良好，其中包含有司开江所付出的极大努力和极大艰辛。在新形势下出版面对新的要求，高难度、高强度、快流转、满负荷成为日常工作的常态。他始终坚持高自律，自觉勤加班，多年来全年节假日和双休日超过一半的时间在主动加班，从来不休公休假，正常工作日基本上做到早上七点半即开始正式校对书稿。长年的无私利他性是校对这个岗位的根本特征。

多年来，他在工作中任劳任怨、认真履职，以“我的岗位我负责、我的工作请放心”的担当精神展现了较高的职业素养和业务水准，可谓有口皆碑，赢得了同事的广泛称赞。年年苦干实干、无私利他，把小结写在日常工作中，把论文写在每个校次中，把匠心融入每字每句的推敲中，不计利害、只问是非，这些是他作为一名老校对人员理解的真正的荣耀。

学如弓弩，才如箭镞。编校人员在任何时候都不能忘记学习业务知识，学习是所有编校人员的终身使命。多年来，他在紧跟美术社出版节奏，带领团队在保证全社书刊校样的正常流转外，还利用一切能利用的空隙时间主动加强学习，不断提高自己的业务能力，以干到老学到老的标准要求自己。

潜心钻研业务， 编校业务水平突出

文有其重，字相庄严。24年来，司开江阅字无数，但始终以敬惜字纸的态度严肃对待文字工作，以“结硬寨打呆仗”的方式积累了丰富的案头实践经验和丰富的出版理论知识，业务技能水平在单位、集团赢得一致认可和赞誉。曾多次在省级和国家级编校技能大赛中取得佳绩，为美术出版社和安徽出版集团争取了荣誉，在集团和行业内拥有一定的知名度。

培养编校新秀， 打造优良团队

积力所举，则无不胜；众智所为，则无不成。日常工作中司开江不仅善于运用自己掌握的丰富出版编校知识解决各种疑难问题，同时还积极热心于美术社的“传帮带”活动，毫无保留地向部门和单位同事传授技艺，影响带动身边同事共同成长。

危惧故得平安，慢易则必倾覆。编校工作对细节有极高要求，容不得半点马虎。他对年轻同事既要求学字当头，又要求他们实字为要、干字为先。高标准严要求带来了丰硕成果。多年来，美术社校对室多人在全国和全省的编校大赛中获得优异成绩，成长为单位的编校骨干。校对室审校过的图书在全国和省出版局历次的编校质量检查中表现优异，屡获表彰。

引起肩袖损伤的原因有哪些？

凌波/文 实习生 宋子恒/图

到了50岁左右，很多人都会有肩膀疼痛、抬肩困难的症状，这时候通常都会认为自己得了肩周炎，其实这是一个很大的误区。引起肩痛的原因有很多，肩周炎只占到肩痛很小一部分，而肩袖损伤则占据了很大一部分。肩袖损伤作为引起肩部疼痛和活动受限的最常见的疾病之一，它的发病人数非常之多。

那么，什么是肩袖损伤？引起肩袖损伤的原因有哪些？肩袖损伤和肩周炎的区别是什么？8月11日上午，本报健康热线0551-62623752，邀请了合肥市第一人民医院关节骨科主治医师郑翰林与读者交流，和大家一起谈谈“什么是肩袖损伤”。

什么是肩袖损伤

读者：医生您好，我今年52岁，近期出现了胳膊上抬困难的情况，有时候穿衣服时臂膀都有点疼痛，有时候疼痛又会缓解。想问问您，这种情况是肩袖损伤吗？

郑翰林：到了50岁左右，很多人都会出现肩膀疼痛、抬肩困难的情况，尤其是晚上睡觉都会受到一定程度的打扰，这时候身边的大多数人都告诉你，你可能得了肩周炎，其实这是一个很大的误区。引起肩痛的原因有很多，肩周炎只占到肩痛的10%~15%，而肩袖损伤则占据了很大一部分。肩袖由肩胛下肌、冈上肌、冈下肌、小圆肌的肌腱组成，形似“袖口”包裹于肩关节前方、上方以及后方。这四条肌肉的肌腱围绕着肩关节，形成像“套袖”一样的结构，被形象地称为“肩袖”。当这些肌腱软组织受损时，即为肩袖损伤。

肩袖损伤作为引起肩部疼痛和活动受限的最常见的疾病之一，它的发病人数非常之多，平均每年约有450万肩袖损伤的患者去医院就诊。不及时治疗，可能出现肩关节不稳定或继发性关节挛缩症，导致关节功能障碍。

如果您这种反复的疼痛经常出现，建议您去医院治疗。

引起肩袖损伤的原因有哪些

读者：医生您好，我今年48岁，每周大约打四场羽毛球。最近打球时臂膀感觉疼痛，无法继续。这是运动导致的肩袖损伤还是随着年龄增长出现的损伤？



郑翰林 医学博士、主治医师，安徽省全科医师协会骨科分会理事，参与设计多项市、院级课题，发表过多篇省级、国家级论文。

郑翰林：引起肩袖损伤的原因有以下几种：

1. 肩部长期撞击致损伤。这种情况常发生在需要肩关节极度外展的反复运动中(比如游泳、棒球、举重、拍球运动等)，还有就是类似搬运工工作的重体力劳动者，由于长期过度用肩，反复地撞击、磨损，造成了慢性的肩袖损伤。

2. 肩袖组织退变：随着年龄的增长，肩袖组织可发生退行性变，提拉重物、过度活动，甚至轻微受力都可导致肩袖损伤。

3. 创伤：这是年轻人肩袖损伤的主要原因，严重的创伤可引起正常肩袖的撕裂，轻微的创伤可导致存在退变肩袖的撕裂。如摔倒时用手撑地、手臂外侧抵挡撞击时可出现肩袖损伤等。

建议您暂停运动，如无缓解，尽快去医院看看。

肩袖损伤和肩周炎的区别

读者：医生您好，我母亲今年63岁，胳膊经常出现上抬困难的情况，感觉到放射状疼痛，偶尔也会缓解。我们常常猜测是不是她做家务导致的。这可能是肩周炎还是肩袖损伤？

郑翰林：老百姓口中所谓的肩周炎其实在我们临床上指的是“冻结肩”。冻结肩又称五十肩，好发于四五十岁左右的病人，一般好发于女同志，表现为无明显诱因的进行性加重的肩关节疼痛和活动受限，绝大多数病人通常在一年到一年半的时间自愈。肩袖损伤与肩周炎症状表现相似，容易混淆，但两者并不相同，肩周炎活动障碍比较严重，主动、被动活动均受影响，肩袖损伤会影响主动活动，但被动活动基本不受影响，通过辅助被动活动能够达到正常。两者治疗方式也完全不同，肩周炎患者可以进行一些功能锻炼预防粘连加重，肩袖损伤患者多运动反而可能导致损伤加重。所以我们可以自测一下，如果说你的肩膀像是被“冻住”了，在自己和他人的帮助下都难以抬起，那么你可能得了肩周炎，如果说你自己上抬困难，但在他人帮助下，肩膀一般能抬起来，有些甚至能抬到正常活动范围，那么你可能是肩袖损伤。当然，当你出现肩部疼痛等状况时还是应当及时到关节骨科就诊。

建议您母亲去医院就诊。