



●术后检查
褚涛主任为龚国梅

“我母亲的眼睛，又能看到报纸上的字了，太感谢了！”谢玉美的女儿是晚报俱乐部的会员，这一次为母亲报名做白内障手术，本来是抱着试试看的想法，谁知道手术做得又快又好，着实给了她和家人一份惊喜。

手术在 10 月 12 日已经完成，没想到术后效果特别好，老人和她的家属非常激动。主任医生褚涛亲自帮谢玉美老人揭开了纱布，老人拉着身旁女儿的手，左右端详，笑得合不拢嘴：“看了老清爽咯。”谢玉美今年 80 岁，由于年龄的关系，视力越来越模糊。家人都以为，这只是正常的老年人视力下降，可

重阳节7名老人又见光明

——读者俱乐部“送光明活动”追踪报道

能是白内障，因此，也没太在意。

这两年，老人的视力愈发模糊，身体倒是很硬朗，眼睛不行了，走路都需要家人搀扶，生活也只好由子女们轮流照顾。中秋节的时候，当女儿看到新民晚报关于“为老人送光明”的活动消息后，她立即报了名，并带着母亲到医院检查。结果显示，老人的眼压特高，双眼白内障诱发青光眼，如果做手术，效果并没有普通的患者那样好。在家人的恳切要求下，褚医生凭借高超的技艺，帮老人完成了手术。

74 岁的孙定珍阿婆一直订阅新民晚报，她的两个孩子也是新民晚报的忠实读者。最近两年，她的眼睛患上了严重的白内

障，越来越模糊。今年中秋，也是她的女儿看到了本报“为中老年读者送光明”的消息后，为老人报了名。

据统计，连日来医院对具备条件的 7 名老人（虞铃娥、徐兆兰、孙定珍、郑金娥、康丁、龚国梅、谢玉美）成功做完了手术，其中年龄最大的是 92 岁。

术后病人视力恢复良好，最好的几位均达 1.0。手术后的第二天，许多老人都在医生帮他（她）打开纱布的一刹那，高兴地喊道“我看见了，我看见了”。有一位 70 多岁的老太还高兴得在病房里一遍遍地唱歌。在老人们住院的两天中，医院专门为每位老人免费提供了一日三餐。

增加名额爆满

上周，为中老年读者送光明活动增加了 50 个免费手术名额、100 个半价优惠手术名额这一消息见报后，仅仅几个小时，近百名读者俱乐部会员或会员家属便打来了报名电话。

“10 月 27 日是我母亲 90 岁大寿，我想请医院之前为我母亲手术，好让她看清楚生日蛋糕上的祝福语和 90 两个字。”获悉“送光明”活动增加名额的消息后，邬先生带着恳求的口吻给医院打来电话，为了还老人一个光明的世界，达成邬先生的心愿，医院经过协商将尽快安排老人来检查，如果有手术条件将为其手术。

目前，免费手术名单已经额满，如读者会员还有疑问请拨打 52069999 咨询。

百姓健康 耳鸣、耳聋是怎么产生的？

耳鸣是在没有任何外界影响下，人耳主观感受到的声音，主要是因为听觉功能紊乱，听觉神经系统受损引起的。中医认为：耳鸣不治则会导致听力下降，逐渐耳聋，耳聋是因听觉中枢传导系统退化，脑供血供氧不足等原因所致。那么，怎样才算行之有效的解决方案呢？

其实，利用中医独有的阴阳理论，结合现代医药技术，可以促进双侧耳道产生对应感应，改善耳内循环和脑供血供氧，增强耳部的新陈代谢，疏通经络；调节耳神经、耳鼓膜；从而缓解和改善耳鸣耳聋、听力下降等症状。

“聆尔牌耳贴灵”（2003）津卫防保健字（X037）号，巧妙融合了中医理论与现代科技，适用于耳鸣、听力下降、突发性耳聋、老年性耳聋、神经性耳鸣耳聋、药物性耳聋。每日仅需晚间两耳同时贴用 4 小时。贴用初期，让人明显感到耳朵倍感舒适轻松，有效改善症状。有兴趣的会员不妨前往人民广场西侧武胜路 479 号（近黄陂北路）购买或拨打 56050415、56370440 咨询。

即日起，读者凭本报买两盒可赠同品一盒，读者俱乐部会员还可额外享受市内免费送货服务。

生活妙招 打嗝不止时怎么办？

连续的打嗝让人觉得十分难受。一般健康人在吃东西过急或突然遇到冷空气刺激时会出现这样的现象。不过稍事休息后，症状便会自行缓解。但有的人因为身体不舒服吃了药之后也会遇到烦人的打嗝并且止也止不住。这个时候，不妨选用下列方法：

吃一茶匙糖

干吞（不配水）是有效方法。可以在数分钟后止住打嗝。糖在口腔里可能改变了原来的神经冲动，以阻挠横膈膜的肌肉作间歇性地收缩。至于婴儿打嗝，可以将半茶匙糖溶解在热水中再喂婴儿吃。

吃饭不说话

当你进食时，最好安静地吃，

这样就不会引起打嗝。但对于已出现打嗝的人，可以尽量憋气，且在你觉得下一个打嗝来临时，把食物吞下。如此做两到三次，然后，再深呼吸一下，接着重复前述动作。

憋气喝水

将一纸杯填满水，放在桌面上，将两只食指各插入左右耳内。弯腰，以双手的拇指及小指将杯子夹起，憋气后，立即将水一饮而尽。

会员 陈洁 供稿

美亚传媒
Maya media
TEL:51501501

幸运会员中奖名单

幸运奖会员卡号：（10 名）
奖品：卵磷脂大礼包一盒
价值：258 元
5200000038812473
5200000074176102
5200000004106624
5100000003002885
5200000032770530
5200000022975812
5200000188807684
5200000217645886
5200000237110604
5200000257357904
欢乐奖会员卡号：（100 名）
奖品：营养保健胶囊 2 瓶
价值：83 元/瓶

欢乐奖中奖会员卡号为：会员卡最后 4 位为“3990”（如 5xxxxxxxx3990）
领奖期限：10 月 23 日起
地址：鲁班路 100 号汇彩生活馆 1 楼
时间：上午 10:00~12:00；下午 1:30~5:00（注：本次各类抽奖活动只针对在 10 月 19 日之前办理“新民晚报读者俱乐部”会员卡的读者。）

健康热忱生活 磷脂倾情回馈

高纯度大豆磷脂中特殊的“胆碱”，其营养成分主要作用于各类奶粉中的添加剂，对人体的生长发育、记忆改善和恢复元气有着不可替代的作用。如今上海爱康公司为答谢广大《新民晚报》读者俱乐部会员热情洋溢的赞誉和厚爱，决定对会员折价优惠：180 元即可购 2 瓶高纯度粉末磷脂（或 8 瓶胶囊），有兴趣的会员不妨拨打磷脂热线 800-820-3672 或登录 www.ic301.com 查询。同时也推荐给希望成为《新民晚报》会员的朋友们。优惠期：即日起到 2008 年 1 月 30 日止。（以上内容由上海爱康精细化工有限公司提供）

中药染发 健康与美丽共存

如今染发已成为时尚：年轻人可以随心情改变头发的颜色，配合服饰和妆容，充分显示自己的个性；而中老年人则由于不断长出的白发而开始接触染发。“染发”既能使人美丽，对于中老年人来说，通过染发更能使自己容光焕发。“对苯二胺”是一种强致过敏物质，我们也要注意健康问题。

上海交大农学院推出的飞骏牌中药染发水〔发明专利号：ZL02136428.1 卫妆特字（2002）第 0637 号〕，原料采用人参、当归在内的名贵中草药。丁香为渗透剂，以

大分子和小分子二手法，使中药色彩渗入头发的间隙，排除了有害特质渗入细胞的可能性。使染发不用再付出健康的代价。经专业检测，也不存在细胞染色体畸变的可能性。另外，染发后的头发光泽、柔软，富有弹性。该成果已获国家发明专利，是过敏患者的理想选择。如有疑问可拨打 55952824 或 55954824 咨询。

即日起，会员可凭读者俱乐部会员卡到天津路 380 弄 20 号 19 楼 A 座购买，可享受每位减免 40 元的优惠，数量有限，欲购从速。

厨师上门省却主妇烦恼

如今，很多市民逐渐厌倦了前往饭店宴请亲朋好友，但又懒于自己动手买菜、烧饭。于是，厨师上门、宴会外卖等人性化服务，开始受到众多市民的青睐。

佳宴餐饮的厨师厨艺精湛，既能为你奉献一桌美味佳肴，同时还能为你提供上菜、报菜名、打扫厨房等全方位服务。最重要的是，佳宴餐饮采取的是预订式，所有原料均是当天采购，保证新鲜。而且价格实惠，如 598 元就能享用八道冷盆（均为 200 克）和九道热炒（均为 400 克~500 克），其中包括清炒虾仁、葱姜竹蛰王、三鲜鱼肚等海鲜，外加一个汤和两道美味点心，十人食用也绰绰有余。详情可拨打佳宴餐饮热线：58777777 咨询。

即日起，凡持有新民晚报读者俱乐部会员卡的会员朋友，均可享受佳宴餐饮提供的每桌优惠 10 元的待遇（不包括国庆假日、春节），让你足不出户就能享受美食和欢聚的双重乐趣。

幸运来稿者名单

幸运会员卡号：
5200000018820875
5200000018819058
52000000519913726
52000000518955832
52000000517424531

上述 5 名幸运来稿者将分别获得由“一品韩拌饭”提供的价值 100 元的现金抵用券一张。一品韩拌饭地址：南京西路 698 号 2A（上海电视台对面）；订餐电话：51751177。请于两周内，本人凭会员卡及相关证件到鲁班路 100 号汇彩生活馆 1 楼“新民晚报读者俱乐部”领取奖品，不得代领，逾期作废。

地摊

地摊交流与淘宝文化活动

室内风雨无阻

每周五整天

邀您共同参与

每铺：16元/天

包月包季(优惠)

预约地址：上海市卢湾区斜徐路588号、鲁班路100号(丽园路口)

预约热线:021-51505018

大同古玩殿