

感冒坐飞机,小心引起“航空性中耳炎”

◆ 叶雪菲

即将迎来的暑期出游高峰,让坐飞机旅行的学生家长增多。但专家提醒,感冒坐飞机,小心引起耳部疾病。

43岁的陆先生自从出差回来后,一直出现耳鸣的现象。起初,陆先生只以为是感冒影响到了耳朵,感冒好了自然就会消失。然而,鼻塞、咳嗽等感冒症状渐渐减弱的同时,耳鸣却越发严重了。陆先生不得已去医院做了检查,结果却被告知患上了中耳炎。经医生进一步分析后,病因居然是由于陆先生在感冒时乘坐了飞机。对此,复旦大学附属中山医院青浦分院耳鼻喉科高天乐医生解释,现代人坐飞机去旅行的频率越来越高,而这恰恰成了

分泌性中耳炎(也叫航空性中耳炎)的诱因。特别是患者如果正处于感冒期间,乘坐飞机更容易诱发中耳炎。

感冒过的人可能都会有过这样的经历,鼻塞时,听力总会受到影响,听不太真切,尤其是擤鼻涕的时候,会出现耳鸣的症状。其实,鼻子生病了,耳朵也会跟着“受罪”。高天乐指出,由于鼻部原因引起的耳部疾病并不少见,有时感冒也会导致中耳炎,继而影响到听力。

高天乐介绍,耳部分为外耳、中耳、内耳,而声音的传导主要靠中耳进行,所以一旦中耳出现问题,就会引起耳闷、耳鸣等症状。而中耳与外部交通主要通过咽鼓管进行,咽鼓

管是与鼻腔后方——鼻咽部连接在一起的,这也就是鼻部患病会导致耳部疾病的原因了。高天乐进一步说明,正常情况下空气可以在打哈欠、咀嚼、张口时由鼻咽部的咽鼓管张开,使中耳与外部进行气体交换,保持气压平衡稳定。而感冒会引起鼻咽部水肿,造成咽鼓管堵塞,这会造成空气不能进入中耳,如该种情况持续较长时间就会引起中耳负压的情况,继而导致耳闷、自听增强,有回音、耳鸣等,如病情继续发展则会引起分泌性中耳炎、黏连性中耳炎甚至听力下降。

另外,感冒时,鼻腔内会有鼻涕分泌液,擤鼻涕时分泌液容易被压入中耳内感染导致中耳

炎。而感冒时坐飞机,由于高空负压,会使原本咽鼓管堵塞更严重,造成中耳内负压更大。因此,一旦出现感冒等上呼吸道感染要及早治疗,如果鼻涕比较多,擤鼻涕时最好采取一侧擤的方法,千万不要过分用力,以防鼻涕进入鼓室。

专家提醒,感冒患者鼻塞、流涕等症状较重时,最好不要乘坐飞机。如果实在无法避免,在起飞和降落时注意做吞咽动作,能起到促进中耳腔压力与外界平衡的作用。若感觉症状仍未消除,可用拇指和食指捏住鼻子,闭紧嘴巴,用力呼气,让气流冲开咽鼓管进入中耳腔。但在做这个动作之前,要保证鼻腔内没有过多分泌物。

蹲点开抢免费专家咨询号

渐入夏季,别忘了呵护颈肩腰腿

◆ 解雯雯



蔡劲锋

由本市各医院临床一线医务工作者为广大就医人群贴心准备“红包”——免费专家咨询号,有需求的读者可拨打新民健康工作室热线:021-62476396。时间:周一至周五10:00-17:00。报名截止日期:7月2日(周三)12:00,也可发送短信“专家+姓名+联系方式”至15001961787报名。

蔡劲锋 副主任医师

擅长:屈光不正(近视,远视,散光)及斜弱视的矫治。尤其擅长小儿斜弱视治疗,角膜塑



陈茜和

形镜及RGP的验配,双眼视功能异常的检查诊断与处理。

陈茜和 主任医师

擅长:眼科常见病及疑难病的诊治,尤其擅长小儿眼科、角膜塑形镜及RGP的验配。

吴鹏铎 副主任医师

擅长:对膝关节炎、颈椎病、肩周炎及各种疑难、复杂性骨科疾病有着独特的治疗方法。

吕宏 医学博士后

擅长:利用微创技术治疗膝关节半月板损伤、膝关节屈曲挛缩畸形、颈椎病等骨科疾病。



吴鹏铎

吕宏

渐入夏季,人们纷纷开启“空调模式”。如此一来,为解暑贪凉,猛吹空调,很容易使骨关节部位肌肉受凉,而致颈肩腰腿疼痛,甚至诱发病变。专家提醒,人体遇到空调制冷时会引起人体毛细血管收缩、肌肉痉挛,给颈肩腰腿造成很大压力,出现颈肩、腰部、腿关节疼痛。因此,夏季,别忘了呵护颈肩腰腿。做好防护工作,可以佩戴磁性护具(护颈、护腰和护膝)的方法来保护颈肩腰腿。

佰和优活磁性健康护颈,外形和大小跟我们一般冬天用的围脖差不多,可以紧贴颈部的使用部位,使用后后颈部一会儿就会开始发热,帮助颈椎放松。磁性束身护腰采用新型环保碳纤维材料,调节方便,能够紧贴腰部,透气性很好,能很好的承托保护腰椎,前后反向佩戴还可以起到暖宫护胃的作用。磁性健康护膝保暖效果特别好,内部磁体采用特有硅胶包裹,兼顾磁作用和舒适性于一体,而且硅胶片



磁性健康护颈 磁性健康护膝 磁性束身护腰

还能起到固定保护膝盖的作用。

佰和优活磁性健康护具均采用高科技稀土磁材,强度可达180mT,N、S极性分布均匀,磁穿透力强,不易退磁且作用效果显著。

磁性健康护颈199元/只,磁性健康护膝238元/只,磁性束身护腰569元/只

订购热线:021-62890413(工作日10时至17时)(前100名订购者赠价值58元健康袜一双)

注:严重心、肺、肝、血液疾病,体质极度虚弱,皮肤破溃或出血,皮肤对磁片过敏,孕妇以及副作用显著者禁忌使用。

“降糖福利” 仅剩最后5天

糖友争赶末班车 活动随时结束

活动仅剩5天 消费者争赶末班车

由上市公司九安医疗主办的“降糖福利”免费发放活动已进入倒计时。消费者纷纷拨打热线希望赶上末班车领取一台血糖仪。浦东长清店负责人表示:为了方便糖友下班后领取,我们已经连续几天延长营业时间至晚7点。对于自测血糖仍有各种疑问的患者,店员都会耐心解答并教授测量方法,以后出现任何问题,也可以为糖友常年提供跟踪指导。

4000份发放一空 活动随时结束

本次用于“降糖福利”的血糖仪仅有4000份且没有补货计划,一个月的活动也稍显仓促,对于申领热度不减的现象,说明已有越来越多的糖尿病患者认识到,即使在夏天血糖相对偏低时也要保持有规律地监测才能安然度夏。最后,提醒大家该活动采用实名制方式,为了保证成功领到,务必提前电话预约。

申领热线:400-070-3336



“降糖福利”缘何受追捧

血糖仪不花钱 免费领取

欧美国家有相当比例的糖尿病患者拥有血糖仪并掌握自测血糖的方法,但在我国仍缺乏自测血糖的概念。本次九安医疗推出的“降糖福利”活动让糖友不花钱就能领到血糖仪,定期监测血糖可以保持良好的控血糖水平。

自测血糖 医患沟通有数据

如今,自测血糖已经成为糖尿病治疗的重要环节,有越来越多的糖友将平日自测血糖的血糖值与饮食、运动等记录下来,既可以观察调理情况,还能作为医生在诊断病情时提供有利的参考值,调整治疗方案。

保持血糖监测 远离并发症

糖尿病患者一年的花费从2000元到20000元不等甚至更多。其中,81%的糖尿病相关医疗费用是用来治疗各种并发症。一旦有了并发症,花费至少是以上费用的3倍,较为严重的并发症,花费则更高。(以上摘自《MSN中文网》)糖尿病患者应随时进行血糖自测,如山现控糖效果不佳,应及时就医进行全面检查,有效预防并发症的出现。



九安血糖仪 免费申领

打进电话的糖尿病患者可免费申领价值388元的九安血糖仪一台。数量有限,领完为止。每天限量200台。(申领条件:一次性订购1盒九安血糖试纸即可)

健康, 少一份担心!

申领热线 400-070-3336

中美合资 天津九安医疗电子股份有限公司

专卖店

新村路店: 新村路407号(志丹路口)
陆家嘴路店: 陆家嘴路915号(正大兴街)
浦东长清店: 长清路12号(近耀华路口)

药店

老百姓大药房(徐虹北路33号近凯悦酒店)
第一医药(南京东路616号3楼九安专柜)
泰同德堂(南京东路452号3楼九安专柜)
荣庆堂(包头路603号2楼)
杨浦区丰大药房(松花江路267号)
七宝益丰大药房(张江路1048号)
晋益祥丰大药房(晋益路926号近枫桥路)
共康益丰大药房(长临路800号近共康路)
上海开心大药房(博兴路362号)
康乾大药房(隆昌西路510号)
老林大药房(德州路58号)
布衣大药房(周春路1220号近三益路)
好远大药房(万寿路73号近延平路)

活动地址

民心大药房(牡丹江路1188号近双城路)
上虹大药房(华山路88号)
市民大药房(邯郸路50号)
华康大药房(包头路785号)
国大药房(平南路口1400号)
国大药房(七宝店(恒宝一村1-31号))

乐购超市

莘松店: 莘松路855号(肯德基旁)

欧尚连锁超市(大卖场)

嘉定店: 博乐路99号(近博乐路口)
中原店: 中原路102号(近民星路)
长阳店: 长阳路1750号(近临青路)
闵行店: 东川路2092号(近沪闵路)

卜峰莲花连锁超市(五金部)

杨高北路、杨高中店、杨高南路、
宣安店、上南店、奉贤店、川沙店、
新港店、崑崙店、文成店、保德店、
吴中店、周家嘴路店、南汇店