

【专家介绍】

# 摆脱鼻腔疾病困扰并不难

## 新民健康推出开抢鼻咽喉专家免费咨询号活动 ◆ 伊雪冰



解玉华

副主任医师，从事耳鼻喉疾病的临床治疗与科研工作40余年，诊疗技术操作娴熟全面，理论知识扎实深厚，有着丰富的临床诊疗经验。先后在国家、省级医学杂志发表论文60余篇，曾获得省部级科技成果等各类学术奖等荣誉奖励。对鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼾症、慢性咽喉炎等有独特的治疗方案。

鼻腔是呼吸的门户，也是呼吸系统的第一道防线。它具有呼吸通气、过滤清洁、加温加湿、发音共鸣、反射保护及嗅觉等特殊功能。鼻腔表面存在一层特殊上皮组织，具有大量的微纤毛，这些纤毛具有自洁功能，可缓慢而有序地向位于鼻腔后方的鼻咽部摆动，把粘附在鼻腔表面的杂质清扫掉，对鼻腔清洁状态的保持和正常生理功能的维持极为重要。鼻腔、鼻窦存在炎症时，鼻腔的自洁功能将会减退。然而，大气污染和PM2.5的侵袭对鼻部的生理功能有严重的影响，从而诱发鼻部疾病。

### 鼻病的常见症状

鼻病的类型很多，有急、慢性鼻炎、过敏性鼻炎、慢性肥厚性鼻炎、萎缩性鼻炎、药物性鼻炎、鼻窦炎等。这些鼻病常常会引起鼻塞、流涕、鼻痒、打喷嚏、鼻出血、嗅觉减退、头痛头胀、耳闷胀感、回吸涕带血等各种症状，鼻阻可为持续性、间歇性；流涕可

分为清涕、粘涕、脓涕；鼻出血多与鼻粘膜急性炎症及损伤有关；头痛头胀则往往提示了鼻窦炎症的存在。一部分患者存在耳闷胀、回吸涕带血症状，则提示可能在鼻咽部有病变的可能。

### 治疗上需分别对待

鼻病是耳鼻喉科中最为常见的疾病，主要有鼻炎及鼻窦炎，发病率高，每4-5人中就有1位鼻炎患者。鼻炎有多种类型，如过敏性鼻炎、急性鼻炎、慢性鼻炎，而慢性鼻炎又分为单纯性、肥厚性、干燥性及萎缩性鼻炎等。而每一种类，又有轻度、中度、重度之分，在治疗上需分别对待。

如鼻炎的初期反应和感冒很像，出现鼻塞、流鼻涕等，但是感冒病菌只能存活三四天，一周后症状基本消失。而鼻炎则不然，如果症状持续两三周，甚至一个月还不好，就很有可能是出现了鼻炎。

这里还需要特别提醒的是，不重视鼻炎，或久拖不治，很容易引起并发症，治疗难度也会更大。因此，尽早治疗十分关键。治疗上，首先要找准病因，确诊是什么类型的鼻炎，才能对症下药。临床上常见的鼻炎类型有过敏性鼻炎、单纯性鼻炎、肥厚性鼻炎等十多种，治疗方法也各有不同。如在鼻内窥镜的配合下，采用等离子低温消融技术，微创无痛、恢复快，不影响生活和工作，让治疗变得更轻松。

### 活动信息

自新民健康推出限额限时开抢鼻咽喉科专家免费咨询号以来，已惠及众多患者。为满足更多读者的迫切需求，新民健康再次推出开抢鼻咽喉科专家免费咨询号活动。读者可拨打鼻咽喉科咨询热线021-33720189，也可发送短信“鼻咽喉+姓名+联系方式”至18017313232报名。每天限额20人。报名截止时间：9月16日12:00。

## 上海中医药大学出版社《身高奥秘》专家为你解读：孩子长不高、早发育应该怎么办？比一比：孩子身高达标吗？ ◆ 张筱琳

### 个子矮的孩子需要长期身高管理

孩子身高发育是多年累积渐进的结果，对于身高不达标、年长幅缓慢、遗传不理想且有早发育及过敏性体质的孩子，每三个月或者半年就应该进行一次骨龄、生长板检测评估并建立身高发育档案，除了和同龄孩子的横向对比外，定期进行自我纵向对比也非常重要，接受专业指导，才不会错失短暂的生长期，避免给孩子带来终身的遗憾。

### 早发育：可能让孩子少长10厘米

近几十年来，由于环境以及食品污染等因素，全世界均出现青春发育年龄提前的“年代趋势”。早发育对孩子最大的影响当属身高。因性激素过早分泌，骨龄增长快，促使骨骼生长区(骨骺)过早闭合，生长周期因此缩短，导致身材矮小。专家指出：早发育一年，生长潜力将少掉3-5厘米，很多孩子在小学阶段很高，长大后反而矮小就是这个原因。家长在关注孩子体表特征(乳房、睾丸、声音等)变化的同时，更应关注孩子的生长速度、蹿个时间、动态观察，科学调整。

——摘自《如何让孩子长得更高》

个子矮孩子可享免费检测和领取《身高奥秘》

如何让孩子在自然生长的原则上改善身高是目前国内外专家广为推崇，新民健康邀请30位6-18岁身高不理想、有早发育状况的孩子参加“关注青少年身高”活动。现场上海中医药大学出版社《身高奥秘》中长期从事生长发育研究的部分专家编委及中科院专业人士，免费为参与活

动的孩子做新一代生长板测评，从均衡营养、增加生长动力、延缓骨龄等多方面出发，为孩子制定顺势生长方案，并建立生长发育跟踪档案，提供每年2次的免费身高检测和专家指导。

活动时间：9月13日—14日

活动内容：

生长板测评、生长潜力评估

建立成长档案，每年2次的免费身高评估

专业人士每年2次的跟踪回访

免费领取上海中医药大学出版社《身高奥秘》

免费领取最新身高表一份

本次活动限额30位，请提前报名预约  
报名方式：拨打新民健康热线800-820-8727

编辑短信：“长高+姓名+联系方式”发送到13918525361

## 6-16岁青少年身高及体重表

| 年龄(岁) | 身高(单位:cm) |        | 体重(单位:kg) |       |
|-------|-----------|--------|-----------|-------|
|       | 男         | 女      | 男         | 女     |
| 6     | 121.26    | 120.38 | 21.28     | 20.37 |
| 7     | 127.53    | 126.72 | 24.05     | 22.84 |
| 8     | 132.67    | 132.20 | 27.93     | 25.25 |
| 9     | 137.78    | 138.13 | 30.46     | 28.19 |
| 10    | 142.86    | 144.47 | 33.74     | 31.76 |
| 11    | 148.55    | 150.36 | 37.83     | 36.10 |
| 12    | 157.62    | 158.69 | 42.43     | 40.77 |
| 13    | 165.59    | 168.02 | 48.08     | 44.79 |
| 14    | 169.14    | 170.23 | 53.37     | 47.83 |
| 15    | 172.12    | 171.49 | 57.08     | 49.02 |
| 16    | 173.71    | 171.27 | 59.35     | 50.85 |

资料来源：《中华儿科杂志》2002年2期

## 2014爱牙日“爱在夕阳下”之护齿关爱行启动

200名免费检查名额 2名免费种植 100万爱心援助

◆ 张筱琳

你还记得吗?当你很小的时候，爸妈花了很多时间教你刷牙，叮嘱你少吃糖果避免蛀牙。当你第一颗牙齿掉落的时候，爸妈兴奋地告诉你长大了要换牙了，并且小心翼翼地呵护着你新的牙齿。如今的你，长大成人，拥有一口健康坚固的牙齿。殊不知，父母在变老，身为子女的你什么时候掉牙的?知道父母掉了几颗牙吗?你有像父母关爱你的牙齿一样去关爱他们的牙齿吗?

这个世界上有很多改变是我们无能为力的，比如你在成长父母在变老;可是总有一些东西是永恒不变的，比如你与父母之间的爱。为了传递这一份爱，值此2014爱牙日到来之际，新民健康携手知名专业口腔机构特开展“爱在夕阳下”之护齿关爱行活动。赶紧为父母或者自己报名，“种下”晚年幸福。

### 第一季“爱在夕阳下”之护齿关爱行活动说明

报名时间：9月10日-9月20日

活动内容：

■ 200位免费检查名额

前200位报名患者均可以享受免费口腔检查

■ 2位免费种植牙名额

我们会从200位牙齿缺失患者中选出符合即刻种植条件、家庭贫困或者有特别贡献的2位免费进行即刻种植修复。

■ 100万种植基金援助

报名参加“爱在夕阳下”之护齿关爱行第一季的种植客户，均可以获得2000元/人的现金援助。

■ 50位手术直播室现场观摩

9.20爱牙日当天，我们会进行微创即刻种植手术的现场直播，提早报名就可和10家

媒体一起见证微创即刻种植。

报名方式：

拨打电话：021-63598299（工作日期间10:00-17:00）

编辑短信“口腔+姓名+联系方式”发送至：18017382093

编辑邮件“口腔+姓名+联系方式”发送至电子邮箱：236266847@qq.com

报名截止时间：9月20日17:00

### 相关链接

## 中老年牙齿缺失情况严重

据第四次全国口腔健康流行病学调查的不完全统计，目前上海中老年人中，有牙齿缺失的人占到60%，其中只有15%会及时镶补缺失的牙齿，85%的人选择听之任之，其中60%抱着等全部掉光了一起镶假牙的态度。很多中老年人坦言，牙齿缺失让他们想吃不能吃，给生活带来诸多不便，甚至影响了身体的健康，但是又不知道如何改变。

## 即刻种植技术，摆脱牙齿缺失烦恼

我们都知道，传统的种植牙技术对于敏感人士来说，由于个体差异，还是会有轻微不适感的。即刻微创种植牙的到来，让种植牙彻底告别疼痛，种植过程缩短到最快30分钟。即刻微创种植牙在传统种植牙的基础上用特殊的手术方式和技术来完成种植牙的植入过程，利用3-4毫米的小切口，将人工牙根“种”入口腔内，摆脱了传统种植牙切开翻起牙肉、缝合、拆线等步骤，将创伤降低到最小程度，大大减少了肿痛和出血量。微创种植牙手术操作简单快捷，牙体种植位置准确，种植成功率高，而且减少了感染的风险，是国际上广泛应用的种植方式。

## 长期腹泻有危害

生活中您出现：饮食刺激、精神紧张就腹痛难耐，反复腹泻腹痛，有时还伴有粘膜、脓血等症状，可要注意了。您可能患上慢性腹泻、肠炎，它包括了炎症性肠病(小肠、结肠、直肠粘膜炎症)、功能性腹泻、肠易激综合症，发病主要与免疫功能失调、肠抵抗力下降、肠运动功能紊乱、功能性障碍(如消化道手术、发育期儿童)有关，治疗应以提高免疫功能、恢复肠道功能为主。不及时治疗会导致营养不良，抵抗力下降，影响正常生活。

贵州万顺堂药业生产的“安场牌鞣酸苦参碱胶囊”(OTC)，质量标准起草单位，专利技术，有效治疗急慢性肠炎、功能性腹泻、肠易激综合症，有效成份在肠道炎症部位释放，保护肠粘膜收敛止泻，调整免疫功能而抗菌消炎、缓解肠道刺激紧张应激反应，按

疗程坚持用药，有效治疗慢性腹泻、肠炎，老年少儿均可使用。“安场牌鞣酸苦参碱胶囊”——安场止泻的胶囊，169元/盒，谨防假冒!

经销地址：黄浦：南京东路第一医药商店 静安：新闻路1537号及雷允上西区各药房 徐汇：南丹东路386号、汇丰各药房、海药房各药房 虹口：四川北路各药房 长宁：得一各药房 普陀：新村路356、曹杨路673号 闸北：平顺路155号 闵行：莘建东路444号 宝山：牡丹江路1701号 杨浦：长海路369号 浦东：上南路1071号、养和堂各药房、惠南镇城东路268号 松江：余天成各药房 嘉定：博乐路166号 奉贤：南桥解放中路22号 金山：恒德药店各药房 青浦：青安路218号 崇明：东门路178号等全市各大药房有售。批准文号：国药准字H52020688 黔药广审(文)2014030042号 上海备案号：2014年4月3日 请按药品说明使用或在药师指导下购买。电话：60830537

## 灰甲不灰心，治疗选国药

灰指(趾)甲是高发性疾病，尤其参与公众活动多，爱修甲、美甲的人群更易感染。灰指甲是由真菌感染较为顽固难治的传染性疾病，甲板与甲板分离变形、残缺，呈灰色、黄棕色或黑色，让人难堪，不及时治疗还会蔓延传染，引发甲沟炎、皮肤病、生殖器感染。灰指甲难治是由于多种真菌感染，寄生在甲板内，潜伏期长，不易杀灭。过去为解决指甲外搽给药渗透吸收困难，只好采用拔甲、腐包包扎的方法，给患者带来较大的痛苦。灰指甲顽固难治，患者选药，要认准国药准字。

现在您有了灰指甲，请别灰心！贵州万顺堂出品的国药准字药品伊甲牌复方聚维酮碘搽剂(OTC)，专业治疗灰指甲！该药采用专利技术对真菌具有强大的广谱杀灭能力，使菌体蛋白质变性后死亡，同时能软化角质层，有效增强药物的渗透。不包扎，不脱甲、不腐蚀、无痛苦，简单又方便。每天一次，在局部形成长效药膜，轻松治疗灰

指甲。伊甲牌复方聚维酮碘搽剂国药准字(H52020539)治甲癣有良效，有信心！请认准贵州万顺堂生产：“伊甲牌复方聚维酮碘搽剂”56元/盒，谨防假冒！

经销地址：黄浦：南京东路第一医药商店、淮海路各药房 静安区各药房 新闻路1537号 虹口：四川北路各药房 徐汇：徐家汇各药房、汇丰各药房 长宁：得一各药房、闸北：平顺路155号、普陀：中山北路2399号及复美各药房、浦东：上南路1071号、养和堂各药房、惠南镇城东路268号、杨浦：长海路349号、宝山：牡丹江路各药店、友谊路223号 闵行：江川路242号、莘朱路152号 松江：余天成各药店 嘉定：博乐路166号 金山：恒德药店各药房 奉贤：解放中路20号 青浦：城中东路266号 崇明：东门路178号等全市各大药房有售。禁忌：对碘过敏的人，禁用本品。

批准文号：黔药广审(文)2013100143号 上海备案号：2013年10月23日 请按药品说明使用或在药师指导下购买。电话：60830537