

冬季寒冷, 湿邪入侵, 颈椎间盘突出症、椎管狭窄症、腰椎间盘突出、肩周炎、风湿病、关节炎等门诊量增加, 很多中老年患者苦不堪言。新年临近, 上海泰坤堂中医医院将于1月27日举办中医骨伤科义诊活动, 国家级非物质文化遗产“上海石氏伤科”第四代传人石关桐教授等4位专家, 将为各类颈肩腰腿痛患者提供免费专业咨询服务。

许多颈腰椎病用了各种方法仍反复发作、疼痛难忍, 在中医看来, 问题的关键不在突出、滑脱和狭窄本身, 而是由于经络受阻等, 气血难以濡养筋骨, 骨衰筋损造成的。对这类病的诊治, 中医骨伤经过三千多年发展, 早已有相对完整的诊疗体系, 并以流派的形式代代传承至今, 上海上世纪初就已形成著名的“骨伤八大家”, 每家流派都有自己独到的手法、方药和经验, 并不断发展, 其中石氏伤科来沪140多年, 传承五代, 现已被列入国家非物质文化遗产, 施氏伤科传承180余年, 强调“内外结合, 三期论治”, 对椎管狭窄、腰突尤为适用。

颈腰椎病能非手术康复吗?

百年骨伤流派专家有义诊

各家流派分别有怎样的“绝招”? 哪些颈腰椎病可以非手术康复? 有需求的读者可按时去医院与专家面对面。义诊期间免挂号费、免专家费, 但为保证义诊质量, 一律实行预约报名, 每位专家限30人, 额满即止, 患者可抓紧时间报名参加。

义诊信息

义诊地址: 上海泰坤堂中医医院(黄浦区斜徐路553号)
报名电话: 021-2281 6381(8时-20时)或发送短信“姓名+电话”至13651804352报名。
义诊备案编号: 黄字备登字(2014)第0024号

【义诊专家】



石关桐 主任医师, 石氏伤科第四代传人, 从事中医骨伤40余年, 现任中华中医药学会骨伤分会副会长



温德 主任医师, 从事中医骨伤专业40余年, 曾师从上海骨伤八大家之一、施氏伤科五世传人施维智名中医



于秋深 副主任医师, 原“上海市中医特色专科中医针刀科”学科带头人, 近30年临床经验, 曾跟随国医大师石仰山教授学习石氏伤科多年



王谦 主治医师, 从事中医骨伤专业10余年, 师从上海中医药大学原校长、国家非物质文化遗产“中医正骨疗法”代表性传承人施杞名中医

过敏性鼻炎怎样才能不复发

新民健康送出30个专家咨询号

◆ 伊雪冰

鼻痒难过、喷嚏不断、鼻涕常流, 有的人还有头晕、头痛、记忆力下降等现象, 对我们的学习和青少年的智力发育尤其不利。另外, 鼻炎、鼻窦炎还可引发中耳炎、睡眠打鼾、哮喘等严重并发症。

忌随意用抗生素

过敏性鼻炎可以说是一种富贵病, 以前常说“不干不净, 吃了没病”, 实际上是有一定科学道理的。因为适当地接触尘埃、泥土等携带细菌的物质其实对免疫系统是一种锻炼。现在的家庭很多都是独生子女, 生活环境干净吃穿更是如“消毒”般注意, 一旦患病就马上用消炎药, 而且要求见效快、效果好, 客观上导致身体免疫系统得不到足够锻炼, 对外界细菌抵抗力降低, 形成易过敏体质。

专家指出, 过度卫生也会降低人体免疫力, 导致患上过敏性鼻炎的概率增加。另外, 抗生素用得过多、过滥致免疫系统紊乱易过敏。目前不少孩子都是独生子女, 家里都宝贝得很, 一旦有点感冒什么的就吃药打针, 而现在全市甚至全国都存在抗生素应用泛滥的情况。过敏性鼻炎是鼻子暴露在过敏源的环境下, 免疫系统受到刺激而产生反应的结果。而抗生素滥用的后果之一就是免疫系统紊乱。

专家咨询帮你忙

究竟如何才能降服这烦人的鼻炎? 怎样才能让难缠的鼻炎不再复发? 为此, 新民健康携手相关机构, 限额限时送出30个鼻咽喉科专家咨询号。届时, 读者可以与鼻咽喉科医生李强、况海霞(周六、日, 照常工作)面对面咨询过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉等相关问题。有需求的读者, 请拨打新民健康咨询热线021-62340399; 手机也可发

送短信“鼻炎+姓名+联系方式”至18017315556报名。报名时间: 即日起至1月19日15:00时止。

早期干预有方法

过敏性鼻炎早期干预的方法主要有:
1. 避免接触过敏源。如: 出门佩戴口罩、避免花粉接触、床上用品衣服等多晒太阳以便除螨等;
2. 及时进行药物治疗, 如抗过敏药物口服和喷雾;
3. 阻断过慢性鼻炎发展成为哮喘。如: 儿童及早进行免疫治疗。

【专家介绍】



况海霞 耳鼻咽喉科专业多年, 有丰富的临床诊疗经验。擅长治疗慢性咽炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉等。特别对鼻内窥镜手术治疗过敏性鼻炎、慢性咽炎、鼾症等耳鼻咽喉科常见病、疑难病具有较强的诊治能力。曾多次参加国际耳鼻咽喉学术研讨活动, 并在医学杂志上发表论文十余篇。

况海霞 耳鼻咽喉科专业多年, 有丰富的临床诊疗经验。擅长治疗慢性咽炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉等。特别对鼻内窥镜手术治疗过敏性鼻炎、慢性咽炎、鼾症等耳鼻咽喉科常见病、疑难病具有较强的诊治能力。曾多次参加国际耳鼻咽喉学术研讨活动, 并在医学杂志上发表论文十余篇。

如何选择适合自己的灵芝产品?

1、灵芝的有效成份有哪些?

灵芝含有多糖类、三萜类(多糖、甾醇、生物碱、甾醇类、酚类、有机酸、内酯、香豆素、甘露醇等化合物, 以及人体必需氨基酸、微量元素等。一般认为灵芝中抗癌成分主要是多糖和三萜。

2、什么是灵芝孢子粉?

灵芝孢子粉是灵芝发育后期弹射释放出的孢子, 集起来后呈粉末状, 通称灵芝孢子粉, 每个孢子长度只有3-8微米, 孢子内含有灵芝更丰富的多糖、三萜、甾醇、生物碱、蛋白质、酶类、微量元素等有效成分, 灵芝孢子在功效方面远远超过其母体灵芝。

3、灵芝孢子为什么要破壁?

灵芝孢子的双层外壳是几丁质和木质素, 非常坚硬, 坚硬的外壳紧紧包围着孢子内部的所有有效成分, 这些有效成分主要是三萜及多糖类。不破壁的孢子粉人体吸收率很低, 因此只有破壁的孢子粉才易于人体吸收, 其灵芝有效成分含量也明显高于等量的不破壁孢子粉。

4、如何检测所购买的孢子粉是否破壁呢?

有一个很简单的方法。只要用400倍以上的显微镜就可以非常清晰地观察到其破壁效果: 取少量的待鉴定的孢子粉放在玻璃片上, 然后放在显微镜下观察, 没有破壁的灵芝孢子粉从显微镜中可以看到清晰的灵芝孢子呈瓜子状。

破壁后的孢子粉外壳明显被打碎, 呈碎片状。

5、什么是灵芝孢子油?

孢子油是破壁孢子粉的升级产品, 孢子油是以破壁孢子粉为原料将里面的有效成分灵芝三萜等, 通过CO2超临界萃取出来, 其灵芝三萜类化合物含量是一般孢子粉的十几到几十倍。灵芝三萜由灵芝酸、灵芝-22-烯酸、灵芝醇A-1、灵芝醇A、B、灵芝孢子内酯A、B等112种化合物组成, 经过科学测试其功效更显著。

6、如何选择适合自己的灵芝产品?

综上所述, 破壁灵芝孢子粉与孢子油的有效成分含量均高于人体的吸收。服用者可以根据自己的实际情况选择适合自己的灵芝类产品。

另外, 为了帮助广大消费者更加清楚地识别破壁灵芝孢子粉的破壁情况, 中科上海健康服务中心为大众提供免费灵芝孢子破壁检验服务!

咨询热线: 021-34010789/64311772 (上海科苑药房)

地址: 肇嘉浜路526号(近岳阳路)
网址: <http://www.zhongke.sh.cn/>

陈德堂®

冬虫夏草

一始创于1995年一

青海、西藏产地直销

统货: 88元/克 - 138元/克

品质保证 假一罚十

冬虫夏草(特干)

特选5条 168元/克

精选4条 198元/克

精选3.6条 218元/克

精选3.2条 238元/克

精选3条 248元/克

精选王2.6条 300元/克

精选王2.4条 320元/克

精选王2条 350元/克

大断草 138元/克

注: 以上虫草为特干, 常温干燥保存不会产生霉变现象。

枫斗系列

铁皮汁粘无渣 4200元/斤

铁皮汁粘微渣 3200元/斤

紫皮汁粘微渣 2800元/斤

紫皮汁粘少渣 1800元/斤

紫皮汁多少渣 1200元/斤

刚节汁多 1680元/斤

刚节汁中 1480元/斤

水草汁多 980元/斤

铁皮鲜条 480元/斤

注: 促销期间凡购买枫斗系列商品500克, 额外赠送同样品种50克。

西洋参

花旗参 980-1450元/斤

西洋参 880-1380元/斤

野生花旗参 150-250元/克

雷允上系列产品特惠

生晒山参粉 (买一送一)

野山参 6.8折

冬虫夏草 8折

铁皮枫斗 7.8折

紫皮枫斗 7.8折

注: 以上品种量大可批发, 欢迎垂询!

镇店之宝

百年野山参

三十余个百年精

品野山人参集中展

示。另有三百余支

各品牌野山参特低

价销售。售完为止!

欢迎莅临参观!

凡购买本行商品(冬虫夏草、铁皮枫斗、野山参)达一定数量者均可免费使用低温粉碎设备代超细粉碎加工(300目-600目), 提高人体吸收效率。普通粉碎的细度只能到达80目左右, 同时易产生高温破坏有效成分, 达不到人体最佳吸收效率。

上海陈德堂参茸行

咨询电话 63035437

全国免费咨询热线 400-920-3158

地址: 黄浦区瞿溪路889号(近蒙自路)

地铁四号线鲁班路站2号出口

公交: 隧道一线、隧道八线等