

冠心病、痛风、哮喘、四高等可用膏方调理

新民健康“慢性病调理膏方咨询专场”开始报名 ◆ 叶晓雯

俗话说:“疾病三分治,七分养。”对于动辄几年甚至几十年的慢性病来说更是如此,在这方面传统中医对于慢性病的调养显得尤为重要。

近年来,膏方因其能容纳更多中药材,由此可以整体局部多方兼顾,其优势在于一方面可以控制或减少、减轻不良症状的反复发作;另一方面可以增强体质,改善生活质量。

哪些慢性病患者适合吃膏方调养呢?专家指出,哮喘、慢性支气管炎等呼吸病,痛风等风湿类疾病,冠心病、高心病等心脑血管疾病,慢性盆腔炎、不孕症等妇科病,高血压、高血脂、高血糖、高尿酸等“四高”人群以及顽固性失眠等,都可通过冬令膏方调治。

拨打膏方热线 老中医教你调理慢性病

新民健康膏方节本周特别策划推出“慢性病专场”膏方咨询活动,特邀多位来自岳阳医院、龙华医院等各大中医院的专家坐镇,在线为读者提供个性化膏方调理建议。此外,现在报名还可获取与专家现场一对一交流的宝贵机会。

新民膏方报名咨询热线:021-52921131

或发送短信“膏方+姓名+联系方式”至 13651804352 报名咨询。

温馨提示:每位专家限 10 个免费咨询名额,报名从速,额满即止。

新民健康膏方专家团

 张玉萍 张玉萍:岳阳医院主任医师、教授,擅长痛风、高血脂症、高尿酸症、糖尿病、骨关节病变等疾病的诊疗及膏方调理。	 苏励 苏励:龙华医院风湿科主任、主任医师,擅长类风湿关节炎、干燥综合征、痛风、骨关节炎、血管炎等疾病及的诊疗及膏方调理。	 徐建国 徐建国:龙华医院主任医师、教授、研究生导师,擅长冠心病、心肌炎后遗症、三高、糖尿病、亚健康状态的膏方调理。
 周曾琦 周曾琦:黄浦区香山中医医院主任医师,擅长中风、冠心病、哮喘、支气管炎及肝病等疑难杂证的诊疗及膏方调理。	 周时高 周时高:龙华医院内科主任兼中医示范科主任、主任医师、教授,擅长类风湿关节炎、干燥综合征、痛风、失眠等的膏方调理。	 陆金宝 陆金宝:市中医医院副主任医师,擅长老慢支、哮喘、心脑血管疾病、胃病等疾病的诊疗及膏方调理。

警惕中老年牙齿“过早下岗”宣讲报名

新民健康邀您与九院专家面对面交流 ◆ 解雯雯

调查发现,我国五六十岁还不到牙齿就提前“下岗”的人群比例相对较大。牙龈萎缩、牙齿松动、牙齿移位、牙齿变脆、牙齿变稀疏以及牙龈出血、出脓、发炎等问题频繁发生,牙齿过早的松动脱落成普遍现象。

为了让中老年人拥有一口坚固的好牙,避免牙齿“过早下岗”,新民健康特邀原上海第九人民医院口腔博士专家团队,为读者面对面解析各种口腔健康问题导致的牙缺失现象,尤其是针对错误的牙缺失修复方式进行科学合理的分析。

哪些人的牙齿容易“过早下岗”?

刷牙用力过大造成牙根、牙本质的暴露,促使牙齿提前脱落;喝酒和碳酸型饮料、嗜酒、不定期看牙医、不定期洗牙等不良生活习惯容易导致牙龈萎缩、牙齿松动、牙齿移位、牙齿变脆、牙齿变稀疏以及牙龈出血、出脓、发炎等问题,如果没有得到及时有效的治疗,都会从不同程度上造成牙齿的提前“下岗”。

牙缺失修复应从“第一颗”开始

很多人觉得只是缺了一颗而已,不会影响咀嚼和美观。其实,长期缺牙不补,不仅影响口腔健康,导致牙槽骨萎缩,咀嚼功能退化,加速正常牙齿脱落。还会导致牙缺失患者面部不对称,加速面部衰老。我们平时看到很多中老年人脸凹进去,很多是受到了缺牙的影响。

牙齿“过早下岗”危害身体健康

牙齿过早脱落,咀嚼功能就会受影响,这样就会加重肠胃的负担,不利于营养的消化和吸收;如果因为一侧牙齿脱落,只能用另一侧咀嚼,则可能导致颞颌关节综合症;其次,

出问题的牙齿,就相当于一个病灶,一个细菌库,会导致其他全身性疾病,例如口腔内的细菌会通过血液进入人体内的其他部位,可导致血管壁内膜炎,最终引起心肌炎;牙齿不好的人如果有糖尿病的话,病人的血糖也会不容易控制。

提醒:牙缺失修复是系统工程

修复牙齿有讲究,原上海第九人民医院口腔种植科庄龙飞博士说,口腔修复是一项涉及到口腔内科、外科、修复科等学科知识的系统工程。首先,全面口腔检查,了解其口腔健康状况和牙齿的分布等;其次,排除口腔疾病,在临床上发现,近九成的牙缺失、牙缺损的患者伴有口腔疾病,需先进行治疗,为修复做好准备。然后,再根据患者的口腔健康情况选择合适的缺失牙修复方式,才能从根本上解决牙缺失问题。

医师简介

庄龙飞 博士 曾就职于上海第九人民医院口腔种植科;香港大学牙科医学院牙周 & 种植医学博士;师承国际牙周及种植学大师 N. P.Lang 教授



周仲豪 硕士 师承上海第九人民医院种植科主任赖红昌教授;国际种植牙专科医师学会研究员;美国密歇根大学牙周-种植专科培训师



2015 新民健康膏方节专家约稿

膏方调理痛风 如同注射“中医预防针”

◆ 张玉萍(上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院主任医师、教授)

随着人们生活水平的提高,饮食结构的改变,痛风发病呈上升趋势。痛风与糖尿病一样是“富贵病”,又称代谢性关节炎。中医调理痛风,且能综合改善患者体质。现今膏方突破传统,在养的基础上,通补相兼,因人而异,这如同在注射“中医预防针”,兼调旧疾,调理效果更好,应用更广。

■ 膏方调理 痛风缓解期服用更适宜

应用中医膏方调理痛风可减轻痛风发作症状,减少痛风发作频率,提高患者生活质量。痛风缓解期以脾失健运、肝肾不足为主,可以服用膏方调理。急性期多属于实邪为患,不太适合服用膏方,待病情稳定,才可用膏方

以图缓功。

■ 培补脾气 服用膏方预防痛风复发

痛风患者常伴有肥胖、高脂血症、高血压、糖尿病等代谢异常疾病,其缓解膏方治疗的处方用药应注重培补脾气。培补脾气可以运化体内的水湿之气,有助于痰瘀毒邪的排出;在运用清热化痰,活血化痰等中药材的时候,应用培补脾气的中药材可以振奋后天之本,运化水湿痰浊。在膏方的细料应用方面,对于血尿酸偏高者,应慎用鹿角胶、龟甲胶、鳖甲胶等笨胶。对于痛风合并高脂血症、糖尿病、肥胖症或有倾向者应适当调整,减少用糖量,或者改用木糖醇、元贞糖代替。

耳鸣耳聋 来电就送

大家都知道耳朵是聆听的媒介,通过它能享受到大自然的天籁,能听到家人关心的话语,但是随着年龄的增长,耳朵健康已经成为中老年人不得不关注的重点。

面对耳病健康问题该如何有效、科学地预防呢?

读《专家诊治耳鸣耳聋》,本书内容丰富,图文并茂,语言简练,浅显易懂,重点突出,简单实用。

现在本市范围内无条件免费发放300本《专家诊治耳鸣耳聋》,凡是有需求的读者可拨打我们的免费电话申领400-099-4177,数量有限,领完即止。

—— 免费申领 ——
400-099-4177

好消息!为配合广大耳病读者健康调养,即日起每日前100名打进电话者即随书赠送价值199元砭石耳塞一副,先打先得,送完即止!

送书单位:陕西中医学院制药厂
书刊号:ISBN978-7-5439-5214-0

科普宣教讲座信息
活动时间:11月2日-11月16日
致电报名:领取口腔健康手册、与原九院专家面对面免费交流,享受爱牙援助补贴
报名方式:拨打新民健康读者咨询热线021-52921615