

# 春季患上耳鸣耳聋, 你知道该如何应对吗

新民健康邀耳鸣耳聋专家为您宣教答疑

◆ 留缘

【特邀专家】

王金明 主任医师

从事耳鼻喉科临床工作30余年, 积累了丰富的临床经验, 尤其擅长中西医结合治疗耳聋耳鸣、慢性咽喉炎、过敏性鼻炎、急性慢性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼻甲肥大、声带息肉、声嘶等疑难病症。多次参加国内国际耳鼻喉学术年会及耳鼻喉医师培训班, 在相关医学杂志期刊发表学术论文20余篇。



燕来文 耳鼻咽喉科主任、副主任

中华医学会会员, 从事耳鼻喉科专业20余年, 曾在国内发表论文10余篇。擅长治疗慢性咽炎、耳聋耳鸣、过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼻骨骨折复位、扁桃体摘除等疾病。

成白天注意力无法集中和聆听困难的问题, 产生情绪上的紧张和疲劳, 导致工作质量和学习效率大打折扣。如耳鸣不治, 心脑血管疾病及一些耳部疾病患者, 在长期的耳鸣影响下, 也会加重自己本身的病情, 最终形成一个恶性循环, 产生严重危害。

■ 患上耳鸣耳聋该懂些什么?

首先, 第一时间到医院进行检查确诊。如在耳鸣刚刚发作的24小时内进行治疗, 效果颇好。二是积极配合医生的治疗。三是要养成良好的生活习惯, 远离噪音环境, 避免情绪的大起大落, 保证充足的睡眠时间, 清淡而多样化的饮食, 坚持适量的健身运动, 戒除烟酒, 和谐有序。只有这样才能远离耳部疾病的困扰。

耳鼻咽喉科专家特别提醒患者, 耳鸣宜

早治, 越早治疗, 听力恢复的则越多, 否则, 拖延造成听神经严重受损后, 只会将病情扩大, 加大治疗的难度, 影响全身健康。

—— 活动信息 ——

新民健康特邀耳鼻咽喉科专家与耳鸣耳聋患者面对面进行宣教答疑, 并提供与专家面对面交流机会, 每天限额20名。患者如有需要, 可以通过以下报名方式(任选其一)获取防治有关鼻炎的医学健康讲座知识:

1. 拨打新民健康咨询热线: 021-52921348
  2. 发送短信“耳鸣耳聋+姓名+联系方式”至 18017315556
- 报名截止时间: 2月23日 15:00

## 一副能吃东西的牙齿很重要

—— 30个爱牙大礼包等你拿 —— ◆ 叶雪菲

牙齿是我们身体状况的一面小镜子, 牙齿的健康状况一定程度上反映你的健康程度, 要想身体健康首先要吃得下! 牙掉了肯定影响吃饭, 所以“老掉牙”问题是老年人的养生大碍。

■ 缺牙不管自己受苦 如果缺牙后长期放任不管, 会导致牙槽骨萎缩, 咬颌咀嚼功能退化, 正常牙齿因失去依靠而脱落。没有了牙齿的支撑, 面容塌陷, 总是特别显老。缺牙影响的不仅仅只是容貌, 还容易引起食物嵌塞, 肠胃功能紊乱, 甚至会妨碍记忆力等更严重的问题。

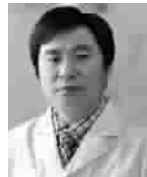
■ 健康牙齿更重要 世界卫生组织的口腔健康标准是“8020”, 即到80岁至少应有20颗不松动的“功能牙”。如果牙齿不好, 再美味的食物也无法品味, 更不用谈及生活质量了。缺牙最好在三个月内处理, 专家提醒: 具体的应对方式要根据自身的口腔条件和身体状况来决定。

为解决中老年人口腔健康问题, 新民健康特邀沪上多名口腔专家为牙齿缺失, 活动假牙配戴不适的人群、免费提供口腔健康方案建议。届时还会送出30个爱牙大礼包。

【专家介绍】

江中明 第二军医大学获博士学位, 原长海医院副主任医师、副教授。

发表学术论文20余篇, 主持国家自然科学基金1项, 临床经验丰富, 工作精益求精。



活动内容 1. 免费提供口腔健康方案建议  
2. 送30个爱牙大礼包

报名方式 1. 拨打新民健康工作室电话: 021-52921343 2. 编辑短信“关爱+姓名+联系方式”发送至 18930224117

报名日期: 2月18日—2月24日

## 《专家诊治下肢血管病》

—— 来电就送 ——



全新科普书籍《专家诊治下肢血管病》, 是一本多年来为数不多的, 向读者介绍科学调

理下肢血管疾病的中医书。书中介绍的各种方法有很强的实用性, 读者可以参照书中的经验和案例, 增加对下肢血管病发病原因的了解常识, 该书简单易懂, 方

便使用。该书采用通俗易懂的文字编写, 您只需根据书中介绍仔细研读, 就可能有所收获。另外书中还详细介绍了养生食谱的良方, 供读者参考。

因反响热烈, 全国300本现公开无条件免费发放; 机会难得, 不花一分钱, 赶紧拨打电话申领吧!

—— 免费申领 ——  
**400-0303-629**  
上海科学技术文献出版社 图书单位: 陕西中医药大学附属医院

2016 第11届

# 室内装饰博览会

中国 (上海) 元宵家装节

装潢 | 设计 | 别墅 | 大宅 | 婚房 | 施工 | 预算 | 建材 | 空调 | 地暖 | 家具 | 软装 | 园林

2月20-21日 (9:00-17:00)

上海八万人体育场东亚展览馆 零陵路800号 (中山南二路1500号)

咨询热线: 400-820-8621

官网报名: www.911top.com



扫一扫 送1000元红包抵用券+富贵两碗两筷

设计费全免 市场价120元每平方米的设计费, 200个免费名额 为您专属定制 (例如100平米的房子现可为您节省12000元的设计费)

建材促销 5% 不封顶 让你优惠享到底

报名有礼 签到就送

- 签到礼: 来就送, 30元微波炉玻璃碗 (每天限量500个)
- 邀请礼: 来就送, 50元富贵4碗4筷礼盒套装 (每天限量500名)
- 网络礼: 来就送, 50元玻璃调味罐套装 (每天限量500名)

三馆联动 全新升级办展模式, 来现场, 体验最完美的家居装饰实景展, 处处是精彩!

全面满足住宅、婚房、大房型、别墅、大宅、大平层、复式装修业主的装潢需求!

下订多多, 奖品多多! 观博览会期间, 装潢设计签单业主即可抽大奖 (凭家装订单300元以上有效, 100%中奖率)

特等奖20名	价值4999元 iPhone 6s一部
一等奖60名	价值3000元空调挂机一台
二等奖100名	价值2500元 iwatch一块
三等奖200名	价值1500元液晶电视机一台
四等奖300名	价值200元收纳箱一个
五等奖400名	价值50元U盘一个
欢乐奖500名	价值35元计步器一个

建材欢乐大转盘 下订就能抽, 100%中奖

一等奖1名	价值500元红米手机一部
二等奖50名	价值100元酸奶机一个
三等奖100名	价值50元多功能插座一个
欢乐奖200名	价值30元保温杯一个

【活动细则】展会期间, 消费者在现场使用主办方统一销售订单购买建材, 累积建材金额满2000元, 即可参加大转盘抽奖一次 (100%中奖率), 得实物奖一份!

周边地铁: 1号线上海体育馆站、3号线漕河泾站、4号线上海体育场站、11号线上海漕河泾站  
周边公交: 15路、73路、704路B、120路、138路、157路、42路、49路、718路、720路、721路、754路、923路、926路  
周边停车场: 上海东亚展览馆对面停车场 (天钥桥路666号)