

耳鸣的危害远非想象中那么简单

新民健康邀耳鼻喉科专家为你宣教答疑解惑

◆ 留缘

在日常生活中,患上耳鸣,许多人以为是小问题,忍忍就过去了,其实,耳鸣的危害远非想象中那么简单。

耳鼻喉科专家指出,如果耳鸣时间长,治疗不当,或者没有及时治疗,很容易导致耳聋。

■ 耳鸣伤心又伤体

耳鼻喉科专家指出,虽然耳鸣和耳聋不是要命的疾病,却会给我们的心理和身体健康带来严重影响。首先会影响情绪和睡眠。长期的严重耳鸣会让人产生忧虑、焦急、抑郁等情绪变化。尤其在夜深人静的夜晚,耳鸣更为严重,以至于很难入睡,以至于出现恶性循环。另外,还会影响工作和家庭。因为听不清别人的讲话,且自己还要忍受耳鸣带来的巨大痛苦,却常常不能被人理解,所以工作效率下降,以至

对工作和学习也渐渐失去了兴趣。因为耳鸣而长期求医吃药,带来经济压力的也颇多,有的甚至影响到夫妻感情和家庭和睦。

■ 忽视治疗危害大

据耳鼻喉科专家介绍,耳鸣出现恶化后,对耳鸣患者的生活、身体健康都会产生严重的影响。首先是听力迅速下降,很多人耳鸣加速恶化后,都会伴有听力严重下降的情况,专家特别提示,很多耳鸣患者由于前期忽视了治疗,治疗时听力下降到60~80分贝的水平,即在一个声音相当于菜场环境中,才能听到一点声音。而且这种损伤很多都是不可逆的,很多耳鸣患者在病情改善后,听力水平由于受损严重,都得不到恢复。其次是出现多种生活问题,耳鸣声音变化后,对患者的生活也会

产生更多的影响,比较常见的是失眠、工作注意力不集中、学习能力下降、情绪焦躁等,这些问题不仅会直接影响患者自身,还会对患者的人际关系等方面产生影响。

——活动信息——

为了满足耳鸣耳聋患者对健康知识的需求,新民健康特邀擅长治疗神经性耳鸣、突发性耳鸣、神经性耳聋、突发性耳聋等各类耳部疾病的专家为你进行一对一宣教答疑解惑,如有需求,可以通过以下报名方式(任选其一)获取防治有关耳鸣耳聋的医学健康科普知识:

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:5月3日15:00

【特邀专家】

冯勃 耳鼻喉科主任,副主任医师 从医近二十余年,有丰富的临床、教学、科研的经验,在国家和省级杂志发表学术论文10余篇。擅长耳鸣、耳聋、鼻窦炎、过敏性鼻炎、鼻息肉、慢性咽炎、声带炎及耳鼻咽喉—头颈部肿瘤等疑难杂症的诊治。



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聾耳鳴、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、声带炎等疑难病症。多次参加国内国际耳鼻咽喉学术会议及耳鼻咽喉医师培训班,在相关医学杂志期刊发表学术论文20余篇。



颈肩腰腿痛,该如何正确应对?

将再邀骨科权威专家为20位患者免费宣教答疑

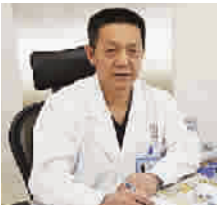
◆ 蔡骏

春夏之交,阴雨频繁,冷暖不定。颈椎病、腰椎病、骨关节炎、风湿和类风湿等引起的颈肩腰腿痛极易反复发作,许多患者每到这个时节都痛苦得叫苦连天。这一时节,该如何应对和预防颈肩腰腿痛呢?

对此,骨科专家廖东平主任指出,许多颈肩腰腿痛患者用过牵引、针灸、按摩、外敷等传统方法,但这些方法一般见效慢,往往只能暂时缓解症状,很难从根本上治愈疾病,如果运用不当还会加重病情,导致疾病反复发作,治疗费用不断增加。手术治疗虽然适应症相对较多,但费用高、风险大、并发症多,且会给患者带来巨大的创伤和痛苦。不少患者自此对治疗失去信心,结果导致症状加重,直至肌肉萎缩、瘫痪。

如何摆脱颈肩腰腿痛?该如何正确应对?为了满足更多读者需求,本周,新民健康工作

【专家介绍】



廖东平 主任医师,从事骨科临床工作30余年,具有丰富的医学理论知识和临床经验,发表过多篇学术论文并多次获奖。

室将再次邀请廖东平、王来波等多位骨科权威专家为20位患者举办一次面对面免费宣教答疑活动,并将根据患者病情,有针对性地指导防治、饮食、运动等要点。有需求的读者可以拨打新民健康工作室热线021-52921345提前报名,或编辑短信“颈肩腰腿痛+姓名+电话”发送至15221613486报名。经费有限,限额20名,约满即止。

精准手术处理疝 痛苦少不复发

◆ 校宏兵 同济大学附属第十人民医院疝和腹壁外科主任、教授

疝气手术通常被看作“小”手术,但由于腹股沟部位神经丰富敏感,手术伴随的疼痛常让一些需要开刀解除后顾之忧的人产生畏惧,使病情拖延不愈,甚至发生急诊危重情况以至危及生命。如何最大可能地减轻手术疼痛,同时还能达到最好的效果?

我们通过近万例疝手术的观察和比较,发现通过精准选择的小微切口,避开腹股沟区域的神经,从疝气本身已经形成的缺口处进入到一个相对无神经的天然间隙,在这个天然“无神经”的腹膜前间隙里“打”上一个轻

巧舒适的小“补丁”,术后疼痛既轻微,手术效果也满意。当然,手术疼痛根据各人敏感程度和心理感受不一样,还需要做些个性化处理,才能使疝气手术真正成为一个微创微痛的舒适医疗体验。

——科普活动——

5月8日上午9:00,第十人民医院疝和腹壁外科在医院1号楼15楼健康之家会议室开展疝的防治科普讲座和公益咨询,由校宏兵教授主讲,欢迎市民参与。

健康圈

■ 5月3日上午9:00-11:00,复旦大学附属华山医院呼吸科在医院门诊楼1楼(乌鲁木齐中路12号)举行“世界防治哮喘日”科普咨询活动,针对哮喘的防治等问题为市民答疑解惑。

■ 5月3日“世界防治哮喘日”当天下午2时至3时半,上海交通大学医学院附属瑞

金医院在门诊一楼大厅举办哮喘防治主题讲座,瑞金医院呼吸科黄绍光、万欢英、时国朝等教授将领衔为哮喘患者提供免费医疗咨询。

■ 5月5日下午1:30开始,上海市第六人民医院市民健康中心在医院门诊15楼报告厅举办“前列腺癌的早期诊断和预防”科普讲座,由泌尿外科陈忠副主任医师主讲。

姜丝可乐治感冒靠谱吗?

◆ 叶雪菲 实习生 高媛

最近气温上上下下犹如过山车,不少人都患上了感冒咳嗽。许多人在微信朋友圈、网络上开始转发防治感冒的小偏方,如“用胡椒面发汗”“喝姜丝可乐防寒”等,让人不禁怀疑这些民间方子真的靠谱吗?对此,上海中医药大学附属龙华医院浦东分院内科主任倪伟教授表示,这些方法对于风寒感冒的确有一定的效果。

倪伟主任介绍,胡椒性温热,味芳香,善于温中散寒,对胃寒所致的胃腹冷痛肠鸣腹泻都有很好的缓解作用,并能促使发汗,可以治疗风寒感冒,也可与生姜配伍煎后温服。因此,出现伤风、感冒、逆咳、气喘等症的患者,喝上一碗胡椒汤,的确能发汗、通气以至病愈。

俗话说“常食生姜,不畏风霜”。经常食用生姜不仅能杀菌消毒、抑制肿瘤,也能抵御寒冷。颇具创意的可乐煮姜丝,可谓“中西结

合”,倪伟主任指出,其用来治疗风寒型感冒具有一定效果。他解释,姜是辛温之品,能发汗解表、祛风散寒。“很多民间验方治疗风寒型感冒都用生姜做主药,姜中的姜辣素、姜油酮可以发汗,赶走体内蓄积的热气,尤其是水分较少的老姜,促进血液循环效果更好”,倪伟主任表示,“所以当人遭遇风吹雨淋、风寒侵袭时,及时服用红糖姜汤、可乐姜汤,会取得不错的效果。”一般给成人喝的比例为1:100,少儿就需要酌情调节比例了。

此外,倪主任提醒,并不是所有感冒都适宜用姜汤来治疗。中医将感冒分为风寒、风热等不同类型。风热感冒属于人体伤于风热,如果这时再服用生姜类温热药,就如同火上浇油,更加重内热。至于流感就更不能用姜丝可乐来应对了,要及时去医院治疗。

本版活动为公益活动,不向参加者推荐医疗服务或者其他商品,相关信息仅供参考

迎五一·助听器大联展

上海福音听力连锁机构,为迎接五一“国际劳动节”到来,让听障人士过一个欢乐的祥和的愉快的五一劳动节,特联合欧美等品牌助听器厂商举办迎五一·劳动节助听器大联展。大联展活动,从即日起至5月10日推出各公司新款产品,定制智能化线路的助听器,解决听得见听不清的听力问题。凡在此期间购买助听器的用户都给予了特别的五一优惠价,同时延长一年保修期;送进口电池24粒,及干燥剂一盒,享受终身免费清洗保养服务。对行动不便人士提供免费上门服务,并安排专人上门听障开心,用得放心。(详见现场海报) 广告

地址电话	中山西路2025号 永升大厦2203-04室 长宁路686号 四平路751号 浦东新区苗圃路263号	宜山路口 中山公园旁 近邮电新村 近公利医院旁	64399512 62517592 55153628 58523335	志丹路264号 上南路1491号 场中路14号 共和新路4441号	近新村路 近咸山路 近逸山路 近保德路	56947202 58456698 55391395 56913617
------	--	----------------------------------	--	--	------------------------------	--

C 中老年人好消息

澳洲Conbair(康培尔)为了推广市场,澳洲原装进口OMEGA-3特价,引起热销,咨询电话络绎不绝,订单送货不断。

自澳洲健康食品康培尔落户上海以来,其旗下各类健康食品:蓝莓奶片、山羊奶粉、绵羊奶粉、有机奶粉、大豆蛋白粉、麦努卡蜂蜜含片、麦努卡蜂蜜、澳洲塔斯马尼亚草木蜂蜜、OMEGA-3、玛咖胶囊、DHA胶囊等健康品均受到广大追求健康的消费者的青睐。

澳洲原装进口 OMEGA-3

现推广价:69元/罐

每瓶300粒,每人限购1瓶

《谁可检验检验卫生证书》编号:320100115078351

推广购买地址如下:

上海市徐汇区肇嘉浜路1033号徐家汇国际大厦12楼D座

上海市静安区南京西路1168号中信泰富广场5楼511室(康培尔概念店)

上海市徐汇区虹桥路1号恒隆广场3楼376B(康培尔概念店)

上海市浦东新区世纪大道8号上海国金中心(IFC)LG2-26室(康培尔概念店)

上海市黄浦区淮海中路99号大上海时代广场地下一层B101-104(康培尔专柜)

上海市徐汇区淮海中路999号LG1层110-112室(康培尔概念店)

推广订购咨询热线:021-62455932 / 021-62496572