

夏天“趁热”治皮肤病效果不错

◆ 叶雪菲

炎热的夏天,许多湿疹、瘙痒症等皮肤病患者常有这样的切身体会:病情会有所缓解。如果此时能抓紧时间,“趁热”治疗,常常能提升治疗效果,缩短疗程。

洪淑珍指出,夏天是治疗皮肤病的好时机。因为夏季天气炎热,人体内阳气也最旺盛,脏腑机能活跃,肌肤腠理开泄,气血运行顺畅,新陈代谢旺盛,非常有利于药物的渗透和吸收,也容易调整脏腑气血阴阳平衡,清除体内风寒湿热等毒邪。所以,皮肤病患者一定要抓紧时机,切不可因天热或症状缓解而延误治疗。

洪淑珍指出,皮肤病与人体内脏腑功能密切相关,身体内部脏腑功能健康才是皮肤健康的源泉,中医中药主张“内外兼修、调养兼顾”,有针对性地健脾除湿、清热或祛风,调理脏腑功能,可以达到标本兼治的效果。一方面旨在改善患者瘙痒、肿痛、脱皮、红肿、皮肤溃烂等问题,并改善皮肤血液循环和新陈代谢;另一方面通过中医整体调理患者脏腑功能,以增强患者免疫力 and 体抵抗力,预防复发。

另外需要注意的是,足癣、皮炎、荨麻疹等皮肤病在夏天更易发作或复发,瘙

痒难耐、病情反复常让人无法入眠和安心工作。此时应积极治疗,在未明确自身病情的情况下绝不可以自行用药,否则可能加剧病情恶化。找专业医生及时查明原因,对症下药,才是快速康复的根本保证。

【活动信息】

新民健康特邀经验丰富的皮肤病专家为你答疑解惑,并提供与专家面对面交流机会。可以通过以下方式报名:拨打新民健康咨询热线:52921706,或编辑短信“湿疹+姓名+联系方式”发送至18621303635。

【医生简介】



洪淑珍 主任医师,从事中医皮肤病的临床诊疗科研工作近40年,擅长以中西医结合的方法治疗湿疹、荨麻疹、皮炎、痤疮、银屑病、鱼鳞病等皮肤病。经验丰富,对一些疑难病症采用辨病与辨证相结合,在治疗用药上拥有独特的中西医结合整体观念。

全市征集50名静脉曲张患者

新民健康特邀韩国著名血管外科专家 5月29日30日与您面对面宣教 ◆ 吴瑞莲

近年来,下肢静脉曲张的发病率逐渐升高。“相比韩国,中国静脉曲张的患者就诊率低,但就诊患者的病情严重程度更高。”韩国著名血管外科专家金柄均教授对此现状感到很遗憾。“由于人们对下肢静脉曲张的认知度、危险因素及其危害性了解不足,往往到了疾病后期出现并发症才就诊,导致病情贻误;还有很多中国患者选择接受一些没有科学依据或不专业的治疗,病情虽然在短期内得到抑制,但因为不是除根治疗,不久就再次复发,复发会使血管造成粘连,增加后续治疗的难度。”

很多人认为静脉曲张不严重、不致命,可以不用治疗。金柄均对此

指出,这是个误区。虽然静脉曲张本身不是一种致命疾病,但静脉曲张发展到后期会有并发症,严重的会危及生命。下肢静脉曲张在早期确实不痛不痒,但是随着病程的进展,后期会出现小腿皮肤变黑,甚至溃烂,破裂出血。据了解,曾有夜间睡眠时出血过多导致死亡的病例发生,还有少数情况下会形成血栓并蔓延,则有可能导致肺栓塞,危及生命。

如何尽早发现静脉曲张?金柄均教授介绍,下肢沉重、酸胀、麻木是静脉曲张早期最明显的症状。他表示,提倡早期治疗是为了避免并发症的发生,提高患者生活质量。后期症状尤其是皮肤变色,晚期治疗

的话,皮肤很难恢复到自然的肤色。近年来,下肢静脉曲张的发病率逐年升高,但却因症状不够明显、对该病不够重视等原因,患者的及时就诊率、规范就诊率不及半数。

金柄均提醒,如果感到下肢沉重、容易疲劳、痒、抽筋、浮肿、胀痛等症状,且下午比上午更明显,长时间站立后和夜间更严重,即便没有明显突起的血管,出现上述症状都应该去医院接受早期检查。

如何界定自己是否患上了静脉曲张?金柄均教授解释说,大隐静脉和小隐静脉血液倒流时间超过0.5秒,就可确诊为静脉曲张。此外,如果肉眼可以看到3毫米以上的血管

凸出时,也可基本判断为静脉曲张。由于静脉曲张不是血管堵塞引起的,而是由于血管扩张引起的,所以随着天气变暖,会有病情加重的感觉,但这一时期同时也是治疗的好时期。

讲座信息

新民健康特邀韩国著名血管外科专家金柄均教授来沪作静脉曲张专题讲座。凡成功报名者还有机会获得免费交流名额,共50个。有需要的读者可拨打新民健康热线021-52920871,或编辑短信“静脉曲张+姓名+联系方式”到17717640571报名。

时间:5月29日、5月30日(周日、下周一)

【特邀专家简介】



金柄均 教授
韩国庆尚大学医学院医科毕业
韩国庆尚大学医科大学院硕士结业
韩国胸部外科学会正式会员
韩国外科超声波研究会正式会员
韩国静脉学会正式会员
兼学术理事
釜山医生会法制理事

上海老年人免费申办助老福利卡

持福利卡,本周可免费领取富硒大米一包 ◆ 叶雪菲

我国已进入老龄化社会,很多老人因为不良的饮食和生活习惯造成疾病困扰,生活质量大大下降。所以饮食健康是健康的第一步,上海阳海生物科技有限公司推出“关爱老年人饮食健康及敬老、敬老、助老”的爱心行动。行动第一步,就是为老年朋友免费办理“助老健康福利卡”。

一,凭此福利卡,可免费无条件领取价值20—100元的健康食品,如:富硒大米、富硒红米、富硒黑米、富硒黄米、富硒黑豆等富硒杂粮;二,凭此福利卡申请加入会员后,每月不定期地可以免费领取品牌健康物资(富硒酒、富硒鸡蛋、120多种富硒大米、杂粮及老年生活用品等),可以每月免费领取一次,连续领取三年!

特别提醒:在本周申请审核通过后的老年人,立即凭此福利卡可免费领取“富硒大米”一包。夫妻同时报名,可领取两大包。这些富硒大米、富硒杂粮、红米、黑豆等全部选自

汇丰园富硒功能农业粮区,原生态品质。

上海地区申领条件:

■ 上海常住居民,年龄大于60周岁的教师、离退休干部、文化科技工作者、退休医生、工等有爱心人士。

■ 申领程序:申领人必须先电话报名,(工作人员有限,不打电话报名恕不接待),电话报名过后按照预约的时间带上有效证件前往登记审核。

■ 申领电话:021-64281146

64283525 64284628 64285131

■ 登记地址:上海市徐汇区斜土路2601号嘉汇广场T1幢12C登记审核(轨交4号线上海体育场站3号出口,天钥桥路斜土路交叉口)。

■ 报名时间:2016年5月25日—5月29日上午9:00至下午5:30

■ 本次活动目前还有800个办卡限额,如已办理过的不能重复办理。

耳朵嗡嗡响是耳聋的信号吗

新民健康邀耳鼻喉科专家为你答疑解惑

◆ 留缘

不知咋回事,耳朵整天响,睡不好,身体各种小毛病不断,这是很多耳鸣患者症状变得严重时不得不面对的问题。其实,这些问题本可以避免,耳鼻喉专家指出:“患上耳鸣后,早期治疗比较容易,错过了黄金诊疗期,不仅患者的痛苦有可能加剧,再治疗时,难度也会加大。”

耳鸣:分清短暂与持续

耳鸣是指人们在没有任何外界刺激条件下所产生的异常声音感觉,如感觉耳内有蝉鸣声、嗡嗡声、嘶嘶声等单调或混杂的响声,耳鸣可以短暂或持续性存在。严重的耳鸣可以扰得人一刻不得安宁,令人十分紧张。如果是短暂性忽来忽去的耳鸣,一般是生理现象,不必过分紧张;如果是持续性耳鸣,尤其是伴有耳聋、眩晕、头痛等其他症状,则要提高警惕,尽早就医。

耳鸣:分清搏动与非搏动

耳鸣一般可以分为搏动性耳鸣和非搏动性耳鸣。其中,搏动性耳鸣多是由于器质性病变引起的,而非搏动性耳鸣则是神经性的,产生的机制较为复杂,诱因包括中耳炎、药物引起、心脑血管疾病、肿瘤、紧张情绪、噪音等,目前医学界尚未取得充分的研究成果。最容易被大家忽略的就是药物引起的耳鸣。

耳鸣:也有黄金治疗期

患上耳鸣后,如果不接受专业的治疗,耳鸣会变得更加严重。专家提醒:发现自己出现了耳鸣,患者千万不能“慢等拖”。另外,患者的病情发展程度不同,治疗的目的、治疗能达到的效果、治疗所需要花费的时间、费用,都会有所不同,总的来说,越早治疗,效果越好,错过黄金治疗期,治疗的难度便会成倍增加。

活动信息

耳鼻喉科专家指出,由于耳鸣可能导致的危害很多,患上耳鸣的人需要引起重视,及时进行检查。这里需要特别叮嘱的是,耳鸣患者,千万不要盲目治疗,应及时就医,少受痛苦,且少花冤枉钱。为此,新民健康特邀耳鼻喉科专家为你答疑解惑,凡有需求的读者可以通过以下报名方式(任选其一)获取防治有关耳鸣的医学健康科普知识:

1. 拨打咨询热线:021-52921348
 2. 发送短信“耳鸣+姓名+联系方式”至18017315556
- 报名截止时间:5月30日15:00

“视”界这么大,好好去看看

“新民健康周周讲”教你正确护眼 ◆ 叶雪菲

6月6日是全国爱眼日,日常生活中要如何保护眼睛?由新民晚报等主办的2016第9期“新民健康周周讲”下周四(6月2日)将开讲“‘视’界这么大,好好去看看”。

眼睛是人类观察世界的重要器官,是心灵的窗口。不同人群有着不同的眼部困扰,尤其对于糖尿病患者,应该如何防治?初夏季节眼睛干燥怎么办?6月2日第9期“新民健康周周讲”——“‘视’界这么大,好好去看看”专题科普讲座将请来权威专家为大家解答热点问题,让居民获得健康保养知识。再也不用担心被游走小区的冒牌“砖”家骗了,也不会再

对健康谣言信以为真了。现场还有专家提供面对面咨询、为居民提供血压测量、眼部检查等公益服务,感兴趣的读者可报名参加!

相约星期四,聊聊健康事

据悉,每周四在社区举办的“新民健康周周讲”,因专家“粉丝”较多,现场参加活动需提前电话报名预约,名额有限。扫一扫微信也能参加报名,感兴趣的读者可添加关注“新民健康”微信公众号和“上海名医”微信公众号,或拨打新民健康会员服务电话021-80261680(10:00-17:00)抢号报名。

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