

宏康天使送爱心
健康大礼情暖园丁心

◆ 叶雪菲

在第32个教师节来临之际,上海宏康医院于9月9日在真如第三小学举办“心育桃李,健康送教师”教师节爱心活动,并于当天下午进行了“天使送关爱,情暖园丁心”真如三小与宏康医院签约仪式。据宏康医院负责人介绍,本次活动为期一个月,旨在向广大的教育工作者致敬,采取了多项措施关爱老师和学生们的健康状况。

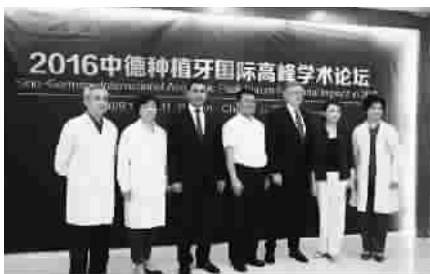
上午8点,宏康医院的宏康天使们身穿洁白的护士服,手捧鲜花,站在校门两旁,迎接上班的园丁们,并为全体师生送上一份温暖的健康大礼,包含一系列针对教职工及学生们定制的口腔健康指导课程。下午3点,上海宏康医院行业和真如三小达成了共建协议,为真如三小的师生健康长期保驾护航。

上海宏康医院潘云堂院长表示,十年树木,百年树人。教育立足未来,是民族兴盛的希望所在,希望全社会都来关心教育事业,本次活动同时覆盖真如三小全体教职工和学生,主要针对教师在日常工作中因长时间站立、伏案而易诱发的疾病,如骨关节病、颈椎椎病、肌肉酸痛等。对于全体师生,则关注他们的长期的口腔保健及牙病防控,医院特别开设了“小小牙医”课堂,不定期地为师生、家长们普及口腔健康知识。

据了解,自成立以来,上海宏康医院一直秉承“以德为先,以民为天”的理念,在坚持“优质医疗、星级服务”的同时,更热心社会爱心事业,医院方面表示,未来,他们会将爱和健康送给更多需要关心的人。

2016中德种植牙
国际高峰论坛成功举办

8020 拒绝老掉牙第三季活动启动 中国人寿鼎力助推 ◆ 叶雪菲



近日,第八届“2016中德种植牙国际高峰论坛”在京举行,本次论坛由德国弗莱堡大学口腔医学院主办、圣贝牙科连锁机构承办。本次论坛围绕口腔种植疑难技术展开,并针对“全

口咬合重建”“全口义齿种植”“种植牙前区美学”“即刻种植和即刻修复技术”“口腔种植中的组织缺损重建”“All on four及数字化导板技术”等前沿课题,进行了详细的研讨与讲解。

上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员、上海圣贝口腔种植科主任王申表示,随着近年来做种植牙人群逐年增多,临床上遇到不少种植牙疑难杂症,如全口无牙颌、牙槽骨低等,对医生有较大的挑战性。通过举办中德种植学术论坛,在提升无牙颌种植技术水平的同时,在临床中依托先进的数字化技术,减少了创伤,同时提高了手术准确性和安全性。让很多全口牙缺失的老年患者“老有所吃,老有所乐”变成现实。

上海夕阳红口腔门诊创始人施国良先生提醒您
老人应对缺牙 应遵循四大原则

施国良先生祖籍宁波,上海老知青,他从事口腔保健管理工作近30年,一直专注于老年人口腔健康和缺牙修复。即日起,施国良先生将向读者介绍口腔健康相关常识及案例,望读者能以此为参考,重视口腔健康,及时、正确地解决口腔健康问题,真正提升晚年生活的品质。

牙齿脱落,牙齿数目变少,牙龈萎缩,牙齿松动是令老人最为烦恼的问题之一,通常伴随老人,问题越突出,它们不仅仅会影响正常咀嚼、进食、消化、发音,还会导致身体下降,多病、易病……尤其是口腔卫生习惯不佳的老人,牙齿问题会更多——吃不下,吃不了,反复嚼更会成为常态。

而要解决老人已面临的缺牙和消化障碍等问题,应把握以下几个原则——

原则一:选择有资质的、专业的机构,详细介绍困扰自己的问题,清楚地表达个人的牙齿治疗需求。

原则二:上了年纪的老人,应尽可能保留真牙,避免拔牙,以减少心理烦恼和心理负担。

原则三:适当调整个人的治疗预期,以能够维持正常的、适当的生理功能为准,不宜过份苛求。

原则四:对于影响老人正常生活、饮食的牙病治疗,应以舒适为先,控制疾病,保持基本的、正常功能为主。

关爱父母,孝敬父母,不妨从关注老人口腔健康开始,当父母遭遇牙齿缺失之时,不妨遵循以上原则,及早、主动陪同就医,发现问题、解决问题的时间越早,保住真牙的可能性越大,治疗越简便,治疗方案的选择余地更大,老人可遭遇的痛楚也越少……

(文:石赤华)

“糖尿病爱心互助公益行动”暨赵之心“动出健康未来 创造生命精彩”全国公益巡讲上海首发

“运动防糖法”如何应对高血糖

“糖尿病运动专家赵之心老师要来上海了,以前经常在电视上看赵老师讲运动课,可管用,今天终于面对面了”

“以前不懂运动,把身体都搞坏了,现在有了‘运动防糖法’,健康生活更有希望,好期待赵老师的讲课呀”

糖尿病运动教父赵之心亲临申城的消息一经公布,立刻引发申城糖友强烈关注,现场传授“运动防糖法”,教给糖友管住嘴,迈开腿,快乐运动生活好身体好,一场快乐健康风暴即将席卷全城!见报之日起马上拨打400-089-1717报名,免费领取价值398元赵之心“运动防糖法”公益讲座门票,现场学习“运动防糖法”秘籍,从此开始健康快乐的生活。为了自己和家人的健康,你还在等什么?赶紧拿起电话报名吧!

报名最后3天

9月25日赵之心携“运动防糖法”首度登陆申城
“运动防糖”对糖友到底多重重要?



赵之心

北京市科学健身专家讲师团秘书长
北京市徒步运动协会常务副会长

主办单位:中国老年保健协会糖尿病专业委员会
上海站承办单位:上海疏证健康管理咨询有限公司

合作伙伴招募

“糖尿病爱心互助公益行动”专家巡讲进入上海,引起了广大糖尿病人的热切关注。大健康,大平台,为了更多更好的给上海糖尿病人提供健康服务,将在上海各区招募30家授权报名服务处共同开展糖尿病爱心公益活动。

◆ 具有合法经营资质的健康管理咨询企业
◆ 具有50平米以上报名活动地点
◆ 能够持久为糖尿病等慢病人群提供健康服务

静安/黄浦/嘉定区等 13046456520
杨浦区 13889612166

目前,“五驾马车”已成为糖尿病治疗的主要方向。但是药物治疗和运动谁更重要?糖友争论不休。

其实,对于糖友来说“运动防糖”和“五驾马车”缺一不可,他们共同构成糖尿病院外康复的防控体系。坚持药物治疗是没错的,在药物治疗的同时,辅以科学运动,大大改善糖尿病病情,已是不争事实。科学的运动可以明显提高身体对胰岛素敏感性,同时提高我们的心血管功能。尤其是糖尿病人,比普通人更要加强在运动方面的学习和实践。

没有全民健康,就没有全民小康。近日,由中国中老年保健协会糖尿病专业委员会在全国开展的“糖尿病爱心互助公益行动”大型公益活动一经公布,立刻引发申城糖友强烈关注。“运动防糖法”创始人赵之心老师9月25日亲临申城,现场传授“运动防糖法”。动一动,身体好,赵之心“运动防糖法”,特别为糖友量身定做,方法简单实用易学,效果明显,深受大众喜爱。预计赵之心“运动防糖法”的普及,必将为上海糖友开启新的健康之门!

申城糖友抓紧报名
运动防糖身体好
10元领取智能运动手环一部

活动介绍

9月25日,赵之心将莅临申城,现场传授运动秘籍,针对糖尿病血糖波动特点,将传统中医学、现代运动学和病理学融合,通过科学、规范和实用的运动形式,教给上海糖友一套科学有效的运动方法,同时针对个体体质差异,开出个性化运动调理方案。他的方法,简单实用,一学就会,不受环境约束,轻轻松松更健康。

大专家教你运动小绝招,跟赵之心学“运动防糖法”,动一动,不花钱,动一动,更健康。亲爱的上海糖友们,请跟随赵之心的运动节拍,大家一起动起来!

报名热线

杨浦区	鞍山路102号 电话:400-089-1717 黄兴路2005弄1号楼14A(杨浦大厦)	徐汇区	华容路95号 电话:13917481280 罗秀路606号2楼 电话:13917481280	宝山区	盘古路31号 电话:021-66029519 罗店镇亭前街12号C9店面 电话:15221753768
虹口区	中山北一路1250号沪办大厦 1号楼603-605室 电话:021-61534255	闵行区	沪闵路243号鸿厦商务楼302室 电话:400-6184-788 021-33881912-0	青浦区	宝庆街181号 电话:13761131774

活动有礼

此次,赵之心老师不但为本市糖友带来了“运动防糖法”健康大礼,而且还为上海糖友带来了精美实用的智能运动手环。请于见报之日起9:00—18:00之间,拨打电话4000891717报名,免费领取价值398元讲座门票。由于坐席和物资有限,仅限500人,请本市糖友相互转告,抓紧报名!

立刻拨打电话400-089-1717报名
更多精美礼品,即刻10元领取!

智能运动手环

- ◆ 运动计步
- ◆ 智能能量管理
- ◆ 睡眠监测
- ◆ 来电提示
- ◆ 遥控自拍
- ◆ 社交分享

杨浦区 鞍山路102号 徐汇区 华容路95号 电话:13917481280 宝山区 盘古路31号 电话:021-66029519

虹口区 中山北一路1250号沪办大厦 1号楼603-605室 电话:021-61534255 闵行区 沪闵路243号鸿厦商务楼302室 电话:400-6184-788 青浦区 宝庆街181号 电话:13761131774