

岁末年初雾霾多 小心鼻炎卷土重来

新民健康邀鼻咽喉科专家与你宣教答疑解惑

◆ 徐家英

【专家介绍】



王金明,鼻咽喉科主任。从事鼻咽喉科临床工作40余年,积累了丰富的临床经验,尤其擅长中西医结合治疗过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、扁桃体炎、慢性咽炎、新症等疑难病症。多次参加国内国际鼻咽喉学术会议及鼻咽喉医师培训班,在相关医学杂志期刊发表学术论文20余篇。

■ 告别鼻炎要学会“取道超车”

鼻咽喉科专家提醒我们,目前对付过敏性鼻炎有很多药,具体用什么药要根据症状来具体选择。一般用药,大家都能遵照医嘱执行,毕竟症状来的时候是很难受的,可很多人在停药的时候就过于随意了,造成了疾病的反复。对于脱敏治疗,耳鼻咽喉科专家指出,这主要是针对过敏原进行脱敏,从而达到不再过敏的目标,但时间会比较长,一般要两三年时间。

为此,新民健康携手相关机构,邀请从事鼻咽喉疾病临床治疗与科研工作多年,且临床诊疗经验丰富的专家为患者宣教答疑,并为读者科学告别过敏性鼻炎、鼻息肉、鼻窦炎提供专业的医学建议。凡有需求的读者都可以拨打新民健康咨询热线**021-52921348**,也可发送短信“鼻炎+姓名+联系方式”至**13636588970**。报名截止时间:2017年1月6日15:00。

入冬之后,席卷神州大地的雾霾天气愈演愈烈,多地PM2.5指数直逼历史新高。鉴于其对国人健康的严重危害,网友纷纷吐槽:厚德载“雾”,自强不息“吸”。在这寒冷的季节里,我们的过敏性鼻炎患者如何舒服过冬呢?

■ 恼人的鼻炎有哪些症状

鼻咽喉科专家指出,过敏性鼻炎,也称为变应性鼻炎,是发生在鼻粘膜的变态反应性疾病,发病率相当高。其症状与感冒相似,主要是眼睛痒痒、鼻痒、鼻塞、流鼻涕、打喷嚏、头痛和嗅觉减退等。同时,间歇性反复发作,每次数个到数十个不等,多在晨起、夜晚或接触变应原后发作。发作时鼻黏膜苍白水肿,还伴有眼痒、耳痒、咽痒等,严重的也有可能演变成鼻窦炎、哮喘或耳部感染。

■ 恼人的鼻炎为何易被忽视

近年来,随着城市化和工业化进程的加

快,空气中的悬浮颗粒增加,雾霾天气增多,使得过敏性鼻炎患者日益增加。据数据调查显示,目前,我国有超过一亿的过敏性鼻炎患者。

然而,在我们的日常生活中,鼻炎是比较容易被人们所忽视的,因为其特别容易和感冒症状相混淆,以至于好多患者都错过最佳治疗时间。甚至有些患者认为鼻炎不是什么大毛病,也就未引起重视。殊不知一旦鼻腔的排毒功能受损而不能正常运转,将直接影响到身体健康,毕竟鼻腔是人们生存于世的一扇呼吸之窗。

这扇呼吸之窗也是一个开放的门户,当我们呼吸时,会不可避免地吸入空气中的有害颗粒。一些有害颗粒可能会刺激机体免疫系统而诱发或加重过敏性鼻炎。另外,有害颗粒也会加重过敏性鼻炎患者的鼻部炎症,使症状加重。

“痘”来看,四管齐下彻底防治痤疮

◆ 叶雪菲

青春痘(痤疮)好发于脸部,易于外露,从而严重影响患者的外在美观、形象和社会交往,给人们在求职、相亲、生活、学习时带来了很大的心理压力。

皮肤科专家一致认为:四管齐下应对痤疮才彻底。

一、消皮脂、除油光、防生痘,通过调理治疗,控制皮脂腺的出“油”率,使得毛囊口顺畅,皮肤变得细腻而有光泽。

二、恢复雄激素正常代谢是主要任务,因为雄激素代谢异常是青春痘的主要病因。

三、清除青春痘丙酸杆菌赖以生成的环境,排除脂肪酸的刺激,铲除毛囊及周围炎症基地。

四、诱发痤疮的潜伏疾病需及时治疗,

如:肾上腺增生或多囊卵巢综合征等内分泌失调疾病。

身为家长或者长辈,应该多关心孩子的祛痘问题,让其漂亮、健康过新年。

—— 活动信息 ——

新民健康特邀经验丰富的皮肤病专家团为您的健康帮忙。病种包括痤疮、皮炎、湿疹、牛皮癣、鱼鳞病、白癜风、荨麻疹等各种皮肤病。可以通过以下方式报名:

拨打新民健康报名热线:**021-62890413**

也可发送短信“专家姓名+本人姓名+联系方式”至**13501966606**报名(仅接收短信)

【专家团简介】



刘汝强 皮肤科主任
中医皮肤病治疗经验丰富,中西医结合治疗痤疮(青春痘)、脱发、斑秃等各种常见皮肤病,深受赞誉。



王芳 皮肤科副主任
特别擅长面部皮炎等皮肤美容性疾病的诊治,针对面部皮炎等疾病有独到见解和治疗方法,深受好评。



孟卫 副主任医师
皮肤病临床诊疗40余年,打破传统治疗上“万人一方”的弊端,倡导“内外并施、标本兼治”的特色诊疗理念。

口腔义诊通告 牙齿缺失危害多 免费义诊来帮忙 ◆ 叶雪菲

牙齿缺失,牙齿松动、牙龈萎缩、吃饭嵌塞食物怎么办?为关爱老年人的口腔健康,经相关部门批准,华驰口腔及多名牙科专家举行“关爱口腔,修复失牙”大型义诊活动。活动期间特别开通(免挂号费、免检查费、免费诊疗方案)等多项绿色就医通道,向广大牙齿缺失、咨询烤瓷牙、种植牙、活动牙的读者提供专业的口腔咨询服务。12月30日更是有爱牙小礼品等你拿。

俗话说“牙好胃口就好”。牙齿是相伴我们一生的伙伴,我们要向爱护其他器官一样爱护我们的牙齿!

爱心提示:本次义诊采用电话预约或短信报名的方法。

义诊预约电话:**021-6053 8498**
义诊报名短信:编辑短信“义诊+姓名+联系方式”发送至:**1893 0224 117**

地址:黄浦区西藏南路758号金开利广场4楼(近建国新路口) 黄卫登字2016第101194号

【部分义诊专家介绍】

江中明

原长海医院颌面外科副主任,第二军医大学获博士学位,中华口腔医学会会员。发表学术论文20余篇,擅长种植牙,处理各种牙列缺失。



周志英

原牙防所主治医师,中华口腔医学会会员。擅长全口义齿疑难处理,固定义齿修复。有近30年的口腔工作经验。有耐心,有责任心。



2017首届(上海)西藏冬虫夏草节开幕

12月29日,2017首届(上海)西藏冬虫夏草节开幕仪式在南京东路步行街505号海仑宾馆隆重开幕,开幕式有上海市相关部门、西藏自治区相关部门、西藏自治区工商联、西藏那曲县的有关领导及西藏自治区冬虫夏草协会秘书长卓玛央宗等出席。此次冬虫夏草节特会展由西藏自治区冬虫夏草协会和那曲地区组织藏族同胞,把西藏那曲地区5000米海拔以上羌塘草原上生长的上等虫草直供上海市场。西藏冬虫夏草具有生理特性强、药用价值高、虫草尾巴短而细小、表面黄净、虫草肥大等特点,货真价实,去中间商环节,市场价5折,春节期间送礼自吃都比

较适合。这次虫草节发起单位是健商宝(上海皖财湾实业有限公司)、西藏自治区冬虫夏草协会。

现场选购热线:**4006-819-069**

特会展时间:2016年12月30日-2017年1月18日

特会展地点:南京东路步行街505号海仑宾馆4楼

浦东健商宝预订点电话:**021-64287679**

地址:浦东南路1085号1106A(近八佰伴) 浦西健商宝预订点电话:**021-62153706**

地址:长宁区黄金城道568甲(玛瑙路口) 广告

读者提问:现在市面上有很多保健食品,慢性病人适合吃保健食品吗?



以及含有叶黄素、茶多酚或番茄红素等的保健食品。若患者血脂高,通过饮食、运动、减肥都达不到正常指标,那就可以借助一点外力,买一点深海鱼油。当然,橄榄油、茶油也很好。此外,上了年纪的老人,尤其是女性,若患有骨质疏松,可以多晒太阳,补充维生素D帮助钙吸收。

上海交通大学附属第一人民医院营养科主任**伍佩英**答:这需要患者自己衡量摄入和代谢是否平衡。若体质很弱、易感到疲劳,那就可以适量摄入保健食品,如深海鱼油,

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

多功能计步器收音机特价10元

众所周知,散步作为一项全身性的运动,每天坚持散步可强身健体。但是,过量的运动也会给身体带来负担。目前新款计步收音机已上市,更加适合老年人使用,持久待机,不用连接APP,操作方便。可同时计算步数、卡路里、公里数,还可以看时间。另外还有FM收音功能,可边运动边收听广播。活动价10元一套!

我们承诺每位符合条件的市民都可以“10元”购买一套中老年人计步器收音机,数量有限,每人限购一个,(不要重复购买)。

1、凭此广告并年满60岁以上者。
2、必须先电话预约,后本人上门购买。

3、夫妻双方上门,可购买2个,另有优惠。
4、革命军人、离退休干部、党员、教师、医生、劳模、等凭证件优先办理。
综合预约热线:
4008-278-968
4008-398-981

杨浦热线:021-65011665 虹口热线:021-61524615
静安热线:021-61524619 浦东热线:021-61524620
宝山热线:021-61524617 普陀热线:021-61314341
嘉定热线:021-61314534 徐汇热线:021-61314342
闵行热线:021-61314545 长宁热线:021-61314564
主办单位:深圳市龙岗区华驰公司,制作单位:上海富登实业有限公司

助听器专家活动周

新年即将来临,上海福音听力为感谢新老用户长期以来的支持与关爱,特举办一年一度的听力专家咨询验配巡回服务活动。活动期间,听力专家将与您作一对一的咨询及验配服务,并且对验配助听器的用户给予特别的跨年优惠价格,同时赠送30粒进口电池,干燥剂一盒,延长一年保修期,享受终身免费清洗保养助听器服务。

专家日安排如下: 12月28日场中店 12月29日志丹店 12月30日共和新路店
12月31日长宁店 1月1日四平店 1月2日浦南店
1月3日曹南店 1月4日徐汇店

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
官山路口 64399512 中山公园旁 62517592 近邮电新村 55153628 近公利医院 58523335
志丹路264号 近新村路 56947202 上南路1491号 近成山路 58456898 场中路14号 近逸仙路 55301395 共和新路4441号 近保德路 56913617