

老年人应警惕脚胀痛、无力 严重的发展为老烂腿、肺栓塞

叶雪菲

静脉曲张是一种慢性病，许多人
不当一回事。其实，静脉曲张患者在人
群中的比例很高。
55岁的程阿姨在超市工作，每天站
立远超过5小时。八年前开始，长时间站
立后双腿越发沉重，原本能长时间步行，
现在只要10来分钟就脚胀及无力，小腿
肚上的青筋也凸起得越来越明显。自此
程阿姨裙子没法穿了，广场舞也不跳了。
原以为多休息少走路会好转，但这几年
越来越严重。腿部皮肤变得发暗、瘙痒，
挠破皮后需长时间才能结痂愈合。类似
程阿姨这种情况很可能是下肢静脉曲张，
是一种血管病变。

外科牟大鲲医生指出，下肢静脉曲
张病情严重，要及时治疗。下肢静脉曲张
病情进一步发展，形成淤积性皮炎及溃
疡，俗称“老烂腿”；血液淤积形成血栓，
血栓脱落则可导致肺栓塞。长期患者容
易演变为“老烂腿”，一到夏季就发炎，腿
烂得厉害，疮口越来越深，还会流出灰褐
色带绿的脓水，更会诱发湿疹。部分病人
的疮口随着时间流逝变得越来越深，外
肉慢慢脱落；有的患者患肢青筋暴露，经
年累月，呈菜花状，偶有癌变。“老烂腿”
再进一步发展，在患肢的小腿内侧、外
侧、胫前、胫后、踝部出现溃疡，下肢特别
是脚上可出现坏死，皮肤僵硬且易破皮

溃烂，创口溃烂久治不愈，严重者不得不
接受截肢而致残。
在日常生活中，有八类人群遭遇静
脉曲张困扰的可能性最大：一、从事经常
站立工作者；二、肥胖人群；三、驾驶员从
业者；四、长时间静坐者；五、已患下
肢静脉曲张疾病的人群；六、孕妇；七、
老年人及先天性静脉壁软弱者；八、下
肢深静脉血栓高发人群等。牟医生提醒，
静脉曲张不仅影响患者健康，也使患肢
易疲劳，做事精力不从心。如病症迁延
不治，会出现皮肤变硬、麻木、变色、
血管破裂出血，最终导致“老烂腿”，
更严重的会形成深静脉血栓引发肺栓
塞，危及生命。

■讲座信息

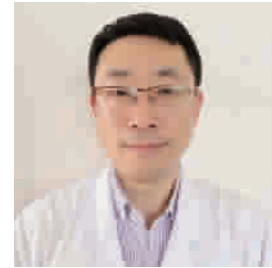
新民健康特邀血管外科专家作静脉曲张专题讲座。凡成
功报名者还有机会获得免费交流名额，共30个。有需要的读者
可拨打新民健康热线021-52921615，或编辑短信“静脉曲张+姓
名+联系方式”到13402120927报名。

时间:10月28日(周六)上午9:00-11:00

■专家介绍

牟大鲲

中国微循环学会周围血管分会静脉
曲张学组委员



曾先后在吉林市中心医院，
吉林大学中日联谊医院，上海交
通大学附属第六人民医院进修学
习。从事外科临床工作十余年，在
国内权威杂志上发表论文多篇，
成功开展静脉曲张微创手术3000
余例，采用微创激光技术进行治
疗已达到国内领先水平。
擅长：下肢静脉曲张、脉管
炎、老烂腿、静脉炎、静脉曲张等
血管外科领域有较高水平，尤其
擅长下肢静脉曲张疾病及血管
疾病的微创治疗有丰富经验。

重阳节口腔义诊 牙好身体好——儿女更放心

叶雪菲

随着年龄的增长，身体的各项器官会出现不
同程度的衰退，牙齿方面的问题则是比较突出
的表现。牙齿缺失不仅给我们的生活带来诸多不便，
更会影响身体健康。

感恩父母 为父母留住健康

重阳节来临之际，华驰口腔携手多名牙科专家
进行“做口好牙，享口福”大型口腔义诊活动。义
诊期间特别开通(免专家挂号费、免费口腔检查、免费
设计牙健康方案等)多项绿色通道，其间由原
长海医院主任，原牙防所主治医师等多名牙科专家
坐诊，将为您做耐心细致的检查。缺牙老人预约请
抓紧！

■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30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、责任心

爱心提示:本次义诊名额有限,需提前电话预约,并保留报纸凭证。
□义诊预约电话:6053 8498
□义诊时间:10月27号、31号
□义诊报名短信:编辑短信“晚报+姓名+联系方式”
□黄浦区西藏南路758号金开利广场4楼
发送至:189 3022 4117 (近建国新路口)
黄卫登字 2017 第 001525 号 黄卫登字 2017 第 001527 号

微心重阳,相约联洋

叶莲菁

旨在为每一位老人提供集疗养、娱乐、
住宿为一体的品质养老服务，上海微心养
老服务有限公司是一家致力于打造养护结
合的新型养老服务公司。

正值重阳节来临之际，上海微心养
老服务有限公司承办了联洋街道“人间百
善孝为先，九九重阳敬老情”大型公益活
动中的“微心‘孝’笑出来——联洋孝道
故事摄影展”活动，短短半个多月的征集
期，联洋街道居民踊跃参与，总共提交
了近百余幅作品，由微心工作人员一一
整理，询问拍摄者背后的感人故事：或
是对患病父亲的长情陪伴，或是千里飞
到父母身边悉心照顾，或是祖孙三代其
其乐融融的氛围……通过照片及照片背
后的故事，展现了联洋人敬老爱

老的美好文化。
10月22日当天，联洋街道的大型公益
活动开幕，“微心‘孝’笑出来——联洋
孝道故事摄影展”于大拇指广场上展出，
来往居民纷纷为上海微心养老服务有限
公司开展的摄影活动点赞叫好，不仅让他
们看到联洋的爱老氛围，也向全社会倡
导敬老爱老的良好品质。当天还有摄影
展的颁奖活动，以及在服务区，微心养
老的法律咨询和养老咨询摊位也受到来
往居民的好评。
上海微心养老服务有限公司自4月份
成立以来，举办过上百场符合老人需求
、满足老人心愿、倡导关爱老人的活动。
更多老有所乐活动正在进行中，欲参加
活动，请微信添加公众号“微心养老服
务”。

本版块活动为公益活动，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。

图说
价值观

勤劳人
吉祥人

天津北辰张洪梅作

诚爱公自文富
信国正由明强
友敬法平和民
善业治等谐至

中宣部宣教局 中国文明网

老人羊毛鞋2双仅298元
特价199元/双,第二双仅需99元 防寒 防潮 防滑 轻量

牛群
银发无忧品牌
代言人:牛群

兴顺福
SENSIFWORE

羊毛360°保暖
轻盈水上漂

天冷寒气重,老人由于生理和体质原因,很容易出现手足冰冷的现象,让家人格外担心。老寒腿、关节炎、手脚冰冷、体质虚弱……在寒冬的环境中更不能疏忽对足部的保暖。
兴顺福特别为广大老人推出羊毛棉皮鞋,精选优质羊毛内里、厚实羊毛鞋垫,360°保暖,不漏风不穿风,聚热保暖效果好,又轻便又防滑,让老人冬天穿上不冻脚,走路不怕滑,越穿越暖,雨雪天照样出门。

热保暖防寒,双脚如踩小暖炉。
水上漂:采用特制科技轻量化防滑橡胶底,仅约300克,告别笨重老棉鞋。
防滑大底:MD+全掌轻质橡胶,9道防滑槽,三维防滑,雨雪都不怕。
专业:根据老人脚形设计。中帮护踝,拇指外翻、脚背高等不磨不挤。
缓震:约2厘米减震鞋底+加厚减震鞋垫,缓解关节冲力,减轻足跟痛。

暖一信,360度羊毛 9道防滑槽设计

商品编号:240026 颜色:黑色、咖色、藏青色(数量有限) 尺码:35-45(男女同款) 特价:199元/双,第二双仅需99元

银发无忧
Seniors Carefree

银发无忧订购电话:400-623-0091 送货上门 货到付款 五月花店:静安区芷江西路418号五月花生活广场2层东区 营业时间:9时至21时 莲花店:闵行区沪闵路7866号近古方路路口(莲花国际广场)B1层 营业时间:10时至22时