

你失眠了吗?

赶快参加“生命之旅”科普一下

心脑血管疾病是老年人常见病,可是你知道吗,睡眠与心脑血管健康密不可分。中老年人平时睡不好,很有可能是心脑血管出了“问题”。然而,由于随着现代人生活节奏的加快,人们平时似乎也无暇顾及心脑血管是否已经开始提前老化。

即日起,由新民健康工作室发起,联手百慕迪,共同举办全新的“生命之旅”大型探索活动,与你一起探索了解生命的奥秘。报名前90名读者均可免费参加“生命之旅”大型探索活动,体验看到自己的血管是否老化、僵化等各

种有关自身生命的有趣场景。

热线、短信报名成功者将有机会亲身参与血管健康免费鉴证活动,赶紧拨打新民健康热线或发送短信参与吧!电话:021-62476396, 热线时间:周一至周五 10:00-17:00,也可发送短信“失眠+姓名+联系方式”至15001961787报名。

新民健康二维码
扫一扫填症状,免费参加“生命之旅”



前列腺增生、尿失禁患者可获帮助

新民健康邀100位读者现场与专家面对面咨询

针对前列腺增生、尿失禁这两种严重危害中老年健康的疾病,新民健康特邀沪上著名泌尿系统疾病专家,从本月25日至5月25日为百名患者提供免费咨询等系列帮助。

参加本次活动的专家有:原东方医院泌尿外科主任张国强教授、原第一人民医院泌尿外科主任王跃闻教授、原同济医院泌尿外科主任曹承华教授、上海同济医院妇产科副主任樊柏珍主任医师、上海同济医院妇产科专家郭红博士等。

据专家介绍,前列腺增生或肥大,在中老年男性人群中高发,其常见症状有尿急、尿频、尿痛、血尿、排尿困难等,该病如不及时治疗,不仅会引发泌尿感染,导致肾盂积水,严重的甚至引起肾功能下降或尿毒症,严重威胁生命健康。

张力性尿失禁,则在中老年女性人群中较常见,该病多因妇女分娩损伤盆底组织,或在更年期后,因支持膀胱、尿道的盆底组织张力削弱等引起。该病患者在咳嗽、打喷嚏、大笑、提举重物时,就可能出现不自主地排尿,在生理上、心理上都感觉异常痛苦。

专家强调,无论是前列腺增生或张力性尿失禁,只要抓住治疗时机,采用科学正确的方案治疗,绝大部分患者都是完全可以治愈的,生活质量也能得到极大提高。

凡有相关需求的读者须拨打新民健康工作室热线021-62890413提前报名,或编辑短信“泌尿咨询+姓名+联系方式”至15001961787报名。工作人员将根据报名先后顺序,与您具体确认免费咨询的专家、时间段等安排现场咨询时间。本次活动限100人参加,额满即止。 张筱琳

咨询 & 互动

人们的生活质量越来越高,营养过剩、高糖、高脂类及辛辣类食物摄入增多,在一定程度上会刺激头皮、影响毛囊的生长周期。不健康的生活方式,例如熬夜等坏习惯,也会阻碍头发的生长。再者,爱美人士染发烫发的次数增多,对毛囊造成损伤,引起脱发。

为更好地解答读者的脱发问题,新民健康工作室热线电话021-62476396(工作日周一至周五10:00-17:00)接受预约报名。4月29日,有需求的读者可与复旦大学附属华山医院植发中心主任吴文育及其工作团队面对面咨询(请提前电话预约,截止日4月28日17时)。

多学科综合治疗已成为肿瘤治疗的模式和发展方向,它需要多学科的共同参与,使肿瘤治疗从单一方法转变为多种手段的联合,以此来不断提高恶性肿瘤的治疗水平。中西医结合理念专注于恢复机体内环境稳定,调节免疫功能,很好地解决了手术、放疗过程严重损伤患者免疫力的不足。

新民健康送出30个免费专家号,读者可在4月30日之前拨打新民健康工作室的热线021-62892367(周一至周五10:00-17:00),或发送短信“肿瘤+姓名+联系方式”至15001961787报名抢号。

肿瘤病人,营养别补给癌细胞了

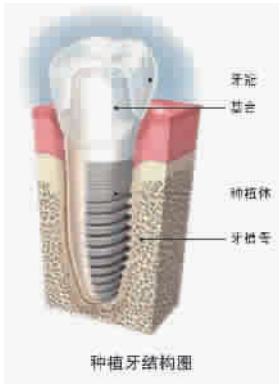
5月3日8:30-9:30,中国第一个营养学博导、《临床营养学》主编、长海医院营养科主任蔡东联教授主讲《肿瘤的营养治疗》;9:30-10:30,二军大博导郭平教授

主讲《肿瘤五疗康复法》
地点:零陵路520号速8酒店二楼, 肿瘤医院后门往西
报名电话:64161087

并非人人“老掉牙”

牙齿也能“长寿”

口腔种植科主任王申谈种植牙修复



在大多数中国人的概念里,老年人掉牙是正常的,是生理的正常变化。事实并非如此。

口腔种植科主任王申指出,老年人掉牙,主要原因并非年龄因素或自然衰老的结果,牙周病和龋齿才是导致中老年人牙齿丧失的大敌。目前我国,估计有80%的中老年人患有牙周疾病,它能引起牙周支持组织的破坏,最终造成牙齿的松动和脱落;而龋齿得不到及时治疗,最后也必将拔除造成缺牙现象。要想让牙齿延年益寿,防治这两大类疾病无疑是关键,而最根本的就是要养成口腔保健的良好习惯。

误区:牙松了等牙掉,牙掉了也不补

医学研究证明,老年人的牙龈与牙槽骨也与全身器官一样会逐渐发生萎缩,有的甚至连牙根也会暴露出一部分来,这称为老年性萎缩。但只要牙齿与牙周组织是健康的,这

些牙齿仍可行使正常功能而不致松脱。可是,很多中老年人都有一个认知误区,以为牙齿松脱和掉落就好像冬天落叶一样理所当然,于是对松动的牙齿不予理会,牙掉了也不及时修补。

其实一颗牙齿的松动或缺失,会打破全口牙的平衡。因为牙齿之间是紧紧相挨,个别牙齿的松动和丧失将会导致相邻牙齿移位,时间长了,对面的牙齿也会伸长,其相邻的牙齿又会移位,最终全口牙齿会变得七歪八倒,牙周病的发生概率便大大提高,更加速了剩余牙齿的脱落。再加上牙齿松动或脱落后,往往更不被使用,于是“用进废退”,越不用的牙齿越容易“藏污纳垢”,越容易损坏,而另一面用得多的牙齿则会“过度疲劳”。

认知:种植牙让缺掉的牙再“长”出来

口腔种植科主任王申建议,牙齿松脱的

中老年人须尽早就医。早期的牙齿松动可以通过治疗达到延缓、阻止松动发展的效果,有时甚至可以加固牙齿。而牙齿脱落后应及时镶牙。对于牙体大部分缺损,但是牙根残留在患者的患者,可以选择烤瓷牙修复;如果牙根已经不能用或者没有牙根,选择烤瓷牙修复的话需要磨除少量两颗健康邻牙,再在上面戴上烤瓷牙桥作为固位。烤瓷牙桥太长时,容易导致一颗损坏,另外的牙也要拆掉重新做。

对于烤瓷牙修复的一些限制,种植牙修复缺牙的应用范围则更广泛。无论是单颗牙缺失、多颗牙缺失,还是半口、全口牙缺失的人群,都适合种植牙修复。种植牙与烤瓷牙的区别,简单来说就是种植牙自身有牙根,而烤瓷牙则没有。种植牙的人工牙根(种植体)经微创方法植入骨组织内并获得骨组织牢固的固位支持,然后通过特殊的装置和方式牢固连接上部的牙冠。就像重新长出的自然牙一样,发挥咀嚼功能。维护得当,种植牙可以使用终身。

前沿:即刻种植,术后即可进食

随着口腔种植科技的发展,现在即刻种植技术将普通种植所需要的3-6个月的植入和等待愈合时间浓缩到了1个小时内,拔牙和种植牙同时进行,一次手术就完成两种治疗。手术完成后,患者即可进食,大大减少患者治疗时间长、多次复诊的麻烦。王申主任强调,并不是每一个牙医和每一个口腔诊所都能开展即刻种植,患者在选择时要认真甄别。

张筱琳



[医生简介]

王申 上海交通大学医学院口腔医学硕士,在上海交通大学医学院附属第九人民医院口腔种植科从事种植及美容修复工作近十年,现任上海圣贝口腔种植科主任。上海口腔医学会口腔种植专业委员会青年委员、国际口腔种植学会(ITI)会员、中华口腔种植专业委员会会员,多次赴瑞士、意大利、日本等国家进修。擅长牙美容、微创种植,即刻种植,精通种植美学修复,烤瓷全瓷修复,各类活动、覆盖义齿修复。

扫一扫,关注牙齿健康

