

# 熬夜、用眼过度 警惕眼袋找上门

## 新民健康邀台湾美容专家为读者一对一形象指导 ◆ 解雯雯

在中国人的面像里,在眼睛下方,笑起来有微微出现“卧蚕”,让人觉得既带财又讨喜。然而,经过岁月的累积,卧蚕如果变成了松垮的眼袋,看起来就像是没睡饱又老态的感觉,让人非常困扰。对此,即日起,新民健康推出“免费送专家咨询号”活动,此次推出的是在台湾坵新医院有20余年以上临床经验,并享有盛誉的整形外科专家黄新生的专家咨询号。(报名方式见下方)

现代社会,生活紧张、熬夜、作息不正常,长时间用眼过度,沉迷于3C产品及计算机屏幕,又加上饮食口味重,眼眶肌肤逐渐松弛,也造就许多年轻轻轻就出现不同程度的眼袋。眼袋的形成是由于下眼皮的肌眼轮匝肌后方,有一层筋膜,它的作用是要防止下眼眶脂肪往外凸出,一旦脂肪堆积过度,筋膜支撑力变弱,或先天性下眼眶骨后缩,脂肪会跟着突出鼓起,下眼皮膨起来像个袋子般,就成了所谓的眼袋。除了眼袋,还要小心泪沟随

之而来。眼袋出现的是下眼皮松弛产生皱纹,而位于眼眶下缘的皮下脂肪,因老化及地心引力而往下移,眼袋周围产生凹陷,形成鼻子两边最明显的泪沟。

眼睛永远是女人抵抗衰老过程中需要特别关注的。如不悉心调理,随着年龄的增长,恶性循环后,眼袋会越来越明显。不少女性会选择无痕眼袋和泪沟填补手术让自己变年轻变漂亮。手术同时取出脂肪及泪沟填补,恢复期一般约1-2周。需要注意的是,手术

需找有专科医师及累积丰富经验为首要,需谨慎评估,才能达到焕然一新最佳效果。

**活动信息**

新民健康特邀台湾美容专家黄新生医师为读者做一对一形象指导。有需求的读者可拨打新民晚报健康工作室热线 13012894692 (周一至周日 10:00-17:00)或编辑短信“眼袋+姓名+联系方式”发至 13012894692 报名。活动时间为 8月6日-8月13日。

### 【专家简介】

**黄新生**  
联新国际健康会馆副部长。现任上海禾新医院整形外科主任、台湾坵新医院整形外科主任兼美容医学中心主任、台湾长庚纪念医院主治医师、台湾整形外科专科医师。专长:整形美容手术包括双眼皮、眼袋、隆鼻、隆胸、抽脂、拉皮、狐臭等手术。



## 肩、膝关节痛怎么办? ◆ 张筱琳

肩膝关节痛是中老年常见病,患者常常上下楼困难、手抬放困难、穿衣困难,甚至严重影响睡眠等。肩、膝关节痛怎么办? 中医有何特色疗法? 本周新民健康邀中华中医药学会骨伤分会副会长石关桐和温德两位主任医师为读者免费咨询。

报名人数:限50人  
报名方式:1. 即日拨打 021-31007825 预约;2. 发送短信“姓名+电话”至 13248310667

**【专家简介】**

**温德** 主任医师,从事中医骨科40余年,擅以手法、针刺、大灸等法治疗各类颈腰椎病、关节病等。

**石关桐** 上海中医药大学教授,上海市中医药学会骨伤分会会长,擅长各类疑难颈腰椎病。



## 50岁“长”出20岁的牙

### 种植牙可抵换,烤瓷牙免费换新 ◆ 张筱琳

全国口腔健康流行病学调查显示:35-44岁年龄组平均失牙0.88颗;65-74岁年龄组平均失牙9.86颗,有10.51%的人全口无牙。随着牙齿的缺失,患者丧失了牙齿对食物的切割和研磨作用,影响口腔对食物的初步消化,从而加重胃肠消化负担,同时患者的发音功能也受到了影响,特别是齿音和唇齿音。烤瓷牙作为较经济的修复方式被广泛采用,但是需要对缺失牙两边健康牙齿进行磨牙后才能固位,易造成牙龈红肿、脱落、崩瓷等问题。为回报广大读者,新民健康联合相关机构推出以下活动:

用怕过硬的食物,与味蕾配合默契。种植牙是通过医学方式将与人体骨质兼容性高的纯钛金属经过精密的设计,制造成类似于牙根的圆柱体或其他形状,以外科小手术的方式植入缺牙区的牙槽骨内,经过1-3个月,当人工牙根与牙槽骨密合后,再在人工牙根上制作烤瓷牙冠。

### 种植牙的优势

1. 美观大方:很多人认为种植牙是假牙,但种植牙的相似度与真牙相同,无论是美观、效果都无限接近真牙。
2. 不伤害邻牙:种植牙的优势在于稳固,因为对于种植体来说,是植入牙槽骨内的作用,所以不用磨除旁牙,因此制作后拥有独立稳固的效果。
3. 口腔没有异物感:种植牙具备了独立效果,从而无需使用托槽,口腔也无任何异物感,容易清洁。

烤瓷牙(普通)如有损坏或到达使用期限可免费更换(限一颗)  
如有牙齿缺失或者想更换种植牙、全瓷牙的患友也可直接进行抵换(限一颗)

### 牙齿缺失需谨慎

老年人缺失了牙齿,除了丧失咀嚼功能外,还对面部美观和发音功能造成影响,由于失去了牙齿的支持,面部和周围肌肉会松弛,面部变形及皱纹增多,看上去比同龄人老很多。当前牙或全牙缺失时,会造成不同程度的发音障碍。同时,对剩余牙齿也不利,缺失会导致其相邻真牙向这个缺失空隙内倾斜、移位,致使剩余牙齿失去正常的邻接关系,造成食物嵌塞,亦是导致牙周病的病因之一。

### 种植牙可“逆龄” 牙齿重回20岁

种植牙被称为目前较先进的口腔修复手段,拥有如真牙般的咀嚼感,不

**报名方式**

拨打新民健康工作室电话:021-62892367(工作日期间 10:00-17:00)  
编辑短信“口腔+姓名+联系方式”发至:18721166569  
编辑邮件“口腔+姓名+联系方式”发至电子邮箱:1395817702@qq.com  
报名截止日期:8月7日 17:00

## 切记:三伏天肿瘤要“三防”

三伏天,癌细胞活跃,肿瘤极易复发、转移,且并发病增多。同时,中医讲“冬病夏治”,三伏天也是调理身体的好时机。为此,徐汇区癌症康复俱乐部特举办专题报告。



**陈响中**教授 上海某知名大学附属医院(三甲医院)中西医结合肿瘤专家,编著《中医治癌秘诀》等。

报告主题:《三伏天肿瘤病人怎样三防》  
报告时间:8月11日上午9:00-10:30  
地点:虹口区花园路66弄1号楼嘉福悦国际大酒店一楼会议室  
报名电话:64161087

## 微甜软糯胜果脯 新一代健康零食 90天发酵“软黑金”富硒黑蒜 ◆ 解雯雯

蒜,这个中式菜肴中最常见的调味品,辛辣是它的味道,吃完后浓重的气味是它的特征。黑蒜,这个新时代高科技下的产物,国外流行起来的新一代健康零食,虽由蒜而来,却青出于蓝胜于蓝。

它不是种出来就是黑色的大蒜,而是经过特殊工艺,在一定温度和湿度条件下无添加足期发酵而成的。它并没有大蒜所特有的刺激味道,而是散发着可以勾起食欲的微微酸甜香气。一口富硒黑蒜,软糯、香甜胜似果脯,入口柔软,却更多了一份健康和营养。

富硒黑蒜,从产地开始就用了十二分的心思。金乡,中国大蒜之乡,全球大蒜出口基地,素有“世界大蒜看中国,中国大蒜看金乡”的美誉,特殊的地理位置,优质的土壤条件,每一颗大蒜均产自有机基地,内在与外在同样完美。再经严格挑选,只选取外形完好,个头饱满的优品大蒜,足天零添加自然熟成,历经酵素激活、中温发酵、高温熟成三段发酵,足足90天,大蒜从白变黑,质地从脆变绵,才成就“软黑金”富硒黑蒜。

**【富硒黑蒜小剧场】**

大蒜:你跟我长得体型差不多,以为穿件黑衣服就认不出你了?  
富硒黑蒜:你懂什么,我可是经过发酵考验的,营养价值高,味道酸甜,食后没你那冲鼻的蒜味,不上火。比你受欢迎多啦!

点评:甜、软、糯——上海高博特为您推荐新一代健康零食“软黑金”富硒黑蒜,来自金乡,整整90天足期发酵。多瓣138元/袋,独头168元/袋,买3袋送20g北虫草纯粉1瓶。咨询电话:51208801、400-720-1320

## 夏季犬伤多发需与宠物保持距离

◆ 叶雪菲

夏季人们穿的衣服越来越短,裸露的肌肤越来越多,许多爱狗人士在与宠物“亲密接触”时,不慎被抓伤、咬伤的几率大大提高。上海市浦东新区浦南医院急诊科主任高敦民副主任医师表示,近一个月,因犬伤而来就医的患者快速升高,一天多达70名患者,同比去年增加了12%。专家建议,夏季与宠物接触时,要保持适当的距离,以免发生意外。

高敦民主任介绍,现在的人们生活条件水平有了很大的提高,许多市民在闲暇之余养起了宠物。然而,随着养宠人士的增加,犬伤逐渐成为夏季意外伤害之首。高敦民指出,在

与宠物接触时,市民被舔或者被抓,即使皮肤没有受到伤害也处于一度暴露状态。此时,来自宠物唾液或爪子上的细菌、病毒等已附着在人体上,但由于皮肤和人体免疫系统的保护,人们不会受到太大的影响。而当宠物抓破人体皮肤,出现红印、伤口等已属于二度暴露,此时,人们就需至正规医院进行检查,及时注射疫苗。

如果伤口开始流血则属于三度暴露,不仅需要注射疫苗,还需进行被动免疫治疗。因此,为避免犬伤意外,市民在与宠物玩耍时,要注意保持一定的距离,可选择投掷飞盘等活动。

传统手术、放疗等用尽方法欲对肿瘤斩尽杀绝,然而似乎总有“粮草通道”让正常细胞变异、使癌细胞疯长转移……新近科学家在抗癌转移研究中的重大发现,犹如精确启动了阻断肿瘤“营养供应”按钮,令肿瘤治疗进程跃升5-10年,提高生存期2至4倍,新成果令人惊喜。

这一饿死肿瘤“绿色通道”被我国肿瘤学泰斗、中国工程院院士汤钊猷清晰提出:

“肿瘤血管形成,癌获得足够的血液供应,获得了足够的营养,才迅速长大。通常人体各种组织都有毛细血管,平时其数量很少增加;除非创伤,这时毛细血管就会很快生长。正常情况下,血管生成是短暂的。癌症也可以启动血管生

## “无血管生成,肿瘤长不大” 发现成功饿死肿瘤“绿色通道”

**活动链接**

**肿瘤“断其粮草”学术应用交流及赠书**

肿瘤患者怕转移、怕恶痛、怕传统治疗效果不佳,有何新对策? 美国哈佛提出的“阻断肿瘤血管、饿死癌细胞”在中国应用与进展如何? 8月6-12日,爱帮爱健康咨询管理有限公司特邀肿瘤专家、学者就抗肿瘤转移研究的新近重大发现进行深入学术研讨、新成果交流活动,并针对肿瘤患者病情进行一对一答疑指导。其间免费赠送汤院士《诱人的治癌之道》一书,名额有限,请提前预约 021-64326525。