

髋关节发育不良、脱位,早治疗早放心

新民健康送出 50 个小儿骨科专家咨询号

◆ 张筱琳

先天性髋关节发育不良、先天性髋关节脱位,此类小儿骨骼畸形在临床上较为常见,女孩的发病率高于男孩,左侧多于右侧,是导致儿童肢体残疾的主要疾病之一。本周四至周六(5月8日-10日),新民健康工作室特邀原新华医院小儿骨科陈瑾瑛主任医师、曹根林副主任医师两位权威专家为读者现场答疑解惑。

如果观察到宝宝两腿不等长,臀部皮纹褶皱不对称,站立时腰部向前凸出明显,走路像“小鸭子”或有跛行步态,很可能是患有先天性髋关节脱位(双侧或单侧)。

小儿骨科专家表示对先天性髋关节脱位的治疗越早越好,若延误治疗最终将导致不可逆的痛性关节炎和不同程度残疾。应遵照分龄分型的治疗原则,1岁以内的孩子通过整复及固定可达到理想效果;1-2岁的孩子因脱位时间长,髋关节周围软组织有不同程度的挛缩,可采用手法整复、石膏支具固定的方法治疗;3-4岁以上的孩子,髋关节脱位严重,髋臼发育变差,手法复位极为困难,大多数需要通过微创手术使髋关节复位。

患有此类小儿骨骼畸形,不管采用哪种方式治疗,都需要在较长时间里注意及时复查,以保证髋关节正常发育,从而达到髋关节发育治疗的最佳效果。

【医生简介】



陈瑾瑛
主任医师、原新华医院小儿骨科主任,从事小儿骨科临床医学、教学科研工作50余年。擅长小儿骨与关节先天性发育畸形的诊治和功能重建。



曹根林
副主任医师、原新华医院小儿骨科资深专家,拥有40余年的丰富经验。擅长小儿先天性髋关节脱位、先天性马蹄内翻足、先天性肌性斜颈、先天性多指(趾)并指(趾)畸形矫形等。

活动信息

活动时间:5月8日-10日(周四、周五、周六)

报名人数:每场活动限50人参加(每位专家每天限预约30人),额满即止。

报名方式:拨打新民健康工作室热线021-58602643报名(周一至周五10:00-17:00),也可发送短信“小儿骨科+姓名+联系方式”至18117213879报名。

报名截止日期:5月8日(周四)17:00

立夏养心护胃,多食紫色食物

◆ 叶雪菲 贺天宝

立夏已过,气温逐渐升高,雨水增多,开始进入初夏时节。此时,人们的新陈代谢加快,心脑血管血液供给不足,常使人烦躁不安,倦怠懒散。上海市浦东中西医结合医院中医科主任医师叶玉妹指出,在这样春夏交接、凉热交替的时候,心脑血管疾病容易被诱发,人们可能经常会感到头痛、胸闷、血压升高、失眠等症状。专家建议,市民在平时生活中可以适量增加食用紫色的食物,如黑木耳、海带、洋葱等,可以起到保护心脏、健脾养胃的功效。

叶玉妹主任介绍,中医有“夏气与心气相通”的说法,因此,立夏需注重养“心”。黑木耳有“中医里的阿司匹林”之称,其所富含的黑木耳多糖具有抗凝血、抗血小板聚集、防止血栓形成等功效,对人体血液系统有着积极的影响。特别是本身就患有心脑血管疾病的人,适当在夏季多摄取黑木耳能够对所患疾病起到控制、减轻的作用,进而达到保护血管、养心的目的。而面对白天气温偏高,晚上或因下雨气温降低,对于部分调节能力较差的市民,要提前做好保暖工作,以防温差导致心脑血管疾病的突发。

进入夏季,雨水增多,湿气加重,叶玉妹主任提醒,在养心时还应注意化湿。人们在下雨天会出现胸闷、乏力的现象,这很有可能就是人体内湿气过重的表现了。因此平时饮食就要注意清淡,增加一些清热化痰的食物,现当季的就有莲藕、茯苓、薏米仁等,但专家建议,少量苦寒类的食物能够起到很好的养胃、清热化湿的作用,过多反而伤胃。叶玉妹主任表示,立夏也是胃肠道疾病高发的时节,市民应避免因气温偏高而大量食用冷饮、冰水等过分贪凉的行为。此时仍处于初夏,许多人身体还不适应夏天的饮食习惯,过快的转变反而会导致腹泻等肠胃疾病。

而最近失眠的人开始增多,叶玉妹主任建议,市民可在饭后进行适当强度的运动,老年人可跳跳广场舞等,让身体产生疲劳感,以此来帮助睡眠;也可在睡前进行三阴关、内关等穴位的按摩或中药足浴助眠。饮食中可在晚餐食用小米粥,能够起到养心安神的作用。如果夜晚睡眠质量较差,还可在第二日中午进行半小时至一小时的午睡以养神。

肿瘤康复咨询

肿瘤是全身性疾病的局部表现,很多患者一经确诊,往往已经是中晚期。得了肿瘤究竟该怎么治?有专家指出,不科学、不适当的过度治疗是肿瘤死亡率上升的最直接原因之一。

过度治疗给病人造成的痛苦显而易见,源于过度关注局部肿瘤而忽视了人的整体情况。现实生活中,我们无奈地看到很多病人“誓把癌细胞杀光,不杀光决不罢休”的错误认识,直接导致付出生命的代价。很多病人从确诊到死亡,手术、放化疗没停过,反复复发转移,再反复做手术、放化疗,直到死亡。

如何选择适合自身的最佳治疗方案?

怎样才能有效延长患者的生存时间、显著改善生活质量?

晚期肿瘤患者无法进行手术、放化疗该怎么办?

为帮助广大肿瘤患者在治疗的过程中少走弯路,特邀上海肿瘤医院原院长王圣忠教授、上海武警总队医院原副院长王雷教授,现场为您解答疑惑。

地点:南京东路616号上海第一医药商店一楼

时间:2014年5月10日(周六)5月11日(周日)

咨询热线:021-63609530

主办单位:上海欣灵医学科技有限公司

青春痘问题在体内 内调才有结果

——对准又快又好

市面上的祛痘方法很多,但是作为一名从事专业祛痘专家,我想告诉您的是,不要走弯路,如果你青春痘只靠外敷那么你的祛痘永远不会有结果。我写了许多关于青春痘的文章,要知道,祛痘的效果好坏不在于自己的选择。皮肤问题不是孤立的,它是内脏的一面镜子,青春痘只有内部调理好了,才能把痘痘彻底去除。在祛痘中,有的人做足了表面功夫,擦这涂那,可是到头来,脸上还是挂着许多青春痘,红血丝、黑斑、过敏。弄不掉也甩不开,真苦恼。如果青春痘只靠外用方法解决,这就不叫祛痘了。我们知道发痘痘的人很着急,想尽快把痘痘去掉,吃药吃反、用激光祛痘、吃避孕药、验血等,不必要的过度检查,弄了半天也没查出个究竟,或者一句话就是:内分泌失调。但究竟失在哪里却又说不出来,浪费时间又浪费金钱。不能把青春痘当赚钱的手段蒙骗消费者,应绝对要对患痘痘的脸负责。

上世纪80年代末,我从医院辞职出国深造。回国后从事专业祛痘事业,我经过20多年的祛痘经历,绝不用千人一方,万人一法的祛痘方法,并用自己一套独一无二的方法进行外用内调,内外兼顾,真正使体内开了、展了,通了、舒了,青春痘也就得到完美的去除。

杰丽专业祛痘电话: 61220588
静安区昌平路667号

余兰



上海市离退休人员每户可免费领取一本《中华养生宝典》,教您五脏平衡保健康。

—— 免费索取方式 ——

闸北区: 长安路1138号中房华东大厦25楼F室; 市内可乘地铁1、3、4号线至火车站2号出口站; 预约电话: 021-60492402 60492403。

黄浦区: 河南南路33号新上海城市广场16楼E室; 市内乘地铁10号线豫园下车1号口对面大厦; 预约电话: 021-60492400 60492401

上海地区离退休人员——无条件免费赠书!

如果您已经离休或者退休,现在拨打电话就可以免费得到这一本中医养生指导专著。它将为您的讲述如何用“天人合一”的中医养生方式保持身体健康!

为什么人们会被这本书深深打动,且得到它的愿望如此强烈?

答案很简单,因为它向我们揭示了朴素的中医理念和简单易行的中医养生防病祛病的方法,即使疾病缠身的人们可以从平时的一粥一饭、一言一行中获取健康。

只要方法正确,疾病不再麻烦,健康不是梦想!

绝对免费——不需付钱——无需承担任何责任和义务!

让您得到朴素、纯正、有效的中医养生法则!

为了普及中医知识,弘扬中医文化,此书现在向全国离退休人员免费赠送!不需要花钱购买,不需要任何代价——打电话就可领取,上海地区仅限2000人,快快行动!

■ 温馨提示

1. 这是一次全国性社会免费活动,活动日期5月8日—5月10日,先到先得;
2. 领取人员必须本人前往,并携带本人身份证复印件及离退休相关证明;
3. 如果您没有离退休证明,还想得到此书,也可以在书店或网上购买;
4. 领取前必须电话预约。

主办单位:衡愈堂生物科技有限公司 (工作时间9:00-18:00)。

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第156642号
黑龙江科学技术出版社
书号: ISBN 978-7-5388-6766-4