

# 春季也是治疗鼻咽炎的理想时期

## 新民健康邀耳鼻喉科专家与你面对面宣教答疑

◆ 苏云

会引起消化不良、食管炎、胃炎、肠炎等。

### 防治鼻咽炎该注意什么

据悉，鼻咽炎发病的高峰期是秋冬季，而理想治疗时期却是春夏季。随着天气变暖，人体的新陈代谢加快，各种腺体越来越活跃，血液的循环速度加快，鼻腔咽喉部位的毛细血管扩张，黏膜组织处于活跃期，这时进行治疗更容易治愈，达到事半功倍的效果。

在日常生活中，专家建议，保持室内湿度、灰霾严重时不要进行户外运动，戒烟酒，此外，积极治疗鼻炎、气管炎支气管炎等呼吸道慢性炎症及其他全身疾病，有助于改善缓解鼻咽部症状。

### 活动信息

针对读者的需求，新民健康特邀耳鼻喉科专家与鼻炎、咽炎患者面对面进行宣教答疑，并提供与专家面对面交流机会，每天限额30名。患者如有需要，可以通过以下报名方式（任选其一）获取防治有关鼻炎、咽炎的医学健康讲座知识：

1. 拨打新民健康咨询热线：**021-52921348**
  2. 发送短信“鼻咽炎+姓名+联系方式”至**18017315556**
- 报名截止时间：3月28日15:00

### 【特邀专家】

王金明 主任医师  
多次参加国内国际耳鼻喉学术会议及耳鼻喉医师培训班，在相关医学杂志期刊发表学术论文20余篇。



燕来文 副主任医师  
中华医学会会员，曾在国内发表论文10余篇。

# 颈腰椎病、皮肤病反复发作 专家帮你找原因

## 两大中医流派传人现场宣教咨询

◆ 叶雪菲

春季是各类皮肤病和颈腰椎病的高发疾病。本周，新民健康特邀百年中医流派——顾氏外科、石氏伤科的流派传人联袂为读者支招。如果你正在被皮肤病、骨病困扰，可报名领取专家宣教咨询号。

**报名方式：**  
拨打新民健康报名热线：**021-52920338**  
你也可以编辑短信“骨科+姓名+联系方式”发送至**15802147945**

### 【特邀专家】



万春发  
顾氏外科第四代传人、副主任医

皮肤瘙痒、过敏、湿疹、牛皮癣  
**调和阴阳 内外兼治**

中医专家指出，皮肤病看似皮肤表面问题，但其实却与体内脏腑功能失调密切相关，身体内部脏腑功能健康才是皮肤健康的源泉。因此，在治疗皮肤病时，不能只着眼于局部皮肤，除消肿、止痒、止痛、修复受损皮肤外，还应注重调和阴阳、调整脏腑气血等，否则皮损即使暂时好转，也易复发。

颈椎病 肩周炎  
腰突 骨关节炎

### 筋骨同治 气血兼顾

颈腰椎病是中老年人常见的疾病。之所以容易反复发作，关键在于相应部位的筋受伤了，失去了保护能力。专家认为应“治病求本，筋骨同治，内外并重，气血兼顾”，理筋、正骨、通络三者并重，而不是简单地使用手法、牵引或药物止痛。

### 【特邀专家】



石关桐  
石氏伤科第四代传人、曙光医院原骨科主任



黄洪  
师从石关桐教授



王谦  
师从石氏伤科第四代传人施祀教授

# 祛青春痘就怕 不讲诚信 花冤枉钱

◆ 余兰

祛青春痘有很多人走了弯路，各种信息良莠不齐，造成祛痘知识匮乏，误导误解重重的现状，给五花八门的祛痘钻了空子，钱白花了，痘痘没有好。其实青春痘一定要从内部找问题，不能做表面文章，有的迷信网上宣传做激光、外涂各种祛痘产品，简直是对痘痘的脸完全不负责。痘痘发在脸上，根源却在体内，斩草要除根。只求把痘痘快速压下去，结果钱用了，外用药停了但痘痘照发。甚至还有可能使皮肤越来越敏感，用什么都用不上。因此发痘痘的脸一定要因人而异，从根本上找到解决青春痘的关键手段。作为一名祛痘的专家，从良心上来讲把痘痘的脸作为赚钱的工具是种耻辱。人生经常会面临各种选择，一旦选择错误结果完全不同。祛痘也一样，有些朋友“战痘”十年却发了十年，问题就出在没有找到体内根源。

我们有几十年祛痘经验和实践的专家。她离开医院出国深造，回国后专业从事祛痘，已建立了一套成功的祛除青春痘的内调技术。实践证明，青春痘长在脸上，根源却在体内，而且不同的痘友发痘的原因也都不一样，所以我们对每个人的内调也不一样，已为无数海内外痘友解除了烦恼。

专家祛痘热线：61220588  
地址：静安区昌平路667号  
工作时间：每周二、三、六、日上午9时至下午4时

专家祛痘热线：61220588  
地址：静安区昌平路667号  
工作时间：每周二、三、六、日上午9时至下午4时

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

# 寻找5万名铁杆粉 会员免费赠阅洪昭光新著

近年来，洪昭光教授一直致力于大众科学健康知识的普及工作。作为我国著名健康教育专家，洪昭光教授普及健康方式生动形象，内容实用、易懂，深受各地百姓的喜欢。

为了满足广大中老年读者的心愿，我们精心准备了洪昭光教授新著《洪昭光畅谈中老年保健》一书免费赠与忠实粉丝。该书汇集了洪昭光教授大量实用妙招，包含健康饮食经、防病靠自己、养生有秘诀等多个养生健康秘诀，专为中老年朋友设计，通俗易懂，一学就会。

如果您关注自己和家人的健康问题，如果您想跟洪昭光教授学一些实用的健康小妙招儿，如果您是60岁以上洪昭光忠实粉丝，现在拨打**400-622-0231**升级会员即可优先申领洪昭光教授新著《洪昭光畅谈中老年保健》一书。因申领者众多，每日限500本，每人限领一本，名额有限，欲领从速，**立即拨打400-622-0231**领取。



讲文明树新风 公益广告

中国精神 中国形象 中国文化 中国表达

# 手中有粮 心里不慌



惜福积福，  
当思五谷。  
春耕秋收，  
一路辛苦。  
良心叩问，  
可有愧无？

晓玲