

新民健康特邀上海“石氏伤科”传人现场答疑：

颈椎病、腰突、滑脱、椎管狭窄，如何不开刀治疗

拨打电话领取100个免费号 专家面对面现场宣教

◆ 叶雪菲

颈腰椎病、腰突、滑脱、狭窄、肩周炎、老年性骨关节病一定要手术吗?中医不开刀如何治疗颈腰椎病? 新民健康特邀江南八大中医伤科翘楚——“石氏伤科”流派传人进行现场宣教。

拨打新民健康报名热线：**021-52921500**

或编辑短信“骨科+姓名+联系方式”发送至 **15802147945** 预约咨询。

盲目手术或可导致颈腰椎病复发

中医专家认为，临床上大多数颈肩腰腿痛是“筋伤为先，骨伤为主”导致的筋骨失衡问题。颈椎病、肩周炎、腰突等，触诊时往往会发现一些硬疙瘩、条索或块状的东西，这些在 X 光检查时是看不见的，易被忽略。如果盲目进行手术，筋骨失衡依然存在，所以疾病容易复发。

石氏伤科与传统中医治疗有何不同

和传统的正骨、推拿、针灸等保守治疗相比，石氏伤科强调“以气为主，以血为先；筋骨并重、内合肝肾”先松解粘连的筋，解除筋的痉挛，治筋止痛；还要畅通气血，扶正养筋，提高机体免疫力，避免外邪侵袭，预防复发。只要医患配合、正确系统治疗，大多数颈肩腰腿痛是可以非手术诊治和预防复发的。

【石氏伤科专家义诊】



石关桐 曙光医院原骨科主任，石氏伤科第四代传人



黄洪 师从石关桐教授，从事中医临床工作 15 年



王谦 师从全国名老中医施杞教授，临床工作 20 年

全市征集50名静脉曲张患者

新民健康特邀韩国著名血管外科专家 8 月 14 日、15 日与您面对面宣教 ◆ 吴瑞莲

近年来，下肢静脉曲张的发病率逐渐升高。“相比韩国，中国静脉曲张的患者就诊率低，但就诊患者的病情严重程度更高。”韩国著名血管外科专家金昌洙教授对此现状感到很遗憾。“由于人们对下肢静脉曲张的认知度、危险因素及其危害性了解不足，往往到了疾病后期出现并发症才就诊，导致病情贻误；还有很多中国患者选择接受一些没有科学依据或不专业的治疗，病情虽然在短期内得到抑制，但因为不是除根治疗，不久就再次复发，复发会使血管造成粘连，增加后续治疗的难度。”

很多人认为静脉曲张不严重、不致命，可以不用治疗。金昌洙对此指出，这是个误区。虽然静脉曲张本身不是一种致命疾病，但静

脉曲张发展到后期会有并发症，严重的会危及生命。下肢静脉曲张在早期确实不痛不痒，但是随着病程的进展，后期会出现小腿皮肤变黑，甚至溃烂，破裂出血。据了解，曾有夜间睡眠时出血过多导致死亡的病例发生，还有少数情况下会形成血栓并蔓延，则有可能导致肺栓塞，危及生命。

如何尽早发现静脉曲张？金昌洙教授介绍，下肢沉重、酸胀、麻木是静脉曲张早期最明显的症状。他表示，提倡早期治疗是为了避免并发症的发生，提高患者生活质量。后期症状尤其是皮肤变色，晚期治疗的话，皮肤很难恢复到自然的肤色。近年来，下肢静脉曲张的发病率逐年升高，但却因症状不够明显、对该病不够重视等原因，患者的及时就诊率、规范

就诊率不及半数。

金昌洙提醒，如果感到下肢沉重、容易疲劳、瘙痒、抽筋、浮肿、胀痛等症状，且下午比上午更明显，长时间站立后和夜间更严重，即便没有明显突起的血管，出现上述症状都应该去医院接受早期检查。

如何界定自己是否患上了静脉曲张？金昌洙教授解释说，大隐静脉和小隐静脉血液倒流时间超过 0.5 秒，就可确诊为静脉曲张。此外，如果肉眼可以看到 3 毫米以上的血管凸出时，也可基本判断为静脉曲张。由于静脉曲张不是由血管堵塞引起的，而是由血管扩张引起的，所以随着天气变暖，会有病情加重的感觉，但这一时期同时也是治疗的好时期。

【特邀专家介绍】



金昌洙 教授
韩国国立庆尚大学医院胸外科主治医生，韩国成均馆大学医科大学江北三星医疗院教授，韩国胸外科学会血管研究会常务理事，韩国静脉学会常务理事、前会长。

讲座信息

新民健康特邀韩国著名血管外科专家金昌洙教授来沪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 50 个。有需要的读者可拨打新民健康热线 **021-52920871**，或编辑短信“静脉曲张+姓名+联系方式”到 **17717640571** 报名。暑假期间，凡教师报名的另有额外惊喜。

时间:8月14日、8月15日(周日、下周一)

患上慢性咽炎最怕乱用抗生素

新民健康邀专家为你宣教答疑 ◆ 留缘

有句话叫“咽喉要塞，乃兵家必争之地”，这句话形象生动地说明了咽喉部的重要性。咽部作为呼吸道与消化道共同的通道结构，它不仅要承受很多来自外部理化因素等的刺激，还要时刻抵御外部细菌的“入侵”，这种特殊的生理位置使得咽部黏膜成为了炎症偏爱的对象，导致了咽炎的发生。

从发病年龄来看，任何年龄的男女都可发病，但以青壮年居多。嗜烟、酗酒嗜辣者则更多。另外，空气、水源污染以及现代人工作节奏的加快也是一个不容忽视的因素。

乱用抗生素易引发二重感染

慢性咽炎并没有任何病菌，造成慢性咽炎患者咽部各种不适症状的根本原因是由于咽部黏膜已有的慢性炎症的病理改变，如黏膜充血、肿胀、干燥、变薄、萎缩等。所以使用抗生素并不能起到实质性的作用，它只能抑制或杀灭咽部细菌，并不能使原有的病变消除，因此不能减轻慢性咽炎患者的不适感。如果慢性咽炎患者乱用抗生素还只会导致咽喉部位的正常菌群失调，甚至引发二重感染。

综合治疗是关键

耳鼻喉科专家特别提醒，慢性咽炎分为单纯性的、肥厚性的、萎缩性的、干燥性的，对于肥厚性的慢性咽炎，如咽后壁、淋巴组织增生明显、肥厚的可以用激光、微波、烧灼的方法，但采取这种方法治疗要慎重，一定要到正规医院进行治疗。

【特邀专家】



王金明
耳鼻咽喉科主任，主任医师。从事耳鼻喉科临床工作 30 余年，积累了丰富的临床经验，尤其擅长中西医结合治疗慢性咽炎、过敏性鼻炎、咽炎、声嘶、耳鸣等疑难病症。多次参加国内国际耳鼻咽喉学术会议及耳鼻咽喉医师培训班，在相关医学杂志期刊发表学术论文 20 余篇。



加娜尔
耳鼻喉科主任。从事耳鼻喉疾病的临床工作多年，诊疗技术操作娴熟全面，理论知识扎实深厚，对鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、过敏性鼻炎、声嘶、耳鸣耳聋、慢性咽喉炎等有丰富的临床诊疗经验。先后在国家、省级医学杂志发表论文 10 余篇，曾获得省部级科技成果等各类学术奖等荣誉奖励。

别让牙周病烂光牙齿危害全身

上海港华医院口腔科忻勤劳主任谈牙周病防治 ◆ 叶雪菲

刷牙经常牙龈出血，口臭总是挥之不去……也许你以为这只不过是“小毛病”，却不知道这极有可能是“危险信号”。上海港华医院口腔科忻勤劳主任指出，口腔疾病更容易被大家忽视，而在你掉以轻心的时候，被医学界定论为威胁人体健康的第三大杀手和口腔健康的“头号祸首”——牙周病可能已经开始侵蚀你的牙齿和全身，如不及时防治，不仅会导致“满口掉牙”的严重后果，更会引发全身疾病。

病菌从牙齿危害到心脏

忻主任介绍，牙周病主要是指牙齿周围组织的炎症萎缩性疾病。牙周病会导致牙龈红肿、口臭、出血、牙齿松动、移位、倾斜、咀嚼无力甚至疼痛难忍，全身不适，最终导致牙齿脱落，或者被迫拔牙，正所谓：“龋齿只会坏掉一颗牙，而牙周病会导致一排牙齿脱落”。据统计，35 岁以上人群，80% 以上的牙齿脱落是牙周病引起的。牙周病不仅会对饮食、容颜、心理等造成严重伤害，更会影响心脏、肺、肾等重要脏器功能，牙周袋里的大量细菌会导致心脏病、中风、慢性肺炎、动脉硬化、肾炎等各种疾病。

牙周病必须接受系统治疗

忻主任指出，很多牙周病患者有这样的误区，以为使用中草药牙膏、洗牙、服用维生素 C、甲硝唑片、使用漱口水等方式就能治愈牙周病。其实，这些只不过是牙周病防治过程中的辅助手段，并不能对牙周病起到根本性的治疗，某些药物甚至偏方则更不可靠。要想彻底地治疗牙周疾病，必须接受系统的牙周治疗。

牙龈出血、口臭千万别大意

忻勤劳主任提醒广大患者，牙周病的防治关键要早发现早治疗。但是由于牙周病的

【专家介绍】



忻勤劳
中华口腔医学会会员、第四军医大学口腔修复系讲师，从事临床二十余年，擅长各类美容牙的临床修复、牙周病防治、种植牙和高难度局部及全口义齿的修复治疗。

症状并非持续发作，而是静止期和加重期交替出现，加上早期症状并不十分明显，因此往往不能引起患者的重视而延误治疗。其实，牙周疾病可以通过生活细节自行察觉：刷牙时或咬食物时牙龈出血（牙刷或食物上有血迹）；牙龈红肿易出血，牙面有牙石；牙齿有不同程度的松度、咬物无力、牙根暴露；有口臭，轻压牙龈有脓溢出；部分齿列的密合度改变。一旦发现这种现象就应立刻前往医院检查治疗。此外，平时日常生活中，除了保持正确刷牙等口腔卫生习惯，更应定期为牙齿做“体检”，并每半年去医院洗一次牙，除掉牙结石，预防牙周疾病的发生。

活动信息

新民健康特邀从事慢性咽炎临床治疗与科研工作多年的耳鼻咽喉科专家为广大患者面对面宣教答疑，限额 30 名。有需求的读者可以拨打新民健康咨询热线：**021-52921348**，也可发送短信“咽炎+姓名+联系方式”至 **13636588970**

邀请对象:慢性咽炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎等。

报名截止日期:8月15日17:00