

新民健康膏方节读者福利送出 100 个中医名家宣教名额

哮喘、“三高”、痛风、失眠，如何巧用膏方调理

6 位中医名家坐镇 现场辨体质、支“膏”招

◆ 叶雪菲

“上哪儿能找到好的专家开膏方？”“到底我适不适合吃膏方？”，针对读者的这些疑问，新民健康特别邀请了 6 位中医界“大牌”专家，面对面为读者答疑解惑，提供个性化膏方调理建议。

报名新民健康膏方热线：
021-52921500
或编辑短信“膏方+姓名+联系方式”至 **15802153840**

膏方并非越贵越好 “量身定制”才靠谱

膏方不等于补药，膏方除了具有补虚等功能外，还可增强体质。专家指出，膏方都是根据个人体质“量身定制”的，不是越

贵越好。也就是医生会根据每个人的体质不同制作适合的膏方，根据每个人的不同状况辩证选取药材。

新民健康膏方专家团队

李其忠
曙光医院主任
医师、博导，擅长肝胆、脾胃、呼吸病及虚症、亚健康的诊治及膏方调理。



徐建国
龙华医院主任
医师、教授，擅长冠心病、心肌炎后遗症、高血压、高脂血症、糖尿病等。



沈依功
岳阳医院主任
医师、教授，擅长各种老年病、“三高”、冠心病、胃肠病、肾病的诊治。



张玉萍
岳阳医院主任
医师、教授，擅长治疗痛风、高血脂症、高尿酸血症、糖尿病、骨关节病变等。



周时高
龙华医院内科
主任兼中医示范科主任，教授，擅长治疗痛风、失眠、类风湿关节炎等。



余小萍
曙光医院主任
医师、教授，擅长慢性支气管炎、哮喘、久咳、肺心病等的诊疗及膏方调理。



口福大行动，“晚年能吃是福”

大型爱牙爱心活动钜惠申城，限时申领超值爱牙礼包 ◆ 叶雪菲

“很多掉牙老人吃东西的时候，总是小心翼翼地用牙慢慢磨啊磨，把食物磨碎了，但牙龈也磨伤了，别说吃肉，连没煮烂的青菜都吃不了，还容易塞牙。现在不仅吃饭慢，还吃得越来越少了。想吃却不能吃，太痛苦喽！”

稳固、耐用、清洁方便 适合年老体弱者的缺牙处理新方式

我国是世界上老年人口最多的国家，老年人又是缺牙发生最集中的人群。而传统的处理方法，有的只

能恢复部分的咀嚼能力，有的要磨掉好的邻牙。缺牙老人一直期待，能有一种处理方式，让他们重新获得真牙般的稳固咀嚼，吃嘛嘛香。

上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员、原九院种植专家王申医生表示，随着医学技术不断推陈出新，舒适、快捷、安全、耐用地处理缺牙已经能够实现，中老年朋友不用再担心咀嚼无力、牙龈红肿、磨掉好牙、摘取繁琐、清洁麻烦等老问题，及时处理好缺牙，就能很快地享受以前不敢吃的排骨、大闸蟹、苹果、坚果等美食，实现齿间的幸福。

特邀专家简介

王申

交大医学院口腔医学硕士；2003至2013年任职九院口腔种植科；国际口腔种植学会(ITI)会员；中华口腔种植专业委员会委员；瑞士straumann种植培训讲师；上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员；专注于微创、即刻种植，牙齿松动治疗。



[讲座信息]

原九院种植牙专家王申开讲啦 30 个免费名额赶快申请

缺牙的你，近年来是否感觉到自己衰老的速度日益加快？肠胃消化吸收能力也下降明显？这一切都与长期牙齿缺失密切相关，然而牙齿缺失的危害远不止于此。为此，新民健康联合相关机构开展爱牙宣教，如果您有牙齿松动、牙齿缺失、假牙佩戴不适等情况，均能报名参加，名额不多，欲报从速！



扫二维码参与互动，了解更多惠民资讯

活动内容：

- 1. 原九院种植专家开课，面对面交流；2. 免费领取爱牙大礼包（口腔护理套装）；3. 扫二维码报名获赠精美牙刷、牙线

报名方式

报名热线：021-62476396 或编辑短信“牙齿+姓名+联系方式”发送至 18121287952

可以验钞，有夜视照明，也是一副老花镜 多功能夜视老花镜

65周岁以上老人特价10元一副

夫妻双方上门购买，可领取2017年新挂历一本！



总部热线：021-65011665
杨浦热线：021-61524620

青浦热线：021-61524619 普陀热线：021-61524615
徐汇热线：15300727283 长宁热线：021-61524617
浦东热线：15300660556 宝山热线：15300689253
静安热线：15300727586 虹口热线：13321935367
地址：杨浦区黄兴路1800号东方董海国际广场3号楼14楼(15A)01-04室 | 靠近国野宗庙，大润发旁边大型

冬款中老年人健步鞋10元一双

千里之行，始于足下。中老年朋友经常因为买不到一双合适的鞋而烦恼，冬季到了，给中老年朋友介绍冬款加绒加厚健步鞋，具有保暖、轻便、防滑、透气等特点，多种颜色可选。且包裹性特别强，穿着轻松、舒服！！

- 3. 夫妻双方上门可领取2017年新款老式挂历一本。
- 4. 革命军人、离退休干部、党员、教师、医生等凭证件优先办理。



总部：021-61314341
热线：15300722959

杨浦热线：021-61314342 静安热线：021-61314545
浦东热线：021-61314547 虹口热线：021-61314564
宝山热线：021-61314534 嘉定热线：18121097647
普陀热线：18930626561 闵行热线：18916494743
地址：普陀区真光路1228号9楼中环百联购物中心南楼农业银行往里100米(近梅川路)

我们承诺每位符合条件的市民都可以“10元”购买一双冬款中老年人健步鞋，男女款都有，数量有限，每人限购一双，卖完为止。

- 1. 凭此广告并年满65岁以上者。
- 2. 必须先电话预约，上报鞋码，再由本人统一上门购买。



读者提问：得了慢阻肺，若采取激素治疗是否会成瘾？

同济大学附属东方医院呼吸内科主任医师郭忠良教授答：不会。慢阻肺稳定期治疗均为吸入类激素为主，进入肺部的剂量

非常低，一般不会有全身的副作用，更不会成瘾。口服或静脉激素多在急性发作的时候应用，只有短期使用，一般也是很安全的。社会上很多“三无”平喘中药，里面往往加入大量廉价的激素，短期会让病人感觉效果很好，但长期应用会有较大的副作用，患者不要轻信。

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

秋季健康科普讲座

——公益活动 免费入场

为提高市民对于健康的知识认知度，深入浅出地进行专业的科普教育，特别针对肿瘤、高危、亚健康等这些群体。上海市健康教育协会健康宣教与康复辅导站(原世界卫生组织上海健康教育与健康促进合作中心健康宣教与康复辅导基地)特别举办秋季健康科普讲座，请需要听课的读者来电进行预约登记。

科普讲座的时间及内容

11月17日(周四)上午9:00-10:30

科普讲座：《呼吸系统恶性肿瘤的术后康复调理》
讲座专家：上海市胸科医院 赵家美 主任医师

11月18日(周五)上午9:00-10:30

科普讲座：《科学食疗助康复》
讲座专家：上海市中山医院 滕颖 副主任医师

讲座地点：中国科学院学术活动中心(好望角大饭店 徐汇区肇嘉浜路500号)五楼 宗洛厅/长恭厅

便利交通：公交49路、42路、43路、927路、806路、96路、985路、218路、205路、地铁七号线、九号线肇嘉浜路站。

预约电话：021-64031830/64311848 主办单位：上海市健康教育协会

网址：www.shjjidwho.com

承办单位：健康宣教与康复辅导站