

腰椎退变疼痛请用“远红外腰椎痛消贴”

近年来,因腰部疼痛到医院就诊的人非常多,中老年所占比例较大,大多数患者腰部既没有扭伤的经历,也没有摔伤的经历,通过CT、磁共振检查发现,这种情况大多是各种形式的腰椎退变引起的,腰椎间盘突出、腰椎管狭窄、腰椎体滑脱增生、韧带肥厚是比较常见的几种临床表现形式。患者主诉较多的常常是腰痛,坐骨神经痛,腿脚麻木胀痛,走不了远路等等。

郑州寸草心生物科技有限公司生产的远红外腰椎痛消贴,专门针对腰椎退变疼痛问题研制而成,它巧妙运用了远红外技术,通过局部贴敷,体表施治,皮下吸收,可改善局部微循环、促进机体的新陈代谢,辅助治疗腰椎退变引起的疼痛,本品不用火烤,揭开就能贴。厂家

提示:请到指定药店购买,谨防假冒,在专业人员现场指导下贴敷更有利于康复。连续使用症状无改变者请去医院进一步检查治疗。

禁忌内容或注意事项详见说明书,请仔细阅读产品说明书或在医务人员指导下购买和使用。生产企业:郑州寸草心生物科技有限公司 豫医械广审(文)第2012060052号 豫食药监械(准)字2011第2260216号

咨询热线:021-51093071,51875619;详情:www.zccx.com。

喜迎三八妇女节:买5盒送1盒,买10盒送4盒再送价值398元的磁健护腰一副!本市免费送货。

地址:黄浦区武胜路479号,虹口区周家嘴路358号

开春防病不能掉以轻“心”

——上海远大心胸医院专家支招春季如何护心

上海是一座气候四季分明的城市,阳春三月,万物复苏,气温快速上升,街上纷纷脱去厚厚的冬装。有些高血压、冠心病等心血管病患者此时刚经过惊心动魄的“冬季护心战”,渐渐放松对防寒保暖的要求。可事实却没那么乐观,上海远大心胸医院院长肖明第教授提醒广大市民,早春季节会出现气温骤降的“倒春寒”现象,心血管病患者此时若掉以轻“心”,恐怕整个冬天的防病工作都将前功尽弃。

“倒春寒”回马一枪 心血管直呼“吃勿消”

在隆冬时节,人们大多早有防备,棉袄、围巾、暖帽等全副武装,因此心血管疾病无机可乘;开春以后,连续的暖阳天很容易让人们渐渐放松警惕,而这也正给了疾病乘虚而入的机会。肖明第院长介绍,人体的心血管功能对气温变化非常敏感,当气温骤降时,血管收缩,血流量减少,耗氧量增加,心脏负荷加重。面对“倒春寒”的回马枪,许多患者措手不及。突如其来的寒冷刺激会引起冠状动脉痉挛,出现急性心肌缺血,诱发心绞痛,甚至心肌梗塞。

三月天气多变 如何“养心”才是防病之道?

早春三月气候变化多端,除了根据天气情况及时增减衣物之外,科学的健康生活习惯也是春季预防心血管疾病的良方。肖明第院长介绍,无论何种疾病都需从饮食开始预防。对于患有心脏病患者来说,首先是要少吃红肉和加工食品,多吃水果蔬菜、家禽肉、鱼肉和全麦食物,这样不仅有助于控制体重,还有益于心脏健康。包括复合碳水化合物在内的平衡饮食能稳定血糖,还能稳定情绪。

众所周知,心脏病患者的心血管很“脆弱”也同样受情绪波动的影响。过度的悲伤、兴奋、盛怒、忧郁,都会增加诱发心脏病风险,长期抑郁情绪很有可能减少寿命。因此肖明第院长建议,患心脏病并伴有长期抑郁、压力的患者不妨尝试用心理治疗来缓解精神。同时,保持正常睡眠以及适当科学的运动锻炼也可以保证我们心脏功能的正常运转。对于广大中老年朋友来说,应该定期测量血压,复查血糖、血脂、心电图,并遵照医嘱按时服药。一旦发现心脏异常,应及时到心胸专科医院就诊!

“科学抗癌 共赢健康”

迎全国肿瘤防治宣传周全国知名肿瘤专家大型肿瘤讲座活动

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在全国肿瘤防治宣传周来临之际,全国知名教授专家一起联手为肿瘤患者打造康复新平台,让更多患者了解肿瘤的科学治疗和防止复发转移等全面知识,为患者在肿瘤的防治路上点亮一盏明灯。

肿瘤是一类多因素、多环节、多阶段、发病机制复杂、高度异质性的分子病(基因病),是当前危害人类健康乃至生命最为严重的常见病,多发病。但是肿瘤绝非绝症,肿瘤是可以防治的。特别是随着现代医学的进步,各种新技术、新手段和新理念的贯彻应用,晚期康复也不再是遥不可及的事情。

从2001年到2013年这12年来,WHO健教康复基地以全民健康为主要服务宗旨,进行了大小千余场科普讲座,以上海三甲医院在职主任医师为主的近两百多名主任医师团队,讲座加康复答疑的形式使许多患者朋友受益于此。因此,为加强对肿瘤康复知识的普及,指导肿瘤朋友进行科学、规范的治疗,WHO健教基地特邀十几位全国知名医院肿瘤专家向广大肿瘤患者开办为期两天的讲座活动。

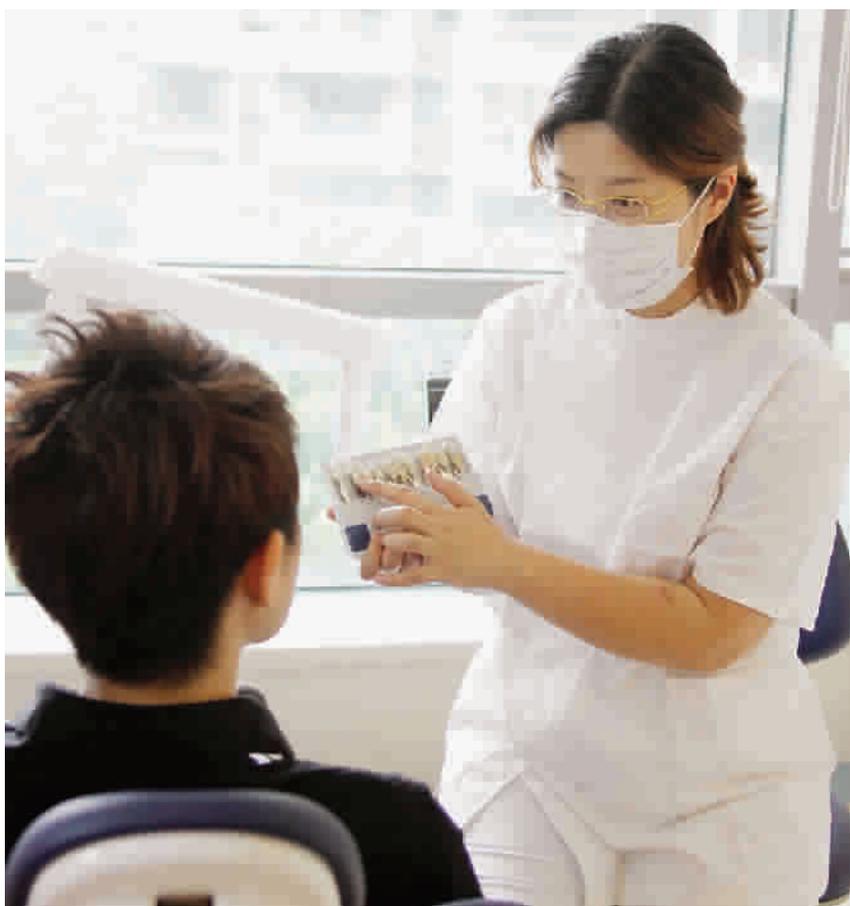
另外,为了使到场的朋友都能获得详细的个性化辅导,活动期间特设专家一对一答

两日答疑的专家名单(排名不分先后):

中国中药协会中药新技术专业委员会副主委	冯敏	教授
中国科学院上海生命科学研究院	葛锡锐	教授
上海市华山医院	袁永熙	主任医师
上海市胸科医院	陈玉蓉	主任医师
上海市华东医院	孙忠全	主任医师
上海市中山医院	滕颖	副主任医师
上海市华山医院	陈响中	副主任医师
上海市第六人民医院	朱佩英	主任医师
上海市第九人民医院	诸丞祎	主任医师
北京清华大学第二医院	李继芬	主任医师
浙江省肿瘤医院	潘浩	主任医师
交通部长航总医院	任洁	副主任医师
上海健教基地特聘医学顾问	鲍秋发	副主任医师

以患者需求为第一考量

专访拜尔口腔全国医疗管理部总监朱丽雅医生



医生这两个字,承载的是“救死扶伤”的理念,表现的是“医者父母心”的善念,以及“有时,去治愈,常常,去帮助,总是,去安慰”的行为。但如今的情况却截然不同,医患双方的矛盾有时甚至尖锐到危及医务人员安危的地步,而“医德”也成了患者指责医生时最常用的指控。那到底何为医德?面对紧张的医患关系,作为医疗机构的管理又如何去应对,近日拜尔口腔全国医疗管理部总监朱丽雅接受了我们的专访。

Q:朱医生,您对于目前医患双方的关系有什么看法?

A:从根源来看,医患双方主要问题在于信任缺失。因为缺少信任和医学领域的知识和信息不对称,导致患者无法接受医生方面的失误甚至失败。可医学总归还是一项经验科学,从失败中学习如何避免失败是不可逃避的现实,我相信没有一个医生愿意拿病人的生命去冒险,也不会拿人的生命去做实验。

医生是个辛苦的高风险职业,可是却不一定获得相应的社会认可及工作回报,医生也是普通人,这其中的心理落差也难免产生,随着近年来人均医疗次数的增加,医生普遍工作强度都增强了。所以在此也希望患者能够给医生多些宽容。但作为患者,我也去医院看过病,这种动辄几小时的等待换来3分钟的问诊,处于患者的角度,也确实会有想法。所以医患之间能够换位思考,才会更宽容更和谐。

作为牙科医生,我见过很多患者害怕种植牙,甚至听到牙科两字就紧张。现在很多医院都有预约制,我们也有,可以保证能有充分的时间跟患者沟通,在保证患者治疗效果的同时,也帮助他们保持良好的就医心态。这也是我们一直提倡的医生的医德。

Q:朱医生,请您详细地给我们讲讲您理解中什么样的品德才称为医德。

A:所谓医德,其实可以分为三个层次。首先是“解除患者病痛”,这也是为医者的第一目标。其次便是能够站在患者的角度来思考问题,根据患者本身的经济情况来选择最合适的治疗方案。而第三层次便是坚持真理。很

多医生会为了不得罪患者而跟着他们的观点走,但实际上,患者并不是专业人士,他们的观点有时就是道听途说,如果医生不能坚持已经被科学验证过的真理,光是拣患者爱听的说,那也不合适。

另外,医院流程上的设计及有序控制也是提升病患的就诊感受的途径。我们除了预约,还提供预先提醒、回访等温馨小提示,让患者时刻能感受到来自拜尔的关注。我们还提倡四手操作,护理与前台服务分开,此外,

患者就诊完毕后还会收到院方提供的小药包,只需每天打开药盒即能服药,既简化了取药过程,又减少了忘记服药的可能。

要建立良好的医患关系,医生最应该做的就是做到和患者充分沟通,相信大部分患者在面对愿意跟自己详细沟通的医生时,都会心平气和地接受来自医生的专业意见。

Q:拜尔口腔一直坚持“顾客即家人”的理念,那具体是怎么做的呢?

A:沟通其实就是就诊的一个重要环节,我们非常重视。一般在刚接触患者时,要做的就是详细地询问及沟通,根据每位患者的情况制定治疗方案,在每一个环节都做到细致妥帖。

此外,最重要的一点就是定期培训。只有以专业的知识、技术为背景,医生才能对患者的症状进行准确判断,从而给予患者专业意见。在拜尔口腔,医生每个月都要进行至少1-2次的培训,至于患者的病历讨论、病历检查、种植学分递进等,都是拜尔口腔日常要进行的规范培训。

以患者需求为第一考量,要求我们都用宽容的心态去看问题,毕竟谁都会有不讲理的时候,再说患者是病人,情绪控制上面肯定也更强,如果我能调整自己的情绪和心态,那么至少从一方面解决了问题的产生,这样双方的沟通肯定也会有效很多,信任感也会逐步增加,那么让人揪心的医患关系,也会向着积极的方向发展。