

春季疾病高发,名老中医现场教您防治秘诀

新民健康送出 200 个名老中医免费咨询号◆ 张筱琳

春季万物生发,也是呼吸道病、妇科病、皮肤病、肠胃病、心血管病、肝病等的高发期。新民健康特邀承志堂国医国药馆的数十位国家级、市级名中医、主任中医师,于4月26日、27日(本周六周日)举办大型春季防治疾病的现场活动,免费为200位读者提供咨询号。

春季疾病多发,人体免疫力下降,注重养生的读者瞄上了各类滋补产品,然而你服用的保健滋补品真的与你的体质相匹配吗?适合别人的进补方案真的适合你吗?活动现场,名老中医还将帮助读者辨别体质,为不同体

质的人在春季进补提供专业意见。

科学疾病防治,中医教你如何不生病

传统中医历来重视春季预防疾病。在春天对人体脏腑进行调养,能防治疾病、增强体质、颐养生命,从而达到增进健康、延年益寿。

春季时寒时暖,乍阴乍晴,健康的人能够很快适应,体弱多病者以及老人和孩子则易产生不适应症,使旧病复发或病情加重,因此春季在疾病的防治上要早做准备。

春天变幻莫测的天气对糖尿病患者也是

一种考验,很容易感染上呼吸道疾病,还容易产生情绪波动,继而使血糖忽高忽低,加重病情,甚至容易诱发各种并发症。

春季也是过敏性疾病的高发日子。特别是患有慢性支气管炎、哮喘、类风湿性关节炎、皮肤病的人。

春天阳气生发,肝火易随春气上升,而肝阳旺盛,易导致高血压、眩晕、肝炎等疾病。

春季多风,而风邪是春季疾病外感的主要因素,它可能引发各种传染性、流行性疾病,尤其是呼吸道疾病。另外患有心脑血管疾

病的人,更不可忽视“倒春寒”的影响。

治未病是中医的强项,如何能在春季有效防治疾病,本周六、周日新民健康联合承志堂力邀上海中医界的名医专家将为市民提供春季疾病防治的大型咨询活动,机会难得。

活动信息

报名方式: 拨打新民健康工作室热线021-62890413(周一至周五10时-17时)报名,也可发送短信“名老中医咨询+姓名+联系方式”至15001961787参与抢号。

截止时间: 2014年4月25日(周五)17时

■ 4月26日周六上午

邬尧清:主任医师,曾任上海中医学会秘书长,中医内科专家。擅长肝胆疾病、胃病、哮喘、失眠、盗汗、心肌早搏、慢性肾炎、血尿、小儿厌食症等病症。

张守杰:主任医师,擅长耳鼻喉科、中医眼科和呼吸道疾病的疾病治疗。

孙卓君:主任医师,中医妇科专家。擅长月经不调、盆腔炎、不孕症、子宫内膜异位症、妇科肿瘤术后的诊治及产后症的调理。

钱尚统:主任医师,中医内科。擅长糖尿病、甲亢、高血脂症、更年期综合症、青少年生长发育障碍等内分泌代谢异常病症,及中老年睡眠障碍、中青年亚健康的中医调理。

虞炜:副主任医师,擅长综合运用中医各种内外调病方法综合调理,辩证准确,兼通“内、外、妇、儿”各科,针灸推拿。

陈来娣:主治医师,中医内科、男科、面瘫症专家。擅长以中医针、灸相结合治疗月经不调、痛经、更年期综合症、扁桃腺炎、咽炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎、痤疮、黄褐斑、湿疹、胆结石、泌尿系结石等内科、妇科、皮肤科疾病。对颈椎病、腰腿痛、关节炎、前列腺炎等男性疾病,有独特的治疗方法,运用经络综合疗法,

200 个名老中医免费咨询号等你来抢

治疗面瘫效果显著,见解独到,对疲劳综合征、亚健康的调理堪称一绝。

瞿波:中医硕士,擅长治疗前列腺疾病(前列腺炎、前列腺增生);女性、男性泌尿生殖系统感染(尿路感染、血精);肾、输尿管结石;性功能障碍(阳痿、早泄、不射精症);不育症;尿频、遗尿及少弱精症等男科疾病。

■ 4月26日周六下午

丁学屏:全国名中医、上海市名中医,曙光医院终身教授。上海承志堂中医馆名誉馆长。擅长糖尿病及其血管神经并发症、痛风、肾病、高血压、冠心病、心率失常及内科疑难杂症等疾病的诊治。

申屠瑾:主任医师,中医内科。擅长治疗肿瘤、肝病、气管炎、肥胖症和体虚调理。

杜顺福:主任医师,中医内科。特别对脾胃病、肝胆情志病、老年病、小儿疳积等有较深入的研究。

虞炜:副主任医师,擅长综合运用中医各种内外调病方法为病人综合调理,辩证准确,兼通“内、外、妇、儿”各科,针灸、推拿,更具独到之处,堪称一绝。

陈来娣:主治医师,中医内科、男科、面瘫症专家。擅长以中医针、灸相结合治疗月经不调、痛经、更年期综合症、扁桃腺炎、咽炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎、痤疮、黄褐斑、湿疹、胆结石、泌尿系结石等内科、妇科、皮肤科疾病。对颈椎病、腰腿痛、关节炎、前列腺炎等男性疾病,有独特的治疗方法,运用经络综合疗法,治疗面瘫效果显著,见解独到,对疲劳综合征、亚健康的调理堪称一绝。

郑安家:擅长治疗急慢性湿疹、粉刺、面部色斑、乳腺疾病等中医外科疾患。对慢性咳嗽、脾胃病、颈肩腰腿痛、面瘫及中风后遗症的中医综合治疗也颇有心得。

■ 4月27日周日全天

严君白:主任医师,严氏针灸第六代传人。擅长针灸方药治疗过敏性哮喘、慢性肠炎、预防感冒、反复尿感、及产后虚弱、肿瘤术后抗复发,体弱早衰等有良效。

朱文虎:主任医师,中医内科、儿科脾胃病专家。擅长诊治小儿腺样体肥大、急慢性支气管炎、肺气肿、哮喘、胃溃疡、结肠病、冠心病、心律失常、糖尿病、脂肪肝、痛风、失眠健忘。

留心走鸭步、歪脖子

小儿骨病早发现好治疗

新民健康送出 50 个小儿骨科专家咨询号

【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。

小儿髋关节脱位、马蹄内(外)翻足、脑瘫后遗症、多指(趾)并指(趾)、斜颈、O形腿、X形腿等各类先天性骨骼畸形在临床上较为常见,如果早期没有及时发现和诊治,不仅会给孩子带来身体上的痛苦和生活上的种种不便,更容易造成心理上的障碍。

如果观察到宝宝两腿不等长,臀部皮纹褶皱不对称,走路像“小鸭子”或有跛行步态,宝宝很可能患有先天性髋关节脱位(双侧或单侧);如果宝宝足部内收、内翻、内旋呈马蹄状,走路摇摆不稳,很可能患有先天性马蹄内翻足;如果睡觉时宝宝的头总偏向一侧,颈部可摸到有包块,就要注意排查先天性畸形斜颈了。家长们往往不仔细观察,忽视这些症状,认为孩子长大后自然而然就好了。

陈瑾瑛主任医师表示,早期可通过手法康复、石膏支具等无创矫正手段进行干预,效果很好。如果任其生长,等孩子长大了,小儿



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。

骨骼发育成型,可塑性和矫正能力就会相对减弱。到时候只能接受手术矫正,创伤大、治疗费用高,往往得不偿失。

本周四至周六(4月24日-26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,读者可免费挂专家号并咨询。

张筱琳

活动信息

活动时间: 4月24日-26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“小儿骨病+姓名+联系方式”至15001961787报名。

报名截止日期: 4月24日(周四)17:00

牙龈出血 牙龈肿痛 口臭松动 缺牙掉牙

牙周病掉光牙 四大人群是“高危”

很多人认为,牙齿松动、脱落是老年人的“专利”,属于正常现象,也就是俗话说的“老掉牙”。殊不知,牙齿并非“老”掉的,而是被牙周病“吃”掉的。近年来,除了中老年人,越来越多的年轻人也进入了“无齿”的行列。由于对牙周病掉以轻心,对牙周病的危害程度认识不足,最终导致年纪轻轻就“老掉牙”!

哪些人是“高危人群”

通常有四类人是易患牙周病的“高危人群”。一是中老年人,原因是随人体的老化,脑垂体某些生长激素分泌减少或停止,会造成牙龈的营养不良,发生牙龈萎缩生理退化现象。二是压力大,易焦虑的人群。人们在受到较大压力的时候,会释放出一种皮质激素,增加牙龈和牙周受到细菌毒素破坏的速度,引起牙周疾病,或加重病情。三是血液偏碱性的人。这类人群因碱性唾液中含钙离子较多,很容易钙化形成牙结石。而牙结石就是造成牙周病的罪魁祸首。四是个性急躁的人。性急的人刷牙时既快又太用力,容易造成牙龈受力部分发生萎缩病变,从而引发牙周病。

掉以轻心满口掉牙

生活中一旦出现4种“征兆”就应引起高度重视。首先是刷牙或咬硬物时牙龈出血。第二是有持续性的口臭。第三是牙齿有松动,位置改变或咀嚼无力。第四是感觉牙缝越来越大。很多人对这些“征兆”掉以轻心,要么盲目轻信漱口水和药物牙膏。其实漱口水和牙膏无法在口腔内停留足够长的时间,根本不能接触隐藏在牙龈下的菌斑。要么牙齿松动就一拔了之。盲目拔牙会让其他牙齿也开始松动,且松动的速度越来越快,伤及的不是一颗牙齿,而是满口牙齿。因此,一旦出现牙周病征兆就应及时就医,否则不仅会“满口掉牙”,还会让牙周病细菌进入血液,形成血栓,阻塞血管,导致心脏病和中风。

防治要讲持续作用

传统的抗生素对口腔细菌固然有效,但病情容易反复。局部外用药物则效果不明显,病人往往还没出院大门,敷上的外用药物就被口水“冲”走了。因此,正确的防治方法必须能让药物持续作用,“打”掉牙龈炎、牙周病反复发作的菌斑,才能避免牙周病进一步蔓延。对于牙齿松动度达1-2度的病人来说,除了杀菌,还应去除坏死的牙骨质。而对于牙齿松动度达到3度的病人,最可行的策略是把松动的牙齿稳固起来,分散受到的外力,尽可能地保留住自己的原生牙。除了“治”,患者应在家用牙间刷和牙线清洁牙缝,还应定期前往医院洁牙,才能从根本上消灭牙周病,让健康从“齿”开始。

文/忻勤芳(辛勤)

上海港华医院

口腔科 口腔内科 口腔预防保健专业 口腔颌面外科 正畸专业 口腔修复专业

地址:上海市淮海西路282号、286号 联系电话:021-52300035