

20年哮喘不愈,竟是“心病”作祟 ◆ 叶雪菲

哮喘作为一种慢性呼吸道疾病,就像一个如影随形的影子,一旦发作,就要跟随终身。然而,哮喘并不仅仅受到环境及身体因素的影响,它还是一种心身疾病。上海市同济医院精神医学科副主任医师骆艳丽教授指出,哮喘其实与心理因素密切相关。

28岁的莉莉,自幼体弱多病,还患有哮喘,参加工作后,莉莉忙于加班加点,渐渐觉得力不从心,哮喘随之加重,情绪也变得低落,有时还会觉得活着没意思。直到看了精神科医生才知道,原来自己的哮喘不仅仅是呼吸系统的常见病,还是一种心身疾病。

在医生的指导下,莉莉找到了病因。原来,莉莉还有一个弟弟,比她小2岁。在成长过程中,母亲每次都偏向弟弟。莉莉的童年因此而蒙上了阴影,即使在长大后有了更好的生活,仍耿耿于怀。经过适当的药物治疗和心理治疗,莉莉的情绪得到了调整,哮喘也减轻了很多。

骆艳丽教授介绍,在心理学上,哮喘可以理解成“被压抑的哭泣”,意在获得他人的帮

助。童年被忽视的孩子往往压抑着自己的情绪,长大成人后如果还没有得到释放,通常会在某些情形下比如工作压力大,人际关系紧张时出现抑郁情绪,严重者甚至有自杀的想法。骆艳丽教授指出,在综合性医院的初诊病人中,有近1/3的患者所患的是与心理因素密切相关的躯体疾病。然而,非精神科医生很少关注这些患者的心理因素,也很少把这些他们认为内科的疾病而看成与精神科相关,因此患者往往接受的是躯体治疗,心理方面却被忽视了,这也导致很多患者常年迁延不愈。

骆艳丽教授表示,很多哮喘患者因长期未得到控制或发作时症状严重,造成思想负担加重,情绪不稳定,而这些精神因素也正是诱发哮喘发作的原因之一。她建议,对于哮喘患者,首先要注意保持良好的心态,控制自己的情绪,避免各种不良因素对心理状态的影响;学会以积极乐观的心态去面对日常琐事。如果出现严重影响到正常工作和生活的情况,应及时寻求精神科医生的帮助。

第二波“饿死肿瘤”科普活动来袭 阻断血管,饿死肿瘤专题讲座开讲

抗肿瘤血管生成,是肿瘤治疗的一个新途径。“人们发现了一种‘断其粮草’的战略——控制肿瘤血管。尽管癌细胞遗传特性改变到一定时候,正常细胞就可以变成癌细胞。但这时的癌可以长期处于相对稳定状态,生长缓慢,医学上称为‘原位癌’,可以相安无事达数年甚至更长的时间。其实原位癌同样也有增殖,只不过死亡的癌细胞和增殖的癌细胞取得相对平衡,其原因是营养和氧气有限。直到肿瘤血管形成,癌获得足够的血液供应,获得了足够的营养,才迅速长大。”(《诱人的治癌之道》,汤钊猷,上海科技教育出版社,ISBN:9787542820235)

继上海爱帮爱健康管理有限公司开展饿死肿瘤科普活动之后,向本市肿瘤患者赠书,第二轮讲座活动接力启幕。肿瘤营养是通过什么血管体系供给肿瘤系统的?肿瘤的快速生长

和疾病的预后关系轻重?放疗(化疗)能和抗血管生成疗法一起合用吗?

围绕广大读者关心的问题,上海爱帮爱健康管理有限公司近日起开展专题讲座,特邀请上海中医药大学钱海教授主持“饿死肿瘤专题精品报告会”,将对放疗化疗联合抗血管生成疗法提高效果、晚期患者应用抗血管生成疗法、抗血管疗法实际效果评估、抗血管疗法适用人群及方法做逐一解读,欢迎广大求知病友参加。

报名热线 021-64326525
科普讲座
时间:5月17日下午1:30
地点:中国科学院上海学术活动中心3楼宗洛厅(肇嘉浜路500号好望角大酒店)
主题:《分子中药在血管靶向治疗肿瘤中的应用》
主讲人:钱海 上海中医药大学中药学院教授

独家菌种备案 独家专利技术 高博特专利北虫草为什么这么火? ◆ 解雯雯

众人皆知,《中药大辞典》、《本草纲目拾遗》、《柳崖外编》等古今中外书籍上均有记载:诸虚百损、气血双亏、润肺补肾吃虫草。而且虫草吃法多样,泡茶、煲汤、烧菜无一不可。也正因虫草如此神奇的养生作用,野生虫草奇缺身价飙升,各种造假掺水手段层出不穷,让人防不胜防。为民所想,高博特于2005年完成虫草替代品北虫草规模化人工培育的技术开发,接受了4家权威机构5次严格的检测鉴定。经反复审核,2005年3月国家卫生部正式批准了蛹虫草(又名北冬虫草)为新资源食品。

高博特北虫草的独有菌种经权威检验部门备案保存(备案号COB201),更通过了包括30天、90天毒性试验、致畸、菌种鉴定、菌种毒理、重金属、农残、生物毒素等检验在内的一

系列安全性检验,这些在国内尚属首次。2010年底,高博特又获准《一种高含量虫草素的北冬虫草工业化培养方法》(发明专利号:ZL200610117998.9)、《北虫草米粉产品及其制备方法》(发明专利号:ZL200610117997.4)两项国家专利。前项专利表明,通过对北虫草菌株的筛选,得到虫草素含量是其他北冬虫草菌株虫草素含量的0.5-0.7%、天然虫草中虫草素含量约为0.2%的3-5倍。

北虫草在养生作用与野生虫草一致,在主要营养价值方面(虫草素)又高出一筹,而价格却经济实惠,所以一直受到市民的青睞与追捧。

点评:高博特天猫旗舰店全新上线,线上线下同步,购买更方便。
咨询电话 51208801、400-720-1320

献给中老年人的健康秘籍——最后400本

有的男性疾病患者吃药打针,甚至手术都不管用;有的人却仅仅只是正常的食序调理很快就能好;有的男性不到50岁就一蹶不振;有的到了80岁却仍能游泳、打球……

易患男性病的人会思考:男性疾病是怎么发生的?为何有的人不得病,而我却百病缠身?

为促进“全国中老年人疾病康复工程”的深度推广,普及科学防治知识,健康书籍《男性健康之道》,面向本市无条件免费发放。该书揭示了男性疾病根源,器官的病变,衰老真相。该书还详细列举了各种常见前列腺疾病及防治新方法,目前已有数十万患者朋友,通过阅读此书获益匪浅。

本次赠阅纯属关爱活动,不收取任何费用,如发现工作人员在赠书过程中收取任何费用,请拨打400-857-1188举报,查实有奖。接受社会各界人士监督。
领书电话: 400-857-1188



“夏季养生”专题征集令

◆ 解雯雯

春生、夏长、秋收、冬藏。人体本就是自然属性,夏长时节,养生防病一直以来是人们特别关注的话题。夏日多变的气候、湿热的空气为病菌滋生和传播提供了温床。人体的消耗增加使抵抗力减弱,季节性疾病也随之上身。另外,有些冬季常发或特别严重的病,其致病因素往往产生于夏季,潜伏在体内,到了冬季便发作或更为严重。由此看来,夏季的养生防病尤为关键。

为此,新民健康工作室近期将推出“夏季养生”专题报道,分别有专家话养生,活动

连连看,热点全聚焦等精彩栏目。现在向各位医生、护士和健康领域的专业人士发出“专题征集令”,一起聊聊夏季养生,如果你有想聊的话题,请参与进来,将想法发至新民健康工作室邮箱: xmjk@xmw.com.cn

我们还向各位读者发出“热点征集令”你可以将你想知道的夏季养生热点问题告诉我们,届时我们会挑选部分问题,请专家来支招。请将你感兴趣的问题发邮件至: xmjk@xmw.com.cn

今年夏季养生,我们一起从这里出发。

灰甲不灰心,治疗选国药

灰指(趾)甲是高发性疾病,尤其参与公众活动多,爱修甲、美甲的人群更易感染。灰指甲是由真菌感染较为顽固难治的传染性疾病,甲板与甲床分离变形,残缺,呈灰色、黄棕色或黑色,让人难堪,不及时治疗还会蔓延传染,引发甲沟炎,皮肤病,生殖器感染。灰指甲难治是由于多种真菌感染,寄生在甲板内,潜伏期长,不易杀灭。过去为解决指甲外搽给药渗透吸收困难,只好采用拔甲、腐蚀包扎的方法,给患者带来较大的痛苦。灰指甲顽固难治,患者选药,要认准国药准字。

现在您有了灰指甲,请别灰心! 贵州万顺堂出品的国药准字药品伊甲牌复方聚维酮碘搽剂(OTC),专业治疗灰指甲! 该药采用专利技术对真菌具有强大的广谱杀灭能力,使菌体蛋白质变性后死亡,同时能软化角质层,有效增强药物的渗透。不包扎、不脱甲、不腐蚀、无痛苦,简单又方便。每天一次,在局部形成长效药膜,轻松治疗灰指甲。伊甲牌复方聚维酮碘搽剂 国药准字

(H52020539)治甲癣有良效,有信心! 请认准贵州万顺堂生产:“伊甲牌复方聚维酮碘搽剂”56元/盒,谨防假冒!

经销地址: 黄浦:南京东路第一医药商店、淮海路各药房、静安区各药房 新闻路1537号 虹口:四川北路各药房 徐汇:徐家汇各药房 长宁:得一各药房 闸北:平顺路155号 普陀:中山北路2399号及复美各药房 浦东:上南路1071号、养和堂各药房、惠南镇城东路268号 杨浦:长海路369号 宝山:牡丹江路各药店、友谊路223号 闵行:江川路242号、莘朱路152号 松江:余天成各药店 嘉定:博乐路166号 金山:卫零路751号 奉贤:解放中路20号 青浦:城中东路266号 崇明:东门路178号等全市各大药房有售。

批准文号: 黔药广审(文)2013100143号 上海备案号: 2013年10月23日 请按药品说明使用或在药师指导下购买
电话:60830537

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“齿肉”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,原因是随着人体的老化,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,会释放一种皮质醇激素,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,病人往往还没出医院大门,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、牙周病反复发作的温床,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**