

# 限时限额征集50名白癜风患者

怎样才能远离白癜风 盛夏“告白”医生支招 ◆ 张筱琳

盛夏强烈的紫外线让白癜风患者的病情持续蔓延。而白癜风好发于颜面部、前臂、手背、颈部、腰腹部、骶尾部、小腿及足背部等部位。尤其是颜面部的白癜风，不仅有损容貌，遭到歧视，更给患者带来巨大的心理压力，若白癜风长在眼部，累及虹膜可能会导致视力下降或失明。

白癜风是一种典型的黑色素细胞异常或黑色素生成异常导致的皮肤病，在临床上，可分为：局限型、散在型、泛发型，以及进展期和稳定期。以散在型最常见，其中寻常型、面肢端型最多。皮损主要为皮肤表面出现大小、数目不等、形态不一、界限清楚的灰白色、乳白色或瓷白色色素脱失斑。夏季紫外线穿透性强，过量的紫外线会导致黑色素细胞功能亢进，过分消耗，同时增加了黑色素细胞内毒性物质，黑色素细胞受损程度加重，最终影响黑色素合成，使白癜风更易缠身。此外，遗传、外伤、疲劳过度、精神压力过大、焦虑及自身患有免疫性疾病相互作用也会诱发白癜风或使其加重。

盛夏白癜风高发，也是其治疗的黄金期，可达到事半功倍的效果。患者应抓住夏季人体各项机能运作旺盛，代谢快、药物吸收好的优势，及时到医院进行科学规范的治疗。需要根据患者实际病情，采用中医辨证分型施治，祛风除湿、益气养血、活血理气和补脾养胃、活血化瘀、调节肌体免疫平衡和黑素细胞再生机能的活性，刺激黑素生成，同时运用物理治疗，促进黑素细胞的快速增殖恢复自我生长的功能，以期使大的白斑缩小，小的白斑消失，白斑内出现色素岛，最终恢复正常皮肤，便能早日告别白癜风。

## 活动信息

新民健康携手相关机构，在2015夏季推出限时限额征集50名白癜风患者咨询服务，欢迎拨打新民健康服务热线021-62890413，或发送短信“皮肤+姓名+联系方式”至13501966606。每位专家限额25人，报名截至8月12日。

## 【医生简介】

### 苏敬泽

中华医学会皮肤病学分会委员、原上海市皮肤病性病防治所副主任医师。毕业于中山医科大学，从事皮肤临床、教学、科研等工作近40年，临床经验丰富。擅长中西医结合治疗白癜风、银屑病(牛皮癣)、各种癣病、湿疹、荨麻疹、黄褐斑、结缔组织性疾病等常见病以及疑难杂症。参与编著《银屑病(牛皮癣)自我防治》《实用皮肤病学》，主编《癣病与湿疹》等著作，发表论文50余篇。



### 孟卫

中华医学会会员、中国中西医结合学会会员，皮肤科副主任医师、曾任《中华医学实践杂志》编委、《中华医药杂志》常务编委。从事皮肤病临床治疗与研究40多年，拥有坚实的医学理论基础和丰富的临床经验，并形成一套独特的中西医结合特色疗法，深受广大皮肤病患者的青睐。擅长中西医结合治疗各种类型久治不愈的白癜风及神经性皮炎、慢性荨麻疹、湿疹等皮肤疑难杂症。



# 骨科专家解读：颈、腰椎间盘突出要怎么治疗

——新民健康免费送出骨科专家咨询号 ◆ 张筱琳

## ■《科普知识》专家解读

脖子疼是颈椎间盘突出最为典型的一种症状，除了脖子疼以外还会出现背部酸疼、头晕以及四肢麻木等，给颈、腰椎间盘突出患者的工作和生活带来了不同程度的影响，那么颈、腰椎间盘突出该怎么治疗好呢？目前治疗颈椎间盘突出的方法有很多种，下面为颈、腰椎疾病患者介绍。

**个人因素治疗：**首先，颈、腰椎间盘突出患者在治疗的时候要了解其是什么因素造成的，很多是因为如肥胖、妊娠、便秘、睡姿不当、咳嗽、受寒、打喷嚏等。临床上约有1/3的病人在发病前有明确的增加腹压的因素，如剧烈的咳嗽、喷嚏、屏气、用力排便等。

**职业因素治疗：**其次，有些颈、腰椎间盘突出患者是因为其职业因素造成的，专家称年轻时体力劳动、如提举重物、姿势不良、劳累、坐车颠簸等，由于长期处于颠簸和振动状态，椎间盘承受的压力大且反复变化，易诱发椎间盘突出。

**心理因素治疗：**再次，颈椎间盘突出的治疗还要从其心理上入手，如注意力高度集中、责任感强、工作长时间、工作单调、个人情感因素等。

颈椎间盘突出的治疗方法有很多种，不同的病情有不同的治疗方法，就目前微创技术是治疗颈腰椎疾病的常见一种，也是众多患者的首选，所以一旦发现了颈、腰椎间盘突出要及时去医院就诊，针对病情和患者的体质进行治疗，这样才能更好地摆脱颈腰椎间盘突出的痛苦。

## ■技术优势 微创手术不再动刀子

孙国定医生介绍，导航靶向定位激光微创技术应对颈、腰椎疾病是目前较好的一种方法，它也是传说中的“针眼”技术，整个治疗只会产生一个或多个“针眼”，却可以轻松达到开刀的效果。

导航靶向定位激光微创技术将一直径仅

## 【医生简介】

### 孙国定

#### 副主任医师

自1970年毕业后，一直在骨科疾病临床第一线，曾长期在医学附属三甲医院骨科工作。在工作之际，还积极在上海医科大学、华山医院、瑞金医院、第六人民医院等进修，谦虚钻研的态度和求真务实的精神使得他能及时了解骨科新进展、新动向，并能引进新知识，开展新技术。

**擅长：**治疗颈椎病、腰椎疾病、股骨头坏死、各种类型骨折、四肢畸形矫正、骨关节炎等各种骨科疑难重症，特别在微创手术治疗颈、腰椎疾病和各年龄段骨科矫形手术等。

1毫米穿刺针穿刺到突出的髓核内，导入激光光纤，利用激光高能量产生局部生物效应，将突出的椎间盘髓核汽化“切除”，减低内部压力、回缩突出，解除对脊髓和神经根的压迫，恢复椎间盘正常生理功能。同时，如伴有椎管狭窄、骨质增生等问题，还会结合椎间孔镜下髓核摘除术、射频消融术、臭氧微创消融术等多项技术，多管齐下，避免复发；整个治疗过程全都是在C型臂监控下进行，不损伤任何正常组织、神经，恢复更快，安全性更高，手术当天就可以下地走动，不影响生活。

## 活动信息

新民健康免费送出骨科专家咨询号  
活动时间：2015年7月22日至7月29日  
报名方式：拨打热线021-52921500，也可发送短信“骨科+姓名+联系方式”至152 2115 8362报名。送出200个免费专家咨询号

# 美国克利夫兰癌症研究中心发现——

# 多靶点治疗成为攻克癌症新途径

◆ 解爱斌

世界著名的美国癌症研究协会主办的学术期刊《分子癌症治疗学(Molecular Cancer Therapeutics)》有一期的封面论文刊登：美国克利夫兰癌症研究中心发现了多靶点对抗突变基因的关键物质

MCBM，多靶点抑制上游突变基因STAT3、NFkB，更直接有效地杀死癌细胞。为肺癌、胃癌、乳腺癌等5类癌症治疗提供了新的策略和途径，在癌症研究领域引发巨大反响。

## 单靶点治疗的局限性

目前，靶向治疗无可争议地成为了癌症治疗的主要手段，但癌症的发生是多靶点、多环节的调控出现了问题，单靶点抑制剂只能阻断一种信号通路，

癌细胞会通过其他通路进行逃逸，甚至激活其他肿瘤基因的快速扩增，继而出现耐药现象，导致肿瘤恶性发展、复发、转移。

## 多靶点治疗将成为新主流

美国克利夫兰癌症研究中心研究发现，STAT3、NFkB的活化是耐药的机制之一。研究小组幸运地发现一种被称为MCBM的天然物质群，在抑制EGFR通路的同时，作用于细胞核内STAT3、NFkB靶点，从根部阻断

肿瘤细胞信号传导，让癌细胞自然凋亡，并激活抑癌基因，调动自身抑癌能力，预防复发和转移。尤其适用于对基因检测后EGFR未突变(野生型)及单靶点抑制剂产生耐药的患者。

## “国际肿瘤治疗新方法”专家指导通知

8月6-7日新民健康特邀沪上肿瘤治疗资深专家，结合有关案例，深度剖析单靶点治疗失败的原因，就“多靶点治疗新途径”进行现场咨询指导及效果评估(每天限10位，请提前预约：64869576)。通过专家评估的患者，可以得到美国克利夫兰癌症研究中心——专

项援助，体验世界领先的双靶点技术研发成果。更多肿瘤研究的新方法、新观念请百度搜索“MCBM”

报名方式：请拨打新民健康热线02164869576报名，或编辑短信“姓名+肿瘤类别+联系方式”到13651854701

# 缺牙长新牙——让生活从“齿”有滋有味

一口好牙和健康一样很重要 ◆ 张筱琳

王阿姨60出头，磨牙就“下岗”了，吃饭嚼不烂，时间久了肠胃也开始闹毛病了。最近门牙也掉了两颗，说话老是漏风，感觉一下子老了几岁。其实像王阿姨这样牙齿脱落不及时修复的不是少数。殊不知，牙齿脱落不及时修复会导致记忆力下降，同时还会增加心脑血管疾病、糖尿病的几率。

世界卫生组织对牙齿健康的标准是：80岁至少应有20颗功能牙。为了让更多的人重拾健康，新民健康携手沪上知名口腔专家亲自为您设计适合您的口腔方案，并送出30个烤瓷冠名额。

专家支招牙齿缺失后根据适应症不同，可以做种植牙、烤瓷牙和活动假牙。烤瓷牙根据材料不同，可以使用5-15年不等。其中种植牙的使用寿命最长，维护得当可以使用40年以上。种植过程几乎无痛，微创，种好后像自己的真牙一样。种植牙虽好，但不是每个人都适合，要到专业的机构制定适合您的方案。

## 【医生简介】

### 江中明

第四军医大学博士，获国家自然科学基金1项，获上海市自然科学基金1项，获军队医疗成果奖1项，发表学术论文20余篇。



## 活动信息

活动时间：2015年8月5日-8月11日  
活动内容：  
1. 送30个烤瓷冠名额  
2. 30个2000元的爱牙基金  
报名方式：  
1. 预约电话：021-52921343  
2. 编辑短信“口腔+姓名+联系方式”发送至1893 0224 117

# 慢性肾病患者营养攻略

◆ 肖雪

随着高血压、糖尿病患者日益增多，这两种疾病的并发症之一——慢性肾病(CKD)的患病率也在不断攀升。复旦大学附属中山医院青浦分院肾内科主治医师杜红秀表示，对于慢性肾病的控制与发展，患者的一日三餐起着重要作用。

**优质蛋白质，肾病好帮手** CKD患者应选择优质蛋白，如全蛋、牛奶、大豆和坚果类等，其所含的必需氨基酸配比接近人体，蛋白质合成率更高。通常，CKD患者如蛋白质摄入量少且食物能量不充足，就会导致严重营养不良。此外，摄入蛋白要按顺序来选择，牛奶和鸡蛋第一位，鱼、禽、畜类依次排列。由于CKD患者常常合并高尿酸血症，所以通常不推荐食用动物内脏、海鲜等。

**大豆制品也需要** CKD患者虽可食用豆浆、豆腐、豆腐干等，但干黄豆、鲜黄豆、鲜青豆中含有的嘌呤、磷、钾较高，要慎重摄入，更推荐食用经过加工的豆制品。

**谷类淀粉不难找** 米面本身是非优质蛋白食物，将小麦和玉米中的优质蛋白抽取出来，形成淀粉和麦大米，既保证了能量充足又不增加蛋白质负荷。此外，玉米淀粉、土豆淀粉、红薯淀粉及其他低蛋白高能量的食物(如粉丝、西米等)也可作为普通米面的替代品。

**低盐烹饪忘不了** 正常健康成年人每日食盐摄入量应控制在6克以下，但慢性肾脏病患者每日摄入量不宜超过3克。高盐饮食会导致高血压，增加心脑血管疾病致死的风险。腌制食品和酱菜都应限制食用。