

“潜伏”的胸腰椎骨折,50岁以上人群需警惕 ◆ 解雯雯

此次调查完成了所在辖区 50 岁以上 4197 名居民胸腰椎侧位 X 线摄片。根据 X 摄片结果将骨折分轻、中和重度三类。共检出了 390 例胸椎或腰椎骨折,其中骨折为重度的占 16%;女性检出率高于男性。随着年龄增大,骨折检出率也显著增高,85 岁以上男性和女性检出率分别为 13.9%和 28.4%。

对此,上海交通大学附属第六人民医院骨质疏松和骨病科主任章振林教授做出了分析,通过以上调查,我们获得如下重要信息:这些 50 岁以上居民尽管没有特别的症状,但是胸腰椎骨折检出率高达 10%。实际上,导致这些骨折的真正病因是骨质疏松。胸椎或腰椎发生骨折后,如果骨折程度达到重度,将大大影响患者的活动功能,甚至呼吸功能将受限。因此,对于这类人群,必须及早治疗骨

质疏松,以防再次发生骨折。其实,一旦从 X 线摄片中发现胸椎或腰椎骨折,就可以诊断骨质疏松,至于是什么原因引起的骨质疏松,需要进一步检查以明确。

国际骨质疏松日(10月20日)刚刚过去,主题为“为骨骼强度供养”。日前上海市医学会骨质疏松专科分会举行了大型骨质疏松咨询活动。章振林教授在活动现场也强调,所谓的骨骼强度就是抗骨折的能力,强度大,发生骨折的风险就小。骨质疏松易罹患于绝经

后妇女和老年男性,年龄越大,越需为骨骼强度供养。骨质疏松性骨折多发生在日常生活中站立时跌倒或者搬运重物等发生,常见部位为胸腰椎、桡骨远端和髌部(即股骨颈和粗隆间)等。这些骨折很有可能“潜伏”在身体里。因此,建议 50 岁以上人群每年进行一次双能 X 线吸收仪骨密度检查,及早了解自己的骨量。如果存在骨量减少或骨质疏松,可在医生指导下进行治疗,降低骨折发生风险,提高老年人的生活质量。

专家简介

章振林
教授、主任
医师。上海交通
大学附属第六人
民医院骨质疏松
和骨病科主任。
上海市医学会骨
质疏松专科分会
主任委员、中华
医学会骨质疏松
和骨矿盐疾病分
会副主任委员。



专家门诊时间:周一全天;周三上午(特需)

摆脱耳聋耳鸣困扰 要把握理想治疗时间

新民健康邀 2 位耳鼻喉科专家面对面宣教答疑

◆ 伊雪冰

患上耳鸣、耳聋后,患者经常夜不能眠,心烦意乱,感觉耳内有蝉叫声、鸟叫声、嗡嗡响等多种鸣声,不仅影响了患者的身体健康,还会影响患者的精神状态,造成学习、工作、生活的极大困扰。

耳鸣耳聋:青睐白领

在高效率、快节奏的都市生活中,女性白领患耳鸣越来越多。其主要表现为高频耳鸣,类似蝉鸣声。中老年人(特别是白领人士)出现耳鸣,主要是由于工作压力大、睡眠少、应酬多所致,情绪不稳。

另外,很多更年期女性也抱怨自己有耳鸣,但经检查后发现,听力正常。除耳鸣外,她们还会出现一些无法解释的症状,如用手触摸耳廓或用手轻叩头皮时,也会出现耳鸣。专家认为,更年期女性内分泌失调、雌激素降低、自主神经功能紊乱,是造成耳鸣的主要原因。

耳鸣耳聋:有何办法

耳鼻喉科专家指出,发现耳鸣耳聋后,首先要尽早到医院进行检查确诊。如在耳鸣刚刚发作的 24 小时内进行治疗,治愈率较高。其次是积极配合医生的治疗。专家特别提醒,临床因耳鸣不及时治疗导致耳聋的患者屡见不鲜,但大家都一个误区,觉得年纪大耳朵

背是因为老了自然而然的结果。其实不然,只要身体健康,老人一样可以耳聪目明。而解决耳聋耳鸣关键在于尽早治疗,理想的治疗时机是患病后尽早到正规医院查明病因,采取针对性治疗措施是上策,切不可盲目乱用药。

耳鸣耳聋:请教专家

为大力宣传耳聋耳鸣防治知识,让更多的患者了解到耳聋耳鸣的有关科普常识,新民健康特邀从事耳聋耳鸣临床治疗与科研工作多年的耳鼻喉科专家王金明、李强为广大读者宣教答疑,并提供面对面咨询活动,限额 60 名。

有需求的读者可以拨打新民健康防治耳聋耳鸣爱心咨询热线**021-52921348**,也可发送短信“耳聋耳鸣+姓名+联系方式”至**18017315556**。

邀请对象:耳聋耳鸣、过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉等

报名截止日期:10月28日17:00

特邀专家

李强 副主任
医师、中华医学会
会员,从事耳鼻喉
科专业 30 余年,曾
在国内发表论文
20 余篇。1990 年被
《中西医结合杂志》社聘
为“特邀”编辑,2003 年
被上海市专家医学研究
中心聘为耳鼻喉科专业
医师。擅长治疗过
敏性鼻炎、慢性鼻炎、
鼻窦炎、鼻息肉、鼻骨
折复位、扁桃体摘除、
新症、喉部肿物摘除等。



重阳节爱牙义诊月再掀报名高峰

原九院口腔博士现场答疑解惑 ◆ 张筱琳

“老吾老,以及人之老”,尊老敬老是中华民族的传统美德,在重阳节之际,为了弘扬和传承传统敬老文化,为人体健康的第一道屏障保驾护航,帮助缺牙老人落齿重生,“重阳节爱牙义诊月—申城牙缺失老人关爱行动”向市民普及口腔健康知识,关爱牙缺失老人的口腔健康问题。活动一经推出,就得到热捧。

重阳义诊 恰逢牙齿修复“黄金档期”

截至昨日,报名人数已超数千人,活动吸引了广大老年朋友参加,据部分老年牙缺失人群反映,此次重阳节义诊活动恰逢牙缺失修复的“黄金档期”,造就了报名火爆的现象。

秋季的气温和湿度都适宜机体受损器官修复。加上中国人素来讲究冬令进补,做好牙缺失修复工作,能为接下来进食、调养身体提供良好的保障。

原九院口腔专家云集 解决疑难案例

为了满足更多新民健康读者渴望修复失牙的愿望,“重阳节义诊月”由原上海第九人民医院口腔医学博士团队领衔,受到广大读者的追捧。此外还针对活动中的疑难种植牙案例,进行现场共同探讨分析,为缺牙读者提出更为合理的指导建议。

现场直击 四成老人仅剩半口牙齿

活动现场,口腔专家义诊中发现 60 岁以上的老人群体中,将近四成的老年人只剩下半口牙齿,部分佩戴活动假牙的老人则是全口牙齿脱落。有的甚至出现长期疼痛,唇部凹陷,发音不清等情况。

消除口腔隐患 及时修复失牙

牙齿缺失后,整个口腔的平衡就会被打

乱,若不及时修复,常会导致缺牙间隙附近的余留牙出现倾斜、移位,缺牙间隙逐渐缩小、对颌牙伸长,局部咬合关系紊乱,食物嵌塞、龋病、牙周损伤等问题也接踵而来。口腔专家提醒:有牙齿缺失的老年朋友,在牙缺失后应及时修复,保持牙列完整,维护好牙齿的咀嚼功能。同时有牙周病,或因佩戴不合适假牙引发的口腔黏膜炎症,需要先治疗好牙周病及口腔炎症,再修复失牙,以免感染发炎持续存在,影响修复效果。

义诊活动信息

活动时间:即日起至 10 月 31 日
致电报名:现场随机派送口腔健康手册及千元爱牙基金 100 份
义诊地址:南京西路 758 号
报名方式:请尽快拨打报名热线 021-66108888

医师介绍

庄龙飞 曾就职于上海第九人民医院口腔种植科;香港大学牙科医学院牙周 & 种植医学博士;师承国际牙周及种植学大师 N.P.Lang 教授



周仲豪 师承上海第九人民医院种植科主任赖红昌教授;国际种植牙专科医师学会研究员;美国密歇根大学牙周-种植专科培训医师



义诊活动备案编号:静字备登字(2015)第 0001 号

健康圈

“10·28 全国男性健康日”活动预告

市一医院举办男性健康科普大讲坛及咨询活动

上海市第一人民医院将联合上海医学会男科学分会于 10 月 25 日下午举办“男性健康日”大型科普大讲坛及健康咨询活动。

讲座时间:10 月 25 日下午 1:30-4:30
讲座地点:上海市第一人民医院(虹口区海宁路 100 号)3 号楼 906 演讲厅)
讲座话题:男性健康预警信号;男性健康自我管理;前列腺癌:完全可以治疗的疾病;男性性健康自我保健;男人小便中的大学问;精子健康:生育健康孩子

主讲嘉宾:上海市第一人民医院夏术阶段教授、李铮教授等

咨询时间:10 月 25 日下午 3:00-4:30
咨询地点:上海市第一人民医院 5 号楼(门诊楼)4 层专家门诊区域(海宁路 100 号)
咨询领域:前列腺疾病、男性不育、男性功能障碍、男性更年期、生殖异常等

快来领取新民健康“金秋进补礼包”

为了让市民更好地监测血压,新民健康推出“金秋进补礼包”——智能血压计!只要关注新民健康(微信号:xin-minhealth),并转发本活动微信至你的朋友圈,截图回复,就有机会领取智能电子血压计一份!每周抽取 10 位幸运读者,共 100 个名额,你还在等什么?快来参加吧!



口腔溃疡口臭应及时治疗

口腔溃疡俗称“口舌生疮”,中医认为:反复发作的口舌生疮,有时由长期思虑过度、熬夜、烟酒肥腻等引起胃火积盛,气郁化火,造成阴虚火旺,即身体内的阴液亏虚,上不能滋润口咽,下不能濡润肠胃。虚火上炎于口腔易发生口腔糜烂溃疡,牙龈咽喉肿痛,口臭口干等;积热郁结于胃肠则胃灼烧心,胸脘便秘,消化不良等。

医学研究表明咽干口燥、唾液减少会降低口腔黏膜的抵抗力,减弱对口腔细菌的抑制,容易发生口腔溃疡、牙龈炎(牙周炎)等;欲除口腔之病,必先滋补阴液,使唾液等阴液充裕,同时消除虚火郁热,行气解郁。贵州万顺堂药业依据苗族千年古方,精选鲜品金银石斛等 12 味药材,制成纯中药制剂“养阴口香合剂”,独有滋阴生津、清胃泻火,行气消积三管齐下。按疗程坚持服用,有效治疗反复发作的口腔溃疡、口臭、牙龈肿痛、胸脘便秘、胃脘烧心、对体弱多病者阴虚火旺引起的口腔糜烂也有疗效。

“养阴口香合剂”液体能充分接触溃疡面,建议患者服用时可在口中含服 3-5 分钟,然后缓缓咽下。

4 天一疗程,一般 1-2 疗程,重症加量,延长疗程。



全市各大药房有售 电话:62041665