

解密丰胸误区 婀娜曲线常驻

在现代求美观念的影响下,东方女性对胸部曲线美的追求日益大胆直接,越来越多的女性希望通过整形手术寻求外形上的改变和气质的提升。为了向更多爱美女性传递健康、科学的曲线塑造观念,纠正传统认知误区,引导女性在安全有效的前提下拥有健康持久的玲珑身姿,中国医师协会美容与整形医师分会候任会长江华教授就爱美女性关注的一些常见问题答疑解惑。



打破标签限定,树立正确求美观

据预测,中国将成为全球第三大美容整形市场。在现代求美观念的影响下,“美”的产业正在不断扩大,求美的女性横跨各个年龄段,成为美丽经济的驱动力。但是很多求美者从想做隆胸手术到决定手术,会经历漫长的思考过程。这与中国的传统观念有着很大关系,很多求美者在手术前有很多顾虑,比如手术安全、家庭关系、社会影响、术后效果等。

尽管我们国内隆胸手术技术日渐成熟,求美者还是对医院的选择、手术安全以及产品安全的认知有所欠缺。树立健康、安全、持久的求美观念在更迭的求美浪潮中,是始终不变的重要课题。除此之外,乳腺癌患者手术时的即刻乳腺自体组织再造或者乳腺假体植入,也应获得重点关注。

依照黄金分割比,打造精致东方韵

很多爱美人士错误地通过饮食、健身或药补三种方式丰胸,既无法实现长久提升女性胸部曲线的目的,又存在一定的安全隐患。

目前,假体植入在全世界范围内是应用最广泛、最安全的隆胸方式。

求美者面对琳琅满目的假体时,不应单纯以大小作为衡量选择假体的标准。每个人的胸部基础条件包括皮肤、肌肉、脂肪分布都不同,医生会充分考虑求美者的诉求,同时结合个人的具体状况,确定假体型号与植入方案。对于爱美女性而言,黄金分割比可以帮助她们打造动人的胸部曲线。假体外形设计是否构成黄金分割比以及医生的审美水平,对求美者术后效果至关重要。特别是很多隆胸手术的术后效果图是从平行的方式拍摄的,很多求美者忽略了生活中应从斜上方视角观察术后效果。

需强调的是,医疗美容不同于生活美容,医疗美容是一种医学行为,假体植入主要适用于乳房松弛下垂、鸡胸以及二胎哺乳后的女性为主,女性朋友一定要到正规医院有资质的整形外科就诊。

安全健康双重呵护,让美丽恒久如一

隆胸的最佳时机是什么?隆胸之后是否

会影响哺乳?随着时间流逝,再塑的乳房是否会出现变形、下垂等现象?这些问题困扰着很多求美女性。

育龄期女性要做好规划,在哺乳期前手术,不会影响宝宝的健康;在哺乳期结束后,一般推荐最少休息半年,身体各方面恢复正常了,乳房的形态接近孕前,才适宜接受假体隆胸手术。主要是由于妈妈们虽已结束母乳喂养,但乳腺管里可能有少量乳汁残留,如果此时植入假体,植入过程中可能挤压乳腺管导致乳汁流出,严重时可能引起感染。因此建议在哺乳期结束半年后再接受手术,使安全性得到更好保障。

现在正规院所采用的假体,其质量能得到保证。在没有假体质量问题的情况下,随着时间的变化,乳房会因乳腺腺体减少和脂肪的萎缩自然下垂。假体有可能因为没有了支撑力而下移,建议与手术医生沟通协调解决方案。

胸部重塑可以帮助求美者和乳腺癌患者改善乳房形态,同时也会帮助女性朋友找回美丽。
潘嘉毅

专家点拨

如今在老龄化社会,股骨头缺血性坏死的发病率明显增长。股骨头缺血性坏死是一种痛苦的疾病,以疼痛和行走活动明显受限为症状,而且股骨头坏死现象只会是持续性进展,不会自愈。

股骨头缺血性坏死患者目前主要的治疗手段是进行手术,置换坏死的股骨头,对暂时不宜手术者只能等待合适条件时再行手术治疗。

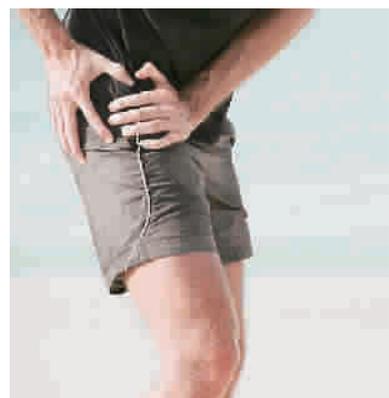
核医学方法治疗股骨头无菌性坏死是一种非创伤性的技术,适用于因各种原因而受到手术限制或患者因恐惧而不愿意手术、股骨头缺血性坏死程度小于Ⅲ级的患者,也是一种最佳选择,但当坏死的股骨头已经塌陷或股骨头和髓白严重变形者,建议手术治疗。

十余年的核医学方法临床应用,对皮质激索性、外伤性、药物性、老年性及先天性髋关节半脱位等所致的股骨头无菌性坏死患者进行治疗1年后结果显示,60%~70%左右的股骨头无菌性坏死患者疼痛症状明显改善,患侧髋关节活动范围明显改善,复查股骨头无菌性坏死患者与治疗前形态学影像CT、X摄片检查比较,未见股骨头出现新的破坏,相反见原破坏区边缘骨密度增加,亮度增强;而20%~30%左右的股骨头无菌性坏死患者除了疼痛症状明显改善外,比较形态学影像CT、X摄片,出现股骨头空洞区缩小,空洞区边缘伴有骨密度增加,亮度增强;约有10%的患者疼痛症状在早期略有所减轻,但总体改善不明显,比较形态学影像CT、X摄片见股骨头空洞区未缩小或略有所增大,认为治疗无效,可能医生对致病因素不详,不属于适应症范围所致。

在诊断股骨头无菌性坏死方面,采用核医学“^{99m}Tc-MDP”骨骼显像方法,往往仅有临床症状而在骨组织形态学尚没有发现时就能够早期帮助诊断。同时,^{99m}Tc-MDP也称为“云克”,为何“云克”可以治疗股骨头缺血性坏死呢?因为^{99m}Tc标记亚甲基双磷酸钠不是常规的双磷酸钠治疗药物,而是含有微量元素^{99m}Tc的治疗骨质疏松药物,因此,“云克”是具有较强的抑制骨钙的流失,适当促进骨组织生长作用的骨损伤治疗药物。通过核医学的扫描结果及评判股骨头坏死的原因和程度,以及个人的具体情况,给予合适的用量进行静脉治疗,除了治疗股骨头无菌性坏死外,对相关的骨性关节炎也有很高的临床价值。

由此可见,核医学方法既能早期诊断股骨头缺血性坏死,又是以靶向性治疗为一体化的、有临床价值的诊断、治疗的新方法。目前,本市仅黄浦区中心医院核医学科和第十人民医院核医学科开展这项工作,并且进一步深入探讨和研究。

高克加(上海市黄浦区中心医院核医学科主任医师) 本版图片 TP



核医学技术为骨坏死患者带来福音

知“心”话

说起老年人的爱情,我们常常会提起“黄昏恋”这个词。所谓黄昏恋,一般是指那些单身、丧偶或离异的老年人再次结婚或者是寻找自己的属于老年人的爱情的行为。这种需求与老年人对健康、安全、依存、尊重等等的需求一样,是一种老年人常见的基本需求。

从健康医学角度上说,婚姻生活美满的老人,合并躯体疾病如糖尿病、高血压、慢性心脏疾病等的发生率较单身生活的老年人更低;对于躯体疾病的管理与健康行为,婚姻美满的老人也比单身老年人做得更好。简而言之,感情生活美满的老人活得更健康,活得更长寿。

老年人对情感的需求往往远胜于年轻人。与老年人相比,年轻人具有更广泛的活动空间,他们参加工作和学习,访亲会友,参加各种娱乐活动,并且在其中获得对自身的认可和价值感。而对老年人来说,情况就不一样了。退休后社会角色转变,空间变得有限,各种社会活动明显减少,经济收入下降,家庭的主导地位被替换,价值感变得更难以获得和体现。若再加上身体衰弱多病,行动不便,更进一步限制了他们参加社会交流。一种孤独感油然而生。成年子女及其家庭对于老人的陪伴往往是有限的,更多的时间老夫老妻只能相互依赖、支持与帮助,因此感情生活是老年生活中非常重要的一部分。对于丧偶、离异等失去婚姻的老年人来说,再次寻求爱情,寻求相互依存关系的另一半,这样的想法非常合理,子女、社会都应当给予支持和鼓励。

年龄不应当成为寻求爱情的绊脚石。摒弃对黄昏恋的误解,打开心扉,以开放的心态接受老年人的求爱行为,让夕阳下的爱情更加灿烂吧!

江敏俊(上海市精神卫生中心)

脊柱治疗趋势 微创手术+多学科融合

前沿新探

颈腰痛是当下困扰不少人的疾病,青少年由于长期保持坐姿,使用电脑、手机等导致脊柱长期处于不良姿势。中老年人随着年龄的增长,脊柱关节退变也会引发颈腰痛。由于该病表现多样,不同年龄段特点不一,治疗往往涉及脊柱外科、疼痛科、康复科、中医科。多学科综合治疗已成脊柱微创治疗趋势。

上海市第十人民医院骨科虹桥院区副主任顾昕介绍,脊柱多学科综合治疗是在微创手术治疗的基础上,把相关科室的力量集

中起来,为患者提供个体化治疗方案,缩短患者住院周期,减少患者住院费用,为患者提供高效、便捷的诊疗服务。十院骨科虹桥院区也是沪上首家微创骨科医院。

以往多学科治疗仅停留于学科之间合作,十院脊柱微创中心建立颈腰痛综合诊疗中心则是形成了一个科室,由临床经验丰富的脊柱外科、疼痛科、康复科医师共同参与,以患者的病情为中心,进行充分的判断和分析,选择最恰当的治疗方案,形成微创手术、疼痛治疗、综合康复的复合治疗方案,最大限度地提高疗效。通过多学科“把脉”,让患者在一个临床科室内就可以解决多个问题。
柏豫



这个春菜有点“腥” “药食同源”话鱼腥草

春季是野菜繁多的季节。相传在春秋时期,鱼腥草就已经开始作为野菜服用,鱼腥草是一种药食同源的佳品。

中医认为,鱼腥草性寒、味辛,归肺经,有清热解毒、消痈排脓、利尿通淋的功效。鱼腥草又叫侧耳根,含有鱼腥草素、月桂醛等挥发油成分而具有一定的抗菌作用。其所含的槲皮素具有扩张血管的作用,能有效扩张肾血管,同时所含钾盐有增强利尿的作用。鱼腥草还能改善毛细血管脆性,促进组织再生,有镇痛、止血、止咳的功效。

鱼腥草的吃法有很多,其嫩茎叶,可炒

食、凉拌或作汤。

由于鱼腥草性寒,久食之,发虚弱,损阳气,消精髓。体寒者、孕妇、老年等身体较弱的人群应不吃或者少吃。虚寒证和阴性外疡人群不建议食用。服用乳酸环丙沙星期间不得食用鱼腥草。对鱼腥草过敏者也不建议食用。

任何事物都有两面性,在食用野菜养生的同时不可以盲目过量使用,需辨清自身体质,在医师指导下服用,如果没有科学的服用,反而会影响身体健康。

程磊(上海中医药大学附属龙华医院药剂科主管中药师)