

夏季紫外线毒辣 眼睛也需“防晒”

夏天到了,毒辣辣的太阳不免让人生厌。眼前的一切被太阳照得瞬间饱和度飙升,刺激视网膜睁不开眼。长时间在户外,很多人尤其是爱美的女孩,都会记得涂防晒霜,但很少有人关注烈日对眼睛的积累性伤害。

眼科专家董珺表示,年轻时每天晒太阳超过5小时的人,其日后患上老年性黄斑变性的几率大大增加,而常年戴太阳镜和遮阳帽则能预防该病的发生。

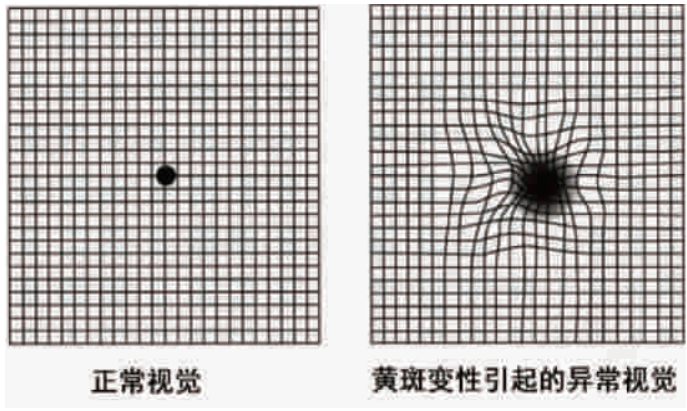
夏日炎炎太阳毒 小心眼睛“扛不住”

近年来,老年性黄斑变性的发病率呈逐年明显上升的趋势,目前医疗上只能降低其衰退速度,但并不能挽救其视力,因此须以预防为主。

眼科专家董珺医生说道:“多数人并不了解老年性黄斑变性,它多发于50岁以上中老年人群,是引起重度视力丧失的主要原因之一,也是全球成年人致盲的主要疾病之一。”

董珺医生介绍,黄斑指的是视网膜的中央区域,其中布满感光神经细胞,为视网膜密度最高的区域。“老年性黄斑变性,即黄斑处出现密集的玻璃膜疣沉积,致使视力逐渐丧失。”

董医生指出,黄斑变性的致病因素不止阳光一种,还包括遗传因素、高血压、抽烟、饮酒习惯等,因



黄斑变性分为干性黄斑变性与湿性黄斑变性两种类型。那么这两者之间有什么区别呢?董珺医生解释说,它们之间的区别就在于有没有新生血管的生成。“没有新生血管生成的,我们称之为干性黄斑变性,其对视力的危害较小,患者的视力常为缓慢进行性下降或视物变形。”

据了解,这种黄斑变性因其病因不明,目前的治疗均为对症治疗与支持治疗。这类患者平时可使用一些能改善黄斑区血液循环的药物和补充玉米黄质与叶黄素、增加血液中抗氧化剂(如:维生素C、维生素E、类胡萝卜素、锌等)水平的药物进行治疗。董医生提醒,若患者本身还患有高血压则需注意控制血压、血脂,以防止病情进一步发展。而湿性黄斑病变会严重危害视力,患者常发生大面积视野缺损,甚至导致失明。

“目前为止,针对黄斑变性的任

听眼健康讲座 与专家面对面交流

为了让退休的中老年群体可以有双明亮健康的双眼看世界,了解眼部保养、疾病预防的相关知识及应对方法,新民健康特联合相关机构开展“夏季护眼健康系列讲座”。每日电话报名前30名读者可参加本次讲座。

感兴趣的读者可拨打新民健康会员服务咨询热线 021-80261680(10:00-17:00),或发送短信“专家+姓名+联系方式”至 13818853479 报名参与。

新民健康特邀专家简介



董珺



李勇

董珺 医学硕士

擅长:白内障、青光眼、眼底病的诊疗;复杂性视网膜脱离,糖尿病性视网膜病变及眼外伤等的诊疗;黄斑裂孔和黄斑前膜的诊治。

李勇 副主任医师

擅长:各种复杂白内障、后发障、青光眼、视网膜脱离、玻璃体积血、糖尿病视网膜病变的诊治。

口腔义诊通告 牙齿缺失危害多 及时修复是关键

经相关部门批准,华驰口腔及多名牙科专家将举行“健康口腔,修复失牙”大型义诊活动。活动期间特别开通(免挂号费、免检查费、免费诊疗方案、免费拍片)多项绿色就医通道,向广大牙齿缺失、假牙佩戴不适者,提供专业的口腔咨询服务。

牙齿是人体第二容易老化的器官,很多人牙掉了以后没有重视,认为还有其它的牙可以继续使用,却不知道周围牙齿因为失去了支撑和依靠,正在悄悄地倾斜、移位,甚至脱落,牙龈萎缩。时间久了,牙齿会越掉越多。中医认为,齿乃骨之余。齿与龈和肾和胃及大肠都密切相关。牙齿是陪伴我们一生的伙伴。如今的人越来越长寿,因此一口好牙尤为重要。

叶雪菲

爱心提示:本次义诊采用电话预约或短信报名的方法。
义诊预约电话:021—60538498
义诊报名短信:编辑短信“义诊+姓名+联系方式”发送至:18930224117
义诊时间:7月8日、7月16日
地址:上海市黄浦区西藏南路758号金开利广场4楼
黄卫登字(2016)第100273号 黄卫登字(2016)第100281号

义诊专家简介



江中明

原上海医院副主任
第二军医大学获博士学位,发表学术论文20余篇,擅长种植牙,处理各种牙列缺失。



周志英

原牙防所主治医师、
中华口腔医学会会员
擅长中老年人全口
义齿疑难处理,固定
义齿修复。

穴位敷贴要烫出疱才有效?

又到一年“冬病夏治”时,不少人会选择中药穴位敷贴。许多人认为“穴位敷贴必须发疱效果才会好”,真的是这样吗?上海交通大学医学院附属同仁医院中医科专家表示,患者外敷药物后,穴位局部可形成疱疹,或出现红、肿、痛、痒,是贴敷成功的表现,有疱疹者预计会有疗效。

敷贴疗法是冬病夏治的一种方法,即选用一些药物在夏季对特定穴位进行敷贴,达到预防、治疗“冬病”的目的。对于儿童及成人哮喘、咳嗽、支气管炎、支气管肺炎等反复呼吸道感染;老年慢性支气管炎、免疫功能低下、过敏性鼻炎、骨质增生性关节炎、风湿性关节炎、类风湿等疾病,如能采用夏季敷贴疗法,冬季可减轻发病,甚至使该病得到根治。

一般敷贴需连续外敷3年为一个疗程,根据不同年龄、不同疾病,每次贴敷时间不同。敷贴期间应禁食生冷刺激性食物以及海鲜、虾等发物,不要吃肥甘厚腻、生痰助湿的食物,也不要过度吹电扇、用空调,以免影响治疗效果。

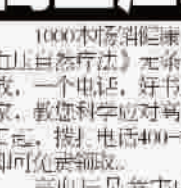
患者外敷药物后,穴位局部可形成疱疹,或出现红、肿、痛、痒,是贴敷成功的表现,有疱疹者预计会有疗效;若皮肤上既不发疱疹,又无红、肿、痛、痒,则可能欠效。如外敷处水泡较小,不必做特别处理,最好让其自然吸收,若水泡已破,可局部涂龙胆紫药水,请不要用膏剂外敷,水泡较大则去医院处理。叶雪菲

好锅配好油 免费抱回家



国仁康为扩大市场推广宣传,特开办“好锅配好油”免费发放活动,现面对上海55周岁以上居民可免费无条件领取取麦饭石炒锅一口和野生山茶油一瓶,实名制申请通过后,即可无条件免费领取,每人限领一份,不可重领,代领。参与过本平台其它宣传活动的不可参与本次活动。
报名时间:8:30-17:00
报名热线:400-728-1868

高血压患者需读本书



1000例高血压临床案例《高血压自然疗法》无副作用,免费阅读,一个电话,好书免费送回家,请您科学应对高血压。即日起,拨打电话400-715-2010即可免费领取。

高血压是危害中老年人健康最可怕的杀手之一。血压偏高,可能会引起头痛、眩晕、心悸、肢体麻木等症状。当血压突然升高到一定程度时,甚至可能会发生严重的脑、心、肾等器官的损害和病变,引起一系列并发症(如中风、脑梗、肾衰竭等),造成更为严重的后果。

现在只要拨打电话400-715-2010就可以无条件免费领取这本高血压科普读物,并无任何其他费用。如果您身体健康,但身边的亲朋好友中有受到高血压困扰折磨的,也请您转发分享,不要让他们错过此次福利。

申领电话:400-715-2010

中科牌 专利产品 免费体验



中科牌番茄红素 将健康送给最想送的人

中科牌番茄红素是国家食品药品监督管理局批准的以番茄红素为主要原料制成的保健产品,浓度含量高,每100g含番茄红素7.0g,服用方便,每天仅需一粒。发明名称:番茄红素微胶囊的制备方法,专利号:ZL201210397726.4。

凡50周岁以上的上海市民,凭本人身份证可以(免费)申领价值198元的中科牌番茄红素1盒,电话报名,按约领取,夫妻限1人领取,终身限领取1次。

申领电话:021-62275509