

跟大S一起“白到发亮”

美丽指导:江苏施尔美整形美容医院

美丽话题

像日光灯一样白到发亮是“美容大王”大S一直的追求的美白效果。成功的保养让大S的保养经验备受粉丝推崇,所以两部《美容大王》都赢得了不少人气,书中介绍的各种保养方法成了爱美者争相实践的美丽秘方。在美容新书里,大S谈到了明星们的美白嫩肤的秘密武器——“黑脸娃娃激光术”和“抗氧化美白针”,让不少粉丝心里痒痒却不知如何实践。其实,这两种“午休式美容”项目,已在广州、深圳等地大受追捧。关于美白嫩肤,让我们看看专家的建议。

美丽建议

蒸脸清洁小心毛孔粗大

美白的第一步当然是清洁。不少人认为,用蒸汽把毛

孔里的脏东西排干净,就能改善毛孔粗大的现状。对此,专家表示,毛孔粗大与年龄增加和肤质都有关系,一般油性肤质容易出现毛孔粗大,所以这类人做好每日的清洁非常重要。收缩毛孔是一个综合的过程,单靠蒸脸并不科学。蒸脸会令毛孔舒张,利于去黑头,除角质等,但之后要做足收缩的措施,否则长期下来毛孔越蒸越大。针对面部清洁,“黑脸娃娃激光术”的效果不错,同时它对顽固性的色斑、色沉也有显著疗效。这种技术之所以取名“黑脸娃娃”是因为要在美容前涂抹一层纳米级的医用碳粉。待碳粉渗入毛孔后,再用激光将碳粉粒子爆破,震碎表面的角质及污垢,它像做面膜一样,一次治疗只需要不到40分钟的时间。不管选择何种清洁方

式,清洁后一定要做好保湿和防晒工作。

五月防晒正当时

很多人认为气温不高,紫外线自然也不会很强烈,所以等到烈日当头的炎夏才开始匆忙防晒。其实,5月紫外线A波,也就是我们常说的UVA含量达一年之最。UVA能直达肌肤真皮层,破坏肌肤深层的保湿、弹力成分。所谓的“光老化”就是“拜它所赐”。UVB波长较短,UVA短,它能造成肌肤表皮损伤,诸如暗沉、色斑等,它就是“晒黑”的罪魁祸首。所以,5月防晒正当时。现在这个季节的日常防晒用SPF25的防晒产品就能胜任,如果需经常外出,则可准备防晒喷雾,每2小时喷一次,一味追求高指数防晒反而可能给肌肤带来不必要的负担。至

于美白针,它对夏季晒后皮肤的修复有不错效果。需要提醒的是,这些只是维护嫩白肌肤的外在功夫,睡眠不足,长期浓茶、咖啡也会引起色素沉着等问题,所以要“白到发亮”还要学会“养”,由内而外保养自己,保持良好的生活习惯。 快报记者 李鑫芳



牙齿美容

栏目支持:
江苏施尔美整形医院·数字齿科
读者信箱:SEM@JSSEM.COM

洗牙不会损伤牙齿

南京读者:

洗牙会对牙齿造成损伤吗?为什么我洗牙的时候会有出血呢?

施尔美整形医院数字齿科杨青梅主任:

洗牙不会造成牙体损伤,因为洗牙时使用的超声波洁牙头本身并没有任何切削功能,它是靠超声波的高频振动来击碎牙石,且医生操作时不断移动工作头,也没有加压,只是轻轻接触牙石,这样是不会损伤牙齿的。一些人在洗牙过程中出现轻微出血现象,是因为菌斑、牙石等刺激牙龈发生炎症,牙龈出血有助于你发现问题,及早治疗。

隐形正畸无后顾之忧

六合读者:

我想正畸,但因为年纪大了怕人笑话,有没有比较隐蔽的方式?

施尔美整形医院数字齿科刘建阳主任:

您这样的顾虑我们见到很多,不少成年人或职业要求,或因牙齿不齐导致疾病,或对自身形象要求较高,希望矫正牙列,但又希望保证私密性。目前的MBT自锁牙齿正畸术正好解决了这一难题,它根据东方人颌骨特点所设计的克拉斯王(Class one)进口陶瓷双翼超薄自锁托槽,色泽非常接近真牙,戴在口中令人难以察觉。

拔牙之后应尽早镶牙

苏州读者:

为什么拔牙后必须及时镶牙呢?镶什么牙比较好?

施尔美整形医院数字齿科刘建阳主任:

因为拔牙以后在牙列中间留下了空隙,如不及时填补上,那么与被拔掉牙相对的牙齿就

会明显伸长,并会造成空隙两侧的牙齿倾斜。久而久之会造成牙齿间较大的缝隙,甚至带来牙周病或龋病。

全瓷牙是目前颌面美容领域安全有效的镶嵌方式之一,避免了传统烤瓷牙的金属材质(含镍等)长期在口腔酸碱变化,而造成金属氧化而变黑的缺点,因此,全瓷牙不留黑边,比传统烤瓷牙更加美观、坚固、耐用。

牙齿美白后要注意保养

盐城读者:

请问冰凝光传导牙齿美白能保持多久?

施尔美整形医院数字齿科杨青梅主任:

冰凝光传导牙齿美白采用光波较长的低温弧光照射在牙齿提高5—14个Vita色阶后可以保持很长时间,根据个人的饮食习惯及牙齿结构的不同,一般可保持3—5年时间。如果平时注重保养,比如少喝咖啡、茶、带色素的饮料,少吸烟,定期洗牙等,则可保持更久。

多数人牙齿美白可一次到位

淮阴读者:

冰凝光传导牙齿美白治疗一次就可以了吗?

施尔美整形医院数字齿科刘建阳主任:

对于大多数爱美人士而言,一次冰凝光美白治疗即可达到满意效果。但对于个别牙齿色素较深的人,则需要一次以上的治疗,这样在上次美白的基础上还能有一定的提高。

治疗后24小时之内,牙齿很容易再染上有色物质,在此期间必须避免饮用茶、咖啡、可乐、红酒、莓果类饮料,避免使用有色牙膏和漱口水,以及食用深色食物,尽量避免吸烟。

读者:025-84488400 美好生活从“齿”开始
热线:800 828 9950

番茄红素防抗肿瘤的作用

番茄红素是一种类胡萝卜素,番茄中含量较多,在人体中也广泛存在于血液和组织中。近年来各国研究人员对番茄红素的防抗肿瘤作用做了大量研究,肯定了番茄红素在这方面的显著作用,可以说已成为对付肿瘤的一个重要法宝。

1995年,国外研究人员分别对子宫癌、乳腺癌、肺癌细胞进行培养,并在这些培养中分别添加番茄红素、

α-胡萝卜素、β-胡萝卜素,结果发现番茄红素对癌细胞的抑制作用非常明显,抑制力远远大于胡萝卜素,是α-胡萝卜素、β-胡萝卜素的10倍。

研究人员用致癌剂对二组试验鼠进行注射,诱发乳腺癌的产生。第一组试验鼠先注入番茄红素,然后再注入致癌剂;第二组不注入番茄红素,只注入致癌剂,在发生致癌现象后,第一组每天

继续注入番茄红素,4个月后,观察发现,第一组试验鼠癌变发生率明显低于第二组,而且即使第一组产生了癌变,也明显小于第二组。美国在老年流行病学研究中也发现,肿瘤患者摄入高浓度的番茄红素,死亡率明显下降,高达50%,对各种肿瘤均如此。研究还证实番茄红素对肿瘤的抑制力比α-胡萝卜素、β-胡萝卜素强10倍。

如何摄取番茄红素才能

提高功效?由于天然番茄红素是脂溶性营养素,研究认为番茄红素从摄入吸收到进入人体发挥生理功能,都必须伴有油脂。而且摄入前适当加热可提高功效2—3倍。所以,在摄入番茄红素时,应该有充足的油脂使其溶解,并适当加热(不超过150℃为宜),最好在膳食中摄入,比较理想。南京中医药大学刘道鸣 江苏省中医药研究院 徐荷芬

治疗前列腺炎应慎用抗生素

春回大地,万物苏醒,在春风的沐浴下,自然界和人体内的一些致病菌也活跃起来,两性间的生活频率也逐渐增加。于是,泌尿系统疾病有可能随之而来,男性尤以“前列腺疾病”较为突出。南京建国男科医院专家提醒:春季是前列腺疾病的高发季节,男性朋友更应保护好自己的生命“腺”。



资料图片

规范治疗是治愈疾病的保障

另一个医院积极治疗,用了不少抗生素,可是疾病总不见好转。看到妻子忧郁的眼神,自己心如刀绞。

在一次单位聚餐中,骆先生频频去厕所的情况引起了一位同事的注意,同事告诉他,自己在南京建国男科医院治好了前列腺老毛病,建议骆先生也去治疗。骆先生拨打电话025—52238888咨询,来到南京建国男科医院。

专家在了解骆先生的病史,并进行前列腺液检测及细菌培养后确诊其是因感染金黄色葡萄球菌所引起的慢性细菌性前列腺炎。做了药敏试验后,专家告诉他由于在此前的治疗中,骆先生用了大量的抗生素,导致病菌对各种治疗药物基本上都产生了耐药性。根据骆先生的情况,专家为其制定了一套针对性的综合治疗方案,选择对于金黄色葡萄球菌敏感的药物,并配合男科前沿推广技术“腔内靶向通导消融技术”

进行治疗,以促进药物的吸收。经过几天治疗,骆先生的症状有了明显好转。再巩固治疗后痊愈,性功能也有一定恢复。骆先生激动的说,“摆脱前列腺炎的阴霾后,我才算真正的重生,南京建国男科医院规范的治疗精神让我感动,非常感谢。”

■病例剖析

曾主任进一步解释,由于前列腺炎发病率较高,临床症状表现复杂,因此就需要医疗机构以先进的检查及诊断设备,准确诊断病因,针对性用药及制定有效的疗法,对患者进行规范、科学治疗。

比如上述患者骆先生的情况,他是因金黄色葡萄球菌引起的慢性细菌性前列腺炎,某些医疗机构,由于设备配备不到位,未做详细检查,查出致病菌,治疗就不可能有针对,必定导致疾病的迁延难愈,甚至出现并发症。

曾主任进一步解释,前列

腺炎患者到医院就诊,一定要靠先进的检测设备,做前列腺液的常规化验,确诊是细菌性、非细菌性、病毒感染等致病原因;以及前列腺液的细菌培养加药物敏感试验,以药敏结果为依据,在此基础上临床经验丰富的专家就会按疗程制定一套针对性较强的治疗方案,并配合高新的治疗技术,加速药物的吸收,促进疾病的痊愈。

最后,曾主任强调,前列腺炎必须进行综合治疗。这主要是因为前列腺具有直接与尿道相连的特有生理构造。因此患者受到感染后,细菌常潜伏于尿道内,易导致一系列并发症。

而前列腺炎的确诊、治疗,如果不做前列腺液细菌培养和药物敏感试验,就不能准确判定致病微生物的种类,也就难以选择有效的抗生素治疗前列腺炎疾病;长期不合理地应用抗生素,必定导致菌群失调、机体免疫力下降。因此,进行科学检测、规范治疗才是疗效的保障。

“腔内靶向通导消融技术”打造健康前列腺

临床研究表明:前列腺炎的治疗只有打通堵塞的腺管,才能加快药物顺利进入前列腺组织,促使炎症物质、有害分泌物等快速排出。针对这些治疗原理,南京建国男科医院及时引进了国际上最先进、最成熟的“腔内靶向通导消融技术”。该技术是中国性学会、中华医学会泌尿外科医师分会、中国

名医协会及吴阶平医学基金会联合推荐的十二项男科前沿技术之一,填补了国内有效治愈前列腺疾病的空白。

南京建国男科医院临床运用表明:自临床应用该技术以来,已成功治愈近4万名列腺疾病患者,患者满意度达到96.2%,深受男科界同行及患者的肯定和赞誉。 李颖

》》技术链接

“腔内靶向通导消融技术”的特点是在高频电磁场的热效应下,将杀菌药物直接导入病灶深层,使组织细胞通透性增高,激活药物的活性,从而快速杀灭致病微生物,并不断冲洗将其排出;同时激活机体的免疫功能,使大量的免疫细胞聚集在病灶部,吞噬致病微生物,

达到杀菌消炎、增强免疫力的目的;在炎症消失的同时,也疏通了堵塞的前列腺腺管管口,使肿大的前列腺腺体得以恢复,解除对性神经的压迫,具有激活性腺细胞活动和调节性神经的独特功能,使因前列腺炎引起的男性性功能障碍疾病全面恢复。



春季男科病自查

- 是否有尿频、尿痛、尿道灼热的症状
- 是否有尿等待、排尿不畅的症状
- 是否有尿不尽、尿分叉、尿滴白的症状
- 是否有下腹、腹股沟、腰骶疼痛的症状
- 是否有尿道口流脓、红肿、分泌物增多的症状
- 是否感觉尿道像蚂蚁在爬并伴有微痒的症状
- 是否有会阴、阴囊潮湿、瘙痒的症状
- 是否有生殖器红肿、起水泡的现象
- 是否有阴囊肿大、疼痛的症状
- 是否有性功能减退、神疲乏力的症状
- 是否有腰膝酸软、房事时间过快的现象
- 是否有包皮过长或龟头不能外露的现象

注:如果您已发现上述症状的1—2项,说明您的健康出现问题,如果已有3—4项,请您及时到专业男科医院接受科学规范检查,尽早治疗。

(由中华医学会泌尿外科医师分会提供)

科学辨别前列腺炎

南京建国男科医院曾主任说,前列腺炎的症状有很多,主要分为以下四种:

1.疼痛或不适症状:后尿道、会阴和肛门处坠胀不适感,下蹲、大便及长时间坐在椅凳上胀痛加重。慢性前列腺炎的

疼痛感自尿道和会阴向其附近放射,以下腰痛最为多见。另外,阴茎、精索、睾丸、阴囊、小腹、腹股沟区、大腿、直肠等处均可受累。

2.尿路症状:尿频、尿不尽、尿滴沥、尿痛、尿急、排尿困

难、尿道口滴白较为多见。

3.性与生殖症状:晨起或大便时尿道口流出少许稀薄、乳白色、水样或粘稠分泌物,或伴有遗精、早泄、血精、射精障碍、性欲减退。

曾主任强调,通常判断前

列腺炎除根据临床表现的症状外,还须进行前列腺液常规镜检、前列腺B超检查,以便精确诊断产生前列腺炎特征的各项数值。另外,以上前列腺炎的症状都会引起精神抑郁并与男性性功能有关。