

由内至外,教你变身健康俏佳人

赶快拨打96060热线,参加本周六下午的《女性春季养生》讲座吧

三月芬芳女人节,美丽和健康是时尚女性关注的话题,如何在春季调理好身体、让肌肤焕发美丽光彩?3月21日(本周六)下午,现代快报健康周刊与南中医丰盛国医堂联合举办健康公益讲座,希望请中医专家辨识体质、学会日常保健的女性,以及渴望在春天调养出靓丽皮肤的美女们,赶快报名参加我们的讲座吧。

张弛

防病 生理特点决定女性体质虚弱

春季是动、植物勃发生机的旺季,也是微生物、细菌、病毒滋生繁殖,疾病容易暴发的季节。那么,女性朋友在春季该如何为自己身体做好保驾护航、健康投资做工作,医生介绍,相较于男性而言,女性在春

季更容易患感冒,主要原因是与女性特殊的生理特征和生理周期有很大关系,除了女性体质本身相对虚弱外,当处于经期、孕期、哺乳期、更年期等特殊时期时,其免疫力更为低下,极易受感冒、流感侵袭。

养生 各年龄段女性养生有讲究

一个女性如果想要拥有一副好容颜,留住年轻,那么养生工作必不可少。如今,初春已经到来,这个季节要如何养生,才能让你的青春停留呢?中医养生强调天人相应,认为自然界的阴阳、五行、生化、收藏的变化规律与人体内在脏腑经络中气血应用的盈亏节律变化相应。因此,养生应该顺应天时。

春季与女性的生理特点有着密

切的关系,春季尤其适合女性养生与保养。本次公益讲座特邀南京中医药大学沈卫星教授,为广大女性朋友讲解“女性春季养生与保养”。沈教授将从天人相应的角度,详细介绍春季女性的生理特点、女性在春季容易出现的疾病、春季不同年龄段女性的气血运行及盈亏特点等,并从心理、药疗、食疗、茶疗、起居、运动等方面,传授春季女性的养生方法。



小贴士

周六下午我们不见不散

主题:《女性春季养生与保养》
时间:3月21日14:00-16:00
地点:南京汉中门282号南京中医药大学汉中门校区国医堂五楼
市内交通:地铁2号线汉中门站1号出口步行2分钟即可
友情提醒:请读者听课前拨打现代快报读者咨询热线96060预约,额满100名为止。参加讲座的朋友每人可获赠薰衣草香包1个,另有10位参加现场互动的朋友可获赠南中医丰盛健康城国仁堂经络调理卡一张,价值100元。

专家介绍

沈卫星 南京中医药大学副教授,医学博士。长期从事中医临床和科研工作,擅长治疗心律失常、早搏、冠心病、高血压等心脑血管系统疾病,月经不调、崩漏、子宫肌瘤等妇科疾病,各种恶性肿瘤、失眠、偏头痛等神经系统疾病。门诊时间:周六上午南中医丰盛国医堂专家诊室。

健康资讯

妇幼新生儿科 举办国际交流沙龙

近日,澳大利亚墨尔本皇家妇女和儿童医院的新生儿科主任,Colin Morley教授,在南京市妇幼保健院新生儿科进行了有关“高流量温湿化正压通气”的教学讲座。Morley教授是新生儿领域的资深专家,从事新生儿科的工作四十多年,在新生儿窒息复苏及通气支持方面做出卓越的贡献。讲座除来自南京市妇幼保健院新生儿科的医务人员参加外,还有来自江苏省及上海市其他医院的新生儿科专家。讲座主要介绍了高流量温湿化正压通气的基本概念,工作原理,在新生儿领域的应用情况以及相关临床研究结果。

孔晓明

雅培第31年荣登《财富》最受赞赏公司榜单

近日,美国《财富》杂志公布了2015年度“最受赞赏公司”榜单,雅培再次位列全球医疗产品和医疗器械行业榜第一名。雅培在九个单项评定标准中都位列第一,这已是雅培第31年荣登《财富》杂志“最受赞赏公司”榜单。

雅培在中国开展业务超过20年,目前拥有3家工厂、2个研发中心,总计4000多名员工。雅培在确保环保型运营、促进科学教育、扩大医疗保健获取等领域展开了各种有远见的项目,使其在企业社会责任和可持续性发展方面成为公认的先行者,屡获社会殊荣。

该榜单是衡量企业声誉的重要指标之一。在这次的评选过程中,《财富》杂志与益益集团(Hay Group)合作,首先选择了大约1400家企业;其中包括《财富》1000强企业、全球500强数据库中美国以外地区收入达到100亿美元的企业。最终调查了甄选出的来自29个国家和地区的668家企业。

“洋博士”种牙现场孝心感人 “即刻种植牙”再掀热潮

昨日早上8点,康贝佳口腔医院的候诊厅就已爆满,绝大多数都是子女带着家里的老人前来种牙。8点半,由“欧洲种植牙之父”凯撒博士领衔的国际专家团一经开诊便掀起高潮。从检查、化验,到设计方案、咨询沟通,再到最后的种植手术,5大专家与其他医院工作人员全部忙得连轴转。趁凯撒博士用餐之际,记者对他进行了简单的采访,凯撒博士表示:“确实忙得出乎大家的预料。但今天中国人的孝顺让我们触动很深。许多年过7旬老人被子女带来种牙,子女们不顾种植牙不菲的价格,也要让老人的晚年多享受一点口福,这种孝心让我感动。”任势雄博士表示:“韩国文化与中国文化有很多相似之处,今天的场面很感人,即使未来几天的工作再累,我也会确保每个案例的效果,因为这都是子女们对父母的爱。”

一位来自江宁的王奶奶对记者说:“我本来不同意种牙,我快80了,剩下的日子不多了,这么多钱花到我身上不如给孙子们,但他们兄弟姊妹非要凑钱让我来。”记者还在现场随访了几位种植完毕的市民,他们对专家们的技术及康贝佳的服务赞不绝口,“快速、舒服、服务亲切、秩序好”是他们提得最多的词,截至记者发稿前,整个医院仍处于忙碌的状态。康贝佳口腔的负责人表示,本次国际专家亲诊专场将在19日晚结束,目前100个限额已剩下不到20个,提醒有需要的市民尽早拨打康贝佳免费热线进行预约。

张弛

医线快报

丙肝可被治愈的时代或将到来

你知道吗,感染上丙肝病毒的人群,也有可能最终发展为肝硬化甚至是肝癌?然而只要多加重视和治疗,丙型肝炎最终的结果并不会那么糟糕,完全治愈也大有可能。随着世界医学水平的发展,一些口服直接抗病毒药(DAA)即将于我国面市,八一医院全军肝病中心汪茂荣主任指出,它们在取代沿用了20多年的丙肝标准治疗法的同时,也将丙肝的治愈率推上了一个新的高度。

丙肝主要通过血液传播

目前,虽然丙肝病毒抗体呈阳性的人数还不到我国人口的1%,但其流行性并不弱。八一医院全军肝病中心每年均能接诊到近2000

例丙肝患者,换句话说,每天都会5-6名丙肝患者前来就诊。“丙肝主要是以血液进行传播的。”汪茂荣介绍,以前,半数以上的丙肝是在输血或在医疗机构中感染而来,但随着社会发展和血制品质量的提高,这一比例在显著减少,取而代之的有静脉使用毒品、性乱、母婴传播,还有纹身、穿耳洞、漂唇、不洁理发和共同牙刷等传播途径。总的来说,在公共场所进行的所有有创性操作都有可能传播丙肝病毒。

一旦感染上丙肝病毒,须尽早进行抗病毒治疗,因为有20%左右的感染者在感染20年后发展为肝硬化,其中一部分进而发展成肝癌。

标准化治疗的效果不甚理想

如何治疗丙肝,对于传染科医生而言一直有一个“标准”。自上世纪90年代起,运用干扰素和口服RBV药可以有效控制并治疗丙肝病毒,使得丙肝治愈率最高可达70%。但是,由于这种治疗法的原理是调动全身免疫系统进行治疗,尚不能让所有的患者达到理想的治疗效果。因此,还有很大一部分患者治疗效果不理想,或者出现病情的复发,就只能进行保肝降酶的保守治疗。另外,由于干扰素和口服RBV药的潜在副作用较大,不少患者接受治疗后承受着巨大的身心痛苦。因而,业界期待着一种更为合理而安全有效的治疗法呼之欲出。

新药问世或取代标准治疗法

“事实上,2013年至2014年,欧美国家新发明了几种小分子口服DAA药。”汪茂荣说,将这类直接抗病毒药添加进标准化治疗中,或者只使用两种(或多种)小分子口服DAA药,经临床验证,得到的疗效高达95%以上。目前我国对于这些口服直接抗病毒药已进入临床试验期,而全军肝病中心作为江苏省第一家肝病专业机构也加入到这些项目中。“可以很确切地说,在我们中心使用新方法已经完成临床试验的20位患者,其丙肝的治愈率达到了100%。”在汪茂荣看来,丙肝治愈的时代也许即将到来。

通讯员 杨志国 崔媵

全国爱肝日,南京二院举办大型义诊

3月18日上午8:30-11:00,南京市第二医院举办第十六届全国“爱肝日”大型义诊活动。南京市第二医院副院长易永祥主任医师介绍:丙型肝炎是感染丙肝病毒引起的。目前发现病毒性肝炎分为五型,即甲、乙、丙、丁、戊型。丙型肝炎是1989年9月正式命名的一种传染病。全球丙肝的感染率约3%,我国一般人群丙肝感染率为3.2%。

和乙肝目前已可以通过疫苗预

防不同,丙肝还没有有效的疫苗。和乙肝一样,丙肝也是血液传播疾病。提到血液传播,很多人就想到输血,其实除了输血之外,还有很多可能引起皮肤黏膜损伤的途径也属于血液传播。如静脉吸毒、纹身、共用剃须刀、修脚时共用修脚器具等。丙肝较乙肝更容易转为慢性,急性丙肝有50%-85%发生慢性化,一旦发生慢性化终身持续。慢性丙肝经过8-10年病程,20%-30%的患者转为肝硬化,15%发

展为肝癌。因此,丙肝要早期治疗,通过抑制病毒的复制,降低发展为肝硬化、肝癌的可能。为此,特提出本届爱肝日的活动主题:“预防丙肝,防患于未然”。

据了解,本次“爱肝日”活动内容有:该院将在医院门诊广场(钟阜路1-1号)安排肝内科、普外科、肝胆胰外科、妇产科、消化科、肿瘤科等多学科20余名一流专家联袂参加义诊;根据病情需要免费给予乙肝表面抗原及肝功能五项检

查;免费给予丙肝抗体检查;免费为肝病患者进行心理咨询;免费赠送相关科普宣传资料。此外,3月17日上午9:00-11:30,下午2:00-4:30还向社会开通肝病专家咨询热线,接受肝病患者电话咨询。3月18日上午10:00在医院大厅一楼肝病门诊候诊区由南京市第二医院田玉岭主任医师主讲“丙型肝炎的预防及早期诊断和治疗”专题科普讲座。

嵇旭东

肿瘤前沿疗法 权威新著免费送

肿瘤术后,如何抑制转移,平稳度过5年转移危险期?

无法放疗或不耐受患者,如何缓解疼痛,抑制肿瘤发展?

中晚期患者,如何改善腹水、机能衰竭,有效延长寿命?

赶紧领取权威新书:《基因靶向抗癌新药Genistein——金雀异黄酮研究新进展》,让自己走向健康之路吧!本书已由河北科学技术出版社出版。刊号:ISBN 978-7-5375-4993-6

小贴士

本书摘自万余篇国内外顶级医疗机构最新成果,免费领取热线:4001868626,限100名。

中大医院举办睡眠日义诊讲座

为迎接即将到来的世界睡眠日,东南大学附属中大医院心理精神科将于3月21日8:00-11:30在医院本部门诊大楼7楼多功能教室举行“健康心理,良好睡眠”主题公益义诊活动。该院心理精神科袁贵主任医师将带领其团队医师坐诊,为广大市民提供咨询、义诊服

务。届时,患者仍按照正常挂号流程挂号,免收挂号费,凭挂号单序号至门诊7楼依次就诊。

3月21日15:00-16:00,中大医院心理精神科陈素珍医师将在医院本部门诊大楼7楼多功能教室带来主题讲座《睡眠监测——帮您解读睡眠的奥秘》。通讯员 程守勤