

## TOP 养生 | 健康全视角

## “不动刀”巧治腰椎间盘突出 专家会诊等你来

河南省公安医院专家大会诊,预约电话0371-66387799



俗话说,伤筋动骨一百天。而今,这种情况已经发生改变,河南公安医院骨科开展的多种微创疗法让很多患者“情有独钟”。目前,由该院举办的“第三届椎间盘突出治疗技术专家会诊活动”正在进行中,国内多名骨科名医共聚一堂,探索颈腰椎病前沿技术和病案分析,每天会诊仅限50名。

蒋晓蕾

## 腰疼、腿麻老教师 10年寝食难安

赵老师是一位老教师了,平日工作量大,10多年前就腰腿疼,以前痛就贴膏药,但近半年来疼痛明显加重,生活几乎无法自理,腰痛得直不起来、右下肢麻木、无法站立行走,每天寝食难安。考虑到赵老师身体的特殊情况,河南公安医院骨科专家孙进峰对其进行详细检查,发现他患有腰椎间盘突出、椎管狭窄,同时还有高血压、糖尿病等一系列

## 腰突要科学治疗 不要轻易“动刀子”

脊柱是人体的支撑,开刀手术风险大、并发症多,一旦伤及神经就会造成大小便失禁、瘫痪等严重后果。孙进峰称,其实如今椎间盘突出症已经不是什么难题,80%的患者经过保守治疗或微创治疗就

走,每天寝食难安。考虑到赵老师身体的特殊情况,河南公安医院骨科专家孙进峰对其进行详细检查,发现他患有腰椎间盘突出、椎管狭窄,同时还有高血压、糖尿病等一系列

可很快康复。“能简单,不复杂;能微创、不开刀,这是我们医院的治疗宗旨。”孙进峰说,微创技术安全性高、痛苦小、恢复快,已经成为许多颈腰椎病患者的首选。“这其中,德国超微创针镜技术是一项更适

问题。“这种情况保守治疗最没效果了,老人年纪大了,而且并发症多,微创技术是最适合的。”在经过和赵老师家属的深入沟通后,最终选择了德国超微创针镜技术。

合突出比较大,而且并发症较多患者的超微创技术,只需在痛点穿刺一个毫米大小的针孔,在视频导航下摘除突出物、解除压迫神经,卧床休息时间不足一天,患者就能自由行走、生活自理。”

## ■ 医疗快递

## “2015肛肠疾病0元筛查工程”第二季月底结束

“2015肛肠疾病0元筛查工程”第二季大型公益活动将于8月31日正式结束。作为筛查唯一定点医疗机构,郑州丰益肛肠医院日均接待近百人,深得市民认可。凡出现肛门便血、肛门疼痛、肛门长疙瘩、大便干燥等肛肠疾病症状患者可把握最后免费检查机会通过拨打0371-87503333电话报名预约。

据悉,活动中所和检查设备为第七代韩国超导光肛肠镜,并由专科医院的专业医务人员进行规范操作,可基本实现全程无痛。公益援助内容包括:1.帮助患者排查和判断是否患有肠癌及息肉可能性;2.免费为患有肛门便血、肛门疼痛、痔疮、肛裂、肛周脓肿、肛门瘙痒、息肉、肠癌等多种肛肠疾病市民提供超导光电子肛肠镜检查、专家亲诊亲治、微创治疗方案、千元补贴基金及预防和康复措施。市民拨打电话预约登记后即可参加该公益活动。 韩新宝

## 全国腰椎病、颈椎病专家来郑会诊,预约进行时

报名条件:腰椎间盘突出、颈椎病、肩周炎、关节炎、膝关节等患者。

援助项目:1.活动期间就诊患者,免专家挂号费、专家会诊费;骨病拍片

优惠50%。

2.腰椎间盘突出、颈肩腰腿痛患者,来诊请携带以往磁共振片或其他病情资料,以方便会诊比对。医保患者请带好医保

卡等证件。

医院地址:郑州市金水区顺河路7号

医院微信:河南公安医院或gagk120

预约电话:0371-66387799

## 唯美国际种植专家郑淳奎博士限量抢约中 半价种牙最后机会抓紧啦

## 牙缺失修复进入种植牙时代 缺牙不补危害大

你中招了吗?



世界卫生组织提出的牙齿健康目标为“8020”,即80岁时还能存留至少20颗功能完好的牙齿。但据第三次口腔流行病学调查显示,我国65~74岁年龄的人群,失牙的平均数为9.86颗;60岁以上的老年人中,全口无牙者约占1/5。唯美口腔专家提醒:牙齿缺失危害大,应当及时修复,以免影响身体健康。 蒋晓蕾

## 缺牙影响消化系统健康

牙齿在人的身体结构当中占据着非常重要的位置,首先它负责食物消化的第一道工序——咀嚼,缺牙会导致咀嚼功能减退。长此以往,牙缺失患者将被迫与许多美食“绝缘”。唯美国际口腔专家郑淳奎博士指出,很多人缺牙后,一开始是选择用另一侧的健康牙齿吃东西,当两边的牙齿都掉落,就只能将食物煮得更烂。随着牙齿掉落的越来越多,食谱

也会慢慢变成以稀粥、煲汤为主。因为食谱长期单一,就会出现营养不良的情况。

其次,牙缺失后即便是可以咬动的食物,牙缺失患者也常常无法细嚼慢咽,只能“囫圇吞枣”。长期处于这样的情况中,胃肠消化系统负担便会越来越重,造成胃肠道的神经反射降低、胃肠蠕动变弱,影响人体对营养成分的消化吸收,最终诱发胃肠功能紊乱或其他疾病。

## 长期缺牙或可致老年痴呆

一个牙齿健康的人,每天吃饭大概需要咀嚼万次左右,丰富的牙神经会将咀嚼所带来的刺激传递给大脑,让大脑对应的神经系统维持活力;与此同时,持续的口腔咀嚼让口腔附近的肌肉群保持长久的运动,加速血液的流动,让更多的氧气得以进入大脑,进而维持脑细胞的活力。

“长期牙缺失后,情况就完全反转了。”郑淳奎博士说,当牙

齿掉落,牙齿与脑部的神经反射弧相应消失,大脑不能接受到足够的来自牙齿的神经刺激,支配牙齿的神经中枢就会萎缩,大脑接受不到相关的功能性刺激。此外,缺牙不补,会导致口腔附近的肌肉群运动缓慢,血液的流动也随之减缓,令大脑长期供氧不足。这样,中老年人就容易演化为脑萎缩,最终导致老年痴呆。

## 缺牙修复首选唯美种植牙

缺牙危害如此多,到底该如何修复缺牙呢?郑淳奎博士称,目前,缺牙修复主要有活动假牙、固定假牙和种植牙3种方式,但相比之下种植牙的优势十分明显,种植牙已成为全球口腔医疗界修复的首选方式。

据郑博士介绍,种植牙固定于牙槽骨内部,十分稳固,外观和咀嚼性能都与真牙几乎无

异。而且,它的维护也与真牙一样。当然,种植牙长达数十年的使用寿命也是它越来越受欢迎的重要原因之一。牙缺失患者在经济条件允许的情况下,选择种植牙无疑是最好的。郑州种植牙,首选唯美中韩国际口腔机构,国际专家经验丰富,技术设备国际领先,服务更完善。让老人放心种牙,安心用牙。

## 国际专家种牙效果更好更稳固

据临床数据统计,种牙专家不一样,效果也差好几倍。唯美口腔是国际合作机构,在专家方面有独特的优势,韩国知名种植大师郑淳奎博士不但经验丰富,而且对疑难案例也有独到的解决方案。郑博士研究种植牙20余年,已成功为上万人种植超过10万颗种

植体,经验技术手法都十分的丰富娴熟,而且其对牙颌种植、牙槽骨吸收严重等高难度种植手术也有独特治疗手段,经他种植的牙齿基本上可以保证全部成活。

据悉,目前郑博士正在唯美会诊,可以抓住此次机会预约韩国专家咨询了解。

## ■ 看牙、种牙到唯美,性价比最高

缺牙危害多,由国际专家亲自把关,高性价比植体用得舒心。唯美口腔特为广大中老年人开展绿色通道,预约即可享受口腔内窥镜、口腔全景片免费检查;半价种韩国高端登腾种植体,仅剩最后5天。牙齿美白团购价仅1080元,牙齿矫正最低七折起,赶紧拿起电话预约或百度搜索“唯美口腔”。

## “易筋洗髓功”首度公开

金庸大师笔下的武林至尊宝典——少林《易筋经》真有其物,广为人知。而比其更宝贵的达摩《洗髓经》,则鲜为人知。8月19日上午,“易筋洗髓功”在郑州东方易元养生馆举办的国内首届养生高峰论坛上首次亮相。

据第34代俗家弟子、关公第64代后人、易筋洗髓功正宗传人关源新介绍,集两部宝典精髓为一体的易筋洗髓功,是南北朝时禅宗初祖达摩创编,集禅武于一体,被奉为镇寺之宝,后在战乱中流落民间。几经辗转,经过养生大家的不断修炼和摸索,发现易筋洗髓功不仅仅是武功秘笈,在强身健体方面亦有奇特功效,更适合普通人用来保健养生。

据郑州东方易元养生馆介绍,为惠及更多关爱健康的人群,中原首个易筋洗髓功传授班即将在郑州开班。 韩新宝

## 集美邀品质监督员监督服务品质

7年来,集美遵循“集美誉天下·品质创未来”的服务宗旨,立足河南郑州。为提升服务品质、进行服务升级改革,集美将于8月22日举办集美品质年开放日活动,当日发布《集美品质年白皮书》,公开接受社会各界的监督。

《集美品质年白皮书》从形象品质升级、服务品质升级、医师品质升级、药剂器材品质升级四大方面阐释集美品质核心思想。同时品质年对全院大小16个科室、36个工种,提出服务标准800余条,将医院日常工作规范化、精细化,力求为顾客提供高品质服务。同时经过招募、面试、筛选,挑选出集美品质年质量监督员,发放聘书,品质监督员将全年监督集美服务品质。该院院长李宗林表示:“集美品质年,就是要以开放的心态接受全社会的监督与建议。”李鹏云