

名中药师教你“对抗”甲状腺结节

报名可享名中药师面对面咨询名额

叶雪菲

随着人们生活节奏的加快、压力的增加、内分泌干扰物的影响,甲状腺结节的患病率逐年增加。这其中,不少甲状腺结节患者都有着痛苦的抗“结”经历,想手术治疗却担心留下难看的疤痕,不手术吧,随时担心会发生“爆炸”。那么,甲状腺结节患者到底应该怎么调理合适呢?为此,新民健康特邀浙江省名中药师答疑解惑。

甲状腺结节如何调理: 吃药在先,手术在后

徐教授指出,甲状腺结节大部分都是良性的,因此查出来有甲状腺结节也不要过分紧张,一般先建议定期复查加自我观察,可以辅助进行一些食疗和中药调理。有不少患者听说过需要进行手术治疗,其实,手术治疗甲状腺结节也是有指征的,通常结节达到4CM以上医生才会建议手术治疗。很多甲状腺结节的患者通过药物调理后,结节消失或者缩小了,也便省去了手术。

甲状腺结节需“从肝论治”

从中医的角度来说,甲状腺结节更多的是肝郁气滞引起的痰证。中医有一句话,叫少年治肾,中年治肝,老年治脾。肝主情志,中医认为人的情绪是肝负责的,中年人事情多,烦,心情不好,肝气不舒,后果就是气滞血瘀,瘀阻生痰,甲状腺结节就是痰核的一种。因此调理应多

从疏肝理气入手,中医叫“从肝论治”。

护肝抗“结” 可选桑黄、赤芝、青芝

“从中医角度说,调理甲状腺结节,可以选用桑黄、赤芝、青芝”,徐锡山教授表示:“为什么是桑黄、赤芝、青芝呢?因为肝属木,自然界的灵芝都是长在木头上的,有木性,桑黄属于黄芝,黄芝归脾经,脾是生痰之源,用桑黄就是追根溯源;青芝入肝经,疏肝理气;人睡着了血归于肝,血能养肝,所以选赤芝,赤芝是红色的灵芝,入心经的。”

在杭州著名的中药老字号,胡庆余堂、方回春堂、叶种德堂、北京同仁堂,都有专门的桑黄灵芝柜台。为什么推荐大家去杭州著名的老字号找桑黄灵芝呢?那里的桑黄是正宗的桑树桑黄。每年胡庆余堂都有韩国、日本的顾客专门来买桑黄的,现在上海的顾客也专门跑到杭州著名的老字号买桑黄,这里的桑黄正宗,是桑树桑黄,而且价格公道。

新民健康送福利 报名可获专家咨询名额

14岁入行,现年92岁的徐锡山教授日前仍每周到方回春堂大药房负责中药材质量,带学徒,是浙江省中药界名人。为帮助更多甲状腺结节患者解答困惑,新民健康特联合相关机构邀请专业人士为沪上的读者朋友提供饮食调养咨询及面对面咨询名额,名额有限,先到先得。有需求的读者可通过如下方式报名。

咨询及报名方式

1.拨打新民健康报名热线:
021-52921615
报名

2.编辑短信“甲状腺结节+姓名+联系方式”发到:
13738032850

活动地点:上海童涵春豫园店



徐锡山 教授

1928年生,全国名老中医药专家学术经验指导老师,浙江省名中药师,浙江省中医院主任中医师,浙江省高级专业技术职务评审委员,浙江省中医药科技工作者专家咨询委员会专家成员,参与《浙江省中药炮制规范》1977年版、1985年版、1994年版、2005年版的编写,著有《中药饮片传统鉴别经验》等。

松动牙保卫战 征集 50 位松动牙老人

口腔专家称:“松牙可以保住,千万不要盲目拔牙!”

“我的松牙真的还能凑合用,但是医生给我的建议让我拔掉。我不同意,比起拔牙,我宁愿这么一直拖着!”71岁的王叔叔激动的说到! “过去医疗条件落后,松动牙经常被处理拔掉。”中老年口腔疑难专家秦贵亮说道:“现代中老年口腔修复技术完全可以将松牙保住,要根据不同等级分度,针对性治疗,能用的松牙,勉强用的,不同程度的松牙满足条件都可以保留,与好牙同样好使。”

老人松牙 5 年未治 竟传染了 6 颗好牙

“去过很多家医院,医生让我把松牙拔了,否则会发展到整口,儿女们也同意我去拔掉,我当时可不相信,松牙就让它一直松着吧,又不是到了不能用地步。”王叔叔对于不拔牙的态度是非常坚决的!

王叔叔的松牙一直拖了5年未曾治疗,但他也明显的感觉到之前没有松动的牙出现了轻微的摇晃,王叔叔担心之后整口的牙齿都出现情况就去医院做了检查。“我是真没想到,原本只有4-5颗松牙,现在竟然又多了6颗,说实话,我很害怕最后所有的牙都松了,掉了,我变成了‘没牙老头’,原来松牙是真的会传染!”王叔叔现在十分懊恼!

松动牙确实是会传染的!中老年口腔疑难杂症专家秦贵亮说道:“牙周病是中老年人牙齿变松的根源,牙周病导致的牙槽骨吸收会使牙齿支持组织的量减少,当吸收程度达根长的1/2以上时,松动感增大,邻牙开始变松,从1颗传染为多颗。所以,松动牙治疗一定要松动初期赶紧进行!”

不嚼就吞,胃胀胃痛加重 老人常年便秘

“吃饭真的是太难了,牙齿松动不太严重那会,吃硬一点肉食,基本都是简单嚼两下或者

根本不嚼,直接吞到肚子里。不敢多嚼,硬物咯到松牙疼的我直冒冷汗!”王叔叔永远记得松牙吃饭的痛苦。后期王叔叔的松牙已经发展到只能允许他吃点“稀烂”的食物,要么干脆是流食,许多食物已经从他的菜谱里去掉了,不平衡的饮食让他的体质下降严重!

“我没敢去拔牙治疗,但长期的不良吞咽,让我的肠胃病开始加重!而且还一直便秘,这让我这身子骨可遭不住啊!”王叔叔因为松动牙的影响,身体健康水平直线下降。

对于这个问题,中老年口腔疑难专家秦贵亮解答道:“牙齿变松后,咀嚼效率随之降低,唾液分泌减少,胃肠蠕动减慢,食物没有被充分嚼碎就进入肠胃,加重肠胃系统负担,影响人体对营养成分的吸收。时间一长,肠胃就开始出现肠风不适、腹胀、恶心、消化不良、便秘等问题,从而影响全身健康。”秦贵亮补充道,“中老年人一旦发现肠胃有问题,可以先排除是否有松牙,尽早固定,及时恢复咀嚼力。”

松牙尽早加固保住,无需拔牙 同好牙一样吃东西

“虽然我后悔没好好治松牙,但要让我拔掉松牙我是从心底抗拒的,我的牙没有松到需要拔掉的程度,我相信是可以重新固定一下接着用的。”王叔叔对于松牙固定的需求是非常迫切的。

“像王叔叔这样的松动牙患者,一定要尽早检查治疗,口内1度2度松牙可以保留,采用套筒冠修复技术是完全可以保住的”口腔疑难杂症专家贾俊豪说道,“它利用内冠将多颗松牙重新固位,建立新的咀嚼单位。套筒冠的最大优势是合理分散咬合压力,保护基牙,快速恢复咀嚼功能。而且内冠和外冠双向嵌套,使得日常摘戴很方便,易于清洁,从而减少细菌滋生,抑制牙周炎症,把松牙固定住,延长松牙的使用寿命。”

中老年口腔现场咨询 口腔疑难杂症专家面对面“面对面互动”

为了让更多中老年人尽早摆脱松牙痛苦,9月11日—13日,新民健康特联合知名口腔机构开启“松牙保卫战”科普讲座。口腔疑难杂症专家现场面对面答疑,给出松动牙修复建议。

报名条件:50岁以上有多颗松动牙、残牙根、缺失牙的中老年朋友均可报名参加



报名成功
●免费参加“无挂钩、保松牙、套筒冠技术”科普
●国内知名中老年口腔专家亲临,面对面咨询答疑。
●有机会获赠中老年专用口腔护理套装(内含牙刷、中老年专用牙膏、义齿清洁片、义齿按摩刷、义齿护理盒、义齿刷)

活动时间:9月11日—9月13日

报名参加:新民健康咨询热线:021—

52921706

或编辑短信“爱牙+姓名+联系方式”

发送至19901633803 参与报名!

(每次活动名额限50人)

口腔疑难杂症专家介绍



秦贵亮

中华口腔医学会会员
中国老年学学会健康促进行动特聘医师
北大口腔医院老年口腔修复特设医师
ITI国际口腔种植学会会员
韩国Dentium种植系统特设医师



贾俊豪

中华口腔医学会会员
中国老年学学会健康促进行动特聘医师
ITI国际口腔种植学会会员
韩国Dentium种植系统特设医师

本版块活动为公益活动,不向参加者推荐医疗服务或者其他商品,相关信息仅供参考。