

耳鸣耳聋新希望：耳鸣不再烦，耳聋可听见！

■专家推荐

李明



上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院主任医师、教授、博士生导师。中国中西医结合耳鼻咽喉科学专业委员会常务委员，上海分会副主任委员，上海市中华医学会耳鼻咽喉科学分会委员，中国医师学会耳鼻咽喉头颈外科分会第一届委员，国家自然科学基金专业评审专家，美国ARO学会会员。擅长耳鼻咽喉科常见病、多发病的诊断及治疗，尤其擅长中西医结合治疗耳鸣、耳聋，达到了国际先进水平，治疗难治性耳鸣临床研究为国内领先。

邢中杰



耳鼻咽喉科主任。原空军航空医学研究所附属医院耳鼻喉专家，郑州大学第一附属医院耳鼻喉专家，从事耳鼻喉科临床工作近20余年。擅长耳鼻咽喉科常见病及疑难疾病的诊断与治疗。尤其擅长中西医结合治疗神经性耳鸣、耳聋、老年性耳聋、突发性耳聋、药物性耳聋、眩晕、脑鸣、耳石症、听力下降、美尼尔综合症等耳科疾病。

耳鸣、耳聋逐渐成为威胁中老年人晚年听力的“杀手”。患者整天生活在噪音里，听不清、睡不好、精神抑郁。如若长期得不到有效治疗，会造成听力丧失，语言功能退化形成老年痴呆、焦虑症、抑郁症等。正是俗话说的，“久鸣必聋，久聋必傻。”切不可掉以轻心！

中西医结合治疗耳鸣耳聋，收效明显！

耳鼻咽喉专家邢中杰主任介绍：“耳鸣与耳聋临床上常常同时或先后出现，从中医角度来说，耳鸣、耳聋的病因、病机与治疗方法本相似，可以视为同一种疾病。”

耳鸣、耳聋虽表现为耳局部的病变，但中医认为是整体脏腑功能失调的结果，因此治疗时秉承“调和五脏、疏通经脉、行气开窍”的治疗原则，进行中医调理治疗；局部通过自我按揉印堂穴、听宫穴、翳明穴等，可减轻症状；医学上通过针灸、中药熏蒸、电刺激、穴位注射等中西医结合方式，改善耳部血液微循环，增加血液供氧量。

温馨提醒，耳鸣、耳聋越早治疗，效果越好。如果您出现听力下降、耳朵嗡嗡响、耳痛等现象，要及时检查明确原因，便于预防及对症治疗。

中老年人耳鸣、耳聋等耳科疾病患者均可电话报名

新民健康联合资深耳鼻喉专家李明教授、邢中杰主任对耳鸣耳聋患者带来在线咨询交流的机会。凡耳鸣、耳聋、中耳炎、外耳道炎、鼓膜穿孔、耳石症等耳部患者都可以拨打电话报名参加！

活动时间：8月25日-8月31日
新民健康咨询热线
021-62890413
发送短信“耳鸣/耳聋+姓名+联系方式”至18601778839 参考报名！

耳鸣耳聋，越拖越难治！

上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院李明主任表示：“中医认为，耳鸣、耳聋主要是因人体的脾胃、肝肾等脏腑功能退化，气机升降失衡，造成清阳之气不能到达头面。浊气上扰，堵塞脑部经脉，使听神经受损，人体感官系统紊乱造成的。”

因此，要治疗耳鸣耳聋，一要修复耳神经；二要调理，从根本上修复人体脏腑功能，才能标本兼治。然而，修复神经是世界一大医学

免费口腔义诊通知

资深中老年口腔修复专家现场保松牙、残根义诊

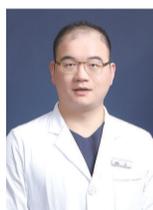
3度以下的松牙可以保住、残根保留再修复，不拔不种，中老年口腔修复有新思路。很多松牙、残根老人的牙齿条件是符合保松牙要求的，切忌盲目拔掉。高血压、糖尿病等慢性病拔牙禁忌症，中老年人体质普遍较弱，拔牙后果身体难以承受。

经批准，美冠塔诺金口腔门诊部组织资深口腔修复专家现场义诊，如果您有松牙、缺牙、残根、假牙不舒适等情况均可报名。

报名热线：021-52921706

- ◆ 义诊单位：上海美冠塔诺金口腔门诊部
- ◆ 义诊时间：2021年8月26日、27日
- ◆ 义诊科目：口腔科

■义诊专家介绍



周宇亮

同济大学学士
中华口腔医学会会员
ITI国际口腔种植学会会员
瑞典 Nobel 国际口腔种植学会会员

在上海市徐汇区牙防所工作十余年，曾在上海市第九人民医院口腔种植修复科研修。较早涉足口腔种植，累计修复数量上万颗。

备案号：黄卫登字(2021)第001172号、黄卫登字(2021)第001173号

健康小百科

人体皮肤自述

大家好，我叫皮肤。我是人体器官中最大的器官，如果展开一个成年人的皮肤，大约有1.5-2平方米。我长在身体最外层，保护着人体肌肉、内脏及骨骼，我既是人体与外界接触的媒介，也是屏障。我是由表皮层、真皮层和皮下组织构成的。血管为我提供养分，不间断地输送蛋白质、碳水化合物、脂肪和氧气；淋巴液是我的清道夫，为我清除毒素和细胞代谢物，抵御病菌的侵入。

你们以为我只是用来排汗降温的吗？其实，我可以保护身体、排泄清废、调节体温和感受外界刺激。所以不要小看我！我可是有很多用处的。

我有屏障作用。我能保护人体皮下器官与组织免受外界环境中机械、物理、化学等有害因素的损伤，防止组织内各营养物质、电解质、水分流失。

我有感觉作用。皮肤中存在神经元，可以有

触感、疼痛、瘙痒、压力等感觉，从而引起人体相应的神经反射。

我有调节体温的作用。当外界温度升高时，毛细血管大量开放散热，并通过大量排汗来降低体温；当外界温度降低时，毛细血管则会关闭保暖。

我有吸收作用。我对外来物质有很强的吸收能力。这种能力叫经皮吸收，是通过角质层、毛囊、皮脂腺和汗腺来完成的。这对维持身体健康是必要的。现代医学的皮肤科外用药物就是以此特性为理论基础的。

我有分泌和排泄的作用。我主要通过汗腺来分泌汗液，用皮脂腺排泄皮脂。

最后，我还有新陈代谢的作用。一般来说，我的新陈代谢周期为28-30天。在这个过程中，我的表皮层底层细胞会逐渐上移至最外层直至脱落，同时带走皮肤内的废物。（孙黎）

本版活动为公益活动，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。

Email: dzlx@xmwb.com.cn
主办：上海市慈善基金会 新民晚报社



蓝天下的至爱

2021年8月25日 星期三
本版编辑：蔡燕 视觉设计：黄娟

新民晚报

上海眼科专家团队赴新疆巴楚送光明

日前，由上海各大医院眼科专家、北京大学国家发展研究院校友和社会各界爱心人士共同发起的“丝绸之路 光明之行”（简称“光明行”）白内障专项复明行动第十七站——新疆巴楚慈善公益活动圆满结束。作为上海市慈善基金会“慈善光明行专项基金”项目，本次活动得到了上海市慈善基金会、上海市合作交流办、新疆喀什地区巴楚县人民政府、上海市对口支援新疆工作前方指挥部等多部门的指导和支持，累计义诊1066名患者，手术144例，筹集善款、物资和医疗设备金额合计200余万元。

巴楚县位于新疆维吾尔自治区西南部，地处天山南麓，塔里木盆地和塔克拉玛干沙漠边缘，是喀什地区的“东大门”，是上海对口支援新疆喀什地区四县之一。

此次活动由光明行总领队、上海交通大学医学院附属新华医院眼科主任赵培泉教授在上海远程指挥，复旦大学附属眼耳鼻喉科医院眼科主任医师徐建江教授担任代理总领队。

巴楚站医护团队分为门诊医生组、门诊技师组、手术医护组和住院医生组四个小组。门诊医生组负责对患者疾病作出诊断并制定治疗方案，病房医生组负责患者手术前的准备和手术后的护理、治疗工作。此外，本次活动汇聚了众多企业家志愿者的爱心帮

扶和巴楚县人民医院众多医护人员、巴楚县本地志愿者大力支持。近200名志愿者有序到岗，相互紧密配合，保障了此次活动的顺利进行。

活动期间还举办了“第三届喀什地区眼科年会”，光明行团队内多位知名眼科专家进行了全面而系统的教学讲座，解读了多项先进的治疗方案和诊疗技术，助力喀什及周边地区眼科医疗水平的提升。本次活动为巴楚县困难家庭白内障及各类眼部疾病患者提供了救助，减少了他们由眼部疾病带来生活、工作上的困扰。符合条件的白内障患者也享受到了免费手术机会，并提高了他们的生活自理能力及劳动能力。

“丝绸之路 光明之行”自2006年启动至今，足迹遍布全国11个省的17个县市，成功帮助2700名白内障患者通过免费手术重见光明，2万余名眼疾患者得到免费诊治，数十万人得到眼科专业知识启蒙。

“‘丝绸之路 光明之行’，走过了16年的历程，我们用我们的知识，用我们的技能帮助那些需要帮助的白内障患者，当地医护人员和政府的大力支持我们，所以更要贡献我们的力量，在这次的活动中，我也看到了我们的队员，一心为光明之行，奉献他们的热情和力量。”徐建江教授表示。

李一能 王守良

“一元购”走进幸福社区

幸福社区“爱心 go 幸福 go 一元购”项目是上海市慈善基金会青浦区代表处资助开展的公益项目，也是慈善超市在社区的延伸。经过前期的集中布点，目前20个幸福社区试点单位已完成低保人员“一元购”自助售货机的布点。低保人员可以用“一元”的价格购买售货

机内的所有商品，品类涵盖酒水饮料、日用品、米面粮油等等。

近日，该项目的志愿者分批逐步到幸福社区开展“一元购”使用教程及幸福课堂，传授低保人员如何通过手机自助使用“一元购”。同时社区居民也可以用低于市场价的价格购买售货机内商品，享受

“幸福购”；售货机的利润部分将用于开展慈善公益活动，居民在购买商品的同时也奉献了爱心，实现了“爱心购”。

幸福社区“爱心 go 幸福 go 一元购”项目，有助于进一步帮助低保户解决最低的生活保障问题，努力打造出幸福社区“15分钟生活服务圈”，提高社区居民的生活幸福指数。

李一能

玉佛禅寺捐赠爱心月饼

8月18日，上海玉佛禅寺向上海市慈善基金会捐赠4000盒月饼。该批月饼将主要用于资助孤残儿童、社区老人、残疾人、社区流动人口、失独家庭、社区困难人群等进行节日慰问。

捐赠仪式上，市慈善基金会副理事长施南昌代表市会接受捐赠。

此外，玉佛禅寺还向上海市老年基金会、普陀区社会福利院孤寡老人、上海市儿童福利院孤残儿童及社区抗疫志愿者捐赠月饼共计2000盒。

活动现场，还有一群特别的“学员”——“星星的孩子”，他们与师傅在现场制作现烤月饼，香气弥漫在所有人的心中，并分享了自闭

症青年刘一的成长故事。据悉，2020年末起，玉佛禅寺发起成立的上海觉群文教基金会联合爱心人士黄珏共同发起了“点点星意”自闭症人群就业实践公益项目。截至目前，该计划已经开展了烘焙、咖啡、非遗工艺等专业就业技能体验、培训与见习共近2000课时，累计服务了53名学员，已经有13位自闭症学员进入食品工厂的实践点实习。

李一能

“久光百货慈善月”再开启

8月14日，为期一个月的“牵手艺术彩虹，献给未来地球——久光百货慈善月”活动再度开启。从2015年开始，上海久光百货联合上海市慈善教育培训中心，每年以不同方式在暑期开展此项活动，吸

引了众多商铺、品牌厂商、社区居民、久光百货客户及来自四面八方的青少年及志愿者参与。

今年的活动主题为“非遗小传人在久光”，由上海市慈善教育培训中心、上海公共艺术协同创新中

心和童绘视觉艺术中心共同创办的我国首个“非遗小传人学院”，致力于在少年儿童中“弘扬非遗，传承匠心”。现场展示了国内外非遗传承人的重量级作品，邀请非遗传承人为少年儿童开设各类非遗课程。本次活动的收入捐赠给上海市慈善基金会，用于推动非遗传承的公益项目。

李一能