



# 4名好运读者获得“全额免费矫正”名额 “鄞州口腔矫正专家”微信 今起每晚7:00—8:00开通空中诊室

日前,鄞州口腔举行了2015年暑期正畸专家团的见面会。活动当天,鄞州口腔正畸儿童诊疗中心派出了“豪华阵容”:由主任医师、浙江省口腔专委会会员屠嫩斐院长,副院长谢静忠领衔,另外还有3名资深口腔正畸专科医师李敏、葛玲、李作平硕士等都来到了现场,除了为在场的听众带来生动活泼的讲座,还给有需要的来宾进行了义诊。

错过“全额免费矫正”?没关系!  
关注“鄞州口腔矫正专家”,惊喜还在等你

7月18日上午,活动现场座无虚席,在众多来宾的见证之下,由鄞州口腔医院发起的2015年“全额免费矫正”微信报名有奖活动落下帷幕,4名“全额免费矫正”名额全部产生,他们获得了鄞州口腔医院免费全口牙齿矫正的机会。

错过免费矫正的人,对这4名幸运者十分羡慕啊!不过还好,在8月31日前,只要您添加“鄞州口腔矫正专家”为好友,就可以免费领取1000元面值的优惠券一张。

你还存在这些矫正误区吗?  
专家现场答疑解惑,听众收获颇丰

牙齿不齐不只是牙齿本身的问题,它不仅会影响我们的口腔健康,同时还会影响我们的面部美观,造成对外社交不必要的负担。于是,越来越多的人选择牙齿正畸来让牙齿变得整齐起来,但许多人对牙齿矫正还存在着诸多误区。



谢院长正在进行现场讲座

在义诊开始前,鄞州口腔医院副院长谢静忠就为来宾带来了一场互动性十足的讲座,让在场的来宾除了解什么是牙齿矫正外,还用真实故事展现了牙齿错位、牙列拥挤、牙间隙、前牙反颌等各类牙齿问题的危害性,也将市民对正畸普遍存在的误区进行了解释。

“刚戴上牙套的时候可能有点不舒服,以后就一切如常了,再说现在科技发达,有许多新材料如自锁托槽、热激活钛合金丝等都大大地减少了不适感。”

“老人说,牙齿掰过要掉落的。这个是误解,牙齿的移动是生理学移动,是健康的,再说了,正畸发展到现在已有100多年的历史,如果要脱落,这项技术早就被淘汰了。”

“有些人矫正需要拔牙,是因为他们的牙齿太拥挤,需要拔掉几颗不重要的牙齿,才能排列整齐或改善突度,当然,治疗结束后没有任何的间隙。”

“牙套一般要戴一年半左右,每隔一个月来看一次,到时候你就会发现自己变漂亮了。在矫正牙齿前还要做的是取牙模、拍照片和拍X片,医生要靠这些资料来确定治疗方案。”

最后,谢医生强调,要得到完美的矫正效果,医院的环境与设备、医生的服务与技术、正畸材质与价格都有着密切的关联,特别是找对正畸专科医师很重要。由于个体差异,每个人的矫正方案是不同的。谢医生表示,及时检查治疗很关键,如果不方便来医院或对自己家人的矫正有疑惑,可以先添加“鄞州口腔矫正专家”进行前期沟通。“鄞州口腔矫正专家”这个私人微信号,实行的是由鄞州口腔医院副院长、主任医师谢静忠团队负责日常咨询,其他专家定期回答的管理方法。矫正朋友圈日后还有不少活动,除了每晚7:00—8:00的空中诊室外,还有小型沙龙让专家和“正友”们互动。

徐益霞



李敏医生正在为患者作咨询

## 皮肤不痒 有好办法 感恩新老顾客 神奇雪蛤 专“吃”坏、痒皮肤

俗话说:疼不死人痒死人。奇痒难耐,心烦意乱,用了各种方法就是止不住,有时真想把皮给揭了心里才解痒。痒得揪心刺骨,彻夜难眠……

中医认为:痒是外邪侵袭或是肌肤失濡,血不能营养皮肤,或是脏腑内毒流窜至皮肤所致,所以痒在表皮,根在内毒。止痒不如断痒,根除痒痒,必须内毒外脱。

《本草纲目》记载:长白山雪蛤,独含不饱和脂肪酸,低温提炼,快速渗入皮肤,迅速止痒,排出毒素,快速恢复健康好皮肤。

雪蛤和五味子、百癣皮、苦参等30多味天然药材配伍,提炼雪蛤素,提高皮肤免疫力,雪蛤素每天抹2—3次。健康肌肤光滑细腻、有弹性。

寻找湿疹、牛皮癣、神经性皮炎、荨麻疹、脚气、手足癣、股癣、花斑癣、脚蜕皮及瘙痒等皮肤问题的朋友,到指定药店购买,谨防假冒。2015年7月31日前:买五盒送二盒,买十送五。品质经宁波顾客三年验证,值得信赖。

●解放南路55号(外运大厦南100米)信谊药房●槐树路万和药房●三院百姓药房●江东儿童公园西门越丰堂●北仑新大路432号新城药房●慈溪人民医院北门利民药房●余姚免费送药●象山天安路21号益民药房●宁海气象北路10号华泰中西药房●奉化老电影院广平药房●镇海车站路86号太和堂药店●柴桥新桥南路159号新城大药房●石浦金山路148号利民大药房●鄞州镇中路136号鄞州中西大药房●姜山华山路10号春蕾大药房●轻纺城广场健康药房●洪塘卫生院对面益沐堂药店●观城市场路80号兴玲大药房●周巷兴业北路170号余德大药房●溪口经堂南路30号老百姓大药房

详情咨询:82850016(全市免费送货)

## 鼻炎免费用

### 不好转身就走 好了告诉亲友

400年祖传秘方唐氏鼻炎膏,巧治鼻炎有好招。非物质文化遗产工艺,国家知识产权局专利保护(专利号ZL200410035631.3),非物质文化遗产项目号鲁政字2009[232号],全国973家专业体验店,天天免费体验,无附加条件,不手术、不吃药、不喷激素、安全、方便、快捷。打喷嚏治鼻炎唐氏专注400年!

宁波店:江东区彩虹南路77号(划

船社区西门口),公交:357、15、516、102、517、135、138、366、3、111路七塔寺站下。

象山店:金声路7-7号。慈溪店:乌山路231号。宁海店:气象北路228号。北仑店:华山路269号。余姚店:阳明东路160号中医院对门。奉化店:东门路19号。

咨询服务热线:0574-87818789

热烈祝贺北仑店开业,7月25日-26日唐氏传人亲临,免费指导检查,进店还有优惠活动!

## 吃香喝辣,能缩短感冒病程

美国西奈山医院近日发布研究结果显示,吃香喝辣能缩短感冒病程。

感冒所伴随的呼吸道发炎现象,会产生一些病毒、细菌、坏死细胞等废物,痰液与鼻涕的作用在于帮助清除这些不良废物。而香辣食物会引起呼吸道分

泌物增加。当我们的呼吸道碰到香辣物质时,就会分泌一些黏稠的东西把它们包住,并加强呼吸道表面的纤毛运动,以排出异物。从这个道理来讲,吃香喝辣可以促进鼻涕或痰液排出,从而帮助感冒痊愈。

乐乐

## 夏日养生,请坚持三种运动

中医认为,“夏气与心气相通”,心为阳脏,主阳气。下面的三种运动,能帮您强健身心。

颐养心神,早起花间走

夏季养生要早睡早起,注意养阳,方能较好地保护心血管健康。尤其要避免大汗淋漓,因为汗液过多地流失,会导致人体内电解质紊乱,伤及体内阳气。夏天最凉爽的时间段要数清晨了,大家不妨清晨起来在住所附近的林荫花间处散散步,能颐养心神,有助于体内阳气的升华,推动血液循环,增强新陈代谢功能。

午睡转眼睛,效率倍增

夏日天气炎热,昼长夜短,不少人会渐渐觉得晚间睡眠不足,如果经过一个上午繁忙的学习和工作,体力和精力的消耗可想而知。所以,午睡对防病养生起着关键作用。

很多人都知道“闭目养神”,其实这是在养心。午睡的时候如果能在一开始练练转眼球的练习,不但会增加午睡质量,还能有效缓解视疲劳,进而提高下午的工作效率。具体的方法是双目从左向

右转9次,再从右向左转9次,然后紧闭片刻,再迅速睁开眼睛。

预防中风,晚归梳“五经”

很多女性喜欢用梳子梳头,但是男性做得相对少一些,其实男性更应该多用梳子梳头。可以用不同材质和形状的梳子梳头,一来功效不同,二来增加兴趣。每天梳头少则几百下,多则几千下,坚持几个月下来,一个最明显的改善就是头皮屑会少很多。此外,夏季经常用梳子梳头还能起到养心调神的效果,利于睡眠。

这里教大家一种梳头养心方法——拿五经。先用五指分别点按头部中间的督脉,两旁的膀胱经、胆经,左右相加,共5条经脉,所以称之为“拿五经”。回家略作休息以后,梳3—5次,每次3—5分钟,晚上睡前最好再“拿”3次。中医认为,头为诸阳之首,梳头“拿五经”可以刺激头部的穴位,起到疏通经络、调节神经功能、增强分泌活动、改善血液循环、促进新陈代谢的作用。经常梳头可使人的面容红润,精神焕发。此外,还能防治失眠、眩晕、心悸、中风等。

辛华

## 莼湖国税牵线搭桥

7月21日上午,奉化市裘村甲岙村80多岁的陈再英老太家,走进了2位来自宁波友好医院的医生,为老人诊疗。这是奉化市国税局莼湖分局针对农村偏远地区医疗卫生条件差、群众就医难的现状,组织医疗专家到结对共建村开展“送医送药”下乡活动的一幕。

来自宁波友好医院的普外科、内科、疼痛科、口腔科、耳鼻喉科、直肠肛门检查等主要临床科室的8名医疗专家,为当地居民进行现场义诊送药。活动当天共义务诊治病患300多人次,免费发放1000

## 友好医院送医到农家



多元药品。

记者 张峰 通讯员 毛丛芬 陈巍