

电吹风吹背可养生治感冒？ 有灼伤风险 不推荐使用

本报讯(通讯员 张煜铎) 近日,在一些社交平台上,有网友分享了“电吹风暖背法”,即通过电吹风产生的热风来温暖孩子的背部以缓解咳嗽、鼻塞、流涕等感冒症状。

这种做法靠谱吗?浙江省立同德医院儿科张琼副主任医师表示,目前并没有循证医学的依据,且有灼伤风险,因此并不推荐使用。

“用电吹风吹背,短时间内是可以提高皮下组织和肌肉的温度,加快血液循环,但实际上,目前并没有循证医学的证据表明该方法对缓解感冒有效。另外,孩子皮肤娇嫩,用电吹风时,如果风力、温度、距离等控制不好,孩子会有灼伤风险。”张琼解释道,眼

下正值冬季,脱掉衣服裸露背部孩子有再次受凉的可能;如果是夏季,气温本身就高,没有必要再通过这种方法来提升孩子的皮肤温度。张琼曾经碰到一个被电吹风灼伤皮肤的三个月龄的宝宝。

“这个孩子当时是拉肚子,新手妈妈听说用电吹风吹孩子肚脐可以缓解腹泻,她就拿了电吹风,开了温风挡,先对着自己的手感受了下,认为温度合适就对着孩子的腹部连续吹了10多分钟。结果没过多久,新手妈妈给孩子换尿不湿的时候,发现孩子腹部一整圈发红,一包上尿不湿孩子就哭得厉害。”

张琼回忆,“孩子皮肤虽然没有起水疱,但其实已被轻

微灼伤,因此稍有摩擦就会疼痛。幸好情况不严重,通过局部护理加涂抹药膏就好了。”

针对有网友说“电吹风是艾灸的平替”,张琼表示二者完全是两码事。

“艾灸是以艾草燃烧产生的热力结合药性,通过特定穴位渗透经络,达到温通气血、驱寒散湿、调节脏腑功能的作用。它的作用不仅是‘加热’,更强调对经络系统的整体调理,属于中医‘外治法’范畴。”张琼指出,“而电吹风吹背,是单纯依靠热风机械加热体表,通过提升局部温度促进血液循环,一般缺乏药物渗透和穴位刺激,作用仅限于浅层组织,疗效不确切,且有烫伤风险。”

快走健身需注意三点

发表在《英国运动医学杂志》上的一项研究显示,每天11分钟中等强度运动,比如快走,可以帮助降低心血管疾病、脑卒中和部分癌症发病风险。专家提醒,健身走要注意三要素。

步速:2-3步/秒,120-144步/分钟。步幅:比正常走路步幅多出半个脚掌。步态:要轻盈,脚落地时膝盖微屈,脚后跟到脚尖过渡要顺畅,重心迅速跟随移动。此外,健身走时感到呼吸急促,微微出汗时,保持这种状态20-30分钟以上。开始走之前,先热身10分钟。

据 CCTV生活圈

骨薄如纸,种牙难题如何克服? VIIV 种植术引领革新

种植牙需要足量牙槽骨。不少患者骨量不足,种植牙难度大。杭州科瓦齿科关呈超院长采用VIIV创新种植技术解决难题,无需复杂的植骨手术,让缺骨患者快速“长”出新牙。

VIIV 种植术免植骨风险低 稳住心态 种牙无隐忧

老年人普遍存在牙槽骨缺失,若是半口、全口缺牙,再遇上缺骨,种牙就会很棘手。

两日前,关呈超开展了一台穿翼板VIIV种植手术,为78岁的杜阿姨进行上半口种植。此前,杜阿姨多年饱受牙周炎折磨。她的牙槽骨萎缩严重,“骨薄如纸”,很考验医生的种植技术。有医院建议杜阿姨先加骨粉再种植,这种方式费时、

成本高,不稳定因素多,治疗期间吃饭、说话都是问题。思量再三,杜阿姨在朋友推荐下来到科瓦齿科。

关呈超及其团队为杜阿姨量身设计种植方案,最终采取上颌穿翼板VIIV即刻种植。这种方式能实现即刻负载,具有身体负担小、基本没有并发症的优点。2月12日,杜阿姨经过手术欢喜过元宵。

VIIV 种植全球化运用 技术沉淀 日臻完善

在全球化背景下,VIIV作为一项国际领先的种植术,已经在多个国家和地区得到广泛应用。杭州科瓦齿科关呈超院长率先在国内开展VIIV“无土栽培”技术。

该技术不仅提高了种植牙的成功率,还为患者提供了更

舒适、高效的诊疗体验。它具有以下特点:

无需植骨、稳定性强:哪里有骨哪里种,VIIV种植术通过不同角度种植6颗种植体,形成一个弧形的桥墩,均匀受力,初期稳定性优于传统种植术。

微创舒适、速战速决:VIIV技术的肿胀程度、痛感、出血量均大幅降低;无需等待植骨愈合时间,随种随走,种牙不再百般不适。

适用广泛、轻负担:长期缺牙、上颌窦位置低、骨量不足、颌骨缺损等疑难情况均适用,且极大减轻身体术后负担。

关呈超专研“上颌无牙颌VIIV种植”课题多年,将理论应用到临床,迄今已有数量可观的成功案例。为确保每位患者都能得到好成效,关呈超及其团队对每个病例都会进行详尽



上海交大博士
杭州科瓦医疗总监关呈超

分析,集结科瓦齿科内外部医疗资源,打造涵盖高水准医生、护士、技工师的全方位服务链。

记者 林乐雨

新春开门红,科瓦种植牙 放送好运大礼包!

① 进口种植牙半口¥19800、全口¥39600起;关呈超院长亲种,不加收难度费;

② 所有种植半、全口的客户再赠送588元家庭套餐卡(一家三口使用);

③ 杭州市内老人,免费专车接送;

④ 更多预约礼、进店礼欢迎来询。(如需预约 请拨打版面电话)