

健康 最贴心的健康专家 周刊 Health



万事皆小,还是健康第一

教师特需防范的六大疾病出炉

春华秋实,时序更替,我们说秋的辉煌是用老师的心血凝成的,正是在这样一个金色的秋天,这样一个收获的季节,昨天,一个灿烂的日子乘风而来——第24个教师节,《健康》周刊特别采访多位医学专家,请他们为乳腺癌、静脉曲张、疲劳综合征、焦虑抑郁、突发性耳聋、痔疮这六大疾病的高危人群——教师支招,帮助教师走出一条健康之路。同时,也让我们在这个特殊的日子,将心中对老师最诚挚的敬意转换成属于《健康》周刊的语言。

半数以上教师亚健康

曾有媒体报道,郑州市教育科研所连续对426名初中教师进行健康调查,调查结果显示,长期超负荷工作,过度紧张,超过一半的受调查初中教师存在心理疾患。当被问及休息日你最想干什么时,得到的回答竟出奇地一致“睡觉”。而根据卫生部制定的亚健康自测表调查显示,受调查老师亚健康或严重亚健康比率占53.83%。其中,54.2%的受访教师认为影响个人健康状况的最主要因素是工作压力。

南京是长三角的重要城市之一,多年来南京地区的教育成果一直有目共睹,在南京当老师的门槛也是一年更比一年高,处于教师岗位上的人肩负的重任更为重大。据了解,从2005年正式在全国范围招考考

师开始,参加南京市六城区教师招考的人数不断增加,从8个人竞争一个职位发展到2007年近5000人竞争468个教师名额。他们必须通过激烈的笔试、面试竞争才被录用为教师。民盟南京市委曾经针对南京六城区中学教师身心健康问题,对20所中学740名教师进行了抽样调查,结果发现,中学教师身体疲劳现象普遍。调查还显示,被检测教师心理疾患检出率高达40.8%,其中34.6%表现为躯体化(反映为身体不适),30.4%表现为强迫症状,30.4%表现为焦虑,4.6%表现为抑郁。这些心理问题通常伴随着一些身体上的症状,过半数的教师存在疲劳、头痛、头晕、烦躁、焦虑、易怒、过敏和紧张。

教师六大疾病防治出炉

为了表达我们对老师最诚挚的祝福,《健康》周刊从9月1日起推出了关注教师健康策划,并邀请三级医院各学科专家对教师慢性病做了详细透彻的分析,从生活预防、积极治疗等角度关爱老师健康与美丽的方方面面。与此同时,江苏施尔美整形医院、南京建国男科医院、南京凤凰岛医学整形机构、南京宁益眼科中心和华世佳宝妇产医院五家专科医疗机构,以及南京中科集团也倾情加盟本次教师节献礼行动,它们拿出了最优惠的治疗价格和最大力度的减免方案,为教师健康献上医疗机构的祝

福。记者获悉,本次活动效果受到多方肯定,活动内容吸引了众多老师积极参与,华世佳宝妇产医院先期拿出的价值760元的20个妇科爱心检查名额,在一天时间内就全部报满,而后医院又追加了20个名额回报教师。

感恩于心,回报于行。本期《健康》周刊特别采访多位医学专家,请他们为乳腺癌、静脉曲张、疲劳综合征、焦虑抑郁、突发性耳聋、痔疮这六大疾病的高危人群——教师支招,让教师走出一条健康之路。最后《健康》周刊最想说的话是,园丁是辛苦的,但更应该是快乐的、健康的。
快报记者 金宁



SIRIRM PLASTIC & AESTHETIC HOSPITAL
江苏施尔美 整形医院

源自全球的中国版“河莉秀”面部曲线缔造者
中国十大知名整形医院
大连医科大学等三所医学院教学医院、国内医学整形学院派的杰出代表
中美整形外科技术交流协作机构中国学术示范基地

www.jssem.com

(苏)医广【2008】第23 27 00号

定型曲线 S 全胸壁曲线管理

乳房和形体的外观会由于先天发育不良、哺乳、年龄增大、肥胖等诸多原因导致形态不佳,让我们看看你适合什么样的“全胸壁曲线管理”方案:

胸部状态	脂肪状态	管理方案
哺乳后萎缩	腰腹部脂肪堆积	丰胸+腰腹部吸脂+腹壁整形
良好	乳房、腹部脂肪堆积	背部吸脂+副乳抽吸+腹部微小吸脂
二度下垂以上	腹部脂肪大量堆积	悬乳上提+丰胸+腹壁脂肪抽吸

管理方案(一) 丰胸: D是符合中国女性的尺寸,适合自己的才是最好的...

分层式动感隆乳——是施尔美推出的新技术,将一部分假体放在乳房下,另一部分放置在胸大肌下,是将两种传统隆胸方法优点相结合的精致丰胸方式。

术前 根据顾客身形、副乳、乳房发育程度设计乳沟、乳房及胸部弧度

术中 无痛麻醉,采取隐蔽切口放置假体,绝不损伤乳房其他组织

术后 手感真实,动感自然,宛若天生,具有良好的充盈度

管理方案(二) 吸脂: 捍卫S曲线是女性的天职,给臃肿的形体降个调吧...

双层紧肤溶脂——360°环向定位,均匀乳化溶解深浅层目标脂肪,经过国际权威临床安全检验,负压溶脂无痕微创,恢复期比其他技术缩短30%。

术前 根据顾客身高、体重、体形确定吸脂部位与吸脂量

术中 吸出多余深层脂肪瘦身减肥,吸出多余浅层脂肪紧致皮肤,瘦身紧肤,双效合一

术后 性感腹部、纤细臀部,正如你所想象

感恩 9月

- 1. 吸脂、隆胸特别优惠 (即日起至9.15) 详见院内公告
- 2. 教师、学生普通手术费8.5折起优惠; 市级以上优秀教师更有免费惊喜
- 3. 青春痘治疗、激光脱毛、雀斑等8.8折起优惠
- 4. 数字齿科拔牙、隐形矫正、双光美白8.8折优惠, 教师、学生再减200



经典项目 面形修改 五官整形 面部除皱 隆乳美胸 吸脂塑体 OPT嫩肤美白 祛胎记 冰点激光脱毛 口腔美容 青春痘 医学纹绣 祛色斑 妇科整形等百余种

美丽热线:(025)84488400 8008289950 864137847 地址 南京市龙蟠中路215号 美丽时间:8:30-17:30