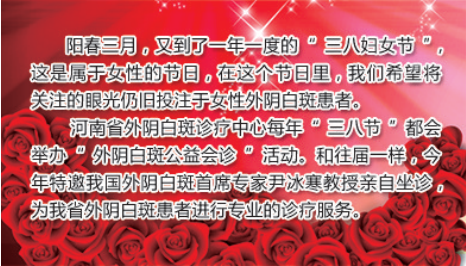


TOP 养生 | 健康最亮点

3月“丽人节” 外阴白斑义诊启动
活动期间来院患者,可申请2000元援助



患病10多年
因误诊导致病变

据统计,目前我国外阴白斑患者已突破900万,而且每年约有40万患者没有得到及时有效

的治疗,80%的外阴白斑患者因误诊、漏诊导致病情加重,造成疾病反复发作。根据最新统计数据

显示,外阴白斑癌变率已经高达10%。近日,河南省外阴白斑诊疗中心就接诊了一个癌变的病例。68岁的刘阿姨患外阴白斑10多年,平时除了经常感到外阴瘙痒外,没有其他明显的症状,当地妇科医生告诉她是炎症不用担

心。最近几个月她发现外阴处出现菜花状凸出物,阴道萎缩已经让她的排尿出现困难,外阴处大面积变白。看诊后,尹

认清外阴白斑
早发现早治疗

尹主任提醒,外阴白斑虽然有一定的癌变风险,但是患者也不必过于着急,只要进行及时的诊断和治疗,绝大多数患者是可以完全康复的。

外阴白斑早期以瘙痒为主,夜间加重,随之会出现皮肤变白、萎缩或增生等症状,严重时会发生部分生殖器官组织萎缩和黏

连,甚至会影响正常排尿和性生活。尹主任提醒女性朋友,如果发现以上症状,应及时接受专业的检查,以免发生更严重的病变。

国际先进疗法
众多康复患者推荐

众所周知,外阴白斑属于疑难杂症,以往疗法如药物治疗、冷冻、激光、微波治疗普遍存在一个问题,治疗周期长、治标不治本。

河南省外阴白斑诊疗中心采用国际先进的军科技术治疗

外阴白斑,不使用激素就能够当天止痒,不进行皮肤深部组织的破坏,却能够彻底恢复皮肤正常颜色和形态,临床效果显著,得到患者一致好评。

外阴白斑公益援助 申请通道

特邀专家
亲诊

申请2000元
援助基金

免专家挂号
费/检查费

国际先进
疗法诊断

活动时间: 3月8日-3月31日

预约电话: 0371-63467120

医院地址: 郑州市二七区金水路与合作路交叉口向南50米路西
乘车路线: 市内乘50、322、37路公交车医学院站下车,向北步行约250米即到

不再当“三非”
整形“牺牲品”

《安全整形21条军规》出炉,整形回归技术本源



3月15日消费者权益保护日,首个整形安全规则——《安全整形21条军规》,在社会各界的见证下,在东方整形美容医院发布,中原整形在安全规范道路上走在了前列。 蒋晓蕾

“军规”发布 呼吁回归技术本源

为了净化整形美容市场环境,帮助求美者实现安全美丽梦想,在第33个消费者权益保护日到来之际,东方整形率先起草了《安全整形21条军规》,并向全国发出呼吁:加强行业监管与自律,严厉打击“三非”,共同抵制无审批、无认证、无监管的所谓“整形机构”“整形大咖”“整

形精品”等混乱现象,让整形回归技术本源。

据了解,《安全整形21条军规》共设置了共计21条标准,内容涉及机构、专家、技术、设备、产品各个层面,从术前会诊到技术实施再到术后恢复全程化界定,以近乎苛严的军事化标准作为行医准则,为求美者筑起一道坚固的防护网。

“透明”标准 确保安全一直在践行

会上,东方整形主动接受社会监督,“晒资质”打“三非”,对医院、医生相关资质、开展项目、价格等进行现场公开展示,承诺所用医师均为获得国家相关资格认证,有相当经验的医生,所用设备、产品、耗材一律是从正规渠道获得的“三证齐全”真品,维护行业规范,为广大求美者提供真正安全、正规、放心的整形美容服务。

由整形外科、美肤中心、护士站、住院部、供应室各个岗位的工作人员组成的东方整形医护团队更是庄严宣誓,“将竭尽全力坚守医护人员的行为准则,恪守医护人员的职业道德,

维护医学的圣洁和荣誉,严格践行《安全整形21条军规》”。

安全整形不是一句口号,行动是最好的说明。据介绍,东方整形成立12多年来,始终以技术为立院之本,将安全作为重中之重,从过期药品集中销毁,到不定期的安全自检,从荣获“中国质量诚信十佳整形医院”,到联合国国际整形设备材料厂商成立“真品联盟”……奠定东方整形“安全先锋”的地位。而此次《安全整形21条军规》的公布,将再次刷新整形行业自律的新高度,引领中国整形回归技术本源,还消费者一片纯净的蓝天。

春季养生系列

身体8“养”寿命长

春季,天气变化多端,为了预防各种疾病,就需要掌握好养生的方法,日常的起居、饮食上都应该多多注意。中医专家提醒大家,春季养生还应该注重8“养”,分别为“阴、阳、气、脑、脾、胃、肾、热”。 郑州晚报记者 蒋晓蕾

养阳

春季是大自然气温上升、阳气逐渐旺盛之时,此时养生宜侧重于养阳。根据春天里人体

阳气生发的特点,可选择平补和清补饮食,平补适合于正常人和体弱的人,如荞麦、薏苡仁、

豆浆、绿豆及苹果、芝麻、核桃等。清补是指选用偏凉的食物,如梨、藕、荠菜、百合等。

养阴

阴虚内热体质者,春季易虚火妄动,加重病情,宜多食养阴之品。可选大

米粥、赤豆粥、莲子粥、青菜泥等食物,切勿食用大甜大腻、油炸多脂、生冷粗糙的

食物。有些虚病在春天加重,可适当服用蜂蜜等养阴药物以增加疗效。

养气

老年慢性支气管炎也易在春季发作。春季阳气升发,人体之阳气亦随之而升发,为扶

助阳气,在饮食上应该注意,可常食用葱、姜、豉、枣、芪等,还要多吃具有祛痰健脾、补肾养

肺的食物,如枇杷、梨、莲子、百合、大枣、核桃、蜂蜜等,有助于减轻症状。

养脑

春天,肝阳上亢的人易头痛、眩晕,每天吃香蕉或橘

子250~500克,或用香蕉皮100克,水煎代茶频频饮

之。另外,还可用芹菜250克,红枣10枚,水煎代茶饮。

养脾

“春日宜省酸增甘,以养脾气。”这是因为春季为肝气旺之时,肝气旺会影

响到脾,所以春季易出现脾胃虚弱之症,而多吃酸味食物会使肝阳偏亢,故

春季饮食调养宜选辛、甘温之品,忌酸涩,应多食用蔬菜以及山野菜等。

养胃

饮食上应避免摄取含肌酸、嘌呤碱等物质丰富的猪肉汤、鸡汤、鱼汤、牛

肉汤及菠菜、豆类、动物内脏和刺激性调味品,因上述食物有较强的刺激胃液

分泌的作用,也易形成气体导致腹胀,增加胃肠负担。饮食宜清淡,易消化。

养肾

春天天气舒爽,是肾功能不佳患者养肾与调理的好时机,此时服用强肾

配方与固肾药膳,对肾功能损害初期的疗效较高,患者要注意春季生活调理,饮食

以清淡甘味为主。可食用清淡蔬果,如山竹、藕、薏苡仁、黄瓜及香瓜等。

养「热」

早春时节气候仍很冷,消耗热量使人体耐力和抵抗力减弱。另一方面,人体为了御寒也需要

消耗热量来稳定基础体温。所以早春期间的饮食要保证一定的热量供给。除谷类制品外,还可选用

糯米制品及黄豆、芝麻粉、花生、核桃等食物,以及及时补充能量。