

周六植得种牙直播, 报名仅剩最后3天

1月14日植得种牙直播, 德国植体首颗5000元

种牙砸金蛋, 德国西门子滚筒洗衣机、40英寸电视等你拿回家, 100%中奖



想在春节前种上一口好牙, 但怕疼、怕折腾、怕过年不能用? 本周六, 植得推出年前最后一场无痛种牙直播, 让缺牙顾客亲眼见证种牙手术全过程。“许多中老年人节前种牙很纠结, 种上牙后能不能吃上年夜饭?” 植得栗主任说, 顾客年前在植得即刻种牙, 即刻用。请顾客抓紧节前最后一波德国植体首颗5000元的巨惠, 预约报名观看直播, 赶在节前种好牙, 过年畅快享美食。蒋晓蕾

8分钟PK20分钟, 植得胜出

“8分钟和20分钟, 时间上差了十几分钟, 患者体验却天差地别。”常规翻瓣种植, 种一颗牙要花20分钟, 创口大, 缝合久, 细菌容易感染, 术后容易肿痛; 而植得无痛舒适8分钟种牙, 种一颗牙5~8分钟, 创口大约在3毫米, 出血量极少, 使用麻药剂量轻, 术后不肿不痛。栗主任说, 植得无痛舒适种牙术, 种牙快、又不疼, 即刻种、即刻用, 很受身体耐受力差、又怕疼的中老年患者欢迎。

“很多老人年纪大, 第一次种牙本来心理就紧张, 医生左钻钻、右突突, 倒腾的时间太久, 就得用强效麻药, 强效麻醉可能会引起心跳加快、血压升高等问题, 这对患者是个考验。”栗主任说, 植得5大专家是种植老医生, 都有数千台手术经

验, 种植量在国内名列前茅, 走出国门都能当导师。种牙多, 熟能生巧, 像庖丁解牛一样, 反应很快, 一看就知道种在哪儿、怎么种会更好。

现在种牙, 过年啃排骨

节前, 植得即拔即种成为顾客种牙的“香饽饽”。“即拔即种采用微创无痛技术, 在拔除患牙的同时, 利用牙床自然留下的牙窝, 立刻植入植体, 将拔牙、种牙两次手术合并为一个手术。马上拔牙马上种牙, 少挨一刀, 少吃一次消炎药, 少跑一趟门诊。”栗主任说, 即拔即种可避免二次手术创伤, 缩短种牙等待期, 让患者现在种牙, 过年啃排骨。

据悉, 节前很多上班族中午来植得种牙, 下午就去上班了。“我的一个顾客

趁老伴出门买菜, 在植得即拔即种6颗牙。回家后, 他老伴觉得不可思议, ‘真稀奇! 我就出门买个菜, 老伴的牙就种好了。’栗主任说。

种牙直播报名倒计时 德国植体首颗5000元

单、多颗牙缺失、半口及全口牙缺失者, 来电预约种牙享受以下优惠:

- 1.1月植得德国植体首颗5000元;
 - 2.种牙砸金蛋, 德国西门子滚筒洗衣机、40英寸电视等你拿回家, 100%中奖;
 - 3.德国CT、全景片, 直播免费, 种牙5项全免;
 - 4.寒假植得隐形陶瓷矫正学生全包, 特价最低6999元;
 - 5.金属矫正器免费送, 治疗费八折。
- 植得种牙热线: 0371-55199111

同去年一样, 今年的雾霾又如期而至, 整个华北都陷入一片雾霾之中。现代化发展所带来的环境之殇, 清楚明白地展现在我们面前。雾霾来了, 我们该怎么办? 看看呼吸科专家的做法, 或许能给你和你的家人带来一些防霾启示。郑报融媒记者 蒋晓蕾

雾霾天 呵护健康有良方

雾霾对呼吸系统有负面影响

雾霾天危害最大的物质就是PM2.5, 这些细小颗粒能躲避鼻腔、咽喉的阻挡, 进入气道, 甚至肺泡。“雾霾对人体健康的影响可分为急性和慢性两部分。急性影响指的是在雾霾天的时候, 发生上呼吸道感染、肺炎、哮喘等。慢性影响则是指长期的损害, 如气管炎、肺癌等。”郑州益圣哮喘病医院副主任医师涂兴文说, 急性的损害或许可以通过药物治疗马上得到缓解, 可慢性的损伤往往在不知不觉中进行, 更需要加以重视。

涂兴文建议, 雾霾天, 在上下班开车的时候, 窗户要关着, 同时, 雾霾厉害的时候家里不开窗, 最好开着空气净化器。另外, 那些忽略雾霾远期影响的人, 千万别忽略了每年的健康体检, 拍一张胸片, 有条件的人做一下胸部低剂量CT, 可以及早发现肺癌, 将雾霾对身体的伤害尽量降到最低。

科学防霾, 注意6点

郑州市中医院呼吸内科主任王树凡提醒, 在目前经常出现雾霾天气的时节, 为减少雾霾带来的健康危害应注意以下几点:

- 1.减少外出, 外出时戴口罩。雾霾天尽量减少外出, 如果外出的话要做好防护工作, 要戴上专门防雾霾的口罩, 最好是专门的N95、N99这样的口罩, 防护效果比较好。
- 2.不做户外运动, 且减少运动量。运动爱好者在这样的天气状态下尽量选择室内运动, 同时也要适当减少运动量, 雾霾天气室外空气质量差, 无法开窗也会导致室内空气不畅通, 因此会导致气压较强, 高强度

【防霾小处方】

配方: 藿香2克, 白茅根3克, 牛蒡子3克, 陈皮3克, 桔梗3克
制法: 每次2包, 每天2次, 代茶饮
功效: 润肺化痰、清肺解毒

猪肺玉麦百合汤

【防霾膳食】

配方: 猪肺500克, 玉竹40克, 麦门冬10克, 百合50克, 精盐、黄酒、葱花、姜丝调料各适量。
制法: 猪肺浸泡洗干净后切片, 玉竹、麦冬洗净浸泡, 百合去涩浸泡后撕衣。将猪肺煮沸后去浮沫, 然后放入黄酒去腥, 将玉竹、麦冬煎汁去渣, 同猪肺、百合一起放入煮至酥烂, 放入葱姜调料煮片刻。每日早、晚各食1小碗。
功效: 按中医以脏补脏的原理猪肺可以补肺, 玉竹、麦门冬养阴生津, 百合清热润肺, 适用于慢性热咳气管炎患者服食。

的运动会导致胸闷、心悸、呼吸不畅等问题, 得不偿失, 可选择游泳、瑜伽等。

3.不要开窗, 改善室内环境。雾霾天气空气质量极差, 若开窗气流交换则室内空气也会变差, 所以此时尽量不要开窗, 室内可用空气净化器和加湿器来改善空气不流通的状况, 也可多增加几盆绿植来达到这个效果, 如吊兰、绿萝、芦荟、龟背竹等都是不错的选择。

4.注意饮食, 多吃水果蔬菜。雾霾天气一定要多喝水, 保证身体的水分充足。在饮食上也要以清淡为主, 少食油腻辛辣食物, 否则容易加重呼吸道的负担, 水果和蔬菜要多吃, 补充维生素。

5.做好个人卫生。出门后进入室内要及时洗脸、漱口、清理鼻腔, 去掉身上所附带的污染残留物, 以防止PM2.5对人体的危害。洗脸时最好用温水, 利于洗掉脸上的颗粒。清理鼻腔时可以用干净棉签蘸水反复清洗, 或者反复用鼻子轻轻吸水并迅速擤鼻涕, 同时要避免呛咳。除了面部清理外, 身体裸露部分也要清洗。

6.少抽烟。卷烟、雪茄和烟斗在不完全燃烧的情况下会产生很多属于PM2.5范畴的细颗粒物, 会严重危害抽烟者本身和吸入“二手烟”受众的身体健康, 在这种灰霾天气下, 更是“雪上加霜”。因此抽烟者不论是外出还是待在室内, 应当尽量少抽烟。

温情腊八, 爱尔眼科为环卫工人送温暖

2017年1月5日是传统的腊八节, 俗话说“过了腊八就是年”, 寒冬腊月喝一碗热气腾腾的腊八粥, 美味又暖身。郑州爱尔眼科医院举办的“温情浓浓腊八节, 爱尔感恩你我他”活动, 免费为环卫工人提供腊八粥, 为环卫工人送去冬日里的温暖问候。“今天是腊八节, 他们特意准备了腊八粥给我们, 喝了粥身体暖和, 心里更暖和。”环卫工人李阿姨说。

郑州爱尔眼科医院院长张英朗告诉记者: “郑州爱尔眼科医院希望这次活动能够唤醒更多人对环卫工人的关心。献出自己的一份爱心, 为他们送去一份温暖, 让他们感受到社会大家庭的爱和关怀。”

据了解, 郑州爱尔眼科医院设有“环卫工人爱心歇脚点”, 不论寒暑, 免费为环卫工人提供休息场所, 一杯茶水, 一句问候, 传递爱尔眼科的关怀和爱。关爱从一杯水开始, 郑州爱尔眼科医院愿为环卫工人奉献爱心、送去温暖。

同时, 郑州爱尔眼科医院新春之际开展近视免费检查、做手术送新春好礼活动, 用安全先进的技术给更多近视患者带来清晰世界。蒋晓蕾

血库告急, 美中商都人自发献血献爱心

“快, 我一会儿还有一个顺产手术要做, 先抽我的!” “我先来的, 怎么还没轮到?” 获知近来郑州血库告急, 郑州美中商都妇产医院主动邀请献血车专程到医院采血。2017年1月9日上午, 河南省红十字血液中心无偿献血车刚一停稳, 数十名医院职工便卷袖出臂前往献血车, 踊跃献血献爱心。

据悉, 此次献血活动30余名医护人员踊跃奉献爱心, 献血量达14000ml, 美中商都妇产医院院长陈玲娣表示: “美中商都每年都会组织自愿献血活动, 医务工作者比老百姓更了解血液对患者的珍贵, 希望通过自身作表率, 让更多人加入到无偿献血的队伍中来。因为献血不仅有益自身健康, 又可以为急需血液救治的危重症患者献出自己的爱心。”蒋晓蕾