

郑州地区60岁以上退休人员免费领取

物资一 空调鞋

老话说“生命在于运动”，人过45岁就发现身体机能开始下降，有时候还疲劳或者没有精神，这说明您需要加强锻炼身体了，而一套适合您的全新运动套装必不可少。本活动特向郑州地区60岁以上中老年朋友免费发放夏季新品空调鞋。

夏季新品空调鞋五大特点：

1. TPU稳固后帮 **不崴脚**：后帮采用TPU强力加固，给双脚提供稳定支撑，保护脚踝不易扭伤。
2. 松紧可调鞋扣 **不勒脚**：鞋腰处松紧扣设计，一拉一扣，两秒系带，还能自由调松紧，不勒脚。
3. 高弹飞织鞋面 **防泼水**：飞织提花鞋面，防泼水设计，避免溅水时快速湿鞋，游玩更放心。
4. 抗菌透气鞋垫 **不臭脚**：拥有立体新风透气系统，镂空飞织鞋面，三维高密度透气孔结构，高分子抗菌透气鞋垫。吸汗排汗不捂脚。鞋垫内含抗菌因子，抑菌除臭。
5. 耐磨防滑鞋底 **不怕滑**：鞋底采用耐磨橡胶贴片，4段反向锯齿防滑纹，牢牢抓地不怕滑。



物资二 50个鸡蛋



温馨提示

物资一空调鞋、物资二50个鸡蛋（夫妻同时报名）

1. 所有领取人员必须是60岁以上离退休人员，仅限本人领取，不能代领，每人一双，每户两双。
2. 所有报名人员请携带身份证和退休证亲自办理报名。

3. 所有领取人员请先到店报名登记姓名、电话，待物资到达后统一时间、地点、分批发放。

4. 所有领取人员请携带此报样办理报名。

5. 领过本单位任何物资的谢绝再领，报名只限200个名额。

活动时间：8月24日~26日
早上8时30分~12时
下午2~5时

咨询电话：0371-63216317

地址：郑州市金水区经三路丰产路西北角财富广场4号楼14层1401室

公交线路：

1. 经三路丰产路公交站（在经三路）
乘坐158、209、21、2、80、

98、B15、B18、Y10路下车路对面

2. 丰产路经三路公交站（在丰产路上）

乘坐2、Y10、B18路下车向东100米丰产路经三路西北角

3. 农业路经三路公交站（在农业路上）

- 乘坐158、186、209、21、30、900、98、B18、B53、S106、S168、S159路

牙的事，要求帮忙的市民真不少

晚报健康天天“3·15”，帮您维权也帮您问事



最近两三周，牙的事简直成了晚报健康“3·15”的“主题曲”，有投诉的、有感谢的，还有求帮忙的。这不，曹先生就打来电话想知道各种假牙的优缺点，记者第一时间回复了曹先生。

晚报健康“3·15”旨在帮助读者解决问题的同时，督促医疗机构自律，共同净化医疗行业服务环境，推进省内医疗服务更加规范。

你对哪家医疗机构的服务比较满意？你在就医过程中

遇到过哪些困惑？晚报健康“3·15”正在进行中，我们期待与您一起关心医疗行业的发展，您的宝贵意见可为提升中原地区医疗行业整体发展提供参考和借鉴，并助力中原医疗行业有序发展与繁荣。

就医有忧也有喜，您可扫描《郑州名医馆》官方微信（zzmyg1）关注留言
也可拨打本报健康天天“3·15”维权热线56568223或发短信至13838146037留言



小儿反复咳嗽

中医：警惕是积食所致



明明(化名)小朋友今年6岁，近一月来一直反复咳嗽，特别是夜间和早起时咳嗽较重，吃了止咳药，但效果不甚明显，后经人介绍来找周三、周日全天在河医立交桥东100米路北的张仲景国医馆河医馆，周六下午在心怡路与祥盛街交叉口向南50米路东的张仲景国医馆心怡馆坐诊的主治中医师、师承河南省儿科名医黄姓的梁金莲医师问诊。

梁医师对明明的情况进行了仔细了解，发现：明明反复咳嗽近一个月，以夜里及早起咳重，咳甚则吐，时咳出黄黏痰，有清涕，饮食正常，眠翻频，喜趴睡，大便干每日2~3次，舌质红，舌苔黄厚腻，脉滑数，听诊呼吸音粗。

经一番望闻问切，综合判定为咳嗽（中焦积滞、痰热郁肺），应以疏通气机、消积止咳为主要治疗原则。随开处方：柴胡、黄芩、姜半夏、枳实等多味药材，6剂，日一剂，水煎服，分3次温服。

二诊：服用上方后基本不咳，偶因喉中有痰咳嗽一次，无涕，舌苔、睡眠均有改善，大便日一次，不干。守上方去羌活、防风等，继服四剂，日一剂，水煎服，分3次温服，后去电回访已无咳嗽。

梁医师指出，中医认为小儿咳嗽，初咳一般病机在肺，久咳一般病机在脾胃，加之结合明明的咳嗽时间特点及舌脉情况，综合确定为脾胃积滞引起的咳嗽，故而治疗重点在疏通气机、消积止咳，方收良效。在此也提醒各位家长朋友，对于孩子的饮食用量一定要加以控制，以免造成积食，引发疾病。 宗景

3D打印仿真模拟训练 助力脊柱内镜技术再提升

8月18日，第十四期脊柱内镜技术沙龙会暨3D打印仿真模拟培训班在河南省直第三人民医院举行。与往期不同的是，此次培训班专注于基础的脊柱内镜椎间孔入路和椎板间入路，并且含有3D打印仿真模拟训练，使参会人员真正做到理论与实践相结合。

会上，河南省直第三人民医院椎间盘中心主任周红刚围绕“脊柱内镜技术的发展现状与未来”一题，总结了该院脊柱内镜发展历程，在国内外率先从单纯腰

椎间盘摘除术的1.0技术到腰椎管狭窄骨性减压的2.0技术，内镜技术颈椎、胸椎、腰椎全脊柱覆盖的3.0技术再到局麻下腰椎退变内镜下融合技术的4.0技术成功开展，下一步将向3D内镜、机器人智能化5.0技术迈进。

祝斌、王延宏、马海军、李星辰、李芳等椎间盘中心青年专家分别通过手术适应证、手术方式、术中操作技巧、操作要点等详细讲解了椎间孔入路和椎板间入路脊柱内镜操作重点，并进行了操作演示。

据悉，近年来，河南省直第三人民医院椎间盘中心在主任周红刚的带领下，微创脊柱内镜技术蓬勃发展，建立了一支优秀的脊柱微创团队，在脊柱内镜治疗颈、腰、胸椎疾病方面积累了丰富的临床经验，并通过定期举办全国脊柱内镜技术培训班、专科联盟、全国脊柱内镜进修班等，使此技术标准、规范地开展，造福四方百姓的同时，也获得业内外广泛赞誉。 记者 蒋晓蕾 通讯员 乔海洋

带状疱疹痊愈后仍疼痛 应尽快到神经内科诊治

在生活中，有些人曾在没有外界刺激的情况下出现自发疼痛，或受轻微刺激出现反应剧烈而持久的疼痛，此种病症就是“带状疱疹后神经痛”。然而，很多人对于这种疼痛往往不以为然，并贻误了治疗时机。对此，郑大一附院神经内科日前特举办“卓越疼痛教育传播项目第二期院内知识讲座”，给患者和家属普及相关科普知识。

据悉，带状疱疹俗称“串腰龙”，是由水痘带状疱疹病毒引

起的急性炎症性皮肤病。郑大一附院神经内科主任卢宏教授说，带状疱疹后神经痛属于世界上更难治疗的痛症之一，有“不死的癌症”的恶名。因此，一旦身体出现原因不明的疼痛，特别是针刺、火烧痛感，要高度重视，尽早到医院神经内科诊断。目前，药物治疗是治疗带状疱疹后神经痛的主要方法，新一代钙离子通道抑制剂如普瑞巴林，能有效减轻疼痛、缓解焦虑情绪、改善睡眠质量。 记者 邢进