

郑州晚报



贴肚脐 轻松告别胆病

夏秋一过,胆结石患者的发病人数就会明显增多,有些胆囊结石并无症状,患者本人没有不适感,却可能因结石长期刺激胆囊壁而诱发其他胆囊疾病,或者表现为胆绞痛发作,这时往往因为患者脏器功能衰退和诱发其他病变而失去最佳治疗机会。

不手术能够治胆病,几乎是所有胆病患者盼望的事,实际上,胆囊与阑尾不一样,它是人体重要的消化器官,手术治疗胆病是万不得已的选择,且有严格的适应症,如急性发作、穿孔等。手术治疗还是非手术治疗应根据病人具体情况来决定,因为手术毕竟是一种创伤性治疗方法,加之术后感染,结石再生是难以避免的,并且患者对手术接受程度及身体状况都必须考虑,目前绝大多数学者认为,手术要有严格的指征,不宜见石就切胆囊。

从胆结石的成分来看,它并非纯粹的石头,而是细小的胆固醇或胆色素颗粒黏合起来的块状物,有韧性、不易破碎,但在一定条件下可以溶解。现代医学研究表明:肚脐处皮肤最薄,血管丰富,外用药物较易吸收,陕西鹤寿堂药业研制的鹤寿中清贴秉承中医治疗理论,药物敷脐后有效成分直接渗透到肝胆部位,快速消除炎症,将结石逐层溶解,随胆汁排出。鹤寿中清贴在河南畅销4年,它不仅让病人避免了手术的痛苦,而且让无数胆结石、胆囊炎患者从此告别了胆病。

咨询热线:0371-63219696

如何减轻肿瘤患者放、化疗痛苦

多数肿瘤患者经历过放、化疗的痛苦,体验过生不如死的滋味。钱花得不少,人受了大罪,病却不见痊愈。放、化疗在临床普遍存在大剂量给药问题,这会使患者自身免疫功能退化并产生很强的依赖性,极易产生强烈的毒副反应和耐药性,因此,远期效果十分不理想。

现代医学的发展对治疗的手段及理念提出新的要求,肿瘤专家和学者都提倡“以人为本”,不再简单利用攻击性疗法去杀灭肿瘤细胞,而是将治疗重心转移到长期的扶正治疗和巩固治疗方面。我国中医药重视全身状态的改善,在患者重建免疫功能、扶正固本、提高生存质量方面具有西医不可比拟的优势,在综合治疗中占据着重要位置。

中国医学科学院历经20余年艰苦攻关,采用植物基因分离技术,从刺梨、苦参和金荞麦中提取出活性物质,具有靶向抑制肿瘤细胞并能全面提高患者自身免疫力的现代中药——金刺参,据全国30余家医院临床观察,金刺参成功地将“改善症状、提高免疫、抑制肿瘤”三者融为一体,适合肿瘤综合治疗的各个阶段。

作为我国首个基因免疫抗肿瘤中成药,金刺参可显著减轻或消除放、化疗过程中诸如恶心、呕吐、脱发、白细胞下降、全身乏力等不良反应,使预定的治疗方案得以顺利完成,病人安全轻松闯过“不死也要脱层皮”的放、化疗难关。

热线电话:0371-65935601

肾结石怎能一碎了之?

肾结石、尿路结石易损伤肾脏和尿路,会对健康造成严重的威胁,采用手术取石或激光碎石,很难彻底排除碎石及多发性结石。

吉林敖东恒源药业研制的新药泌石通胶囊,独有的溶石因子SVT(抗聚核因子)能渗透到结石内核,分解各种有机盐类,使结石由内到外开始崩解,变为若干较小结石,相对于崩解前的结石,体积不变但表面积却相应增大,这就让SVT因子尽可能多地吸附在结石表面,进行再溶解,从而实现了溶解-崩解-再溶解的良性循环。经临床验证,对各类肾结石、尿路结石、膀胱结石均能溶解排出,泌石通胶囊上市以来已经让无数肾结石、尿路结石患者走向了康复。

对于已经有尿路结石的人来说,要在饮食中注意多吃碱性食物,如胡萝卜、苹果、菠萝等;少吃含钙高的食物和草酸高的食物,以减少结石刺激发生绞痛的机会。

咨询电话:0371-63399226

鼻塞、流脓鼻涕,甚至连气味儿都闻不到了,郑州一家酒店的大厨方师傅最近很不痛快,他说感觉鼻子不舒服有两年了,可近来早晨起床就感觉前额部疼痛,脓鼻涕越来越多,总感觉擤不干净,脑子也整天昏昏沉沉的。作为厨师鼻子却不辨气味,没办法他就匆匆赶到河南协和医院耳鼻喉治疗中心,经检查,方师傅患上了鼻窦炎,由鼻息肉引起鼻窦开口阻塞,导致鼻窦感染,已经出现了并发症,所以嗅觉也开始减退了。

晚报记者 聂广利 刘郡芳



嗅觉减退也是鼻窦炎惹的祸

警惕鼻炎引发并发症

“世界卫生组织通过一项全球范围的调查发现,鼻炎的发病率以每年3%~5%的速度增加。”但由于鼻炎症状类似于感冒,很多鼻炎患者未能及时发现。河南协和医院耳鼻喉专家高会真介绍,像方师傅遇到的情况不是个例,很多鼻炎患者未能及时治疗,出现食欲不振、精神萎靡、记忆力减退、嗅觉减退(失灵)等症状。这些症状久而久之就会严重影响患者的日常生活和学习。值得警惕的是,如果任由鼻炎扩

展,侵犯相邻组织,极易引起骨髓炎、脑膜炎、脑脓肿、败血症、哮喘等严重并发症,甚至危及生命。方师傅由于耽误了一些时间,鼻炎已经影响鼻黏膜,导致不辨香臭。所以治鼻炎不宜拖延。

微创时代无痛治疗鼻窦炎

不同于传统的药物、激光、射频和手术治疗,高教授给方师傅做了系统的检查,决定采用低温等离子结合德国STORZ内窥镜技术进行医治,区别于以前药物短时间内缓解鼻塞症

状,激光、射频的高温烧灼鼻腔,以及手术治疗时较大出血量和患者较痛苦。治疗时温度(40℃~70℃)接近于人体温度,患者几乎没有痛感,同时较低的温度也避免了手术对鼻腔的伤害,术中出血少、术后无填塞,不影响第二天正常工作生活。治疗时间短,配合鼻内窥镜可清晰观察鼻腔内过敏点消融程度,避免了摸黑手术治疗不彻底的现象,能提高手术效率,治疗时间只要十几分钟。了解到这些后,方师傅打消顾虑,放心地接受了手术治疗,很快痊愈出院。



科学烹调 豆腐菠菜成“健骨绝配”

中的维生素K具有促进骨钙形成的强大功效,有研究表明,中老年妇女每日摄入的维生素K在109微克以上,骨折危险可降低30%。也有研究证明,每天补充200微克的维生素K,就有维持和提高骨密度的作用。也就是说,每天只需吃不到100克菠菜,就可以达到这个效果。

混搭好处这么多,但菠菜中的草酸怎么办呢?由于草酸极易溶于水,所以只需把菠菜在沸水中焯1分钟捞出,即可除去80%以上的草酸。先炒豆腐,再放焯过的菠菜,混在一起也就没有问题了。幸运的是,维生素K不怕热,也

不溶于水,所以焯菠菜不会引起损失。维生素K和胡萝卜素一样需要油脂帮助吸收,在做菠菜豆腐的时候,一定要记得放些油。

豆腐是一种高蛋白、高无机盐、低脂肪、低热量的食品,其丰富的蛋白质有利于增强体质和增加饱腹感,适合素食者和单纯性肥胖者食用;豆腐可降低人体血液中的胆固醇;豆腐含大豆异黄酮,可帮助女性克服更年期症状。草酸是草本植物常有的成分,如菠菜、苋菜、空心菜、芥菜、竹笋等草酸含量都很高。其中,每100克菠菜和苋菜含草酸分别高达606毫克和1142毫克。 杜慧真

中风患者 康复不亚于治疗

中风,是中老年人的常见病和多发病,是导致长期残疾的首要疾病。我国现有的500万~600万中风病人中,约有34不同程度地丧失劳动能力或生活自理能力,给社会和家庭造成很大的经济和心理压力,所以治疗中风预防致残的关键就是早期介入康复治疗,通过康复,可使大多数中风病人减轻或避免残疾,恢复生活自理能力甚至工作能力。发病后在不影响临床抢救的前提下,康复措施应尽早介入,发病后前3个月内的康复治疗是获得理想功能恢复的最佳时机,但对病程长者,其潜在功能恢复力也不容忽视,应当继续进行相应的康复治疗,也可达到改善功能的效果。

现代康复理论认为,急性期中风病人的临

床药物治疗和康复治疗应同步进行,不能将两者截然分开。对中风患者的药物治疗只能算完成了疾病治疗任务的一半,更艰巨的任务是通过早期和持续的康复训练,使他们尽可能地恢复正常功能。经过深入的临床研究已经证明:中医的诸多疗法是中风病治疗行之有效的的重要手段。中风的产生,不论出血性还是缺血性的脑血管病,虽然病因病机各不相同,但窍闭神匿、神不导气、淤滞不通,却是根本病机之所在。中风急性期越早接受中医针灸治疗、中药治疗以及科学的运动功能训练,其预后越好,自主意识恢复越早,后遗症越轻,越少,疗程也明显缩短。因此,中西医及针灸康复诸法综合用于中风各期,促其神醒开窍、淤通血畅、正气

来复是治疗的关键一环,同时也是目前疗效最为显著的治疗方式。

提醒中风患者,康复训练切忌犯两个错误:其一,一味长期卧床静养,导致肌肉和神经的继发改变,如肌肉萎缩、关节挛缩等,给康复带来困难。这在康复医学上称为“废用综合征”。其二,提倡早期康复训练,并非随意乱练,必须在康复专业人员指导下科学地训练,否则将引起“误用综合征”。

此外早期康复治疗可杜绝或减轻废用综合征的发生,如压疮、肌肉萎缩、关节疼痛、关节挛缩等,并可缩短康复疗程,减少经济上的开支,对于老年患者可以提高生活质量,对于中年患者可尽早地重返社会。 毕秀英

——| 养生有方 |——

“白毛女”惊现郑州,告别“带毒染发”时代

为了摘掉“白头翁”的外号,我染!为了不让别人叫我“老大爷”我染!三十几岁的我经常被同龄人以“长辈”称呼,这痛苦一般人承受不了;明知化学染发剂的毒害,但为了自信、为了不显老,还得坚持每月3次以上给头发“上毒”,拿健康换自信,我只能无奈的接受!“多么渴望能够无毒染发,但我更希望长出自然黑发”一位深受多年染发毒害人的惨痛心声。

白毛女™黑发素:运用现代生物工程技术,从天然植物中提取超微活性成分ACP,这种成分的结构与毛囊内黑色素细胞分泌的黑色素能够达到高度吻合,因此,被医学界称为一生物黑发素;

白毛女™黑发素:以“生物黑发素”为

主要成分,结合了多种名贵中药,能迅速深入毛囊底部,补充头发生长所需的黑色素,并激活黑素细胞自身的分泌功能,有效解决白发问题;内含的人参、皂角、首乌等中药有效成分,营养毛囊细胞,强化发根,修复受损的毛囊组织,唤醒毛乳头生发功能。真正做到:解决白发、脱发一次完成!

白毛女™黑发素安全、无毒,像平时洗头一样方便,使用5分钟,白发立即变黑发,柔顺有光泽;使用1盒后,新生发中逐渐长出黑头发,发根牢固;使用1-2周期,满头乌黑亮发,从此告别染发。

特别提示:使用一段时间后,如发现新长出的头发全是黑发,即可停用!亚细亚医药部独家引进,电话:0371-67379559

40岁男人保健操

左右开弓操 双脚水平与肩同宽,双臂伸直过头,做拉弓状。两臂徐徐下拉至胸前,一只手臂在体外侧伸直,食指朝天,手掌向外,呈直弓状,另一只手放在体内呈拉弓弦状,弓从头上拉开。整个动作过程中头随手动,上肢动作要用力,使整个上肢,包括胸部、后背都有紧绷的感觉。

通过此练习可有效地消耗体内脂肪,增加肌肉,起到控制体内脂肪比例。

旱地划船操 身体挺直,双脚开立,并由髓处上体前倾,塌腰挺胸,抬头向前看,双手前举(如抓住划船的双桨)。双手从前位向后拉(如划船划桨动作),此时后背肌肉用力夹紧,做50次左右。上身前倾,双手由前向后运动。

每天白天或晚上做一次,对颈椎、胸椎、背部肌肉是一种综合锻炼,可缓解颈、背部许多问题,有效地缓解和根除伏案工作者的背部疼痛问题。 阿凤