

奥运来了 您的身体准备好了吗



今天,距离承载着中国人百年梦想的奥运会仅有32天时间了。当我们以激动的心情翘首企盼这一体育盛会时,我们的身体也要做好准备,以更好的体力更好的精神状态观看比赛,为中国奥运军团加油助威!

有关专家提醒,长时间观看比赛,如果不注意,就会诱发多种疾病,而奥运会又正处在夏季里较为炎热的一个时段,所以大家更应关注自己的身体。

亲临现场观看比赛,的确让人兴奋,但对身体素质的考验也很大。这是因为,在酷热的天气下露天观看比赛,不仅容易晒伤,严重的还会引发中暑、脱水等病症。为了避免身体不适,看比赛前务必注意合理饮食,及时补充水分。饮食以清淡为好,多食富含蛋白质和维生素B、C的食物。另外,随身带上防暑药物如清凉油等,发现不适可及时使用。

更多的人是通过电视观看比赛,但长时间看电视,眼睛容易出现充血、干涩、视物模糊等问题。还有些人长时间看电视却姿势不当,易引起颈椎退行性病变,压迫或刺激了颈部血管或神经,导致暂时性脑供血不足,出现头晕、头痛、颈部僵硬、恶心等症状。因此专家建议,合理安排时间观看赛事,不要因为引人入胜的赛事而忽视自身健康问题。

晚报记者 董亚飞

导读

- B02** 明天是第四个世界过敏性疾病日
- B03** 近视眼镜要小心戴
- B06** 青少年牙齿矫正特惠风暴

郑州新世纪女子医院

ZHENGZHOU NEW CENTURY WOMAN HOSPITAL

全国医疗质量 安全 信誉 AAA级医院



看妇科 就到女人自己的医院

24小时保健热线
0371-67353333

Women own hospitals

郑州新世纪女子医院倡导“绿色、安全、微创、无痛”的特色诊疗理念,积极推广“背宫医学科技”的临床运用,集聚大批京、沪、豫妇科以及不孕不育、计划生育、妇科微创、乳腺疾病、妇科整形等领域的权威专家,拥有国际一流的超洁净无菌净化手术室,配置各种高科技诊疗设备百余套(台),为科学规范诊疗各种妇科疾病提供最安全、最有力的保障。

炎炎夏日 倾情关爱: 每天前10名挂号患者均可获赠太阳伞一把。

温馨夜诊: 18:00-20:00 市医保、新农合定点医院

妇科炎症

意大利O'三维洁阴技术
O'活性氧充分接触病灶,杀灭病菌不留死角
绿色理疗生物波
不穿药、不插管,只除病菌,对盆腔炎症疗效显著
微平衡疗法
有效改善阴道环境,防止致病菌再次侵入
中西医结合熏蒸渗透疗法
加快炎症组织对药物的吸收,大大缩短治疗时间
热能磁场综合疗法
突破传统治疗局限,对盆腔炎、附件炎疗效确切

宫颈疾病

新一代美国双频LEEP术
微创无痛5分钟轻轻松松解除宫颈疾病,不影响再生育,让宫颈焕然一新
HIFU聚焦超声刀
了断宫颈疾病,令宫颈光滑如初
BBT自凝刀
温柔消融,痛苦少,不出血,无损伤,副作用小

不孕不育

(WHO)不孕症国际标准28步排查法
不孕不育重在明确病因,对症下药
美国COOK导丝输卵管再通术
不孕技术的“新宠”,让求子之难从此畅通
三镜联合介入治不孕
检查治疗一次完成,不孕患者的希望之星
宫/腹腔镜+COOK导丝介入治不孕
现代腔镜技术与美国COOK导丝完美结合,为新生命的到来铺平道路

子宫肌瘤

3毫米微创腔镜手术
不开刀、不留痕,保宫微创祛除肌瘤
BBT自凝系统
微创消融,保全子宫,一次性祛除肿瘤
腹腔镜联合阴式手术
创新手术,祛除肌瘤,不留疤痕
中西医结合治疗
针对病因,保守治疗,安全无忧

计划生育

德国微管保宫全程无痛人流术
可视可视,不伤子宫,适合有再孕需求及对疼痛敏感的女性,更安全,更轻松
最新超导可视无痛人流术
轻松3分钟,早孕烦恼去无踪
新一代保宫取胚人流术
定位较准确,可减少对子宫伤害
无痛人流术
术中术后都不痛,费用相对经济

高新技术推介

- 意大利O'三维洁阴技术——各种阴道炎的克星
- TCT、高危HPV检测——宫颈病变早期筛查诊断金标准
- 钼靶乳腺检测——精准诊断乳腺疾病必备手段
- 美国VLF技术——针对性治疗各种宫颈炎、附件炎
- 宫腔镜、腹腔镜——引领妇科疾病治疗进入微创时代
- 美国数码电子阴道镜——让妇科检查“一目了然”
- 美国爱尔曼双频LEEP术——中、重度宫颈糜烂的克星
- HIFU聚焦超声——了断宫颈疾病,令宫颈光滑如初

专业开设: 妇科炎症、计划生育、不孕不育、妇科整形、宫颈疾病、妇科肿瘤、妇科微创、内分泌疾病、乳腺疾病、少女特需门诊、女性肛肠疾病、内科、外科、中医科、皮肤科等10多个专业科室。

地址: 郑州市黄河路与卫生路交叉口 乘车路线: 乘23、30、71、83、41、K811路公交车在黄河路卫生路站下车即到 QQ咨询: 139501991 网址: www.zzxsj.net