

看中医 找名医 快快报名啦

我省慢性病患者请拨0371-60203366提前预约

近日,多位名老中医将齐聚我市,用精湛的医术服务于广大慢性病、疑难病患者。从今日起,疑难病、慢性病患者拨打电话,提前预约者,可获得免挂号费、名老中医会诊费、享受全程跟踪等多项优质服务,名老中医将给患者提供最优质的诊疗。

据了解,我省患者在每天上午9点到下午6点工作时间,提前拨打现代名老中医预约热线:0371-60203366或114转名老中医报名。报名后记清编号,按时到达,接受名老中医精心诊疗,每位名老中医1天只看15名患者,恕不接待无预约报名的患者,敬请谅解。更多详情敬请收听全国十七个大中城市名老中医和郑州人民广播电台(中波711,调频93.1)19:30~20:20联合播出的《名老中医在线》专题节目。

疑难病、慢性病 一年之“治”在于春

民间有个说法叫“百草回芽百病易发”。《黄帝内经》曰:“春三月,此谓发陈。天地俱生,万物以荣。”对内科心脑血管疾病具有40余年临床经验名老中医专家李教授解释说,春季的季节特点是阳气开发,风气当令,寒冷刺激使人体交感神经兴奋,全身毛细血管收缩,心脑血管负荷加重,血压升高,从而引起心脑血管供血不足,容易诱发或加重心脑血管病。

现代知名中医学家,连任两届原卫生系统政协委员,人体信息研究所所长,中国中医协会理事唐教授说,肝气为春季的主气,根据中医五行理论,肝属木,脾属土,本是相克的关系。所以在这一季节里,如果肝气过强就会伤及脾,影响脾的消化吸收功能,因此胃肠道患者会明显增多。

出身中医世家,从事中医52年,北京市同仁堂医院主任医师佟教授认为,春回大地,百花盛开,众多久治不愈的强直性脊柱炎、风湿类风湿等骨关节病、头晕目眩、手脚冰凉、糖尿病、高血压等各类疑难病、慢性病在春季也极易出现加重的苗头,如果不消除这种隐患,病情的发展

将是相当迅速的。

一年之计在于春,对于治疗常见病与多发病一样,中医从“天人合一”的综合治疗理念出发,在春季进行有针对性的治疗,往往能起到非常好的效果。

看中医,找名医 小病看门诊,大病可住院

名老中医看病,强调以阴、阳、表、里、寒、热、虚、实、润、燥为纲,望、闻、问、切四诊合参,辨证立法,依法立方,以方选药,科学煎服,严谨医嘱,做到法随证变、证变法变,才能达到“证准方对药也灵”。所以,慢性病、疑难病一定要找名老中医。这次名老中医齐聚我市,为广大患者提供了一次非常难得的机会。

住院病人可享受省、市、新农合医保刷卡服务,简单方便。专业的医疗精英以及技术过硬的白衣天使提供术前监测,术中、术后保养等体贴的护理服务,让病人感觉温馨、舒适。精心设计的住院环境,病房设计合理科学,能够满足各个经济阶层人员的就医需求。同时,对住院患者免费提供名老中医定期会诊、全程跟踪、直至康复的服务措施。

相关链接

河南省现代医学研究院医院,是集医疗、科研、教学、预防、保健、康复为一体的现代化大型综合医院,率先实行全省最低医疗消费制度的非营利性医院。该院承担并完成了多项国家科技攻关医学研究课题,并获得多项省、市科技成果奖。目前正承担两项科委研究项目和国家基金项目,并已取得了阶段性成果。

打开心扉

主角晒出你的故事 专家指出你的主张

“三十而立”你可以吗

主角:小茹
年龄:24岁
职业:待业

问题:80后的人该如何面对现实

在一个阳光明媚的下午,我见到了此次故事的主角——一位年轻貌美的女孩子。其实,在见到她之前,我们已经通过电话,电话那头她是这么说的:“你看过《杜拉拉升职记》这本书吗?现在卖得很火,书中的主人公杜拉拉和我们这些80后面临的问题是一样的……”

就是这样一通电话,让我们见了面。“像我这样的80后太多了,很多人都特抑郁。毕业后

想着能找个工,平平淡淡过了这辈子也就算了,可是毕业后才发现现实并不是这样。工作难找,房子没钱买。就因为这样导致多少80后都成“啃老族”了。俗话说“三十而立”,但我们却不知道如何立。前段时间在网上看到一篇关于写我们80后的打油诗:‘夫80后者,初从文,未及义务教育之免费,不逮高等学校之分配,适值扩招,过五关,斩六将,硕博相继,数年乃成,负债十万……’这首诗写的一点也没错啊,80后的我们有多少人都是这种情况,以至于出现心理问题的人大有人在。说实话,现在的我都快被逼得走投无路了。”

专家解答

像小茹这样的例子,我见过很多。据统计,每年“80后”死亡人数中,因承受不了压力而自杀的占大多数,这些人无法面对现实社会的残酷,而选择结束自己的生命,但这样的结果只会让更多的“80后”陷入无法自拔的状态。社会在不断地发展,社会不会为了我们而改变,所以只有我们来改变自己,调节自身才能融入这个社会,健康快乐地生活。如果能做到以下几点,你会发现,生活其实很容易。

1.要加强修养,遇事泰然处之。要清醒地认识到生命总是由旺盛走向衰老直至消亡,这是不能抗拒的自然规律。应当养成乐观、豁达的个性,平静地接受生理上出现的种种变化,并随之调整自己的工作和生活节奏,主动地避免因生理变化而对心理造成的冲击。

2.要合理安排生活,培养多种兴趣。人在无所事事的时候常会胡思乱想,所以要合理地安排工作与生活。适度紧张有序的工作可以避免心理上滋生失落感,令生活

更加充实,而充实的生活可改善人的抑郁心理。

3.尽力寻找情绪体验的机会。一是多想想你所从事的事业,时时不忘创新,做出新的成绩,跃上新的台阶;再者要关心他人,与亲朋、同事同甘共苦,无论悲欢离合,都是对心理的感动,它会使人头脑清醒,心胸开阔;三是多参加公益活动,乐善好施,为子孙造福。最好是学会一门艺术,无论唱歌弹琴,写作绘画,集邮藏书,都会使你进入一种新的境界,产生新的追求,在你的爱好之中寻找乐趣。

4.保护心理宁静。面对大量的信息不要紧张不安、焦虑烦躁、手足无措。保持心情宁静,学会吸收现代科学信息的方法,提高应变能力。

亚飞

你是否也跟小茹有着同样或不一样的心理困扰呢?晒出你的故事,也许下期主角就是你! 倾诉热线:0371-67655015

美丽大课堂之“天使爱美丽”

主办:郑州大学第五附属医院整形美容中心
郑州晚报健康部携同“郑州大学第五附属医院整形美容中心”

微创式隆胸 挺于无痕中

“我们目前使用的微创式隆胸是在20世纪60年代由硅胶体制作的假体隆胸的基础上发展而来的。郑州大学五附院整形美容中心的主任专家姜南告诉我们。

微创式隆胸的发展过程

“硅胶体假体隆胸曾在全世界范围内广泛使用,是传统的、成熟的隆胸方法,这种方式下硅胶囊内的硅胶量可以选择,术后形态好,效果持久,但缺点就是需要手术放置,有一定的切口,但随着现代微创技术融入整形手术中,一般采用腋下皱褶处小切口,术后完全恢复后不容易被发现。这就是微创式隆胸的简单发展过程。”姜南说。

近年来,郑州大学五附院整形美容中心在微创式隆胸技术方式上几经改良,内窥镜下微创立体式隆胸已完成数千例。

与以往只能在身体外“盲目”操作的隆胸手术不同的是,这种手术仅需要通过一个微小的切口,在内窥镜的监视下,将填充材料植入到乳腺后一个完整的腔系里,从而避免了填充材料渗入到乳腺组织中。

微创式隆胸的优点

姜南介绍说,目前的微创式隆胸主要是指内窥镜下假体隆胸,相比之下它具有以下几个优点。1.安全性:内窥镜微创立体隆胸充分利用了内窥镜的优势,在直视下完成手术,有效地避免了手术对知名血管和神经的损伤,避免手术的风险。

2.微创:内窥镜微创立体隆胸手术只需在腋下开0.5cm的小口,术中损伤轻微,不出血,手术恢复后没有痕迹。

3.快捷:手术时间只需1小时,手术后不需住院,不需休息,完全符合现代快节奏的生活。

4.无痛:手术在现代最先进的无痛分离麻醉下进行,意识清醒,完全对您的神经系统没



有任何损伤,手术在轻松瞬间完成。

5.自然:手术后塑形完美,完全符合人体正常的生理结构,手感自然逼真,连最亲爱的他都无法察觉是手术的杰作。

小贴士:

假体隆胸所采用的乳房假体是硅胶假体,有英国娜高、美国的曼托、麦格,合资的上海信界、威宁、康宁等各种品牌的假体材料,隆胸的假体在外形上分圆形(高端面、中高端面、低端面)和水滴型,目前应用最多的还是圆形毛面假体。一般情况下,胸廓比较小比较紧基础较平的,选择高端面的多些,因为乳腺发育得不是很好,所以摸起来要柔软一点。

晚报记者 董丽敏 张玉韩

咨询热线:0371-60600061/62/63
网站:www.hnxxzi.cn

“红黄绿白黑,健康我帮你”专栏④

本专栏由五色养生阁主办

买健康品该如何选择

随着市民保健意识的增强,越来越多的人开始关注营养健康品,原来一直被认为是暴利行业的保健品逐渐进入寻常百姓家,如蜂胶、鱼油、卵磷脂、螺旋藻等保健品,以及一些钙、铁、锌、硒、维生素等营养补充剂。目前市面上健康品琳琅满目、良莠不齐!有天然的、有国产的,有进口的等种类繁多,功能各异。有价高的也有价低的,有含量高的,也有含量低的,有品牌的也有杂牌的。老百姓的购买方式也有所不同,有网购的,也有电话订购的,还有店面购买的等不一而足。面对多种多样的健康品,我们购买时到底该如何选择?

选含量还是选数量?

老百姓买健康品,首先要看主要功效成分“含量”。参照中国营养学会《中国居民膳食营养指南》,一般情况下主要功效成分含量越高,保健效果越好。尤其是我们老百姓常吃的一些蜂胶、鱼油、卵磷脂、液体钙等常用保健品,通常都是含量越高,效果越好!如蜂胶,市面上有3%点多的,有4%点多的,有5%点多的,还有6%点多的以及9.3%的等含量不一,而价格却差不多,含量相比之下6%的蜂胶是3%的2倍,6%的蜂胶肯定比3%的效果好。同样产品,差不多的价格,请首先选择含量高的。其次才是数量,不然就是200粒含量低,效果也肯定不好!

选价格还是选性价比?

比如市面上的蜂胶,一般一天两至三次,每天服用4~6粒,特别麻烦,并且服用周期短,性价比不太好。而五色养生阁的美国泥娃娃6%蜂胶,因含量高,只需一次一粒,一天两次即可,服用周期较长,性价比比较高。还有市面上极为罕见的美国

泥娃娃“蜂胶皇”,总黄酮含量超过8%,高达9.3%,是蜂胶中的极品,含量更高,服用周期更长,性价比更高,只需一天一粒即可,特别方便,一瓶可以吃两个月。这样的蜂胶含量高,吃起来更实惠!还有55%浓缩鱼油,一天一粒,一瓶也是两个月,以及70%深海鱼油,脑黄金(DHA)含量高达60%~65%,是健脑补脑的极品。

选品牌还是选品质?

现在老百姓购买健康品越来越看重品牌了,其实,无论选任何一种健康品,第一选择的应该是品质,其次才是品牌。来自新西兰的全球低价先锋五色养生阁,国际品牌,全球连锁,作为健康品连锁行业的开创者和领导者,始终以“健康源于天然,品质源于心灵”为质量宗旨,在全球采购天然原料,采用“国际技术,OEM生产”。所经营的美国泥娃娃等国际品牌产品,在中国OEM生产战略合作伙伴之一仙乐制药,是中国最大最专业的保健品OEM生产商,分别通过药品GMP和保健品GMP双认证,用制药的标准生产保健品,保证了产品品质。

据悉,由五色养生阁举办的“品牌健康品特卖会”将在本月中旬开幕,届时汤臣倍健、养生堂、泥娃娃、欧姆龙、罗氏等国内外健康品云集、品牌荟萃,敬请关注!



买健康品,到五色养生阁,连锁店购买更放心!

咨询热线:400-600-5596

http://www.wuseysg.com

专业健康品连锁会员店 http://www.bolarwa-wa.com