

冠心病的“40”现象

上周三,国际奥委会终身名誉主席萨马兰奇因心肺功能衰竭在西班牙巴塞罗那去世。据悉,萨马兰奇是由于急性冠状动脉供血不足,导致心肌缺血、坏死,心脏功能减弱,最终心肺衰竭的。就这样,这个被誉为“奥林匹克之父”,有着“中国人民的好朋友”之称的萨翁离开了我们。

40岁后容易患上冠心病

“生活中,很多人对冠状动脉心脏病不甚了解。其实,冠状动脉心脏病也就是人们常说的冠心病。”弘大心血管病医院朱教授说,随着年龄的增长,到了40岁以后,就很容易患上冠心病。对女性而言,绝经期前的患病率低于男性,而绝经后则与男性相等。所以,我们在生活中还是要时刻注意自己的身体,特别是上了年纪的人,要格外注意。

同时,专家还说,冠心病发病年龄有年轻化的趋势。35岁以下的青年人群患冠心病的比例在不断上升,最小的患者只有20岁。由于冠心病发病前没有丝毫预兆,一些病人要不是抢救及时,后果不堪设想。

郑州大学第一附属医院内科专家张金盈说,冠心病还会引起并发症,如心律失常、心力衰竭、心源性休克。心律失常是急性心肌梗塞的最常见并发症,特别是室性心律失常,是急性期死亡的主要原因之一;心力衰竭是急性心肌梗塞常见和重要的并发症;若心室泵功能损害的话会出现心源性休克。

给自己一个“放心”的生活

“疾病来临时,总是让人们措手不及。我们怎样才能提前保护好自己心脏不受伤害呢?”专家建议,坚持做到以下几点,就可给自己一个“放心”的健康生活。

1.合理饮食,不要偏食,也不要过量。少吃高胆固醇、高脂肪食物,多吃素食。同时要控制总热量的摄入,限制体重增加。

2.生活一定要有规律,避免过度紧张;给自己足够的睡眠,培养多种情趣;保持良好的心态,切忌急躁、激动或闷闷不乐。

3.适当做些体育锻炼,增强身体抵抗力。

4.多喝茶。茶多酚中的儿茶素以及茶多酚在煎煮过程中不断氧化形成的茶色素,有抗凝、促进纤溶、抗血栓形成的作用,可以预防冠心病。

5.不吸烟、酗酒。烟可使动脉壁收缩,促进动脉粥样硬化;而酗酒则易情绪激动,血压升高。所以家人提醒的少吸烟、少喝酒对自己是没好处的。

7.积极防治老年慢性疾病。像高血压、高血脂、糖尿病等,这些疾病都会引起冠心病。

8.预防冠心病应积极降压。同时,密切注意心肌缺血症状。

晚报记者 董亚飞

相关链接

何谓冠状动脉性心脏病

冠状动脉性心脏病简称冠心病,是一种最常见的心脏病,是指因冠状动脉狭窄、供血不足而引起的心肌机能障碍和(或)器质性病变,故又称缺血性心脏病。冠心病症状表现胸腔中央发生一种压榨性的疼痛,并可迁延至颈、颌、手臂、后背及胃部。



肾虚分阴阳,进补需对症

仲景药业真情回馈等你参加



已过中年的老李是一家外企的主管,由于平时工作压力大,应酬比较多。总感觉腰膝酸软,精神不振,去医院咨询大夫说是肾虚了。吃不少的补肾产品却得不到根本的治疗,甚至越来越严重,专家提醒一定要注意药品的选用。

一要辨明阴阳。中医认为肾虚有阴阳之分。肾阴虚主要表现为潮热盗汗、口燥咽干、易上火、反复口腔溃疡、妇女经少、经闭等。肾阳

虚主要表现为面色苍白、肢冷畏寒、腰膝酸软、乏力、夜尿频多、阳痿早泄等。服药之前,一定要分清症状,辨明阴阳,对症进补。只有补得对症方能得到较好的治疗。

二要对症进补。据调查,肾虚中阴虚和阴阳双虚的患者数量远远多于阴虚患者的数量。而且在中老年朋友中,大多数为肾阳虚或者阴阳双虚。辨明自己属于哪种

肾虚后选择用药,如果你是阴虚可选用六味地黄丸,阳虚和阴阳双虚的要选择参杞杜仲丸。补得对症,方能达到阴阳平衡,如果补不对症,则会越补越虚。

中老年人补肾专家推荐河南仲景药业生产的参杞杜仲丸,该方古名“神仙不老丸”出自我国元代养生学家邹铉的《寿亲养老新书》,后载入《永乐大典》。该药以人参,杜仲,枸杞,地黄

等十二味中药组方,可全面调补气血,平衡阴阳,具有补肝肾益气血养心神抗衰老的功效。适用于腰膝酸软,健忘失眠,小便频繁,肢冷畏寒,倦怠乏力等特征的肾虚患者。

友情提醒:

河南仲景药业为了回馈广大顾客,联合河南复生堂大药房有限公司,河南张仲景大药房有限公司推出参杞杜仲丸的优惠活动:(1)凡在活动药店购买均可享受买赠活动。(2)老顾客可凭五个参杞杜仲丸空包装(内包装瓶)在活动药店内换取同规格产品一盒。详情请致电咨询或阅读药店活动海报(进店咨询的前10名顾客均有精美礼品赠送)。

活动药店:复生堂黄河路店(黄河路东明路交叉口向西20米路南)复生堂红专路店(红专路经三路交叉口向西20米路北)张仲景伏牛路店(伏牛路中原路交叉口向北100米)张仲景新郑路店(新郑路陇海路交叉口向南200米)张仲景朱屯路店(桐柏路再屯路交叉口向西西郊医院斜对面)张仲景工人路店(工人路建设路交叉口)

活动热线:0371-65971158 65930361

无痛终止妊娠术 解决“意外”之道

新世纪女子医院推出德国微管保宫无痛术

一份关于女性终止妊娠问卷调查数据显示,超过2/3的女性倾向于选择保宫型可视无痛终止妊娠术。由此可见,越来越多的女性在解除意外时,意识到子宫对自己的重要性,都希望选择一种保宫型手术。

“意外怀孕女性选择保宫无痛终止妊娠术,可以更好地保护子宫,将伤害降到最低。”郑州新世纪女子医院专家说,该院引进的德国微管保宫无痛终止妊娠术,是在可视、无痛、保宫、安全、私密、快捷下进行。

【普通终止妊娠术越来越“冷清”】

“普通的终止妊娠术,在手术过程中,因为要进行宫腔操作,不可避免地会损伤生殖道。手术时的器械,会直接损伤宫颈、宫腔。”专家还说,传统终止妊娠术由于痛苦很大,存在受术者因为紧张、恐惧、躁动、挣扎造成的子宫穿孔、吸宫不全、漏吸、人流综合征等并发症发生的隐患,严重者危及生命安全。因此,普通人流手术越来越“冷清”。

【不当手术给女性带来的危害有哪些】

危害1 人工终止妊娠术不当,最直接伤害到的是女性的产道。不少小医院、小诊所,由于手术设备不齐全,医生经验不足,很容易导致手术失败,引起感染,并发炎症。

危害2 多次不当终止妊娠,由于子宫遭受手术器械的摧残,伤痕累累,子宫壁变薄,孕育宝宝的“家”变得贫瘠,胎儿发育、心智发育迟滞,更有甚者导致不孕症,永远失去了做妈妈的权利。

危害3 不当终止妊娠还可引发卵巢早衰,卵巢、子宫的年龄远远超过了实际年龄,严重者还可造成大出血,危及生命安全。

【德国微管保宫术越来越受“青睐”】

NO.1 真正保宫,安全性高。
郑州新世纪女子医院的德国微管保宫无痛



终止妊娠术可将宫内孕囊情况清晰地反映在电脑监视器屏幕,医生在完全可视的状态下为受术者进行手术,可以准确地找到孕囊,锁定孕囊范围,运用进口纳米微管一次性将孕囊吸除。与以往普通人流术做B超手术相比,实现了真正意义上的安全保宫,避免了医生只凭借感觉做手术带来的危险性,安全性更高。

NO.2 纳米微管,无需扩宫。

德国微管保宫无痛术采用的是纳米材料、应用高科技精密制作的德国微管技术,直径只有3毫米大小,无需扩宫即可进入宫腔,在可视情况下将准确定位的孕囊一次性全部吸除干净,避免了普通终止妊娠术因为扩宫造成对女性子宫的损伤,可以更好地保护女性子宫,是一种保宫型无痛终止妊娠。

NO.3 手术快捷,短时高效。

德国微管保宫无痛术手术方便快捷,整个手术过程在极短时间内即可完成。术后观察半小时即可离院,无需住院,随治随走,不影响受术者的正常生活和工作。轻松解除意外怀孕带

来的烦恼。

NO.4 无菌手术,杜绝感染。

郑州新世纪女子医院的德国微管保宫无痛术是在层流级超洁净手术室进行,无菌环境使手术过程不受感染以及减少术后感染问题,避免了普通手术因吸宫不全、子宫穿孔引起的子宫大出血、感染细菌发炎等各种不良并发症的发生。

董亚飞

【新世纪女子医院专家推荐】

付冬菊 副主任医师

从事妇科工作30余年,对女性生殖医学领域颇有研究,擅长德国微管保宫全程无痛终止妊娠术。对宫颈炎、宫颈糜烂、盆腔炎、阴道炎、子宫内膜炎等各类炎症有独到的疗法。尤其擅长利用中医与先进物理疗法相结合,治疗各类妇科疾病,取得良好的效果。



睡眠的核心是床垫

五一喜临门“买床垫送床”重磅回馈开幕

随着五一黄金周的临近,中国睡眠寝具的领军企业喜临门集团推出了重磅活动答谢广大中原消费者,其推出的“买床垫送床”的促销活动尤其值得消费者关注。

目前,大部分的消费者都是床买的很贵很漂亮,床垫就随便挑挑,附带购买,甚至随床赠送等,这样从根本上没有体现出睡眠的真正含义,正如中国睡眠协会前理事长张景行教授说的那样,“睡眠的核心是床垫,床垫对睡眠很重要”。

好床垫给您好睡眠

专家认为,“消费者对很多睡眠知识是缺乏的,床垫才是睡觉的根本,因为人的一生有1/3的时间是在床上度过的”。

作为行业带头人的喜临门,集结国内外睡眠研究机构打造专业的睡眠专家团,在全国各大城市推行“科学睡眠中国行”,宣传“睡眠的核心是床垫”,“床垫比床更重要”等理念,同时在2010年五一黄金周期间,喜临门颠覆传统“买床送床垫”的消费习惯,全国独家推广“买床垫送床”大型优惠活动。

为了举办此次大型优惠活动,喜临门不断丰富产品线,床垫分软硬系列,小孩系列,个性系列,普及系列和高科技系列床垫,种类之多总能满足消费者的睡眠需求。

选床垫躺下试试最重要

张景行表示,睡眠的好坏和床垫有很大关系,“不用刻意去追求一些高价位的床垫,只有

自己睡得舒服的床垫才能保证好睡眠”。

喜临门睡眠寝具高新技术研发中心的陈教授也认为:“好床垫其实就是要适合自己的,目前有一些品牌过多强调床垫的高价格,更多品牌让消费者附带买高价位的床具,并把一些功能给‘玄乎’化,而消费者最需要的其实就是要好好去‘躺下来试试’。”

喜临门作为领先的睡眠寝具生产企业,对所生产的系列床垫、软床等床品坚持一系列严格的执行标准,高标准的质量使得喜临门睡眠寝具进入了很多挑剔的五星级酒店。同时,由于喜临门规范化的生产管理,产品的价位并不像一些品牌高得离谱,而是物超所值。

白贺