

# 关爱自己 女性要定期做检查

——郑州新世纪女子医院国际前沿技术治疗各种妇科炎症



白领谨防腰颈椎“出轨”  
专家提醒,良好的工作生活习惯可预防

随着社会节奏加快,颈椎疾病不再是中老年人的专利,办公室里的“白领、骨干、精英”患该病的概率大大增加。据有关统计显示:我国颈椎病患者已突破2亿,其中年轻人颈椎间盘突出症患者占总人口的15.2%。

郑州济华骨科医院专家说,“颈椎间盘突出”其实就是颈椎长期“积劳成疾”的恶果。在颈椎疾病中,最容易忽视,在工作生活中稍微不注意,腰酸背痛的毛病就会紧跟着你。尤其是以下两种习惯最“伤腰”:

**坐姿僵硬** 人体在前倾20度坐位时,颈椎间盘内的压力最大。这正是我们在电脑前工作、上网时经常保持的姿势。长期如此坐位,颈椎受压整体下沉缩短,身体的中轴线跟着后移,使椎间盘向后突出。

**疲劳过度** 在我们的日常活动中,颈椎大多处于屈曲状态,过度工作就等于增加颈椎屈曲的时间。统计表明,有人颈椎屈曲的频率一天中最高可达3000~5000次。这种过多的、反复的屈曲是造成腰痛最常见的原因。

济华骨科专家在此提醒,办公室白领应在工作1~2小时后,花5分钟时间在办公室做一套简单、实用、科学的健康操,这样会有效预防颈椎间盘突出。

相关链接

据了解,济华骨科医院引进了国际先进的“射频靶点消融术”,整个治疗过程在C型臂引导下精确定位,在数字剪影下进行实时检测,直接作用在病变的髓核上,数据精确到1mm以下,全程操作可视,不会伤及周围正常的组织器官。整个治疗过程不超过30分钟,不用麻醉、镇痛药、抗生素、激素,对人体无任何副作用。

专家推荐



关淑华  
郑州新世纪女子医院副主任医师

擅长治疗慢性盆腔炎、阴道炎、子宫内膜炎、宫颈炎、附件炎等各种妇科疾病,擅长运用BBT自凝刀、LEEP技术、UN国际宫颈修复术治疗宫颈疾病。

咨询电话:0371-67353333

咨询QQ:139501991

网址:www.zzsxj.net

医讯:由中国医师协会、郑州新世纪女子医院联合举办的“妇科单病种限价诊疗”活动于2010年5月1日到5月31日在郑州新世纪女子医院举行,无痛人流术全程限价600元、乳腺微创手术费限价700元、LEEP宫颈修复术手术费限价700元、腔镜下输卵管疏通术手术费限价2000元等30多项妇科疾病实行限价诊疗。中原女性只需要拨打活动专线0371-67353333、登录QQ(QQ咨询号:139501991)和官方网站(http://www.zzsxj.net)进行咨询预约,也可到位于郑州市黄河路43号(黄河路与卫生路交叉口)的郑州新世纪女子医院直接咨询预约。

笑靥如花,裙角飞扬,这个季节的女人恣意诠释着美丽。然而阴道炎、宫颈炎、盆腔炎、附件炎等妇科炎症却常常使很多女性黯然失色。郑州新世纪女子医院妇科炎症专家关淑华主任提醒广大女性患者,日常生活中一定要了解妇科疾病的症状,并做好预防工作,希望女性朋友能够度过一个完美清凉的夏天。

晚报记者 董亚飞 见习记者 蒋晓蕾

## 阴道炎 夏季是高发季节

夏季是阴道炎的高发季节,许多女性因外阴瘙痒、白带异常而坐卧不安,有的还伴有小便时疼痛或房事不适,严重影响夫妻生活质量。

郑州新世纪女子医院妇科炎症专家关淑华主任说,当白带异常时首先感觉到的是颜色和气味的变化,这是引起阴道炎的前兆。一般带有较强烈的臭味,其颜色和性状的变化如豆腐渣状,多见于霉菌感染;乳白有泡沫,多见于滴虫病;水样白带,阴道炎时多见;脓性白带,颜色发黄,多因感染所致;若是黄绿色且有粘性,挤压尿道可见有脓性分泌物,可能为淋病所致。褐色分泌物多伴有阴道溃疡和出血,也见于激素失调时黄体功能不全。

在正常的情况下,阴道会自己保持酸碱值的平衡,尽量不要以清洁剂或是消毒药水清洁阴道,甚至过度刷洗,这样不仅可能破坏阴道环境的平衡,也有可能造成阴道伤害,所以平时只要用温水冲洗即可。

## 宫颈炎 发生于任何年龄段

白带增多、白带夹杂血丝,这些是宫颈炎的典型表现。宫颈炎发生于任何年龄段的女性,临床上以慢性宫颈炎多见。主要表现为白带多,呈乳白色,黏稠的黏液或脓性黏液,有时可伴有血丝,由于外阴分泌物刺激可引起瘙痒、腰骶部疼痛,下腹胀胀等临床症状。宫颈炎包括急性和慢

性两种。白带增多是急性宫颈炎最常见的,有时甚至是唯一的症状,常呈脓性。

由于宫颈炎常与尿道炎、膀胱炎或急性阴道炎、急性子宫内膜炎等并存,常使宫颈炎的其他症状被掩盖,如不同程度的下腹部、腰骶部坠痛及膀胱刺激症状等。

## 盆腔炎 分急性和慢性两种

白带增多、发烧、下腹痛,有时感觉恶心,全身乏力,这些都是盆腔炎的典型症状。盆腔炎是妇科常见病,急性的可导致败血症、感染性休克等严重后果,若迁延不愈导致慢性盆腔炎则容易引起不孕等后果。

盆腔炎有急性盆腔炎与慢性盆腔炎之分。急性盆腔炎者发病急,病情较重,患者皆有不同程度的发冷、发烧和小腹痛。有时泌尿道也可出现受激惹或压迫症状,如尿频、尿痛、排尿困难等症。慢性盆腔炎常为急性盆腔炎未能彻底治疗,慢性盆腔炎病情常较顽固,多形成输卵管、卵巢粘连包块,且与周围粘连,抗炎药物不易进入,因而不容易彻底治愈。

郑州新世纪女子医院妇科炎症专家关淑华主任提醒女性朋友,要学会关爱自己,定期做妇科检查。当发现自身有妇科炎症等疾病的时候,最好要到正规的医院检查并就医,不可因为这是难言之隐而忌讳就医或者是自主胡乱用药。

## 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

# 除皱锦囊 帮你留住青春

时光催人老,原本俏丽的容颜挡不住岁月车轮的碾压。

“女人变老,先从脸开始。”据郑大五附院医学整形美容中心主任姜南介绍说:“女人面部老化主要由年龄、营养、遗传、环境、身体状况等原因引起,一般25岁时,面部就开始出现细纹;30岁时面部皮肤开始松弛、粗糙、眼角下垂、眉下垂、有鱼尾纹、额部皱纹、眉间皱纹;40岁后眼睑皮肤松弛加重,鼻唇沟加深,眉间前额皱纹加重;50岁时开始出现脸下部(下颌、额、颈部)皮肤松弛下垂,鼻尖逐渐变平,颊部出现凹陷;60岁后额部、颊部皮肤和皮下组织变薄,各部位皮肤松弛下垂和皱纹更明显了。”皱纹,是女人的天敌,要想青春永驻,看看专家有啥除皱锦囊妙计?

### 锦囊一:无创除皱,除皱细无声 BOTOX生物除皱

BOTOX生物除皱是全球除皱明星,主要治疗早期皱纹。利用BOTOX生物制剂阻断神经对肌肉的传导,配合非手术像束激光,能有效刺激胶原蛋白重组,紧致肌肤,减少皱纹。无创除皱无创伤、不疼痛,哪里有皱纹,及时修复哪里,而且BOTOX除皱非常轻松,在闲聊过程中,就能轻松除皱。

### Pixel像束激光除皱

像束激光除皱是近年来美容外科范围开辟的一项新技术,除皱更精细,效果更显著,安全性极高。是眼角、眉间纹、鼻唇沟等表情纹(也叫动力性皱纹)最好的除皱方法之一。像束激光除皱具有非生物源性、无过敏风险等优势,使用后完美自然,无硬结、时间短、安全痛苦小、无创伤、见效快等特点。



### 锦囊二:手术除皱,彻底青春 小切口微创除皱

当重力性皱纹形成,女人正式进入衰老期,需利用手术除皱,才能从根本上阻断衰老的“命脉”。最先进彻底的方法就是将最新的内窥镜技术运用到面部除皱手术中,内窥镜小切口除皱术属于国际上倡导的微创手术,是利用小切口内镜直视下操作,直视手术出血少,损伤轻,很难找到疤痕,术后第七天甚至连缝合线也找不到。手术效果维持时间最长。

不过专家特别提醒,除皱要选择正规有实力的大医院,这样效果才有保障!据悉,郑大五附院医学整形美容中心目前正在举办大型公益活动“爱美之声”,有意向的爱美女性可以拨打0371-60600061垂询。

适用对象:45岁以上面部皱纹较多,皮肤松弛或严重松弛下垂

除皱推荐:★★★★★

董亚飞 蒋晓蕾

“红黄绿白黑,健康我帮你”专栏10

本专栏由五色养生阁主办

## 五色丽人节惊爆绿城

### 品牌云集,名品荟萃

5月21日,由五色养生阁健康品连锁主办的“五色丽人节”暨口服化妆品特惠大放价活动,在中原郑州盛大开幕。

碧生源、养生堂、绿A、汤臣倍健、澳洲能量组合、美国泥娃娃和新西兰新娃娃等众多国际国内著名、知名品牌汇聚一堂,养生堂天然维生素E和天然维生素C、绿A天然螺旋藻、碧生源减肥茶等名品荟萃,拉开一场震撼绿城女性的口服化妆品特惠大放价活动。

### 惊爆特价,惊爆绿城!

碧生源常润茶,原零售价29.8元/盒,现特惠价26元/盒,200元8盒,再送4盒,200元相当于买12盒,8盒又省38.4元;碧生源减肥茶,原零售价39.8元/盒,现特惠价36元/盒;美国泥娃娃芦荟,原零售价98元/瓶,现特惠价29元/瓶;新西兰泥娃娃胶原蛋白,原零售价98元/盒,现特惠价39元/盒;养生堂天然维生素E,原零售价72元/瓶,现特惠价59元/瓶;养生堂天然维生素C,原零售价82元/瓶,现特惠价69元/瓶……全场口服化妆品特惠大放价,让人心动,值得关注!

## 口服化妆品 让女人由内而外的美丽

### 口服化妆品,风行海内外!

口服化妆品,实际上就是通过口服达到美容保养效果的营养保健品,旨在由内而外地改善肤质。外用化妆品一般只能停留在皮肤表面,或最多渗透入角质层发挥作用。然而,口服化妆品能够通过人体新陈代谢直达真皮层,增强肌肤自身的免疫功能和修复能力,真正起到“以内养外”的美容作用。

口服化妆品在海外已流行多年,并且已有六成以上女性口服美容品。常见的口服化妆品有:胶原蛋白、葡萄籽、羊胎素、天然维生素E、维生素C、芦荟、阿胶、大豆异黄酮、膳食纤维……女性通过口服化妆品,绽放由内而外的美丽。

全球低价先锋五色养生阁,是品牌健康品连锁航母,经营养生堂、碧生源、绿A、汤臣倍健、澳洲能量组合、美国泥

娃娃和新西兰新娃娃等国际国内著名、知名品牌的口服化妆品。如:胶原蛋白,能紧致平皱,改善松弛,收紧皮肤,使乳房挺拔、丰满、富有弹性等。

葡萄籽,被称为“皮肤维生素、口服化妆品”,含有原花青素,可以消除因紫外线照射造成的皮肤伤害,与维生素C一起服用,更可以抑制黑色素凝聚,褪减面斑,使肤色白净亮泽。

天然维生素E能逆转皮肤衰老,使肌肤变得光滑、白皙,维生素C能还原黑色素,促进胶原蛋白合成,滋润美白肌肤,预防肌肤老化。大豆异黄酮,被称为“天然植物雌激素”,能调节内分泌,延缓衰老,推迟更年期,是女性天然的“魅力因子”。芦荟,补水保湿,排毒养颜;膳食纤维,润肠通便、防治便秘、辅助减肥;阿胶,被称为“补血圣品、国家瑰宝”,具有补血养颜,调节内分泌的作用……



FCHC  
五色养生阁  
Five colors health club

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

专业健康品连锁会员店

http://www.wuseysq.com http://www.bolarwa-wa.com