



# 踏海钻林 做好防晒少碰花草

## 踏海 防晒工作要做足

“海边的阳光非比寻常,决定去海边旅游的朋友,防晒霜、太阳镜、遮阳帽一样也不能少,尤其是女性朋友。”郑州市中医院皮肤科王晓丽大夫说,防晒霜一定要选择防水型的,以防海水或汗水冲洗掉,失去功效。防晒霜应选用既防B波紫外线(SPF防晒指数),又防A波紫外线(PA值)的,并且SPF防晒指数在30倍以上,

PA值要2~3个加号的。此外,太阳镜片的颜色不宜过深,建议海边出游的朋友选择绿色或灰色镜片,能清晰地看清外界环境。

裸露在外的肌肤,如果突然接受强光照射很容易晒伤、脱皮,王晓丽建议,游泳后用清水冲洗,或用黄瓜片敷在被晒红的部位。

## 钻林 野花溪水少接触

王晓丽说:“去山谷、森林和生态公园等地方旅游时,不要随意采摘花草,带来过敏症,轻则鼻痒、打喷嚏,重则花粉会通过鼻黏膜进入呼吸道,引起全身过敏症状。”专家建议,如果发生过敏反应,轻者用清水冷敷一下即可自愈,比较严重的,如已出现疹子、渗出黄色液体时,可将黄连素4片用适量凉开水化开,敷于患处可减少黄色液体渗出。

有些野生的植物本身就带有毒素,不要碰触。含羞草虽一触即“羞”,但其体内含有一种含羞草碱,频繁地接触,会引起全身不适。

此外,像马蹄莲、一品红等,也都含不同的有毒物质,不要随意触摸。“山林中的溪水看上去清澈见底,却常常含有病菌和寄生虫,用溪水来洗脸和洗手,容易感染病菌。”因此,外出旅游要常备消毒湿纸巾,尽量不要用溪水来洗脸。

这个五一黄金周,您准备去哪儿旅游?是历史悠久的名山大川,还是美丽浪漫的海南,或者是梦寐已久的川藏高原?郑州市中心医院急诊科副主任医师曲小良建议:“到不同的地方,在健康方面,有不同的注意事项,大家出门时一定要要注意。”

记者 董丽敏

## 五一出游 这些东西你要备齐

### 温馨提示

**小包包:**旅游中,人群流动性大,一些疾病传播的机会也多。为了防治旅途中的小伤小病,准备一个小药包是十分必要的。外用药应准备2%碘酊一瓶(20毫升),当皮肤有小擦伤时及时涂擦。再准备氯霉素眼药水一支,当眼结膜充血发红时,及时用它滴眼。还应准备一些创可贴。患有“脚气”的人,带一支“达克宁霜”。内用药首先是防止感冒的药物,建议在康泰克、复方感冒灵、感冒通等几种药物中选择1或2种放在旅行药包中即可。其次是准备一些抗炎症药物如阿莫西林、复方新诺明等。最后,还应准备少量安定片及去痛片,旅途中万一失眠时,可服安定片以助睡眠;当身体某处出现剧烈神经痛、牙痛时,可用去痛片缓解疼痛症状。

**应急物品:**气体打火机一个(防风打火机更好)、灯笼蜡烛数支,用于照明、取暖、点火、野外生火煮食;多带小刀一把,切割削之用;细尼龙绳5~10米,捆绑物品、晾晒衣物、扎营等;小型指南针一个,荒野山林失去方向用;手电筒一个,哨子一个,遇险发信号联络用;高锰酸钾一小瓶,既可消毒用,又可作引火燃料;药棉若干,擦洗和包扎伤口用,也可作引火物;丝巾一块,既可防风保暖用,又可用于包扎伤口和作止血带;有盖铁皮罐一个(形状不限),既可装上述应急物品,又能作为饮具煮食,还可用其盖反射日光发信号;墨镜一副,烈日炎炎,墨镜是保护眼睛不受强烈日光侵害的必需品,为了便于携带,应该选择重量轻、不怕摔的树脂或者其他合成材料的运动镜,最好是眼镜腿配有带子的那种。



# 十年老痔疮,肿成鸡蛋大 中药汤一喝就好



痔疮不用再手术,只需一杯热汤药就能止痛、除痔核。日前,知名大型中药企业同仁堂的专利药方,成功实现现代科技升级,转化为科技成果在我省上市。

无论您是多么严重的痔疮,无论您是内痔、外痔、混合痔……吃同仁堂这种新型的痔疮颗粒,只需温开水冲一杯下肚,立刻不痛、不痒,6-12天舒舒服服就能把豆大的痔疮治干净,效果和手术一样好,却不用遭手术的罪!

在过去,痔疮一直靠手术治疗。患者要花费好几千,经历打麻药(好几针,每针都疼),麻后尿不出,术后换药,术后大便,伤口掉线五个关口,每个关口都疼得好似金刚钻伸进了血肉之躯。因为恢复慢、耗时长,被医学界称为世界第二大痛苦手术。更可怕的是,撇开伤口感染、肛门狭窄等各种术后遗症不谈,患者受了那么多罪,割下了那团肉,指不定哪天又长出新的来。

现在,您再也不用为痔疮难治而发愁,马上服用同仁堂的新型痔疮颗粒,不痛、不痒,舒舒服服就能把多年的痔疮治干净,不用再忍受痔疮痛苦!

和一般的中药汤不同,新型痔疮颗粒是一种超浓缩中药结晶,是去除药渣后的全精华成分,完完全全能被机体吸收。止痛、止血

效果是传统药方制剂的十倍,收敛痔核效果是以往的七倍。

将这浓缩的中药小颗粒,用温开水冲上一杯下肚,便血立刻止住,肿痛神奇消失。喝上一个礼拜,感觉痔块越来越软,越来越小,更有临床服用中的重度痔疮患者反应,某天大便,居然拉出个肉瘤来,跟了自己几十年的痔核,不疼不痒地就这样自己脱落了,屁股里再也不像夹了个东西,如厕从此轻松爽快!

研发人员介绍,新型痔疮颗粒集中了我我国蛋白组学应用研究的最新成果。它独有的超微药物离子——化痔双酶它能迅速渗入痔核内部,一方面,它让凝固血液变活,化除淤血,痔核自行消散,另一方面它让静脉壁纤维立即收紧,不再扩张,痔核自行变小脱落。按疗程服用,“血管网”和“神经网”能彻底修复,直肠和黏膜组织静脉恢复恢复,肛周血液循环通畅,从此再也不敢得痔疮。

中医药大学的科学家在研究同仁堂的独家秘方“痔疮止血丸”时,偶然发现了这种生物酶。这道秘方早在明清时期就已名声大噪,历经十二代流传至今,一直是民间的痔疮圣药。

经现代科技升级后,超微萃取,超强浓缩的痔疮颗粒结晶,没了药渣,全是精华,药效一下提升十几倍,成为首个能替代手术治痔疮的纯中药制剂,获得国家重大发明专利(专利号:CN02113007.8)。

我省大药房都已引进同仁堂痔疮颗粒,痔疮患者朋友可直接到本报下方授权药房购买,也可以拨打专线 0371—55822677 咨询详情。

# 百年同仁堂 心脏病有了特效药

### 同仁堂正式援助心脏病患者

同仁堂,凡是提起中药,许多人都不会不约而同地想到这三个字。同仁堂(原名同仁堂药室、同仁堂药铺)是乐显扬创建于清朝康熙八年(公元1669年)的一家药店。其服务宗旨是“修和无人见,存心有天知”。历经数代、载誉300余年的同仁堂,以其传统、严谨的制药工艺,显著的疗效享誉海内外。

百年同仁堂的心脏病治疗特效药——国药准字 Z12020199【同仁堂冠脉通】纯中药制剂,无副作用,从1949年至今已经康复数十万心脏病、冠心病的患者,被称为同仁堂的“镇店之宝”,并获得国家专利(专利号: Z1200510015833.6国家科技进步奖。现在,应广大心脏病患者的多次要求,同仁堂决定将【同仁堂冠脉通】公开销售,援助全国心脏病患者!

## U a a U 保密配方攻克心脏病 冠心病

同仁堂无论是从医德医风来说,还是从做事做人来看,都是中国国内首屈一指的、最讲诚信的医药企业及医疗机构。凡是服用【同仁堂冠脉通】的心脏病患者,同仁堂都给予放心的承诺,让患者放心治疗!

**据北京、上海两地首批69857名同仁堂冠脉通康复者冠状造影显示:**血管内堵塞完全消失,血管通畅,血流正常,心肌细胞恢复充盈、饱满,仿佛换了一颗年轻、健康的的心脏一样,心脏跳动有序有力,心脏病全好了。

**凡是服用同仁堂冠脉通1-3天:**心肌供血增加。胸闷、胸痛、心慌气短及乏力、心悸等症消失。喘气顺畅,胸口敞亮,脑袋清亮,手脚有力,不再易惊吓。

**凡是服用同仁堂冠脉通1-2个疗程:**打通全身血脉,早搏、心房纤颤、心律不齐、神疲乏力、睡觉不踏实等症完全消失。轻中度心脏病、心绞痛、冠心病全面康复。

**凡是服用同仁堂冠脉通3-5个疗程:**无论你是几年,甚至几十年的心脏病、冠心病以及心脑血管疾病,均可康复。纯中药制剂,无副作用,杜绝复发。

## 郑重承诺

承诺1:服用同仁堂冠脉通3期未达满意效果,同仁堂无条件跟踪治疗直到满意!  
承诺2:心脏病康复后,3年内如果再次复发,同仁堂免费治疗至痊愈!

以下人群急需服用冠脉通:

- 1、冠心病、心绞痛、心肌梗死、心肌劳损、心律失常(房颤、早搏等)、心室肥大、心梗、心力衰竭等各类心脏病患者。
- 2、心慌、心悸、胸闷、憋气、气短、呼吸



## 同仁堂援助郑州心脏病活动 最后3天

【同仁堂冠脉通】以其纯中药,无副作用,疗效好,无依赖性深受广大心脏病、冠心病患者。近日,厂家特推出:原价98元/盒,优惠价59元/盒的大型优惠活动,本次活动仅限100名。

注:请一定要按疗程服用,30盒一疗程,无效退货退款。

买30赠10  
买20赠5  
买10赠1

中医专家热线:  
53728822  
0371 53700355

该药在福康医药超市已有销售 (黄河路花园路交叉口向东50米路北)