



# 假期骑行:环保健身还不挤

## 我市上百名自行车骑行爱好者参加“洞林湖·新田城”9公里挑战赛

“在大自然里自由呼吸的感觉和在城里完全不一样,在这样的山水间比赛,感觉太爽了。”10月2日早上,由“洞林湖·新田城”举办的新田城9公里自行车骑行挑战赛拉开序幕,我市上百名自行车骑行爱好者参加了比赛。 记者 李雪/文 王磊/图



比赛开始

### 新田城骑行,仿佛置身景区

10点,随着一声发令枪响,来自社会各界的几十名自行车骑行爱好者率先冲出起点,随后,郑州市各知名自行车协会会员、骑行俱乐部等代表队相继出发,队员们的身影在景色宜人的新田大道和明媚的阳光中快速穿梭着。

“感觉太爽了。这样的活动不但提倡了低碳环保,而且也锻炼了身体,对于自行车爱好者来说,这样的比赛很有意义,我们也结识了更多的朋友。”在一家设计院工作的自行车爱好者刘海涛说。

“我今年54岁了,家里人都特别喜欢这项运动,这不国庆节放假,我们全家都来新田城,仿佛置身旅游景点。旅游加健身,两不误。”王艳老人一脸兴奋。

### 放弃远行,专门来洞林湖骑行

在外国语上学的赵子云和王道龙,活动当天特意起早来到新田城。“儿子特别赞成假期骑行旅游,不用出远门挤人潮,还可以在这个环境宜人景区的地方呼吸新鲜空气。”王道龙的家长笑着说。

而获得体验组第一名52岁的张建民说,

他之前骑车去过西藏,长途拉练和短途竞技骑车还有所不同。

“拉练比的是耐力而竞技比的是爆发力和技巧。”在谈及获奖感言时,他说,骑车就像人生,有顺畅的下坡也有艰难的上坡,充满了未知和刺激。

“这个新田城太适合来骑车旅行了,沿路的风景好,空气好,道路很平整,特别适合骑车。将来,我打算也把家安在这儿。”

### 生态出行,全民健身骑行赢大奖

此次比赛按照年龄段分老年组(51岁以上)、中年组(35~50岁)、青少年组(16~34岁)

进行比赛,在新田大道指定的路段进行公路计时挑战赛。

比赛线路:从新田城展示中心北侧北大路出发,沿新田大道向北至马沟转盘后原路返回,全程9公里。分别决出前六名。其中一等奖奖励现金5000元(3名),特别体验组:第一名:现金1000元(1名)。

“这次比赛为自行车爱好者们提供了一个以车友会和相互交流学习的平台,同时也提升了新田城的魅力,展现了车友们的风采。”主办方相关负责人介绍,本次活动为推动全民健身活动的开展,倡导低碳生活,展示了自然、生态、现代、宜居的洞林湖·新田城。

## 过完节上班了 本周雨少风多

长假结束了,第一天上班。  
今天的5点12分,迎来农历二十四节气之一的寒露。

俗话说:“吃了寒露饭,单衣汉少见。”进入寒露后,冷空气会来得比较频繁。

这一周的天气,雨水不多,但是冷空气带来的大风真不少呢!

### 降水不多、风多

省气象台发布消息说,预计本周全省周降水量较常年同期偏少。周内全省无明显降水过程。预计有一次中等偏弱冷空气影响我省,周内气温较平稳。全省周平均气温接近常年同期或略偏高。周内极端最低气温西部山区6℃~7℃,其他地区9℃~10℃。

周三,受弱冷空气影响,全省有3~4级的北到西北风。周五前后,西部部分地区有短时阵雨。周末受冷空气影响,全省有4级左右的偏北风。

寒露是凉爽向寒冷的转折点。寒露时节,北方已呈现深秋景象,白云红叶,偶见早霜。南方则秋意渐浓。

### 今明两天的天气

昨夜到今天白天,三门峡、洛阳、南阳三地区阴天,部分地区有阵雨;其他地区多云间阴天。全省偏东风2~3级。最低温度西部山区11℃~13℃;最高温度23℃~25℃。

明天,全省多云到晴天。受冷空气影响,下午到夜里,全省有4级左右偏北风。今明两天凌晨到上午,我省大部分地区有雾。

郑州,昨天夜里到今天白天,多云间阴天,东南风2~3级。最低温度17℃~18℃;最高温度23℃~24℃。 记者 马燕

# 糖尿病并发症 检测通知

普查项目:心、脑、足、眼、肾、神经等并发症发生发展情况

报名电话:0371-68567610 68567620

为了让广大糖友早日摆脱糖尿病并发症的毒害,切实减轻糖尿病患者经济压力和精神负担,“协和阳光糖尿病预防与干预工程”联合多家医疗机构举行“糖尿病并发症公益普查”活动。凡糖尿病患者凭个人有效证件均可报名参加,每天限定检测40名。机会难得,请抓紧时间报名!

报名电话:68567610

### 免费检测病变器官 并发症发生早知道

为了配合“糖尿病并发症公益普查”活动的举行,最近,“协和阳光”工程引进新一代并发症(AGEs)检测仪,对患者身体各大系统功能全面检测,通过红色(重度)黄色(中度)蓝色(轻度)绿色(正常)四个数据化指标,使并发症发展情况一目了然。具体检测内容包括:

#### ●检测毒糖(AGEs)含量

让您了解自身体内的毒糖含量

#### ●检测毒糖(AGEs)沉积与器官病变的具体位置

专家根据检测结果指出病变部位,让治疗更有目标性

#### ●检测由毒糖(AGEs)引起的并发症危险等级

让您了解并发症的具体状况,专家与您

商讨应对措施。

#### ●对检测者作出全面的健康评估报告

全面评估,走出“摞下葫芦起来瓢”的误区。

1957年,美国提出著名的良导络诊疗学,研制出了符合中国人体质的AGE数字健康分析系统;

2007年,AGE数字分析仪获国家药品监督管理局医疗器械认证;

2008年,协和医院等医院首批购进AGE数字健康分析仪运用到临床检测,结果精确全面。

科学现已证实,“毒糖(AGEs)”是导致糖尿病患者血糖升高,并发症发生、发展的罪魁祸首,提前监控“毒糖(AGEs)”将为糖尿病的预防与治疗提供极其重要的参考价值,实为广大糖尿病患者的福音!

该检测做到了糖尿病指标的“全面、客观、准确、形象”。检测方便、快捷、准确,每次仅需10分钟,无创伤,无不良反应,每天检测限40名。有需要的糖尿病患者请尽快提前报名预约。

报名电话:68567610 68567620

全国监督电话:400-812-8812

(检测不收任何费用)

## “椎间盘突出”害怕做手术咋办?

有顾虑的患者可以按特惠体验价先买5盒 每盒节省40元

椎间盘突出是纤维环破裂,髓核从破裂处突出压迫神经,髓核向正后方突出,还会压迫椎管引起椎管狭窄症,由于椎间盘是无血管组织,口服药物很难进入病灶,导致该类疾病久治不愈……

迷茫无助之时,一种“配方奇、浓度高、见效快”的尖端产品问世,由于针对病因、作用直接,很多患者用后有立竿见影之妙,所以取名为“仙草活骨膏”。

与其他产品不同,“仙草活骨膏”独家采用生物低温浓缩技术提取,内含大量生物活性酶,能够进入组织深处与突出物发生连锁生化反应,使之失水萎缩,体积变小,水肿粘连钙化增生炎症消除,从而解除对神经的压迫,急性发作期24小时见效,两个礼拜即可恢复正常生活,病重者见效更快!特别适用于久治不愈医生已建议手术的患者以及手术失败瘫倒在床者,一般一周就能显奇效!

郑州刘先生患腰4-5椎间盘突出、椎管狭窄,刚开始是腰疼,没多久臀部跟腿也感到疼痛麻木,后来竟发展到走不了几步路就得停下休息,不得已做了手术,结果仍没有好转……痛苦之中,突然发现了“仙草活骨膏”,用后次日麻木之处就有痛感,不到两个礼拜,已能连续行走数里之远。据女儿介绍,多年来,其父治病所花费用高达107万多元,仅在市某医院,就花了36万元。到头来,医生宣告其父患的是顽疾不好治,除非再尝试一次手术。而仙草活骨膏仅一个疗程就基本解除症状,这令全家都感到十分惊喜!

(豫郑食药监械(准)字2006第1640005号)

骨科咨询热线:0371-53788210

市内送货,外地邮寄,货到付款

专销地址:郑州市河医立交桥东北角向东30米新康达尔大药房

## “膝关节病”奇方风靡郑州

仙草骨痛贴 有顾虑的患者首次可以按特惠体验价先买5盒 每盒节省21元

在郑州,越来越多的中老年朋友都知道远在云南的侯廷瀚教授以及他专门针对老年退行性膝关节病研制而成的“仙草骨痛贴”,但凡发现身边有上下楼关节疼痛不敢使劲,久坐站起时关节僵硬迈不动步的病人,就推荐其使用这个产品,结果不管病情有多重,只要用上仙草骨痛贴,病情很快就能缓解,几天就能大踏步行走……

黄河路有位老人关节疼痛,腿不能打弯,蹲下站起都困难,拍片诊断为关节间隙不均匀性狭窄、骨质增生、滑膜炎,关节腔积水,刚到60岁就拄上了拐杖,吃药、打封闭、关节镜都没有从根本上解决问题。最后医生宣告:“你患的是顽疾,不好治,除非换关节。”痛苦之中突然发现了仙草骨痛贴,月初用药,次日就有减轻,月底扔掉拐杖,随团出游,还征服了南岳衡山。

骨关节病,主要原因是关节软骨退变,对关节保护作用降低,引发骨质增生、滑膜炎、软骨软化、半月板损伤等……“仙草骨痛贴”专门针对关节退变深层病因研制而成,强效活性成分能直透皮下骨质,对关节软骨、滑膜、半月板具有极强的营养修复作用,可快速钝化骨刺,恢复滑膜的润滑功能,从根本上消除疼痛。

“仙草骨痛贴”是被国家批准的专门针对膝关节病的准字号产品,自上市以来,凭借过硬的疗效,优质的服务,经过无数重症患者的严格考验,已成为骨病市场中畅销不衰的领军产品。

(豫郑食药监械(准)字2006第1640004号)

康复热线:0371-53788102

市内送货,外地邮寄 货到付款

专销地址:郑州市陇海中路市骨科医院向东30米瑞康大药房