老慢支、哮喘、肺气肿、肺心病、间质性肺炎、尘肺等慢性肺病病友注意了

自测一下你处在什么阶段，了解一下如何预防生存危机

六种老肺病，逆转纤维化能除根

警惕：老肺病恶化的几个危险信号

国际四大著名医学周刊之一《美国医学会杂志》(The Journal of the American Medical Association,JAMA)经过长期临床观察，发现慢性肺病恶化一般要经历四个阶段：

第一阶段：在外感或内伤等因素影响下，诱发疾病，出现咳嗽、胸闷、气促等单个或数个症状。

第二阶段：肺部炎症感染、损伤，致使受损组织不断修复，形成瘢痕性增生(肺纤维化)。肺部功能发生根本性损伤，为再次发病埋下根源。

第三阶段：因肺部纤维化导致反复犯病，肺功能逐渐低下，患者机体衰弱，肺功能逐步下降，现出明显缺氧症状。

第四阶段：肺纤维化严重，肺功能严重损伤，咳、喘、闷加剧，患者面临呼吸衰竭、窒息、多脏器衰竭等生存危机，30%的患者可能猝死，50%以上的患者面临3年生存考验。

毫无疑问，肺纤维化是老肺病的罪魁祸首和夺命杀手。而逆转肺纤维化，彻底消除反复发病的祸根，延长患者寿命，已成为各国医学界迫在眉睫的共识。

逆转纤维化新科技，打造慢性肺病除根“杀手锏”

郑州管城区商户马先生，患慢性支气管炎十几年，每年冬天发作都要住好几次医院。2011年9月，患者活动后气短、喘促症状再次加重，出现窒息现象，诊断为肺部纤维化，9月底进行逆转纤维化治疗，春节前咳喘症状明显减轻，今年6月CT复查，纤维化阴影消失，肺功能正常，拥有了一个正常人的新肺。

像这样的康复例子，近年来开始在中国成千上万地涌现，是因为本世纪初，中国科学家自主研制出了专利技术产品“复合CFX”，它可以完美控制并逆转机体组织纤维化，从源头恢复肺部正常功能，消除肺病根源。

北京中医药大学、浙大二附院曾分别对1280名、659名慢性病患者进行临床及跟踪观察，该科技成果对老慢支、哮喘、肺气肿、肺心病、间质性肺炎、尘肺等6种老肺病，实现革命性的突破，病情无论轻重，一般治疗1~3阶段均可除根：

第一阶段：呼吸顺畅，憋气感减轻，吸氧减少；

第二阶段：上楼不喘，胸痛、闷胀感缓解，不用吸氧；

第三阶段：咳嗽、胸痛、闷胀等症状消除，CT显示肺部纤维化阴影消失，肺功能恢复正常。

名专家帮我们去除生存之忧、后顾之忧

新技术引进河南后，本年度仅我省已经有1000多名患者康复，不用再为反复犯病买单、受罪、担心。为帮助更多患者摆脱危机，10月27~28日，北京抗纤维化领导小组特委派专家周静怡主任(中华医学会呼吸分会成员、副主任医师、北京协和纤维化防治中心主任)莅临郑州为患者免费咨询，即日起可进行预约。

记者 李鹏云 蒋晓蕾

预约热线：0371-86688255、86688233

慢性支气管炎 高血压 糖尿病

三种常见病，老人多注意

10月23日是重阳节，又称“老人节”，尊老、敬老、爱老历来是我们民族的优良传统，而身体健康是老人安度晚年的前提，因此在这个特别的节日里，我们除了为老人们送上衷心的祝福，也要把目光投向他们的健康领域，关注老年疾病的防治。 为此，本报记者就老年人常见病，邀请相关医学专家畅谈防治措施，为天下所有的老人送上一份秋日的关爱。 记者 董亚飞 李鹏云

慢性支气管炎 晨起保暖是关键

慢性支气管炎是一种老年人常见病，通常是由于感冒、吸烟、过敏、环境污染等原因，使支气管和细支气管反复受到感染和刺激所致。临床表现有发热、畏寒、身痛、咳嗽等症状，病情严重者咳嗽、喘鸣几乎终年不停，并呼吸困难，继续发展可并发肺气肿，甚至肺心病而危及生命。

防治措施：老年人在气候变化大的季节应特别注意预防感冒，感冒后要及时就医；平时应少吃或忌食生冷、辛辣、油腻及烟、酒等刺激性的东西，减少或避免对呼吸道的刺激；多吃止咳、平喘、祛痰、温肺、健脾的食物，如白果、枇杷、栗子、百合、海带、紫菜等可增强免疫力；另外卧室要经常开窗，保持空气流通，床单、被褥、衣物要勤于更换和清洗，减少过敏源；早起锻炼身体时，最好戴上口罩外出，增加衣物，以免冷空气刺激呼吸道，引发气管炎。

糖尿病 控制情绪很有效

糖尿病属于内分泌代谢系统疾病，也是一种常见的老年病。其诱发因素有：感染、肥胖、体力活动少、妊娠和环境因素等，临床上有烦渴、多尿、多饮、多食、疲乏、消瘦、尿糖等表现，并可在动脉硬化及微血管病变基础上产生多种慢性并发症，如糖尿病性心脏病、糖尿病性肢端坏疽、糖尿病性脑血管病、糖尿病性肾病、糖尿病性视网膜病变及神经病变等。

防治措施：老年人应合理饮食，适当地吃，科学地吃，严格控制糖分和脂肪摄入量，少吃油炸食品，减少摄取的总热量；在饮食中增加膳食纤维的量，多吃一些蔬菜、麦麸、豆及谷类，并注意补充维生素和无机盐；经常保持一定的运动量，促进新陈代谢，控制体重；放松心情，因为各种情绪都会进一步加强胰岛素抵抗，促使糖尿病的发生，保持良好心态对糖尿病的预防有积极的作用。

高血压 日常控盐很重要

高血压是中老年人的常见病，也是危害人类健康的主要疾病。其发病原因医学界普遍认为是在一定的遗传背景下由于多种环境因素参与使正常血压调节机制失常所致。高血压既是独立的心血管疾病，又会导致心、脑、肾三个重要的生命器官病变，从而产生冠心病、心力衰竭、脑出血、脑梗塞、肾功能衰竭、尿毒症等严重的并发症，危害极大。

防治措施：老年人应特别注意合理膳食，控制热能和体重，减少脂肪摄入，多吃蔬菜和水果；严格限制食盐摄入，每人每日食盐摄入量宜控制在6克以下；老年人应戒烟酒；根据年龄及身体状况选择慢跑、快步走、太极拳等不同运动方式，控制好血压，减轻体重，增强体力；保持健康的心理状态，注意心理平衡及情绪的调整，减少精神压力。

34岁的女中医于某最近因为一组写真照而迅速走红，照片中的她身材堪称完美，而且皮肤洁白无瑕。网友纷纷表示，这样的身材，这样的皮肤，就是20多岁的模特都未必有。而更令人称奇的是，据说不久前的她身材还相当普通，皮肤也略显粗糙。

是什么让她有了如此惊人的变化呢？

超美女中医 火辣身材惹争议

■都是早餐惹的“祸”

经过一番努力，小编终于找到了照片中人——食品健康研究中心的研究员于某。

据于某讲，自己的身材和皮肤之所以这么好，竟然是因为一顿早餐。

“我是去年来中心工作的，刚来的时候有件事让我觉得特奇怪。中心100多人，上到德高望重的老专家、下到基层研究员。居然都在吃一种中心自己调的早餐。这种早餐是粉状的，吃的时候加水一冲，喝着有股燕麦和牛奶的味道，很好喝。我才吃了3天，身体竟然就有了很大的变化，明明挺合适的裤子居然松得直往下掉！眼角的细纹浅了，连脸上的色斑都淡了！

我觉得特惊讶，就跑去问我们科的王主任。他告诉我，这种早餐叫“早餐第一步”是中心几位老专家花了8年多的时间才调配成的食疗秘方。它是从10余种谷果中提取精华而成的。富含三十几种特殊的营养物质。能补中开胃、健脾祛湿，平衡阴阳。吃这种早餐减肥，胖人一般3天就能瘦7斤，而且不用节食。还能去三高、淡化色斑、美白肌肤、延缓衰老，好处可多了。所以，女人、男人、老人、孩子、三高、心脏病、糖尿病人、亚健康的人尤其应该吃。

我这还不算什么呢。于某笑着说：“我们这开车的刘师傅原来180多斤，血压、血脂、血糖都超标，有阵子因为心脏病犯的特别厉害，都要办内退了。结果吃了这种早餐没多久，体重就减到了140斤，三高也没了，心脏病也不怎么犯了，现在还上班呢”。

■几块钱解决大问题

小编了解到，“早餐第一步”一直采取“三不原则”——1.不请明星代言，把钱用在提高品质上让百姓受益。2.不违法添加成分，100%纯天然，绝对不含任何药物成分或化学成分。3.让减肥多次失败的人也能放心尝试，不再花一分冤枉钱！

小编获悉，“早餐第一步”已于2011年取得了国家QS、CMA双重质量认证。但由于是专供产品，目前市面上还很难买到。为解决购买难的问题，健康中心专门设立了订购电话：4000-886-081或0371-55697687，免费送货！货到付款！

国际第10代前列腺特效国药准字药

10000名患者联名证言征集活动

前列腺患者

发药公告

常规治疗前列腺药物90%都是通过扩张尿道，消炎，利尿来缓解；药物无法穿透包膜，根本没有办法解决腺毒再生，腺管受损，腺泡萎缩老化问题，复发率高，难以除根！第10代前列腺专用国药[立克康]（国药准字Z20050626）以纯中药制剂，独有的腺活素小分子药物能穿透前列腺脂质包膜，祛腺毒，活腺体，修复腺管同时进行，根本解决男性前列腺问题！现向全国征集10000名前列腺患者，成本费发药，就是想通过患者的亲身验证、联名证言，证实【立克康】的真实疗效！

据服用过的患者反馈：服用当天，小腹温热，夜尿次数减少；3~5天，前列腺积毒开始排出，腺管疏通，排尿通畅；10天左右，平滑肌有力，不再尿急尿频尿的净，憋得住。部分患者有晨勃现象出现；连续治疗30~60天，积毒排尽，前列腺炎所有症状消失，阴囊潮湿、阳痿、早泄等男性功能障碍明显好转，夫妻生活质量提高，前列腺增生回缩。再持续服用20~30天，肾虚乏力，腰膝酸软的老年男性，也会感觉男性功能明显增强。

适合领取人群：前列腺炎、前列腺增生、肥大及其引起的尿频尿急、夜尿多、会阴小腹坠涨等！报名登记热线：4006-988-665或0371-55910692均可获赠2~6个月用量的国药立克康，绝对真实，仅收成本费！