



日前,华语乐坛天王周杰伦晒出一张近照,瘦到了出道以来最瘦纪录——59公斤。据悉,周杰伦此番暴瘦是受到了肠胃炎的折磨。实际现实生活中暴瘦之人也为数不少。对此相关专家称,如果正常人在短期内出现不明原因的消瘦需警惕。郑州晚报记者 蒋晓蕾

## 瘦不可怕,突然暴瘦要当心

### 专家称:短时间“暴瘦”需提防五类病

#### 医学指导

郑州市中医院内分泌科主任张勇  
武警河南总队医院高血压门诊主任孙志宏  
国家二级营养师王旭峰

#### 一下瘦到根儿并非是好事

现代女性都希望保持着苗条的身材,不花费一丝气力就能变瘦是几乎每个女性的梦想。但如果突然毫无缘由地暴瘦,你会怎样呢?

郑州市中医院内分泌科主任张勇提醒说,如果一个人发现自己有莫名其妙的体重减轻、饭量增加、小便次数增多、真菌感染等情况,即便之前没有患过糖

尿病,也最好到医院做个血糖检测。体重较重的人,一定要做好血糖的定期检测,不要等到出现症状后才上医院就诊,应该是早发现,早治疗。

#### 令人羡慕的“老来瘦”莫强求

“人到中年后,体重都会有不同程度的增加。但‘老来瘦’,特别是体重大幅度下降,就可能预示着甲亢、恶性肿瘤等疾病的发生。”武警河南总队医院高血压门诊孙志宏主任告诉记

者,中老年人如果在短时间内身体消瘦明显,应及时到医院检查,因为大多数恶性肿瘤都会先有不明原因的消瘦,近期明显消瘦者更应警惕,应该做到早发现早治疗。

孙志宏说,其实老年人体重不应低于标准体重的20%,只有当体重超过标准体重的40%时,才会发生各种疾病。为此她建议:切莫过分减肥,也不要以胖瘦作为衡量健康的标准。

#### 牢记三点预防突然暴瘦

健康体态是健康的基本,那么日常生活该如何预防突然暴瘦呢?

国家二级营养师王旭峰博士说,首先要保持健康的饮食习惯,尤其是女性,切勿为了保持

身材而盲目的节食减肥。

其实要注意劳逸结合,少熬夜,保证每天有7-8个小时的睡眠。睡眠不足会影响食欲,影响营养吸收,引起身体消瘦。

最后要保持心情愉悦,人的情志也会对身体产生健康影响,心情愉快的时候人体各器官功能都会处于互相协调的平衡状态,不但会促进食欲,更有利于消化和吸收。

#### 专家提醒

Q 最近一两个月,体重没原因地下降,饮食起居都没有问题,我是不是生什么病了?

A 体重明显下降需提防五类病:代谢类疾病如糖尿病,可伴有口干、饮水增多、体重下降等症状;甲亢:多伴有心悸、多食、易饥饿等症状;结核等感染性疾病,如果排除以上疾病,可考虑精神、劳累、季节等非器质性疾病原因。另外,消瘦虽然不是肿瘤患者的“专利”,但却是许多恶性肿瘤的首发症状,也需注意。

## 牙齿缺失,来植得实现“新牙梦”

200颗种植牙、近千元种植牙基金献礼缺牙者,爱牙热线:400-0371-133



“农民种田免税,而植得种牙5项免费,还有近1000元的种牙基金,‘中国梦’就是群众的‘实惠梦’!”植得口腔“种植中国梦”爱牙行动正在火爆进行中,昨天金水区的王女士又一次来到植得口腔:“这次我是陪着老同学来种牙的,我妈在这儿种过牙,去年我也在这儿种过牙!”在候诊区,记者巧遇这位植得种植牙的受益者。

#### 缺了两颗门牙,半月不愿出门

45岁的王女士是名公务员,职业的要求让她对自身形象非

常重视。然而,2010年的一次意外事故,导致她两颗门牙折断,只剩牙根。为此,她曾经半个月闭门不出,生怕别人耻笑。为了镶牙,王女士借出差的机会去北京、上海等地,咨询过很多牙科医生。做烤瓷牙,医生说需要把健康临牙磨小,当做烤瓷牙的“桥墩”;镶牙,还得磨坏好牙,这让王女士无法接受。正在她左右为难时,报纸上的一篇报道让她了解了植得种植牙不磨牙、不损伤邻牙、坚固耐用、舒适美观,这些优点深深吸引了王女士,电话预约之后,她抱着试试看的心态走进了植得口腔。

#### 即刻种植,一小时“长”出俩门牙

经过详细检查,王女士的牙槽骨完全符合种植条件。植得口腔种植牙中心栗伟主任考虑她的职业特点,结合她的牙槽骨条件,决定采用国际先进的即刻种植+即刻负重技术。

“即刻种植+即刻负重技术能够实现‘即拔即种’,从检查、拔牙根、植入人工牙根到镶复义齿,整个过程一次完成,将普通种植需要的2-3个月的愈合等待期,缩短到一个小时左右,实现拔牙、种牙、美牙一步到位。”栗主任说,这项技术可以让顾客

当天种牙、当天戴牙冠、当天吃饭。方案确定后,王女士的两颗门牙,不到一个小时便像雨后春笋一样破“土”而出。美学修复后,牙齿看上去更自然、更逼真,像真牙一样。

#### 专家亲诊,牙齿“重生”不是梦

看到新牙“长”出来,王女士高兴之余想到了母亲。母亲一直在鹤壁老家住着,3颗牙齿缺失多年。于是,王女士把她接到了郑州,并在植得为母亲种了牙。王女士的一位同学看到了她的牙齿“重生”,也想把自己缺失的大牙种上。昨天上午,王女士

陪着同学来到了植得口腔。得知植得“种植中国梦”爱牙公益行动正在进行,200颗种植牙献礼缺牙者,除了种牙5项费用全免,还能享受近1000元种植牙优惠,王女士和同学都庆幸来得正是时候。

据悉,本次活动中,国内知名种植牙专家、植得口腔刘明舟院长、栗伟主任和原辉婷主任,亲自为顾客种牙。时间有限,名额不多,单颗牙缺失、多颗牙缺失、全口缺牙者以及活动牙、烤瓷牙修复失败的顾客,请赶紧打电话报名参加。**爱牙热线:400-0371-133**