

# 健康资讯



## 植得口腔种牙实现“地铁速度” 35分钟,老人“长”2颗新牙

### 预约种牙享受韩国牙根“定制价”,限200颗,种牙热线:400-0371-133

“郑州地铁高端、大气、上档次,植得种植牙也一样:品质高、坚固耐用、美观舒适。地铁速度快,从城东到城西半小时左右,我在植得口腔种了2颗牙,也用了大概半小时。坐着地铁来种牙,这叫:乘郑州地铁,种植得好牙!”昨天上午,郑州65岁的张先生为了赶在春节前让缺失的2颗牙齿“上岗”,在植得仅用35分钟就“长”出2颗新牙。 蒋晓蕾

#### 六旬老人:地铁快,植得种牙更快!

因为上颌缺牙2颗,张先生8年前就开始戴活动假牙。时间长了,引起牙龈萎缩,导致假牙经常脱落。眼看新年来临,戴着假牙吃新年大餐很不方便,他在《郑州晚报》上看到,植得口腔是唯一专业做种植牙的医疗机构,就想来试试。

经过测量牙槽骨高度、密度和骨质,我省知名种植牙专家刘明舟院长根据他的口腔条件,采用从欧洲引入的“即刻种植+即刻负重”技术,拔掉牙齿残根,给他种了2颗牙根,全程只用了35分钟。“在

其他地方他们告诉我,拔牙根之后得等3个月才能种牙根!”张先生说,“我在路上用了30多分钟,刘院长给我种2颗牙也是用了30多分钟。植得种牙速度,堪比咱郑州地铁速度!”

#### 种牙根、戴牙冠、恢复咀嚼,一步到位

“即刻种植+即刻负重”有哪些好处?为什么受到顾客青睐?

据刘院长介绍,此项技术方便快捷,能实现即拔即种。如果顾客牙槽骨质较好,从检查、拔牙、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个月的愈合等待期大大缩短,

让顾客实现当天种牙、当天戴牙冠、当天恢复牙齿功能,不影响吃饭。刘院长说:“前期为了提高手术效率,我们通过计算机三维测量制作种植导板,大大节省了种植时间,让顾客在短时间内轻松拥有一口完美牙齿,减少了往返奔波的痛苦!”

#### 植得种好牙,不耽误新年吃大餐

临近春节,如果现在种牙会不会耽误吃年夜饭?很多顾客都有疑虑。“其实,这不必担心。”刘院长说,“如果顾客牙槽骨条件好,就可以采用‘即刻种植+即刻负重’技术,让顾客在种牙当天恢复牙齿咀嚼功能,不耽误春节吃美食大餐。”

据悉,此项技术是我省口腔种植领域的一次重大突破,填补了省内此项技术的空白,适用于个别牙齿缺失、多牙缺失、游离端缺牙、全口缺牙等。在种植过程中,采用全程微创治疗,安全无痛。

#### 喜讯

植得“迎新春、送口福”爱心公益活动已经启动,电话预约种牙顾客,享受韩国进口牙根新年“定制价”,仅限200颗;种牙免口腔检查费、挂号费、专家亲诊费、种植方案设计费。

种牙热线:400-0371-133。

## “私人定制”腊八粥

今天是腊八节,这一天喝腊八粥已成为各地百姓的传统习俗。而在营养专家看来,天天过“腊八”其实才更有益健康。生活中可根据自身状况,“定制”专属自己的腊八粥。 郑州晚报记者 李鹏云



#### 天天过“腊八”,“粥粥”保健康

平日里人们的主食大都是米饭、馒头,偶尔想改改口味,就变个花样变成包子、饺子、花卷、烙饼等,但万变不离其宗,说来说去仍是精白米和精白面,营养价值低,原料极其单调。

而腊八粥的最大好处,就在于它帮助人们轻松实现了主食食物的多样化。“中国居民膳食指南第一条就是食物多样、谷类为主,而腊八粥非常符合这一条。”郑州市中医院营养科科长薛玉珠说。从营养学角度来看,腊八粥营养丰富,其中含有的维生素、膳食纤维等营养物质含量远高于普通大米白饭的几倍到十几倍,可以说是主食搭配的典范。而各种谷类、豆类混合搭配还能起到蛋白质互补的作用,提高蛋白质利用率,减小肝肾的负担,控制血

消化不好的多放糯米、糙米  
糖尿病人别加糯米、白米和糖  
高血压、心脑血管病患者适合薏米、红豆、黄豆

糖血脂。因此,过节喝的腊八粥,其实天天食用对身体才更好。

#### 腊八粥,也是绝佳减肥食品

有些人一到冬天就会发胖,而腊八粥的好处之一就是能控制体重,是绝佳的减肥食品。“用不到平时一半的主食量就可以加工一大锅粥,是很好的低能量食品。”薛玉珠说,粗粮和豆类富含膳食纤维,可以增加饱腹感,能减少进食。而且,软糯的腊八粥在人体中的消化速度也很慢,所以它很“抗饿”。

减肥者要是吃腊八粥,应多选择含膳食纤维较高的燕麦、荞麦、大豆、绿豆、豌豆、芸豆等,坚果中可以选择一些含油脂较少的品种,最好不要放糖。

而消化不良的人可考虑少放黄豆、

黑豆等,多放暖身的糯米、养胃的糙米。烹调前充分浸泡(12个小时最好),煮后就会更加柔软,更易消化。

糖尿病人的腊八粥,则不要加入糯米和白米,更不要加糖。宜用燕麦、大麦来增加黏稠感,同时要放一半以上的豆子,以便帮助控制血糖上升速度。

对于高血压和心脑血管疾病患者来讲,薏米有利水渗湿、健脾、补肺、清热作用,加入粥中可降压。红豆有利水渗湿、补血作用。黄豆富含蛋白质、粗纤维和微量元素,绿豆可辅助降压,都比较适合。

薛玉珠说,粥中水分较多,稀的食品容易使胃酸分泌过多,刺激肠胃引起疼痛,所以肠胃不好的人可以把腊八粥稍微熬稠一些,食用腊八粥时吃些干的食物,如面包、馒头片等。

## 1000台血糖仪免费领取

现代糖尿病的治疗理念中,需要做到心理与教育、饮食、运动、药物和监测齐头并进,有复杂性、困难性、长期性,患者一定要学会用药、监测血糖、调配饮食等知识,多学习糖尿病知识,不做“糖盲”。

为了满足国内糖尿病病友的迫切需求,让病友能尽快用上“品质优秀,价格适宜”的血糖仪,并且能够多学习“与糖共舞”的知识,“艾因坦血糖仪”决定从2014年1月8日起至1月10日在河南范围内赠送血糖仪1000台,赠完为止。

- 本机1.采用德国进口芯片,精准、方便、快捷。2.采用语音播报加数字功能,方便老年人群。3.国际一流售后,终身免费换新机。

#### 活动内容

- 一、通过电话凭身份证进行登记领取机器(不含试纸),每人限领一台。
- 二、赠机活动期间,老用户可以在试纸价格基础上再有8折优惠(每人每机限购一次,最多3盒)。

咨询电话: 0371-55822677

领取地址: 黄河路政六街交叉口向东50米路北茶疗养生店

## 骨关节病1000盒膏药免费送

在冬季天气寒冷,全身气血运行得比较慢,导致各种骨关节病的反复发作。为了减少风湿、类风湿、关节炎、肩周炎、滑膜炎、颈椎病、腰腿疼痛、骨质增生、骨刺、骨质疏松、腰椎间盘突出、坐骨神经痛、股骨头坏死等风湿骨病患者的痛苦,针对风湿骨病免费送药救助活动将踏遍我国各大中小城市,将有近百万风湿骨病患者在这次活动中受益。此次活动预计1月4日走进绿城,将给绿城骨病患者带来福音。

一般的膏药见效虽快却易复发,止疼不治本,根源在于药物分子体积大,无法穿透皮肤细胞间隙,药物成分仅停留在皮肤表皮,无法到达真皮层和更下一层的肌肉关节层,治标不治本!第三代膏药董家骨科,其独有的细胞修复因子,两大突破,修细胞换新骨,风湿骨

病全消除!  
突破一:细胞修复因子能迅速地穿透皮肤层及骨膜,到达骨骼深处,修复坏死的骨细胞,清除骨骼内部的风寒湿邪!10分钟后,感觉关节热乎乎的,红肿僵痛都有明显改善!

突破二:细胞修复因子,可以促进骨细胞不断分裂再生,将受损的骨细胞一层层地换掉,健康的骨细胞紧密排列,有效抵御风寒湿邪入侵!此次免费发放活动,目的就是希望通过各类骨关节病患者的亲身验证,来反馈第三代膏药的真实效果,早日摆脱骨关节疾病的折磨。

本次活动时间仅限3天,数量有限,还望广大市民抓紧时间报名领取,免费领取热线 0371-55822633

## 植得口腔新年感恩答谢会举行

1月4日上午,为答谢市民对植得口腔的关爱与支持,植得2014新年感恩答谢宴会暨第二届植得种植牙美食品鉴大赛在郑举行,近500位参会嘉宾欢聚郑州金钱豹国际美食百汇,品鉴美食,畅享口福。

宴会从民乐独奏《喜讯》开始,悠扬的琴声驱散了冬日的寒冷,带来了春天般的祥和与温暖。由植得口腔员工表演的韩国舞蹈《啦啦爸爸》、歌曲串烧《年代秀》、古典舞蹈《青花瓷》和女声小合唱《粉红色的回忆》,赢得来宾阵阵掌声和喝彩声。

答谢宴会的重头戏“植得种植牙第二

届美食品鉴大赛”把本次活动推向高潮。为了现场体验和见证植得种植牙坚固耐用的高品质,24位顾客踊跃参与有奖美食大比拼,比赛过程中嘉宾们为选手加油助威,现场掌声、呐喊声、喝彩声响成一片。经过三轮紧张激烈的角逐,九位选手最终脱颖而出,赢得大奖。

为了让更多顾客受益于植得种植牙,活动现场植得口腔还启动了“植得种植牙,吃遍中国行”大型美食旅游公益活动,新的一年,植得口腔将邀请顾客赏八方美景、品天下美食。 蒋晓蕾

## 全国皮肤顽癣免费康复工程全面启动

—— 30年的皮肤顽癣 3个月好了! ——

最新消息:为帮助众多牛皮癣患者早日摆脱病魔,响应党中央号召,大型公益活动正式启动,活动中由世界卫生组织和中国红十字会出资500万元作为补贴在全国开展免费救助活动,从即日起持续到2014年1月31日前5000名患者享受免费治疗(只需缴纳成本费,物流费等相关费用)。科研背景:聚集国内外各大媒体报道,清华大学医学研究总院牛皮癣康复中心联合首都医科大学等国内外50多家知名、权威的皮肤科专家对牛皮癣发病机理和人体遗传基因与气候、环境等因素将传统中医理论和现代高新技术相结合【内清解毒,外疗祛风】为病理,从千余种纯天然名贵中草药中提取得有效成分,采用现代美国纳米高渗透渗透技术,反复试验,成功研制此抑制复发无任何毒副作用的纯中药制剂。【益肤净癣丹】经国家药监局批准为国药准字,卫生部备案注册。

【益肤净癣丹】通过全国众多医院10多万例患者临床验证具有以下特点:1.能明显提高机体免疫力,从而提高自身抗病能力,抑制复发;2.内清解毒,外疗肌肤,直达病灶,体内净血排毒药直接作用于肝脏及血液中,促进血液

通畅;3.药力强劲,疗效确切,能迅速杀灭表层病菌原体,捣毁病菌繁殖的环境;4.可使皮损部位色素沉着完全消退,杜绝了服用其他药物不能消除表面残留病毒而引起复发的根源,这是以往其他任何药物达不到的效果;5.标本兼治,无任何毒副作用,不需忌口,保证健康体质,在享受生活中达到康复。无论患者病史长短,病情多重,服用7-15天都可见明显疗效,一般3疗程均可达到康复停药,这一科研成果开创了医学奇迹。

◆郑重承诺:为保障患者的利益,凡服用该药的患者都实行会员制治疗,全程保障您的治疗效果,免去患者的后顾之忧,由保险公司盖章承保。凡使用15天无效可与本药联系,治愈后15年内复发及反弹者均可免费治疗,直至康复。

免费领取热线:010-51297588  
010-51297599

联系人:张教授 李教授 胡教授 冯教授  
详情请登录: www.npx2003.net  
诊疗地址:北京市丰台区青非园甲4号