

TOP 养生 | 越吃越健康

凝聚祖国传统医学精华 融汇现代科技诊疗技术

河南弘大医院:特色诊疗造福市民

河南弘大医院位于郑州市桐柏南路120号(长江路西端) 中西医结合科 电话:0371-6031 2112 也可登录网站:www.zalis-hnhd.com

正如名字所昭示的那样,弘福示人、大医精诚,河南弘大医院中西医结合科把5000年中医和现代西医技术完美结合,把“医道不精无以济世,疗疾克难欣于立命”始终作为该院学科宗旨,并凭借特色优势,特别聘请中国老教授协会医药专业委员会的北京专家,对每一位住院患者进行个体化针对性的就诊。 蒋晓蕾

疑难肝病不用怕,中西医结合对付它

门静脉高压:所有肝硬化都有门静脉高压,多数会胃食管静脉曲张破裂大出血,出血后直接死亡者近50%。目前国内患者基本均在被动无奈地接受出血威胁。在北京专家指导下率先开展门静脉直接测压和主动微创分流治疗,可有效避

免患者突发大出血。

肝功能衰竭:肝功能衰竭是肝硬化患者最终换肝或死亡的基本原因。然而肝功能衰竭是一个缓慢过程,每一个患者都有机会获得有效治疗;在中西医结合治疗中,准确选择超声介入、物理辅助、细胞生物学等科学技术,可有效控制或逆转已经衰竭的肝脏功能。

肝癌:河南弘大医院中西医结合科采用超声介入灭活瘤体,用中医药和细胞学技术提升免疫防止复发与转移,可使患者生存时间更长,生活质量更高,甚至仍然能上班。

妇科手术 一针就替代

河南弘大医院中西医结合科,应用“超声介入技术”可使子宫肌瘤、卵巢囊肿、巧克力囊肿、巴氏腺囊肿、尚未破裂的宫外孕、输卵管积水积脓、盆腔脓肿等这些占据妇科手术60%以上疾病实现非手术、无创治愈。

超声介入治疗只需扎一针即可,无须手术的全麻和腰麻,避免了麻醉风险和神经的副作用;不出血,无须输血,没有术后感染危险;可免除普遍的“盆腔粘连”或“输卵管堵塞”。“针刺治疗后无疼痛,当晚可活动,白领第二天可上班;腹壁不留瘢痕。”科室主治医师告诉记者。

乳腺肿瘤 综合保乳治疗受青睐

乳腺癌发病年龄正当女性金色的40-49岁。多年来主张手术根治和放化疗,既欠人性化,又无突出疗效。近年来随着癌症理论研究深入和临床新技术发展,保乳治疗已经成熟,在国际上备受青睐;微创介入治疗技术灭活瘤体、细胞学和中西医结合技术为乳腺癌患者提供了“非手术”的保乳治疗,可使患者避免手术之痛,美乳依旧,生活甜蜜。

骨科疑难病,细胞生物学技术是关键

“慢性骨髓炎”、“股骨头坏死”、“骨不愈合”和老年人的“骨性关节炎”是众所周知的骨科难治愈疾病。在中国老教授协会的北京专家博士支持下,在中西医结合的基础上,科学使用细胞生物学技术,能够显著提高骨科疑难病的临床治疗效果和临床治愈率。

“空巢老人光明行动”

义诊服务队为港区老人送光明



普瑞眼科专家正在为港区老人检查视力

近日,河南大学眼科中心普瑞眼科医院“空巢老人光明行动”服务队来到了郑州航空港区,为附近的村民检查眼健康,将眼科专家的诊室“搬”进基层。

获知光明服务队的“眼科流动门诊”开进基层,附近的村民纷纷赶来。通过视力初查、裂隙灯检查、现场答疑,居民们知道了自己是否有隐藏的隐患,对于需要到医院进一步检查的老人,服务队还在筛查结束后,组织车辆免费接送老人。

“我的眼睛一向还好,最近几天突然发涨得难受,我怕是白内障,好在专家检查了没关系,只是结膜炎。”“我才知道自己得了白内障,而且已经可以手术了,真感谢医生护士。”“白内障手术疼不疼,我这么大年龄能手术吗?”

记者在采访中发现,不少老人明明知道自己患了白内障,可因为害怕疼、等成熟、费用高等一系列原因,不肯去手术,这

样不仅影响了个人的生活质量,也给家庭和社会带来了不必要的负担。

河南大学眼科中心普瑞眼科医院疑难白内障专家组成员王亦儒介绍,这些陈旧观念在老人心中很普遍,很多老人因为“白内障”拖延不治,希望通过吃药来治疗,但实际上目前全世界范围内,还没有哪一种药物证实是对白内障有治疗效果的。白内障的治疗,唯一安全有效的方法就是手术治疗。

而且随着医疗水平的提高,医院引进世界上最先进的“冰超乳”系统,3-5分钟就能解决白内障,手术切口只有小小的2.2毫米,无须缝针,患者在手术过程中感觉不到任何疼痛。患者既不用担心年龄,也不用担心白内障是否成熟等问题。

本次“空巢老人光明行动”不仅免费为村民检查,更为白内障手术患者提供了专项援助。 蒋晓蕾

慢性肺病治疗迎来了春天,逆转纤维化技术改变了慢性肺病患者命运,“H-D换肺整合疗法”进一步加快了康复速度

四大手段 患者重获新生

去年7月,升龙城小区居民马阿姨不堪肺气肿、间质性肺纤维化导致的咳嗽、痰喘、憋闷喘不上气的长期折磨,经邻居李姐介绍来到医院。诊断后,医生为她制订了一套治疗方案。肺病科专家说,有马阿姨这样经历的患者不计其数,如果说逆转纤维化技术第一次让间质性肺炎、老慢支、哮喘、肺气肿、慢阻肺、肺心病等慢性肺病得以彻底康复,那么,“H-D换肺整合疗法”则是让患者康复的时间大大缩短,同时也减轻经济负担。 蒋晓蕾 张玉韩

治疗六个月 老肺病不见了

据了解,“H-D换肺整合疗法”是以逆转纤维化技术为核心,其他多种疗法有机配合从而快速帮助患者换新肺、获新生的整合疗法,主要包括以下手段:
止咳平喘:用于快速消除症状、解除痛苦的药物治疗。
埋线、针灸等:疏通经络,活血化瘀、温阳补气,提高免疫力。
中药雾化:秘方中药雾化,分子小,易吸收,直达病灶,无副作用,清除疏通气管,促使抗纤维化药物更易直达病灶。
最核心的逆转纤维化疗法:激活体内的“DC细胞因子”活性,恢复肺部组织的正常功能,彻底消除病灶,让患者彻底新生,再无后顾之忧。

在这个春暖花开的季节,为响应开展“来一个康复一个”慢性肺病健康拯救活动,特邀请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周靖怡教授3月28日莅临郑州,为本市患者免费诊断。同时免费为每个就诊患者制定“一次性康复治疗方案”,对家境困难者提供减免优惠(需申请),详情请咨询0371-86688255或400-0056-120。

一般坚持治疗6个月左右(原来一般患者需要1年以上),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,老肺病不再复发。

■信息快递

北京著名专家莅临郑州

在这个春暖花开的季节,为响应开展“来一个康复一个”慢性肺病健康拯救活动,特邀请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周靖怡教授3月28日莅临郑州,为本市患者免费诊断。同时免费为每个就诊患者制定“一次性康复治疗方案”,对家境困难者提供减免优惠(需申请),详情请咨询0371-86688255或400-0056-120。

圣玛妇产医院春季胎教音乐会开演



由郑州圣玛妇产医院主办、郑东新区社会事业局、河南艺术中心、河南交响乐团等多家单位支持协办的大规模胎教主题音乐会——孕美盛典·天使之爱2014春季胎教音乐会,3月22日在河南艺术中心拉开序幕。

郑州圣玛妇产医院孙国俭院长表示,本场音乐会也是本年度最大规模的,希望大家感受到圣玛妇产医院对孕婴的关爱和普及胎教音乐的力度。并表示圣玛胎教音乐会将作为关爱孕妈人群的一

项重要活动延续下去,让更多的家庭体会到科学的孕育方式。

郑州2000余名准妈妈让音乐会也成为一场孕育盛典,现场郑州圣玛妇产医院的专家及河南孕产领域一线专家教授亲临现场与准妈妈零距离交流,另外,音乐会奖品也相当丰厚,其中一等奖是郑州圣玛妇产医院VIP房间免费生产,其他奖项中数千元的生产、住院、婴儿游泳代金券等,项项都是“大手笔”,让准妈妈现场感受圣玛VIP“幸孕”之旅。 李鹏云

金水植得口腔门诊部

诊疗科目

口腔科

(豫)医广【2013】第07-24-356号

电话: 400-0371-133

植得口腔地址: 郑州市纬五路花园路交汇处东北角金融广场

一进入春天,瞬间感觉空气都开始变得干燥,周围的朋友就像约好了似的开始上火,嗓子疼、口腔溃疡、嘴唇咧、睡不好、冒痘等症状“应有尽有”。但如果问是身体的哪个器官有火了,大多都说不清楚。在此专家提醒,上火是一个中医名词,是人体阴阳失衡后出现的内热症,主要有胃火、心火、肝火、肺火等几种,症状不同,就应掌握不同的“防火”要领,这样才能让你轻松“灭火”。 郑州晚报记者 李鹏云

春季“火气”大 “灭火”要对症

饮食失调引发第一把火

胃火

典型症状:痘疮长、牙龈肿

“胃火分虚实两种,虚火表现为轻微咳嗽、胃口不好、便秘、舌红,这部分人一般都有老胃病的底子在。”郑州市中医院脾胃科主任王昊说,

防火要领:多吃粗粮多喝水

既然火气是吃出来的,那么对付也要从吃这个源头上抓起。王昊说,这样的“火”应多吃豆类、小米等粗粮和绿色新鲜蔬菜等,增加进食品种。其次要多吃清淡食物。节日里许多年轻人睡得比平时少,虚火上升,很多女

降火食方:百合绿豆粥

百合与绿豆的清热解毒和降火能力是得到大家公认的,绿豆味甘、性凉,具有清热解毒、消暑除烦、止渴健胃、利水消肿的功效。常食百合有润肺、清心之效,

在中医上说是“平素胃阴不足,津液亏损”,加上起居失度、劳累会引起上火,主要表现为上腹不适、口干口苦、脸上长痘、牙龈肿等。

孩子还喜欢一边玩一边吃,瓜子、花生、巧克力等零食不离手,体内热量堆积太多,脸部长出很多痘痘。这样的“火”是内热,所以吃得越清淡越有利于皮肤状况的改善。此外,多喝水是个好习惯,可以加速身体的新陈代谢。

可止咳、止血、开胃。做起来也比较简单。将绿豆和百合煮15分钟后,再放入大米煮开后转小火,熬至粥黏稠合适后即可,适当加冰糖。

经常熬夜引发第二把火

肝火

典型症状:头痛头晕、睡眠不稳、爱发脾气

经常熬夜会打乱人体正常的作息,肝脏不能如期休息和排毒,于是只好加班加点将体内积存的杂质和毒素清除,这无疑加重了肝脏本身的负担,肝火也就随之“点燃”。“你看很多在长假期间休息的人脾气会长,其

防火要领:多吃木耳等偏凉食物

防肝火,睡眠很重要,每天晚上12点前尽量入睡。如果做不到不熬夜,那么之后一定要补足睡眠。另外一些简单的药材或食物也有助于清火,可多吃些木耳、菊花和莲子等偏凉食物。少吃辛辣、海腥、过腻过酸、煎炸食品,以免“火上浇油”。

降火食方:猪肝炒木耳、枸杞菊花茶

对付肝火也要补肝,猪肝炒木耳对平息肝火有作用。同时还可以喝枸杞菊花茶,枸杞先煮30分钟,加入菊花后再煮3分钟,就可做茶饮,适用于经常用脑者。

思虑过度引发第三把火

心火

典型症状:口腔溃疡、咽痛咽干、失眠

中医说“劳心思虑,过耗其真”,大致意思是太劳心了,就容易伤神。“心火元盛,神明不安”,也就是上了心火。孙玉信说,心火有虚实之分,一般来说,其中的虚火表现为低热、盗汗、心悸、心烦、失眠、健忘等,老年人特别是有心血管病的人常有此类症状;实火则表现为反复口腔溃疡、小便短赤、心烦易怒等,身体健壮的中青年人容易出现。

防火要领:稳定情绪、充足睡眠

对付心火要从两方面着手,平时少生心事烦事,尤其是减少思虑那些迟迟不决、处理繁杂,涉及众多人际关系的烦心事。多吃蔬菜水果及性寒而味苦的食物,如苦瓜、苦菜、百合、苦丁茶类,多食酸枣、红枣、百合或者干净的动物胎盘等,补养心肾。



降火食方:冰糖莲子汤

虚火上升的人可常喝清心润燥的冰糖莲子汤。《本草纲目》记载莲子“清心去热”,除烦热、清心火、养心安神,对于心火内积所致的烦躁不眠具有较好的疗效。

反复感冒引发第四把火

肺火

典型症状:咽喉干疼、口干而渴

春季正是呼吸道疾病的高发期,经常进出公共场所和空调间,各种呼吸道疾病自然不期而遇。在中医上,这些都是肺火的诱因。肺火大的人常出现口鼻干燥、出气热的现象,很容易伤风,而且伤风后出现高热、咳嗽、痰黄稠而黏、舌红苔黄等症状。“一些小孩睡觉时盖不住被子,喜欢趴着睡,喜吃冷饮,口唇发红,也是肺火旺的表现。”王昊说。

防火要领:注意保暖、及时增减衣物

既然感冒等呼吸道疾病是导致肺火的诱因,那么防肺火首要的还是做好保暖措施。“除肺火也可用呼吸咳嗽洗肺法,通过深呼吸和主动咳嗽,帮助呼吸道

降火食方:银耳雪梨汤

银耳雪梨汤:选50克银耳,梨两只,将梨切块,银耳加水500毫升,煮



排出分泌物,增强免疫力。”王昊提醒,可选择空气新鲜的地方,反复进行吸气呼气。另外每天主动咳几下,也是积极的保护性反射动作,能有效清洁肺部。

开20分钟即可,加冰糖少许,饮用有润肺止咳之功效。

春季 养生计划