

# 健康

## 家里哪儿最脏? ——毛巾! 用90摄氏度的开水洗毛巾,是灭菌最佳方法



【新华社微特稿】要说家里哪个地方最“藏污纳垢”?多数人可能会想到马桶、门把手之类的地方。错!美国亚利桑那大学一项最新研

究显示,最脏的是毛巾,尤其是厨房擦杯盘的毛巾。研究人员分析了毛巾上能引起食物中毒的细菌,发现九成擦杯盘毛巾上携带能引起呕吐

的大肠型细菌,全部毛巾中约26%携带大肠杆菌。除了擦杯盘的毛巾,浴室中的毛巾也应注意,因为它们都被放置在最容易滋生细菌的环境中。

卫生专家解释说,这是因为这类毛巾通常保持湿润并经常与手接触。

专家支招说,用90摄氏度的开水洗毛巾,是消灭细菌的最佳方法。

## 郑州市中医院专家做客“郑州名医馆(zzmyg1)” 一位拿着报纸跑错地方的热情粉丝昨天没能领成奖 老太太,你的礼品还在等着您呢



郑州名医馆



关注郑州名医馆 扫一扫

昨天是“郑州名医馆”第七期名医坐诊活动,上午9点半,郑州市中医院心脑血管康复医学科副主任和瑞欣做客郑州晚报微信公众平台“郑州名医馆(zzmyg1)”,一对一详细解答了各位微友关于心脑血管康复方面的问题。昨天提问的微友中,多数因心脑血管意外引起偏瘫的病人不重视康复治疗,错过最佳康复时机令人惋惜。

昨天上午9点,一位热情的老太太拿着报纸走错领奖办公室,误以为微信活动不存在。医馆君在这里呼唤你,你只是走错地方,你的中草药养生大礼包还在等你“认领”。

郑州晚报记者 邢进 谷长乐 文/图

### 心脑血管病康复治疗是关键

冬季是心血管疾病高发期,因为寒冷常常引起老人冠状动脉收缩,导致心肌缺血,加重心脏负荷。

在昨天的活动中,有微友表示自己的家人因为脑梗导致偏瘫,生病后也进行正规治疗了,腿能迈开,但为什么走不了路呢?

“心脑血管病康复治疗是关键。”郑州市中医院脑病康复医学科副主任和瑞欣告诉记者,脑梗、脑梗病人发作后,经过一段时间的正规治疗后还需要在正规医院进行3个月的康复治疗,如果不及及时进行康复治疗,得后遗症的概率非常大,甚至有的患者

还因为延误治疗导致不应有的悲剧。

微友“罗罗”则表示,自己的父亲上个月因为脑梗住院,住院治疗两周后出现嘴歪、说话不流利现象,针灸后现在已经恢复90%。和瑞欣主任告诉记者,康复是终身的一种治疗,以提高病人生活自理能力为主要目标。这就是康复治疗比较及时、恢复较好的例子。

中医康复的概念产生较早,随着现代康复医学的介入,目前,中医康复主要包括针灸疗法、推拿疗法、中药熏蒸疗法等。通过多途径全面综合康复治疗,尽可能地预防残疾的发生,让患者能够早日回归社会。

### 来这里领你的奖品

昨天的微信坐诊活动9点半开始,9点左右一位身穿褐色轻羽绒、戴棕红色围巾的老太太就拿着报纸找到了和瑞欣主任领粉丝福利。和瑞欣主任只负责为微友们解答心脑血管康复类问题,并不清楚具体的粉丝福利。这位热情的粉丝,医馆君向你道声抱歉,我们只在微信上公布了领奖地点,让你白跑了一趟。如果你见到这条消息,请你到郑州市中医院一号行政办公楼4楼党委办公室领取你的粉丝大礼包。

获得郑州市中医院提供的生态医疗包的微友名单:

“三颗枣”、“红红”、“简简单单”、“rose”、“甜甜甜”、“欧欧”、“嗨 你好”、“爱吃热干面”、“一冰”。

另外,获得郑州中医院提供的中草药香囊或中药保健口罩的微友们,领奖地点已经在微信上告诉你们了,香囊和口罩的数量有限,先到先得。

### 微友提问

“三颗枣”问:我妈妈今年62岁了,2013年3月26日脑出血,住院一个月。康复做了一个月,有三高,至今左侧偏瘫,左脚能迈步,因为腿太沉走不了几步就没力气了。请问怎么治疗啊?

和瑞欣:病人的康复时间太短了,这样的病人一般都要正规康复治疗三个月。你可以尝试中医针灸、按摩。康复是终身的一种治疗,脑血管意外

引起偏瘫的病人,给予正规的康复治疗一般来讲步行的能力都是可以恢复的。上肢和手的功能可能恢复比较差。得病一年多的病人你应该多关注她的生活自理能力。目前的康复理念是如果肢体功能不能大幅度地恢复,那么就以提高病人生活自理能力为主要目标。你可以咨询专业的康复医生,对家居的条件进行部分改造,使这种病人能够适应家庭生活。

## 男人“戴环”正在流行

### 古代男人秘密武器重出江湖,现代男人“戴环”正流行

随着穿越剧的热播,“穿越”成风,这不禁引起男人们无限遐想——如果能穿越成男人们羡慕嫉妒恨的西门庆,那就乐掉牙了!现代男人们一直困惑:为何在水浒传和金瓶梅中都被描述为“大坏蛋”“大恶人”却是一些女人喜欢的对象?这也是现代男人要穿越到明朝去最想探究的吧!考古及历史文献研究已初现端倪——这恐怕和“悬玉环”的神秘传说有关了,“悬玉环”到底是什么东东?竟有如此魔力?



健功效,买回送礼,有面子、有价值,最懂男人心!

■四怪:无效退款成摆设:为保障效果,特推出七日无效退款,销售近万套竟无一人退货,效果才是硬道理,延时、勃起硬度、增大增粗,国家专利中明确标注,谁用谁知道!

复古男人利器 五大信心保证

1. 当天时间延长15-30分钟,10天一般即可解决阳痿早泄。
2. 男人“戴环”百日内器官可以增长3-7厘米,停用后不反弹。
3. 一次可让女伴体验数次幸福巅峰,使其更爱“戴环”男人。
4. 更坚硬、更强大、时间更持久、体验男性豪情万丈、畅快淋漓。
5. “悬玉环”一种人文、绿色、安全的物理疗法,无毒副作用、无依赖性。

男人变“环”只需一戴

158\*\*\*\*4267:我上网查过你们的专利了,确实是功能性专利,专利里面明确说明可以增大增粗,可以延长时间,我戴了1个月了,时间延长不说,感觉好像大了不少,国家专利产品就是不一样!

139\*\*\*\*9271:我让珠宝店的哥们看过了,这悬玉环真是天然玉石做的,一套就能使用终身,不用吃药,外戴不伤身,万分感谢,这是见过的最好产品,效果简直无法形容!不透支身体,一下年轻了十几岁……

“悬玉环”安全特效,已获国家专利号:ZL200720093669.5(欢迎到国家知识产权局网站查询)本实用新型采用磁玉结合,有利于人的气血疏通,性交时男人的阴茎可以变的更粗、更长、更挺,有益于延长动作时间,增加男女快感和享受的品味。

咨询电话:400-878-1617 (全国免费邮寄,货到付款)

不吃药,不抹药。男人戴环,女人更爱。上市七年倾情巨献:凡打进电话前100名订购者,赠送“房中秘笈”一本,数量有限,莫失良机!监督电话:0432-65086651

郑重承诺:区别于“虎狼之药”绿色安全,健康特效!7天无效,退货退款。

悬玉环最早见于明代《金瓶梅》第三十八回。据考证“悬玉环”是一种特制的玉环,当时达官贵人用它来延长房事时间,提高勃起硬度,使器官强壮粗大,史学家称:这是贵族三妻四妾下催生的产物,古为今用,可以做一次“宋朝男人”,用来提高性生活质量。

### 揭秘“悬玉环”,男人真需要

“悬玉环”是根据玉磁的治疗原理(打通“性经络通道——足厥阴肝经”的特性),利用现代高科技磁钛技术和创造性的功效专利设计,结合传统中医经络学理论,模仿性文物原型,制作而成的一种男用神秘武器。“悬玉环”分两个玉环,平时佩戴“锻炼环”,器官变大变粗后使用“至尊环”。悬玉环具有立竿见影的功效,使用当天硬度增加、时间延长、坚持“戴环”可增大增粗30%-60%,时间可延长40-60分钟。

### “悬玉环”热销四大怪……

复古男人利器“悬玉环”一经上市,就在各地掀起抢购狂潮,但是与以往男性产品,有四大特异景象,值得关注:

■一怪:女人买的多:女人最担心老公吃“错药”,越用功能越差,选择“悬玉环”绿色安全,物理疗法,不用吃药,有效不伤身,终身只需一套!深受女人们推崇,是她们最放心的治疗手段。

■二怪:老人买的多:老人最忌讳乱吃补肾壮阳和喷未速效的产品了,损伤肝肾,还有依赖性,停药反弹,老年人最经不起折腾,国家专利悬玉环,安全有效不反弹,只需外戴。特别是由于促进气血循环,吃药都治不好的前列腺问题,竟然不知不觉好了!

■三怪:一人买多套!:送领导、送哥们、送客户,悬玉环取材韩国江原道玉,有收藏价值,超强保

## 不要钱的健康宝典,每家可领1本,快,快,快 腰腿疼痛 来电就送

速打电话: 400-0060-365

还在坚持常年吃药吧!但为什么总搞不定老腰突、老风湿?还在贴膏药抹擦剂吧!但为什么还是拔不掉老骨刺,治不好老寒腿?很多人止疼药吃着吃着就瘫了,生活不能自理,靠家人整日服侍着。别谈天伦之乐,就是生不如死!治疗腰腿痛,还在绕弯路吗?还在受假药品的欺骗而上当吗?还在为可能恶化的病情而惊恐吗?不如动手拨个电话,不如动眼看看这本书!不如按照书中的独门方法,让身体迅速恢复原动力,让自己赶紧远离各种意外吧!

“有了这本书,恍然大悟,原来吃药3年,还不如看书30天,你还别不信!”

“名医指点不走弯路,治病窍门应有尽有,不花一分钱,在家就能治疗腰腿痛。”

“一年前看了此书,并照法施行的数十万风湿骨病患者,都恢复了健康。”

善意提醒:要书的人特别多,你还犹豫什么?抓紧时间拨打电话400-0060-365,即可坐在家中等书上门!(此书不要一分钱,如有人收钱,请举报)

