

# TOP 养生 | 周三诊疗馆

## 寒冷冬季 当心“女性白斑”有病变风险 女性白斑患者不用花钱可以看诊了

立冬以来,天气愈发寒冷,河南省外阴白斑诊疗中心首席专家尹冰寒教授提醒,如果外阴奇痒无比,同时伴有外阴皮肤变浅,就有可能是患上了有癌变风险的外阴白斑。

### 病急乱投医,费力花钱害自己

张女士的瘙痒情况已经有好多年了,当地卫生所给她开了些药说洗洗就好了,可是,几个月也没见效果。后经医院诊断,最终确诊为外阴白斑。

“外阴白斑会有癌变的风险。”听完这个消息,张女士有些蒙了,赶忙去一家妇科医院求治,大夫告诉她两种治疗方法,一是药物治疗,只能控制病情,不能根治;二是手术治疗,切除后会影响到夫妻性生活,这让张女士很苦闷,最后还是选择了药物治疗,可两年下来,病没治好,病患的折磨和经济的损失让她痛苦万分。

### 治白斑选对医院和疗法是关键

有一天,有位跟她同病相

怜的姐妹告诉张女士,河南省外阴白斑诊疗中心专家的中西医结合疗法“军k-103细胞组织激活再生技术”可治愈外阴白斑。

带着怀疑的态度,她详细了解了“军k-103细胞组织激活再生技术”,得知其将中西医结合疗法相结合,通过对内分泌系统的整体调理,疏通经络、平衡气血、滋养外阴等,将病灶连根拔起,达到内外兼治、标本兼治的目的。

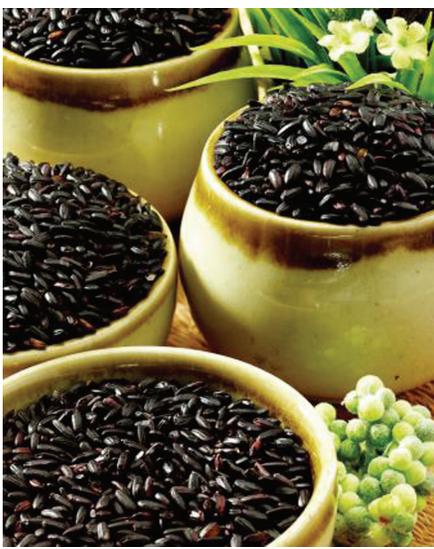
考虑几天后,张女士决定接受治疗。当天瘙痒症状就基本消失,复查的时候张女士恢复得非常好,皮肤颜色也正在减退,她幽默地说:“幸好这外阴白斑治好了,要不我的‘更年期’症状不知道什么时候才能消失。”

### 女性白斑免费会诊月进行中

目前医院正在开展专家免费会诊活动,到院患者可申请援助基金2000元以及药费/检查费全免的优惠服务。蒋晓蕾

### ■温馨提示

由于来院患者颇多,为了节省您的宝贵时间,请您提前预约:  
预约电话: 0371-86003855  
医院地址:郑州市二七区建设东路34号附8号  
乘车路线:市内乘9、108、104、52路公交车到医学院站下车,往西300米即到  
更多内容: <http://wybb0371.com/>



## 预防感冒是贯穿冬季养生的主题 小雪养生多吃“黑”

### 温热进补,黑色食物要多吃

“预防感冒是贯穿冬季养生的主题,而多吃黑色食物不仅能迅速补充热量、防感冒,还能滋补肝肾、清泻内火、保养肌肤。”据郑州市中医院治未病中心主任张宏介绍,黑芝麻具有补肝肾、润五脏、益气的作用;黑豆则含有丰富的蛋白质,其不饱和脂肪酸含量达80%,除能满足人体对脂肪的需要外,还有降低胆固醇的作用。此外

还有黑米、黑枣、黑木耳等,都具有很好的保健功能。

张宏还提醒说:“现在家里大都开始供暖,待在室内时间过长,体内的热气散发不出去,就容易上火。因此,饮食上可以多吃一些热乎乎的食物,同时搭配些清火滋润的白萝卜、大白菜、菠菜、黑木耳、豆腐等。”

### 防寒保暖,要防呼吸道疾病

小雪节气后,也是呼吸道疾病的高发期,脾肺虚弱者、老年

人、儿童起居要加倍小心。家中如有流感病人,建议病人用过的餐具、衣服、手帕、玩具等应煮沸消毒或阳光曝晒两小时。有心脑血管病或慢支等疾病的人,应避免过早起床锻炼,以防寒冷刺激,诱发新的疾病或加重原有疾病。

### 节气养生,想健康多喝汤

想健康,多喝汤。汤的种类不同,作用也各异,国家二级营养师王旭峰向大家介绍如下

### 小雪节气养生汤的养生功效。

**鸡汤抗感冒:**鸡汤特别是老母鸡汤有很好的补虚功效,它能缓解感冒症状及改善人体的免疫功能,冬季多喝有助于提高人体免疫力,将流感病毒拒之门外。

**鱼汤健脾开胃:**鱼有健脾开胃、止咳平喘等功能,将它和冬瓜、葱白煮汤食用,可以减轻水肿。同时,鱼汤含有全面而优质的蛋白质,还可缓解压力、睡眠不足等因素导致的皱纹。

## 分类信息

省会都市第一资讯平台优惠发布各类信息,市内上门办理!  
◆(东区)电话:0371-56722588  
地址:文化路与纬一路交叉口金茂大厦A座1107室  
◆(西区)电话:13526506733 60100518  
地址:陇海西路与文化宫路北50米路东金昇复印店  
◆通过QQ办理:295312877

原报社广告办理地址改为  
陇海西路与文化宫路北50米路东  
金昇复印店 13526506733

**家教**  
★阳光保质家教 66992211

**心理咨询**  
★情感调解心里咨询 56712680

**礼品、字画回收**  
收烟酒虫草 13673388830

**疏通钻孔**  
★通下水道抽化粪池 88882273  
★专业疏通化粪池 13203856925

**家电维修**  
★空调冰箱电视热水器 15890604246  
★专业车移修空调 13137127325

**咨询代理**  
工商专办 13523005525  
★代办“企业环评报告”制定“企业环保方案” 13939023736

**家政服务**  
★新星家政保洁清洗 13643715759

**鸿基梦家政**  
全国连锁 86111371 63521082

**招聘求职**  
★高速公路招收收费员 56789951  
★聘皮肤科大夫、护士 86661088

**漂亮妈妈工作室**  
主管3名 6800元/月  
资料管理员10名 3800元/月  
售后服务人员10名 3600元/月  
要求:25-45岁,高中以上学历。  
待遇:三金+双休+公费旅游  
人事部:15324850979 55615060

**网站建设**  
★√300元当天全送 13598809660

**律师服务**

**讨债专家**  
十年经验 86169619

**成功收费 18137889110**

**法律服务**

**巾帼豪杰 全国讨债**  
成功收费 18530901069

**专业要账 定位婚查**  
服务全国 65733313 成功付费

**要账●找人●婚查**  
18864111151 13733866913  
要账成功收费 合法诚信

**婚查 处理各种纠纷**  
合法 快速 诚信  
电话 13253584595

**清债专家**  
快速清债 维权 主持公道 老赖克星 18137159969

**定位找人★快速要账**  
1551555922 婚查拆外遇

**★全国要账★**  
退伍军人转业团队快速清收  
个人公司工程等各种欠款  
诚信合法,热线:0371-65835985

**清账专家**  
正规退伍武警,专业清账整顿老赖,查人、找人不成功不收费400-663-9199

**专办执行疑难案件**  
事成收费 65570778

**全国讨债**  
诚信事成收费 15003893303

**★讨债★**  
安全 快捷 全国办理  
0371-86222281

**闪电●清债**  
定位找人、婚查、全国清债  
热线:15136244333

**要账专家**  
20年的专业经验,快速、安全、诚信、专清工程款、现金借款、合同款、单位欠款、专办大案等各种欠款,面向全国。欢迎各地市加盟共营。  
总部电话:400-089-3691  
郑州西区电话:18838272316  
郑州东区电话:13071022966  
许昌电话:13080162177  
济源电话:18103896316

**★专治老赖★**  
追讨各种欠款、找人、婚查  
事成收费 87508123

**追债●婚查**  
现金收购欠条,调查取证找人  
0371-55176666

**收债权**  
收债权(现金收欠条),正规  
债权转让合同。办理各种纠纷。  
全国办理专线:15617655118

**旧货回收**  
★收空调电脑打印机 13253649028

**汽车服务**  
★求购轿车,越野车13017683055

**汽车租赁**  
★朋友租车郑东新区 66831616  
★安通汽租 18903713023 车全价优

**驾校信息**  
东升驾校 66825128  
航海东路旅游学院内聘教练  
经纬驾校 63619097  
农业西路(聘教练)  
**交通技校驾校**  
南阳路北段 63767559

**声明公告**  
★本人郑凯军将大地财产保险保单号 PDDH2014410100 74003270 发票丢失发票号 00 983437 特此声明  
★陈桂香身份证号 4101021959 1015252X 代理资格号 200206 41010000000370 丢失声明作废

**王瑞煜, 残疾证(号:4101061 9620611002743) 遗失声明作废**  
★河南中万北城园林绿化有限公司营业执照正本丢失注册册号 410105000225906 作废。  
遗失声明  
新郑市金网络网吧安全审核合格证(证号 41018410000069) 不慎丢失,声明作废。

**货运·搬家专栏** 规格:0.8cm x 3.3cm / 35元 广告刊登热线:13526767919

**美好 56661190** **惠 88880371**  
**双喜 66667771** **民 66222358**

**泰 63818118** **大 61322222** 拆装家具  
**搬家 66722222** 拆装空调 55555553

**东区 66666690** **金 63727556**  
**55518000** **燕 88889196**  
**65970776** **搬 68856669**  
**88885838** **家 67602281**  
**55519222**  
**61010600**

**吉祥搬家**  
06.08年度荣获河南省“百姓信赖诚信企业”  
**67123456**  
**63777777**  
**68660666**  
114/12580/118114/转吉祥搬家  
免费客服电话:4007796668  
网址:Www.jxbj.com