

TOP 养生 | 美丽新干线



现代女性身兼数职,职场的“白骨精”、丈夫的贤妻、孩子温柔的母亲、父母体贴的“小棉袄”……身兼“数职”的背后,往往背负着沉重的压力。容颜变老、皮肤黯淡、身材走形、妇科疾病不期而至等,严重威胁着女性的身心健康。3月8日,在这个属于女性的节日到来之际,爱美的女性忍不住又要大呼:Duang! Duang! Duang! 我要做个不太“平”女人! 我要做个幸“孕”女人! 我要做个无“炎”女人……呵呵! 其实,想变美、想更有魅力,不是啥难事哟。
郑州晚报记者 蒋晓蕾 李鹏云

Duang! Duang! Duang!

想变美,看过来

变美“法宝”、变美优惠这里都有

变身“白骨精” 骨干气质可兼得

虽说“一点点赘肉别紧张,杨贵妃照样迷死唐明皇”,但没有哪个女孩子希望自己有着杨贵妃那样的身材。“瘦成一把骨头”,这样的愿望听起来颇为震撼,但是胖人的心声倒是表露无遗。减肥的方法五花八门,做个有“骨”气的女人,骨干而有气质,也不是一件容易事。

海洋人鱼体雕术:给脂肪“搬个家”

河南整形美容医院脂肪管理中心经12年的专注研究中原女性形体美学,推出的“海洋人鱼体雕术”技术,通过对人体肥胖部位进行定向吸脂,可减少体内脂肪细胞的绝对数量,清除局部肥胖,给你的脂肪“搬个家”,还原玲珑人鱼曲线。

360° 聚能吸脂减肥:拒绝凹凸不平

郑州集美整形美容医院的360°聚能吸脂减肥术,依据人体黄金比例各个参数,精准分析各个部分的脂肪堆积量进行360°全方位整体设计,运用水波聚能吸脂技术,有选择性的分离脂肪细胞,确保术后皮肤光滑、紧致、无凹凸现象,窈窕身姿立现。

水动力吸脂减肥:轻松躺着瘦

东方整形美容医院在中原首家引进德国Body-jet水动力吸脂瘦身技术,其采用德国原装进口螺旋式水刀技术,基于精确的水动力技术原理,采用螺旋式水刀,通过加压水流精确作用于目标组织,有选择性地分离脂肪细胞,自动避开血管、神经等组织,轻松分解脂肪,塑身更全面,术后保持皮肤平整光滑、紧绷有弹性。

不做“太平公主” 丰盈之中藏睿智

敏感在心,脆弱在身。而女人最脆弱的就是胸部,丰胸技术的日趋成熟,让爱美女子总能找到最适合自己的方法,告别“太平公主”时代。

黄金五线丰胸: 告别平胸尴尬

河南整形美容医院研发的黄金五线丰胸术,遵循胸壁、胸骨、乳房、乳头等部位构成的胸部塑形黄金五

线原则,可对个体身材进行三维量化围度设计塑形,并根据患者的需求以及自身情况,选择最合适的假体。术后形态逼真,手感柔软,不影响哺乳,丰挺而持久。

活态脂肪丰胸: 终结四大胸部问题

活态脂肪丰胸技术是通过独特的专利技术——螺旋水动力核心技术温和

分离身体多余的脂肪细胞,通过其独特的专利密闭式脂肪提纯系统,提纯出高活性脂肪用来移植丰胸的技术。该技术彻底终结了传统自体脂肪丰胸等四大弊病,较传统的假体隆胸和自体脂肪丰胸有着不可替代的优势,不用假体,也能一次性实现“大而挺”的性感效果,是目前很受欢迎的丰胸方式。

幸“孕”女人 韵味恒久飘暗香

如果你以为不孕症就是不能生孩子,那你就duang了。一些疾病如子宫内膜异位、多囊卵巢综合征、长期妇科炎症感染、过度肥胖等都会损害生殖器官,从而导致不孕。

郑州天伦不孕不育医院院长田金环指出,多次的人工流产成为当下导致女

性不孕的第二大原因。另外,临床中,长期内分泌失调的女性患上不孕的比率比正常女性高出3~8倍。

同时,女性避免不孕还应注意以下几方面:要讲究经期卫生。在月经期如不注意卫生,很容易得各种妇科疾病,如月经不调,痛经,外阴阴道炎,宫颈炎,附件

炎,子宫内膜炎,盆腔炎症性疾病,这些因素都有可能致不孕。保持愉快心情。生儿育女是人生的希望,但有时盼子太心切,反而不会怀孕。特别是高龄者或结婚数年未孕者心情更加紧张,从而干扰了神经内分泌功能,影响受孕。因此切忌急躁、自卑及精神紧张。

无“炎”女人 健康美丽两不误

春暖花开,万物复苏,各种致病菌繁衍活跃,妇科疾病也开始“苏醒”。对于成年女性而言,最常见的疾病并非感冒,而是生殖道感染。由于生理结构的特殊,女性娇嫩的生殖系统常常成为其一生中最高发病的地带,也是全身性疾病的“发源地”。

武警河南总队医院妇科主任柳书勤提醒说,很多女性为了防止细菌侵袭,用各种洗剂清洗外阴或冲洗阴道。这样会改变阴道酸碱度,容易引起阴道炎症。“平时用清水洗净外阴就可以了,而市面上各种洗剂多含有杀菌、消毒的药物成分,经常使用往往会破坏阴

道内的正常菌群。”

同时,生活中还应坚持健康的生活方式,首先,要保持外阴清洁、干燥;其次,不与他人共用浴巾、浴盆,不穿尼龙类内裤;再次,就是要避免不洁性接触;最后不要滥用药物,尤其不要滥用阴道灌洗药物。发现任何异常,应及时就医。



又一个3·15国际消费者权益日即将来临,走过2014,我们一同见证了中国医疗的改变。这一年,作为消费者的您,受了多少“就医窝囊气”?对身边的医疗服务满意吗?看病过程中还有哪些让您觉得不合理?3·15来临之际,《郑州晚报·TOP养生》特开通医疗消费维权热线:56568120,邀您说出就医过程中的“烦心事”,让我们一起捍卫健康,将医疗维权进行到底。

武警河南总队医院 “学雷锋”义诊送市民



在第52个学雷锋日来临之际,武警河南总队医院政委姜轶峰、副院长孟晓、副政委胡光平带领普内科、心内科、耳鼻喉科、脊柱外科、眼科、内分泌科等科室50多名中高级职称专家和医护人员,分别来到郑州市社会福利院、二七广场,为五保老人、智障孩子及广大市民提供义诊、免费咨询、送药服务。

“传承雷锋精神、争当雷锋传人。武警河南总队医院为推动雷锋活动时代化、常态化,多年来坚持深入边远山区、乡镇、社会福利院开展义诊,为贫困农民、孤寡老人、残障儿童送医、送药,为五保老人、特困家庭、优秀学子等实施免费救助,并相继开展了‘爱心行’、‘光明行’、‘健康进社区’、‘爱撒中原大地’、‘情系革命老区’等一系列社会公益活动,救助‘砸铁丝的小男孩赵帅’、‘巨腿女孩孙晶晶’、‘渐冻人王海龙’等,深得社会各界好评。”姜轶峰说。

郑州晚报记者 蒋晓蕾
通讯员 杨旭涛 张琳娜

椎间孔镜术 让八旬老太腰腿不再痛

年近八旬的付老太太患有腰腿痛的老毛病,近期在收拾家务后突然加重,腰及右腿疼痛难忍、卧床不起。在当地医院检查后,发现老人是腰椎间盘突出,医院建议通过开刀取出突出块。经人介绍,付老太太一家找到了郑州市第七人民医院骨科一科主任冯付明。在为老太太仔细诊治后,冯付明决定对其施行椎间孔镜微创介入手术。手术不到一小时就顺利结束,术后老太太腰腿痛消失、能够下床活动。

“年龄大,又有高血压冠心病,不适宜开刀。”据冯付明介绍,椎间孔镜技术是骨科微创技术,其采用局麻,创伤小,皮肤切口不到1CM,基本不出血,安全性高,费用低,康复快。

郑州晚报记者 蒋晓蕾
通讯员 荣文翰

三八节,变美优惠这里有

郑州博爱眼耳鼻喉医院:3月6日~12日,免费为广大女性进行眼科、耳鼻喉科、口腔科检查,免挂号费、诊查费。时尚近视眼镜(含镜架、镜片、验光)只需99元。

武警河南总队医院:免挂号费、会诊费、妇科检查费、白带常规化验费、免早孕检测费、妇科B超检查费一次(阴超半价),免无痛终止妊娠手术费、免住院病人床位费。

郑州东方女子医院:微整形部分项目五折优惠。双眼皮(埋线法)+开眼角 2380元;瑞蓝玻尿酸买2送1,瘦脸针特价1800元;水动力吸脂减肥术消费满5000元减600元、满1万元减1500元;黑瓷娃娃美白嫩肤项目单次880元;丝柔仿生绣眉980元;冰点脱毛半价惊喜。此活动3月31日截止,凭学生证享六折优惠。

郑州现代妇科医院:5元做彩超,薇薇终止妊娠仅收520元,10大妇科检查仅需2元。

郑州植得口腔医院:成功预约种牙,均送价值4800元超值大礼包一份。河南省老龄种植牙专项援助基金新春巨献,针对军烈属、现役军人、人民教师、人民警察、医务人员、离退休职工及工矿企事业单位有突出贡献者,种牙每人援助1000元。(注:以上优惠不包含特价种植体)

郑州集美整形:3月1日~31日,到院咨询均可领取价值7万元现金抵扣礼包,享受22项超值优惠。消费金额满6万元,可现场领取总裁亲笔签名的VIP总裁限量卡一张,院内任何项目均可享受折上九折优惠。