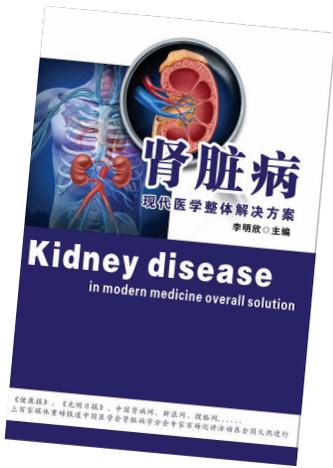


肾病、尿毒症, 免费赠书火爆进行中

肾病患者拨打赠送专线400-010-1233, 可免费领取, 每家限领1本



肾病、尿毒症赠书自刊登以来, 免费赠书热线电话声此起彼伏, 因而免费书籍数量逐渐减少。此次公益活动受到我省广大肾病、尿毒症患者的热烈响应。许多患者表示, 这本融汇了治疗肾病、尿毒症的妙招及实用验方, 让自己少走弯路, 对于后续的治疗起到指导作用。

正如患者所想的那样, 《肾病现代医学整体解决方案》一书, 对肾病、尿毒症患者的病症、治疗方法和安全用药, 以前所存在的疑问, 在该书中都能找到答案, 一看就懂, 是一本能真正改变肾病、尿毒症患者命运的难得之作。

肾病治疗书 专家让你少走弯路, 不进误区

《肾病现代医学整体解决方案》经多年研究肾病专家学者、肾病学科带头人多年的临床研究, 从专业角度出发, 运用国际最新治疗肾病的理念, 用通俗易懂的语言写给广大肾病患者和家属的一本书, 以供其翻阅、学习, 对肾病、尿毒症伴发的如何消除蛋白尿、血尿、浮肿; 如何降低肌酐; 如何解决贫血、高血压等疑难问题给予了全面深入的解答和具体治疗指导。因其治疗方法多, 内容生动翔实, 病

理讲解透彻, 言简意赅, 在北京、上海、深圳、杭州等城市赠送时, 遭到电话疯抢, 并受到肾病患者和家属的高度好评, 被大家亲切地称为“肾病康复指南”。

肾病治疗书 零元免费送, 抓住最后机会

《肾病现代医学整体解决方案》汇集了目前最新的治疗肾病的方法, 尤其是“A·R·碳化”疗法, 特别针对急慢性肾小球肾炎、急慢性肾功能衰竭、IgA 肾病、慢性间质性肾炎、糖尿病肾病、紫癜肾、狼疮肾、肾病综合征、多囊

肾、高血压肾病、药物性肾损害、高尿酸血症性肾病(痛风性肾病)、尿毒症等16种临床常见的肾病, 让患者得到正确诊断与治疗, 帮助肾病患者走出治疗误区, 遏制了肾病快速发展的进程。

中国肾脏病康复临床基地为了普及肾病防治知识, 减轻肾病患者巨额医疗费用的一项爱心项目, 来电即可索取, 无需任何费用, 仅限肾病、尿毒症患者本人领取。

今日起, 有急需该书的肾病、尿毒症患者, 请拨打全国免费申领热线: 400-010-1233!

李鹏云

睡前玩手机、睁眼找手机、吃饭看手机 手机“偷”健康应对有招 “米”字操、少用眼、搓手指可赶走它

常低头 危害: 颈椎病、肩周炎

“现在很多人年纪轻轻就天天喊着颈椎疼, 一检查, 不少人就已经出现颈椎反弓了。”河南省中医院骨科主任医师孙永强称, 颈椎有正常的生理弯曲, 如果生理弯曲消失, 甚至向相反的方向弯曲, 称为反弓, 会引起头晕、头痛等多种症状。造成颈椎反弓的一个主要原因是长时间低头。

孙永强说, 值得注意的是, 现在出现颈部疼痛的儿童患者越来越多, 有的甚至六七岁就出现了颈椎反弓。询问家长时发现, 这些孩子很多都跟大人一样, 喜欢玩手机、玩平板电脑。

支招:

1. 玩手机时避免一直采取低头的姿势, 提醒自己把手举高到眼睛平视的位置。
2. 勤做颈椎保健操, 加强颈肩部肌肉的锻炼, 比如最常见的“米”字操, 按照“米”字的笔画方向活动头部。

常用眼 危害: 视力下降、干眼症

每天晚上躺床上, 一边玩手机、一边看电视……这是不少人的生活状态, 想玩儿哪个就玩儿哪个, 目的就是不让眼睛有一丝休息的空隙。而这种状态让不少眼睛干涩、胀痛的病人越来越多。专家表示, 这都跟长时间看电脑或用手机有关。还有一些病人的近视度数以每年近100度的速度增长, 原因也是太过于依赖电脑、手机。

支招:

1. 看电脑、手机时, 10多秒就要眨一次眼睛。
2. 使用电脑、手机时, 隔30分钟就要让眼睛休息一下。
3. 别关灯玩手机, 这是诱发青光眼的因素之一。因为在这种状态下, 瞳孔长时间散大, 眼压升高。此外, 躺着看、侧卧的姿势不可取, 会加大对眼球的压迫。

“早上醒来第一件事是什么?”看手机!“睡前最后一件事是什么?”玩手机!“吃饭期间能不能做到不摸手机?”“不能!”……出门时拿着它, 开会时拿着它, 甚至上洗手间都要带着它, 如今这样的“手机成瘾者”已不在少数。虽说科技让生活更美好, 可过度使用手机, 健康却在一点点被“侵蚀”, 有没有办法让健康与娱乐两不误呢? 郑州晚报记者 李鹏云



干超半 图

老刷屏 危害: 腱鞘炎、“扳机指”

刷微博、刷微信, 手指不断地动, 小到朋友圈, 大到国内外大事, 信息一览无余。可是时间长了, 手指表示“压力山大”。

孙永强介绍, 手部某些肌腱的外面包着一层纤维组织, 称为腱鞘, 它具有维持手指正常屈伸和肌腱滑动的功能。当手部固定在一定位置做重复、过度活动时, 肌腱和腱鞘频繁发生摩擦, 会导致水肿、纤维性变, 引起内腔狭窄, 手指再活动就会变得不灵活, 还会出现疼痛, 这就是腱鞘炎。

时间长了, 手指会伸不直或者活动手指时有很明显的弹响, 像扣扳机的声音, 医学上也称为“扳机指”。接诊时能碰到不少这样的年轻患者, 有的就是玩手机玩出来的。

支招:

1. 手指连续活动时间不宜过长, 结束后搓搓手指和手腕, 有条件还可以用热水泡泡手。
2. 手掌用力握拳再放松, 来回多做几次。或将手指反压或手掌反压几下, 也能缓解手部的酸痛。

医疗快速

天气炎热易诱发冠心病 谨防猝死

天气热、气温高, 身体为了散热, 会使体表的血管扩张, 更多的血液循环到体表, 心脏等器官的供血相对就少了。尤其是中老年人, 若在温度过低的空调房与闷热的室外频繁进出, 会导致身体调节失衡, 重者可能引发猝死。冠心病是由于发生了粥样硬化的动脉内有狭窄或斑块, 进而造成了血管的“交通阻塞”, 甚至完全堵死, 血管逐步失去韧性、弹性, 导致心肌缺血缺氧或梗死的一种心脏病。主要分为: 心肌梗死、隐性心脏病、心绞痛、猝死等。

针对脑梗、心梗等症状, 日本宫崎医科大学教授、全球著名心脑血管医学权威专家美原恒教授经过数十年临床研究, 成功研制出内含20多种纯天然成分的地龙蛋白酶复方生物制剂。“地龙蛋白酶”从根本入手, 通过调节改变免疫微环境、抗血管新生、激活人体NK细胞可快速达到完全

溶解血管内的血栓, 对血管进行净化和疏通。

此外对于血管的纤维增生(斑块)还可进行溶解与修复, 恢复血管韧性。彻底解决血管动脉粥样硬化问题, 让你彻底告别“心梗、脑梗”。

第一阶段对血管内新形成的血栓完全溶解掉, 对血液进行净化, 恢复血液成分, 增强血液流量, 防止病情进一步或急性发作。

第二阶段, 能溶解体内所有血栓、使血压稳定、高血脂症消除、血液恢复清洁、流通, 对损伤血管细胞(血管壁)进行修复, 恢复血管韧性、弹性, 从而保护和恢复人体心脑血管器官正常功能。地龙蛋白酶因其具有无副作用、降低冠脉内支架植入术、传统药物治疗的副作用、不易复发、费用低等特点而得到欧洲、美国、日本等30多个国家认可和普遍采用。

李鹏云

温馨提示

详情可登录 www.915jk.com 了解。为了让广大冠心病患者了解疾病的发病原因及科学防治方法, 特邀上海中医药大学附院教授冯振华、原上海市同仁医院副院长邵维城教授, 近期将莅临我中心为您免费解答答疑, 限30个名额, 请提前预约。

预约咨询热线: 0371-60591122

颈肩腰腿痛 防治公益讲座成功举办

5月30日, 2015颈肩腰腿痛防治公益活动暨健康大讲堂在河南公安医院学术会议厅开讲。本次活动由河南省老龄基金会、河南公安医院联合主办, 讲座围绕中老年的健康保健、颈肩腰腿痛产生的病因、治疗和预防等话题展开。

主讲专家孙进峰在授课中指出, 劳逸结合、注意合理膳食及加强锻炼。讲座现场, 孙进峰还对前来参加讲座的市民进行了免费会诊。他提醒, 中老年朋友出现腰椎间盘突出不要自行服药, 最好到医院让医生诊断, 辨明病因, 对症治疗。

据悉, 河南公安医院开展的颈肩腰腿痛防治公益活动, 涵盖名医会诊、骨病普查以及健康大讲堂, 近日有腰疼、腿麻、腰椎间盘突出等问题的市民都可以前往报名参加。

蒋晓蕾