

膝痛难忍怎么办? 免费治疗快报名!

1000份超值大礼包,最高价值916元,早拿早受益,膝痛患者别错过

急、重、晚期膝关节病治疗,这里还有一条路!

南阳路的王大妈说:“大礼包我可算得到了。这次我不仅免费治了一次腿疼,还能免费领取健康杂志《一百岁》,不花钱就知道全年健康资讯,更重要的是,凭借大礼包住院治腿疼还减免300块钱咧,太好了!”

日前,中国骨病MCO多联疗法特色治疗医院——省现代医院举办的“暖膝除痛温暖大行动”自开展以来,我省因膝关节病蹲不下、站不起、走不好的疼痛、僵硬、肿胀、酸麻等病症的广大膝关节病患者反响十分强烈。

与王大妈不同,航海路的赵大爷起初

则认为免费治膝痛大礼包活动是骗人的:“刚看到时我根本不相信,被邻居拉着一块去看看,没想到人家真免费,当场就给我免费治疗了一次,而且真没收我钱!”

据了解,1000份免费治疗大礼包逐日减少,请我省年满50岁以上的膝关节病患者抓紧时间带上有效证件(身份证或医保卡)与近期膝关节检查影像资料,到位于桐柏路与西站路交叉口的省现代医院,领取最高价值916元的健康大礼包一份,享受MCO多联疗法免费治疗一次。名额有限,机会难得,切莫错过。

治膝痛,最忌一忍二拖三乱治!

有调查显示,在我国1亿多骨关节病患者中,大多数患者曾走入如下认知误区:有的认为膝关节疼痛是小毛病,忍忍就行了;有的患者却由于生活琐事、经济紧张等因素一拖再拖,久久未去治疗;还有的是“病急乱投医”,江湖游医、无名膏药、小诊所等屡次尝试、屡次受骗;更有患者“久病成医”,自作主张乱用药,导致膝关节疼痛越治越重,最终行走困难,甚至不得不关关节置换。

省现代医院业务院长张福林认为,膝关节疼痛拖不得,治疗更是不能“乱”。治疗膝关节疼痛,找准病因是关键。据悉,

省现代医院采用的MCO多联疗法将传统疗法与CT、DR等大型仪器检测充分结合、相互印证,病因找得准,病根挖得狠,因人而异制定诊疗方案,切实避免错诊、误诊,避免乱治乱治。

在治疗上,该疗法运用四维液体刀、腓骨截骨术、秘制中药、小针刀、穴位埋线、功能锻炼等50多种方法全方位作用于膝关节,从而达到短期内祛痛,达到不疼痛、避免畸形、关节活动良好。病因诊断准确,治疗切实对症,自然取得良好的临床效果,深受广大膝关节患者信赖。李鹏云 郭世玉



连着两天的降雪,预示着寒冷干燥的冬季真的来了,坐在暖气十足的房间,看着窗外的雪花,吃着热气腾腾的火锅,那叫一个爽。然而专家提醒,这些取暖方式其实很容易让人上火。冬天里的几把火应该怎么“灭”,生活中哪些降火方法不靠谱? 专家给出了答案。郑州晚报记者 李鹏云

心火旺、肝火大、胃火盛、寒包肺火 冬季身体4把火 吃吃喝喝灭了它

冬季进补,心肝胃肺易上火

许多人都以为只有夏天才容易上火,其实,寒冷的冬季也是上火的“旺季”。冬季上火的原因大多可归于“燥”:一是人们喜欢坐在开着暖气的室内,再加上进食大量肉类及辛辣食物,就好比“火上浇油”,使内热不断聚集。二是年末压力加大,许多人难免会烦躁、焦虑,也容易上火。

“火”散不出去就成了“毒气”,会使机体免疫力下降,给各种疾病发作提供可乘之机。以下几种内火常在冬季找上门:

心火旺:口舌生疮 冬季气候干燥,若一味进补或吃辛辣刺激食物,可能会引起心火旺盛,容易出现口舌生疮、牙龈肿痛、心烦、失眠等症状。

肝火大:头晕眼干 夜间暖气太足会引起人的睡眠质量下降,或经常熬夜等,都会使得肝脏不能正常休息,于是只好加班加点排毒,造成肝火旺盛,容易头晕眼干。此外,还可能有急躁易怒、两眼发红等症状。

选对方法,不吃药也能灭“冬火”

多喝白开水

喝水能加快新陈代谢,冷却体内燥热,缓解烦躁的情绪,建议每日至少饮水1200毫升(约两瓶矿泉水)。

屋里放盆水

冬季上火多因“燥”,除了给身体补水,还应给干燥的空气加湿,有利于机体抵御病菌的威胁。可使用加湿器、放一盆水、常开窗通风等方法,让房间湿度保持在30%~60%。

早睡早起

熬夜会损耗阴气,肝脏得不到充分休息,引起头晕、眼干、易怒、两眼发红等肝火旺盛症状。冬季适当延长睡眠时间,建议晚上10点前睡觉,早上6点后起床。

常揉肚子

面对上火引起的便秘,可尝试轻

胃火盛:口苦 便秘 酗酒、嗜食辛辣、油腻食物的人容易因湿热、食滞两方面原因造成胃火旺盛。轻微胃火盛者,好像永远吃不饱,其实是胃热给大脑的错觉;到火盛至一定程度,就会变得什么都吃不下。胃火大还有上腹不适、口干口苦、大便干结、便秘等症状。

寒包肺火:易感冒 冬季严寒,大家通常都只想到受寒了会引起风寒感冒,其实很多感冒是“寒包火”。有的人在干燥的房间内坐久了,又不注意补水,还过食肥甘厚味,天气虽然寒冷,但体内却是一派“热火朝天”的景象。出门接触冷空气,一时适应不了,就会出现寒热交加的情况而发生感冒,表面是受了寒,全身怕冷发热,但又表现出口臭、便秘、咽喉肿痛、咳黄痰等上火的症状。

因此,在寒冷季节,养生也不是一味保暖和补充热量,还要适当“灭火”,维持身体的平衡状态。

揉肚子,增加胃肠蠕动,通便后火气往往会消散。方法为:单手以肚脐为中心顺时针向外画圈,坚持5分钟以上,直到腹部微微发热。晨起和睡前按摩效果较好。

适量运动

散步、慢跑、打太极拳等运动可排解烦闷,浇灭心火,增强体质。但要注意两点:早上锻炼最好等到太阳出来后;运动以微微出汗为宜。

吃点冷食

可以根据体质适当吃点冷食作为调节,肠胃健康者可以吃点凉菜,肠胃不太好的人可以吃点大白菜、芹菜等凉性食物,少吃菠萝、橘子等热性水果。

新闻1+1

错误“灭火”法要不得

生活中,很多人往往不加思考就胡乱去火。一些广为流传的方法虽有可取之处,但并不适用于所有人,用得不对反而让身体“火上浇油”。

靠喝凉茶去火

凉茶多由金银花、菊花、黄芩等组成,性寒,适合实火患者,但虚火患者喝凉茶可能“凉上加凉”,还可能导致胃疼、腹痛、腹泻。女性月经期间、风寒感冒患者也不宜喝凉茶。

天天喝菊花茶

菊花茶有清热解毒的功效,但不宜天天喝,平时怕冷、一吃凉就胃痛的虚寒体质者长期大量饮用,会使体质越来越寒,免疫力降低。

猛吃苦味去火

莴苣、生菜、苦瓜等苦味食物有助清心泻火,但不可过食或长期食用,尤其是老人,吃多了会损伤脾胃,引起恶心、呕吐等不适。



医疗快递

突降大雪,足力健热能鞋保障老人温暖与安全

寒冬一到,老年人的苦日子就来了,但是今年冬天,足力健热能鞋为绿城老年朋友带来了福音。

这款集轻便、保暖、防滑和聚热为一体的热能鞋,采用“五重聚热”原理,双层防滑鞋底,能有效隔离寒气从老人脚底入侵,坦克链条防滑纹大大提高了鞋子防滑性能,老人尽可放心出门;牛巴戈的鞋面,保温又透气,不闷脚;储热前舱,加宽加高,老人穿上之后不挤脚,还能持续保温;高帮收缩腕口,有效防止老人脚脖子进风;高科技聚热纤维,快速吸收老人脚部散发出的热量和水蒸气,将湿气散发出去,而热量则被有效地锁住,保持脚部恒温28°C~32°C,能有效改善老人足部血液循环。

蒋晓蕾

俄罗斯眼科专家与您相约华夏视光眼科

11月26日,俄罗斯权威眼科专家将亲临郑州。届时除了学术交流,还有少量专家号名额。

郑州华夏视光眼科医院刘苏冰博士称:“让更多的低视力患者得到光明,看到曙光的希望,本月我们再次邀请俄罗斯眼科中心著名眼科专家卡鲁什·阿列克和葛里莫娃·莉莉娅高级主任医师等组团来郑,为众多低视力患者进行诊疗。”

俄专家将于11月26日抵达郑州,27日正式开诊,并在我院进行学术交流。俄罗斯专家会诊时间为11月27日~12月10日,欢迎各位眼科同仁前来参加。

此次会诊,主要针对视网膜色素变性、高度近视眼底病、视神经萎缩等疑难眼底病等,患者请到郑东新区祥盛街8号郑州华夏视光眼科医院预约会诊。

郭世玉 通讯员 张清

**治膝关节病
到省现代医院**
咨询热线:0371-60203377
省现代医院地址:桐柏路与西站路交叉口东北角
[郑州市西站路62号](豫)医广[2015]第10-29-530号