

TOP 养生 | 健康最亮点

缺牙老人注意！半口/全口缺牙有救了
终结暴利时代 拜博种植牙惊现“成本价”



3000老人“一日得”好牙
拜博种植牙火爆中原

“没想到只用一天,就能像年轻时那样吃东西。神速度!”

“取代活动假牙,一天就能固定生根,再也不用被活动假牙折磨了!”

“种牙不用再等三四个月,当天种牙当天吃饭。现在天上飞的、地上跑的、水里游的,各种山珍海味都能吃,真解馋!”

“人老了,牙骨厚度不够,以前做不了的种植牙,现在都可以种了。”

“一个牙洞里种一颗牙,要是缺了半口牙,那得花多少钱啊!现在种4颗就行了!”

据 All-on-4® 官方数据表明, All-on-4®重建技术,只需要种4颗牙,在1小时左右就能实现半口牙的种植,既可

减轻痛苦,也节省了费用,整个种牙过程一次性完成,是真正的“一日得”。

据悉,上下各种下4颗牙根,一天还原满口好牙的“一日得”种牙术,已让3000位老人在拜博“一日得”一口好牙。

90岁为啥还来拜博种牙?
一口好牙冲刺100岁!

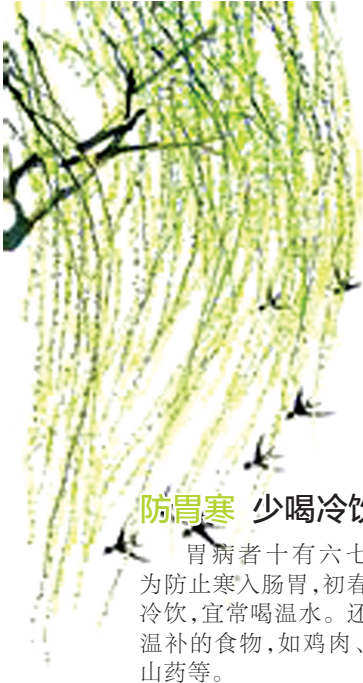
“别人都不理解,我今年都90岁了,干啥还来种牙?过去缺牙啥都吃不了,营养不好,身体当然也不好。种完牙,我一定多吃点有营养的,90岁算啥,我先活到100岁再说吧!”王奶奶渴望一口好牙,渴望长寿和健康。

上个月,90岁高龄的王奶奶借助 All-on-4®技术,找回了一口“新牙”。回访时,我们发现王奶奶气色红润,身体明显更

有劲儿了,正如王奶奶所言“一口好牙,吃好喝好,才能冲刺100岁”。

终结暴利时代
拜博种植牙惊现“成本价”

2016年,拜博高调亮相央视猴年春晚,放眼国际,拜博更是登陆纽约时代广场这个“世界十字路口”祝福世界人民!这代表着拜博口腔不仅立足中国,更要走向世界。作为一个有责任心、有使命感的口腔连锁大企业,面对缺牙老人吃不好睡不好,不敢张嘴大笑的问题,拜博口腔动用5000万专项种牙基金,用“成本价”给缺牙老人送优惠送健康送自信!即日起,凡在拜博口腔种植牙的顾客,即可享受“200元抵2000元”的优惠活动!



风助阵春寒更猛,寒人身五处“痛苦”
春季养生
莫要“春风得意”哟

与冬季的“干燥寒冷”相比,有一种“寒”很容易被人忽略,那就是“春寒”。“立春”以后,虽气温逐渐回暖,但此时气候往往冷暖多变,再加上春天是“风”盛的季节,“风”为“百病之长”,易诱发各种呼吸系统疾病及春季传染病。如果过早换上春装,风邪会夹带寒邪乘虚侵入人体,停在体表,导致伤寒、感冒、发烧等小病;可一旦进入体内脏腑经络,就会引发多种更严重的健康问题。

郑州晚报记者 蒋晓蕾

防胃寒 少喝冷饮料

胃病者十有六七都是胃寒。为防止寒入肠胃,初春应尽量不喝冷饮,宜常喝温水。还可适当吃些温补的食物,如鸡肉、羊肉、栗子、山药等。

也可在医生指导下加用温补肠

胃的药物,如干姜、黄芪、当归等。

中脘穴(肚脐直向上4寸处)有调理消化系统、行气活血的功效,每天用电热宝暖中脘穴半小时,可改善脾胃虚寒所致的消化性溃疡、胃肠炎、消化不良等疾病。

防脾寒 多吃胡萝卜

脾最怕贪饮寒凉或由于保暖不当导致的脾寒,寒湿困脾则损伤脾阳,表现为腹胀、胃口差、嘴里没味、身体沉重、容易疲劳等,女性还会出现白带增多的症状。

日常生活中,防脾寒要少食

寒凉,适量多吃胡萝卜、芡实、板栗、红薯、香菇等有助健脾的食物。

另外,按摩三阴交穴(足内踝尖直向上四横指处),以局部发酸感为度,也有助于健脾除湿。

防宫寒 关键在暖宫

子宫堪称女性体内最怕冷的器官,很容易成为寒邪的首选攻击目标,引发月经异常、下腹疼痛、痛经等不适。若生活中再不注意局部保暖,更是雪上加霜,严重者可导致排卵异常、受孕困难,甚至不孕不育等。

治疗宫寒关键在于暖宫。首先,按涌泉穴。经常按摩涌泉穴

(脚底中线前1/3与后2/3交界凹陷处)可固护阳气、预防宫寒。其次,用刮痧板刮拭腰骶部、腹部及小腹至发红发热,也是治疗宫寒的好办法,每3天做一次。

平时要少吃冷饮等寒凉之物,建议多吃黑芝麻、核桃、枣、花生、红糖等益气暖宫、暖身补血的食物。

防关节寒 醋酒擦患处

初春,很多老年人会出现“老寒腿”加重的情况,腰和腿像被冰包裹着一样,酸麻冷痛,活动不便,影响生活。同时,寒冷还会导致气血阻滞不通、筋脉拘挛抽搐、关节屈伸不利。

因此,初春时节老人一定要注意

膝关节的保暖,平时如果感觉疼痛,也可蘸醋或酒搓擦疼痛部位,或用当归、川芎、红花、生甘草、羌活、花椒等药材加适量水(比例为1:10)煮开后将药液倒入盆中,每晚睡前用此药液(40摄氏度左右)泡脚半小时,可起到活血化淤、驱寒止痛的作用。

防肺寒 生姜泡水多喝点

肺经鼻窍与外界相通,故最易受伤。外寒袭肺会导致咳嗽、咳痰等,所以养肺重点在于预防感冒、防止寒凉之邪伤肺。春季常用生姜、大枣泡水喝可驱肺寒,兼润肺。

此外,每天坚持半小时中等强度

运动,可促进胸中浊气排出,使周身气血通畅,增强御寒能力。

同时,保持良好心态也是养肺的一剂良方。心情愉悦,人体气机通畅,反之,长期压抑沮丧会导致气机凝滞,影响肺气宣发。

河南公安医院

腰间盘突出
颈肩腰腿痛, 咨询专线:
0371-66387799

医院地址: 金水区顺河路7号
(紫荆山公园东南角)

(豫) 医广【2015】第03-31-112号

郑州丰益肛肠医院
ZHENGZHOU FENGYI COLOPROCTOLOGY HOSPITAL

查肛肠 到丰益

咨询热线
0371-8750 3333

…【中医肛肠科专业】…

地址: 嵩山南路与陇海路交叉口向北100米

(全年无假日医院)

(豫) 中国 医广【2015】第03-31-0393号