

## 走近同华堂(十五)

咱民间讲究“过了腊八就是年”，眼下走过大街小巷已经是年味渐浓，按照习俗，新春佳节，亲朋好友相互之间都会串串门、拜拜年，互送些礼品。今年春节，该给亲友们带点什么呢？

## 带份“健康”回家看看

□ 记者 李永高 通讯员 焦媛

近日，在我市打工的吴先生接通了记者的电话，说今年春节不知该给双方父母带什么东西好了，现在城里有的，老家也不稀罕了。最后，谈话是以那句广告语结束的——“送礼送健康”。那么，我市春节前的健康礼品市场如何呢？

## 商家纷出“健康”牌

昨日，记者走在街上，发现随着消费者购物习惯的改变，商家的促销理念也在增强，针对老年人、中年妇女、儿童等不同的送礼对象，一些商家还打出了“健康长寿”、“健康美丽”、“健康成长”等主题。

面对春节前的黄金季节，许多药店也一改往日低调的姿态，大大方方地把各式营销策略抛了出来：鲜艳的海报、高大的彩虹门、折扣、礼品，透露出红红火火的年味儿。

一家药店超市的店长认为，就目前来看，今年健康礼品销售的最大特点是滋补中药走俏。随着国家、省、市一系列医改措施出台，经历了国际金融危机的影响，尤其是甲型H1N1流感的侵袭后，许多进店顾客都表示，春节送礼，买传统中药补品更实用。

穿过“倡导国粹、国宝、国学三国演新意，养生、养心、养性三养度人生”的楹联，进入同华堂，里面显得很忙碌。虽然没有奢华装饰的



喜庆场面，但不乏市场暖意。据大堂负责人说，进入腊月以来，药品销售总体呈现稳步增长态势，特别是近几日，滋补类礼品销售情况最好，“这与人们过年送礼有密切关系”。

尽管商家也似乎摸准了消费者理念的转变，但通过走访记者也发现，商家五花八门的促销活动，只能起到吸引顾客进店的作用，最后不能成交，更多还是取决于健康商品自身。

## 不少消费者愿意买“健康”

去年这个时候，《南方都市报》

和39健康网联合调查得出结论：八成网民春节送礼首选健康类产品。春节送什么？现代人对于健康越来越重视，春节有购买健康类礼品打算的网友占82.69%。

“春节一般都要走亲访友，看望老人时送些健康品他们都挺高兴的。”像胡先生这样的白领正是春节期间健康礼品的最主要购买人群。

在同华堂，虫草、鹿茸、燕窝、石斛等礼盒颇受消费者青睐，延续传统医学精华“百药之长——药酒”的“通血脉，行药势，温肠胃，御风寒”等功效，传承百年秘方泡制的“映天红、壮元劲、通四海”系列保健酒销

量也比平常更旺了，而饱含“治疗癌症的最后一道防线——紫杉醇”的红豆杉系列产品，今年刚一上市即成健康礼品市场的新宠。

一位中年人正在选购高档西洋参，他说，准备春节放假回老家看望年迈的父母。父母那一辈人，就认同传统的中药滋补品，时髦的东西他们不领情。

据介绍，这些产品定位比较高端，也是同华堂经营的亮点之一。正因为注重中药饮片和贵细药材的质量，因此，逢年过节，都会有不少消费者前来购买，自用或者馈赠亲友。

“送礼送健康”，这句话尽管来源于广告词，但是确实反映了人们的心声。不过，对于礼品的选择，人们还难以做到心中有数。

## 送“健康”看人“下菜”

送礼的目的不是为自己高兴，而是要让对方开心，这是春节选购礼品必须遵循的规则。人们选择健康礼品时需要擦亮眼，既不能被“李鬼”蒙骗了，还要送得对，送得适用。

在市中心一家药店，一位上年纪的男士说得好，选礼品和招待客人一样要看人“下菜”，要根据受礼者的健康情况，选择有助于受礼者健康的礼品。

对此，同华堂的坐诊中医王鼎大夫很有同感。他拿出最新一期《家庭保健报》说，这上面就介绍武则天爱吃“虫草全鸭”，为什么？原来，武则天晚年体衰多病，咳嗽不止，稍感风寒便病情加重。用过很多贵重药品，都疗效不佳。后来，用“冬虫夏草”炖鸭，一个多月后，气色好转，不再咳嗽。

这冬虫夏草是一种传统的名贵滋补中药材，与人参、鹿茸并列为三大滋补品。西方人称之为东方神草，是适合人群最广的补品。

过节送礼自然是一笔不小的开销，但是万万不能一味贪图便宜，要是让收礼的人因为质量不合格的礼品饱受痛苦，只会适得其反。

同华堂采南北之名药，纳药中之精华，以做到“参茸专家”为目标。为了满足人们的需求，特将全国各地优质参茸引入洛阳，推出参茸滋补系列——冬虫夏草、西洋参、燕窝、雪蛤、高丽参、人参、鹿茸、鹿鞭、鹿尾巴、海马、海龙、石斛、藏红花、羚羊角…这类产品自古具有补益身体、治疗疾病、延年益寿的功效，从而备受推崇。同华堂不仅所经营的参茸品种全，品质优，还可以帮助顾客鉴别参茸的真假优劣，提供多个品种及价格。

礼尚往来，是中国人的传统思想，春节礼物年年都有新品，但送礼送健康应该成为永恒主题。

## 中医的“寸”因人而异

在许多中医书籍里，常常提到多少“寸”。尤其在选定穴位的时候，更离不开“寸”。书中往往会告诉读者，某穴位在某部位的几寸处。有的读者就按照一寸等于10/3厘米的度量去量取，其实这是不对的，中医中“寸”的长度因人而异。

对中医选取穴位来说，每个人的“寸”都是不同的。一般来说，以自己的中指中节长度或者是拇指中间关节的宽度为“寸”，叫“中指同身寸”和“拇指同身寸”。另外，还有一些针灸、按摩所需要定位的穴位，会取骨度分寸，这需要专业的医生进行指导才能进行准确定位。

(莫少希)

## 中医治皲裂

冬季气候寒冷而干燥，手足如果不加以保护，极易出现裂口，严重者还会引起疼痛、出血，医学上称为皲裂症。中医认为本病主要是风寒血燥、肌肤失润所致，以养血、润肤、除燥为主采用中药外治很有效。

同时，冬天易发生皲裂的患者要注意饮食营养。维生素A有促使上皮生长、保护皮肤、防止皲裂的作用，可多吃富含维生素A的食物，如胡萝卜、豆类、绿叶蔬菜等，还应适当多吃脂肪类、糖类食物，使皮脂腺分泌量增加，减轻皮肤干燥及皲裂。(怡勇)

编者按：中医认为“气”、“血”是构成和维持人体生命活动的基本物质。在某种意义上，它们相当于人体的能量。如果把人体比作生长植物的话，气就是阳光，血就是雨露，二者共同作用于人体，使其茁壮成长。如果气血不足，则脏腑运行状态不佳，容易发生疾病。但气血不足可以通过身体的一些小细节透露出来，分辨这些小细节有助于预知疾病，保持健康。手的状态就是其中之一。

## 指甲形状、纹理可推测疾病

**手的温度** 手的温度是人体气血的直接表现。气血充足则手总是温暖的，而如果手心偏热、出汗或者手冰冷，则都是气血不足。

**手指粗细** 如果手指指腹扁平、薄弱或指尖细小的，都代表气血不足，而手指指腹饱满，肉多有弹性，则说明气血充足。

**手掌厚薄** 手掌厚而有力，富有弹性，一般为气血充沛，体质强壮；如果手掌厚而无力，弹性差，多为精力欠佳，疲劳乏力。手掌软细薄而无力，多精力衰退，体弱多病。

**指甲小月牙儿** 人的手指甲上都有个半月形的“小月亮”，正常情况下，除了小指应都有半月形。如果手指上没有半月形或只有大拇指上有半月形，说明人体内寒气重、气血不足。

## 指甲形状推测疾病

甲形主要包括指甲的长宽比例和指甲的形状这两个方面，因为甲形多与先天性的遗传因素有关，所以从甲形上看出来的多属于本身体质上的差异。

**长形** 指甲偏长的人，性格比较温和不急躁，所以精神因素刺激引起的疾病在他们身上比较少见。但是因为先天的体质比较偏弱，免疫系统较差，很容易患上急性炎症性疾病，如上呼吸道感染、肠胃炎以及脑部、胸部的



疾病。

**短形** 指甲偏短的人，属于比较容易急躁冲动的性格。这类人的心脏功能先天性相对较弱，比较容易发生从腹部到腰部以及腿脚等下半身的疾病。如果指甲的尖端平平并且嵌入肉里面了，则比较容易发生神经痛、风湿等疾病。

**方形** 这类指甲的长度与宽度相接近，指甲接近正方形，这类人的体质比较差，往往属于无

## 指甲的纹理推测疾病

指甲凹变，指的是指甲上出现一些横纹、竖纹以及斑点等等。中医指出，指甲的这种变化与机体的组织器官的功能低下，组织结构的破坏、萎缩等病理变化都是密切相关的。

**竖纹** 指甲表面不够光滑，出现一条条的直纹，一般会出现在操劳过度、用脑过度后；在睡眠不足的时候，这些竖纹会很清楚地显现出来。如果竖纹一直存在，则可能是体内器官的慢性病变。如果不加以调养，随着病情的发展指甲会变得高低不平，甚至会裂开。

**横纹** 指甲上的横纹是一种对已经发生的病变的记录。换句话说讲，当指甲上有横纹出现时，体内必然已经出现一些病变。一般而言，开始的时候横纹只在指甲的最下端，随着指甲的生长，逐渐向上移动，也就预示着离发病时间越来越近了。

**斑点** 指甲上有少量白点，通常是缺钙、缺硅或者寄生虫病的表现；白点数量比较多，可能是神经衰弱的征兆；而指甲上出现黄色细点，则可能患上了消化系统的疾病；如果指甲上出现黑色斑点则要小心，轻者只是操劳过度、营养不良，重者可能是胃下垂、胃癌、子宫癌的先兆。

健康的指甲比较平滑，没有凸起或凹陷条纹。它们的颜色和密度均匀，一般比皮肤略红一些，呈现出轻度红润。另外，指甲上要没有斑点或变色情况。位于甲盖底部的半月形甲弧和健康与否没有关系。