

健康关注

神秘蝮蛇 专吃痛风

最新发现：产于世界上唯一一只生存单一蝮蛇的海岛——旅顺口蛇岛的黑眉蝮蛇，在交尾时会持续6~24小时。黑眉蝮蛇对于调节痛风病人的肝肾代谢有奇效。

上海诺尔药业是国内率先把蝮蛇用于康复痛风的药企，再辅以黄精、薏苡仁等精制而成的痛风专用产品——黄精蝮蛇胶囊，可达到“养正清酸”的独特效果，克服了中药见效慢的弱点。

服用黄精蝮蛇胶囊效果明确，患者能看得见、摸得着、体会到。看得见：许多患者使用一盒后，红肿、疼痛、关节僵直、尿频、尿急、尿刺痛消失。摸得着：许多患者使用一个周期，痛风石或原来僵硬的关节变软了，“石头”变小了。体会到：许多患者使用一周期（90天），浑身不沉了、关节不紧了，有时患者也无法形容，反正就是舒服。黄精蝮蛇胶囊不仅能降尿酸，还能清除尿酸盐结晶，最关键的是90天后，只需服用保健量，就可以使尿酸正常。不再复发。

洛阳指定经销店：开心人大药房王城店

详询：(0379) 61717317

用药指南

奇：吃药=前列腺“打疫苗”

现代科学证实：男人的肾和前列腺上下相通。肾脏就像上游的源头，它每天要代谢上百种体内毒素，还要过滤尿液，所以很容易形成大量肾毒。这些毒素随着尿液和血液向下输送，就会在前列腺管内淤积。

上下游两种毒素同时作怪，会破坏肾脏系统营养力、摄住力、排泄力的正常机制，引发各种前列腺疾病。不仅会引发尿频、尿急、尿痛、阴囊湿、会阴坠痛等各种排尿障碍，而且会严重影响男性的生理功能，出现夫妻生活时间短、不协调、ED等男性障碍问题，让男人痛苦不堪！

为攻克前列腺病频频高发的难题，维药名医阿塔苏教授联合科研名医组，经十余年研究，以天山珍稀药材配制出维药“西帕依麦孜孜子”，后定名为前博舒胶囊。

“前博舒”是民族医药的重点成果，独含类疫苗物质“西帕生物肽”，进入人体后，全面作用于肾脏系统，达到源头治疗，吃药就像打疫苗，病情终生不再复发。其最大的特点是：一、肾脏双清、正本清源；二、增强男性机体的排泄力、摄住力、营养力三大能力（属于治疗前列腺的国家级新药）。维药“前博舒”，保证肾脏“三力机制”正常运行，有效防止前列腺疾病的复发。

作为前列腺病的特效药，因其成本十分昂贵，“前博舒”最初仅为少数人专用。随着医改政策的颁布，有关部门对“前博舒”厂家进行全面扶持，扩大了该药的原药采集生产，让昔日的名贵药走进了全国各大重点城市。

据悉，该药已被洛阳开心人大药房引进，并且只能在王城店才能买到。全洛阳市仅有10000盒指标，按每人需要3个疗程计算，也只能3000多人从中受益。所以提醒前列腺病患者，最好尽早行动，说不定哪一天销售完了，后悔都来不及了！

温馨提示：为庆祝“前博舒”进入洛阳市场，凡每天前10位按疗程购买的患者，均有意外惊喜。

详询：(0379)65803098

看看医生永远不会动的七种食物



1. 罐装番茄酱

问题：罐子里衬中的树脂含有双酚，这是一种会引起生殖疾病、心脏病、糖尿病和肥胖症等一系列病症的合成雌性激素。研究发现，大多数人体内的双酚水平都超量，从而会抑制精子生长或损害染色体。每升的罐装番茄酱中会有50微克的多酚，足以影响人们的健康，尤其是年轻人的。

解决办法：选择玻璃瓶装的番茄酱。
小贴士：用瓶装意大利面沙司代替罐装番茄酱，选择低钠和附加物少的意大利面沙司。

2. 玉米饲养的牛肉

问题：牛天生是食草动物，但是为了使牛长得更快，现在的农民以玉米或大豆作为牛的饲料。农民赚了更多的钱，但是我们得到的营养更少了。研究发现，食草牛肉富含胡萝卜素、维生素E、欧米茄3脂肪酸、钙、镁、钾，食玉米牛肉含少量引起炎症的欧米茄6脂肪酸和引起心脏病的饱和脂肪。

解决办法：选择食草牛肉。

3. 微波爆米花

问题：研究发现，袋子中的化学物有全氟辛酸会引起不孕、肝癌、睾丸癌和胰脏癌。微波会使这些化学物蒸发进入爆米花中，从而进入人体。

解决办法：选择通过老式方法爆出来的爆米花。

4. 非有机土豆

问题：根茎类蔬菜会吸收土壤中的除草剂、杀虫剂和杀菌剂。而作为日常主食的土豆，在生长期农民会喷上除草剂以防止刨土豆的时候有多余的蔓生植物。之后，土豆又会经过处理以防止发芽。

解决办法：选择有机土豆。传统土豆中的农药通过洗根本洗不掉。

5. 圈养鲑鱼

问题：大自然不会把鲑鱼赶到围栏中，也不会给鲑鱼喂大豆、家禽粪便等。圈养鲑鱼维生素D含量少，却含有大量污染物，如致癌物、多氯联苯、溴化的阻

燃剂和杀虫剂。只有每五个月吃一次鲑鱼，癌症的患病率才不会增加。

解决办法：吃野生鲑鱼。

小贴士：选择罐装鲑鱼。

6. 由人工激素制造的牛奶

问题：牛奶制造者会使用牛生长素来促进牛奶生产，但是这种激素也会引起奶牛乳房的感染，甚至使奶牛乳房发胀，还会使牛奶中的类似胰岛素成分增加。而对于人类来说，高水平的胰岛素生长因子会引起乳腺癌、前列腺癌和结肠癌。

解决办法：选择没有牛生长素的或没有人工激素的牛奶，或有机奶。

7. 传统苹果

问题：因为苹果树单个嫁接，因此每颗苹果都有独特的味道。正因为如此，苹果的抗虫害能力不强，因此经常需要喷洒农药。苹果是所有水果中最容易吸收农药的。

解决办法：购买有机苹果。

小贴士：如果你觉得有机苹果贵，买传统苹果后，确保洗干净并且去皮。

(环球网)

孕妇吃煎炸食品 可促胎儿大脑发育

经常晨吐的准妈妈，早晨往往不愿意吃油腻的煎鸡蛋和培根，但有研究表明，孕期吃些煎炸类食品对胎儿是有利的。煎鸡蛋、培根和动物肾脏中含有叫做胆碱的复合维生素B，这种复合维生素B是婴儿大脑健康发育的基础。美国北卡罗来纳大学的动物试验表明，孕期小白鼠如果胆碱摄入量不足，则新生小白鼠的大脑中血管数量会相对较少。研究人员担心，如果准妈妈的食物中缺少胆碱，婴儿也会出现类似情况，妨碍其记忆力和学习能力。

除了鸡蛋、培根和动物肾脏以外，其他含维生素B的食物，如肝脏、牛奶、麦芽粉、菠菜和花椰菜等，也有助于智力发育。

(人民网)

维生素都“住”在哪？

维生素A：动物肝脏、蛋类、乳制品、胡萝卜、南瓜、香蕉、橘子和一些绿叶蔬菜中。

维生素B1：葵花籽、花生、大豆、猪肉、谷类中。

维生素B6：肉类、谷类、蔬菜和坚果中。

维生素B12：猪牛羊肉、鱼、禽、贝壳类、蛋类中。

维生素C：柠檬、橘子、苹果、酸枣、草莓、辣椒、土豆、菠菜中。

维生素D：鱼肝油、鸡蛋、人造黄油、牛奶、金枪鱼中。

维生素E：谷物胚芽、植物油、绿叶蔬菜中。

维生素K：绿叶蔬菜中。

九大保护心脏的好食物

想要保护心脏，是捏着鼻子吞酸味道不好的深海鱼油、维生素E胶囊，还是吃大蒜胶囊？据台湾《康健》杂志近日报道，其实，在你家的厨房里，就有很多有益心脏的好食物。

1. 杏仁：预防血小板凝结。研究发现，即使每周只吃一次坚果，也能减少1/4患心脏病风险，其中特别推荐杏仁。吃法：将杏仁磨成粉状，拌入沙拉中，不但增加口感，也能充分吸收营养。

2. 薏仁：降低胆固醇。薏仁降胆固醇效果不输燕麦。它属于水溶性纤维，可加速肝脏排出胆固醇。吃法：薏仁汤易增加热量，最好将薏仁煮成饭。

3. 黑芝麻：防止血管硬化。黑芝麻中的不饱和脂肪酸，可以维持血管弹性，预防动脉硬化。吃法：嚼碎。芝麻的营养成分藏在种子里，必须要咬碎壳才有效。

4. 黄豆：降低胆固醇。黄豆含多种人体必需氨基酸，可促进体内脂肪及胆固醇代谢，十分适合素食者当主食。吃法：



先将黄豆在热水中泡4小时，再换水煮。可将黄豆中容易产气的多糖体溶解出来，不易胀气。

5. 菠菜：预防心血管疾病。菠菜富含叶酸，比其他营养补充剂更能有效预防心脏病。吃法：保存叶酸的最好方式是大火快炒，营养价值能保留最多。

6. 木耳：抗凝血。研究发现，木耳含九种抗凝血物质，与洋葱、大蒜效果类似。吃法：将干木耳用水泡开，洗净切丝，用热水烫一下，撒上姜丝、糖、白醋、酱油凉拌。

7. 海带：预防血管阻塞。海带属于水溶性纤维，可加速胆固醇排出体外，还能预防动脉硬化。吃法：海带本身含钠，吃时少加调味料。

8. 芹菜：降血压。芹菜所含的芹菜碱，有保护心血管的功能。而且叶子的维生素C比茎高。吃法：选择嫩叶，用热水烫一下，做凉拌菜或沙拉均可。

9. 玉米和玉米须：降血压。玉米须有利尿作用，帮助稳定血压。吃法：玉米洗净加水，煮成粥，玉米须煮水当茶饮。