

用 药 指南

自制纳豆每天8毛钱 纳豆机免费申领

取黄豆200克,泡豆,蒸煮,加入纳豆菌,放入纳豆机发酵即可食用。日本人心脑血管发病率低于世界平均水平,其原因之一在于日本人每天吃新鲜的纳豆。日本须见洋行博士发现新鲜纳豆含有大量的活性纳豆激酶,新鲜的纳豆激酶具有降低高血压、软化血管、护肝美容等功效。

自己做纳豆有三大好处:

一、摄取更多纳豆激酶:每天吃纳豆30克~100克,摄取纳豆激酶可达20000FU以上,比一般产品多3倍~5倍,溶栓和保护血管效果更好。

二、活性物质无损耗:纳豆激酶是一种碱性丝氨酸蛋白酶,吃自制纳豆,活性物质零损耗且被全部吸收利用。

三、节省大量费用:纳豆激酶持续作用时间只有12小时,自己做纳豆每天大约0.8元,省钱,还增加生活乐趣。

购买健康好家庭纳豆菌4瓶,即可获赠健康好家庭纳豆机1台(原价498元)。

抢购热线:400-811-7575

申领地址:圣方大药房(金谷园路原市四院对面)、老人宝店(金谷园路与唐宫路交叉口北50米路南)

健康聚焦

阴囊潮湿是病 不治透支生命 拒绝潮湿 干爽做男人

阴囊具有分泌雄性激素等重要作用,健康男性的阴囊干爽微凉,如常伴有汗、湿黏即为阴囊潮湿。

阴囊潮湿是湿热精血外泄,治疗不及时对男人的影响有:一、肾精血外泄,摄住力下降,影响生理功能;二、产生尿频尿急现象;三、阴囊潮湿睾丸热度无法散发,导致无精、少精、死精等造成不育;四、长期阴囊潮湿会引发如糖尿病、男性功能丧失等严重疾病。

“阴湿”胶囊是贾宗棣教授多年临床验方,经全国数十家权威医院严格的临床试验,对阴囊潮湿具有独特的效果。

一般服用1天~5天:阴囊部位明显感觉到干爽清凉;15天左右:阴囊瘙痒、潮湿等症状基本消失;1周~3周期:免疫力提高,潮湿、瘙痒等症状消失。

据悉,厂家正在举行买3盒送1盒的特惠活动。

抢购电话:400-811-7575

特约经销:圣方大药房(金谷园路原市四院对面)、好一生(七一路)、开心人药房(七里河)、麒麟大药房(老城青年宫)、万国药房(上海市场)、仁爱药房(关林卫生院对面)

尿频尿急、遗尿、不敢大笑、憋不住尿…… 老人尿失禁怎么办

尿失禁在老年妇女中是常见病,发病率极高,严重影响老人的身心健康。

医学认为:尿失禁的真正原因是盆腔结缔组织松弛、会阴部肌肉张力降低,引起尿道括约肌功能减退,尿液不受意识支配流出。轻者:随着不经意的笑声尿液就流出;重者:在轻度活动时,就会小便失禁;严重者:不管在何种活动或姿势下都会有尿失禁情形。

止遗金丹,对老年尿失禁效果显著,采取纯天然绿色药材,以“药食同源、治养结合”为理论基础,经现代科学配伍研制而成。其有效成分“尿素肽”能快速直接进入肾、膀胱等,改善尿道括约肌松弛、功能不全等,使排尿现象完全由自己控制。

老年妇女尿频、尿急、尿失禁等“尿”问题,服用一盒见效,2个~3个疗程告别尿失禁,停药后不反复。

据悉,厂家正在举行买3盒送1盒的特惠活动!

抢购电话:400-811-7575

特约经销:圣方大药房(金谷园路原市四院对面)、好一生(七一路)、开心人药房(七里河)、麒麟大药房(老城青年宫)、万国药房(上海市场)、仁爱药房(关林卫生院对面)

替您寻医

孕妇身上起红疹不可大意

涧西区李女士:我怀孕已有5个月,身体还算健康。大约一周前,我的身上起了许多红疹,没有感觉到有太大的不适。我认为皮肤上起红疹不算什么大事,也没有十分在意,认为过一阵子就会自愈;还认为冬天皮肤干,多用点滋润霜就会恢复常态。但是,我的邻居认为,孕妇身上起红疹有多种原因,有可能会对胎儿有影响,告诫我要引起足够的重视。

邻居的话让我不安,我想询问一下,孕妇身上起红疹对胎儿是否有影响,该如何治疗?

市妇女儿童医疗保健中心妇产科副主任医师兰素华:孕妇身上起红疹的原因有以下几个。

胆汁淤积症 患胆汁淤积症的孕妇在妊娠中晚期会出现皮肤瘙痒,多在腹部和下肢部位出现红疹。同时,还伴有肉眼观察不出来的黄疸。胆汁淤积症与雌激素水平有密切关系,待孕妇分娩后,这些症状便会自行消失。如果情况严重者,可能会引起早产、死胎等。

丘疹 此病多发于孕妇妊娠中期,与孕妇体内雌激素水平有关。有的仅是丘疹单独表现,有的同时伴有其他皮损。丘疹发生的病变位于表皮或真皮上部,可



兰素华建议,不同情况引起的红疹要不同对待,前两种情况需要到医院让医生根据具体情况进行诊断。孕妇切不可自行随使用药,一些药膏里含有激素,如果使用不当,可能会致胎儿畸形、早产等。红疹痒得厉害时,可用凉毛巾敷一下,使用炉甘石洗剂也能起到止痒的作用。由于皮肤干燥引起的红疹和瘙痒相对较为简单,注意使用安全、柔和的润肤露即可。孕妇要穿棉质的衣服,以免化纤类衣服刺激皮肤,不要用碱性较大的沐浴露。(记者 朱娜 见习记者 马文双)

您在健康或就医方面有什么问题,可来《替您寻医》栏目咨询,我们的记者将就读者提出的问题,向专家进行咨询并及时反馈给读者。为方便医生给出准确的治疗指导建议,请大家务必注明以下信息:性别、年龄、患病时间、既往病史、检查结果、目前或曾用什么药治疗等。我们不怕麻烦,我们等待着您的信息。

以分为炎症性丘疹和非炎症性丘疹。

妊娠纹瘙痒 妊娠纹瘙痒是由于女性怀孕期间随着胎儿变大,腹部皮肤也会变薄。因此,皮肤比平时变得更加敏感、干燥。

冬季皮肤干燥 冬季天气寒冷、干燥,孕妇洗澡太勤或洗澡后没有及时涂抹润肤露,都会引起皮肤干燥瘙痒,严重者也会起红疹。

疮?请热心的读者帮帮忙。

孕妇咳嗽

新安县江先生:我爱人怀孕了,她身体健康与否受到家人的关注。近几日,她有些感冒咳嗽,可也不敢随便吃药。我想寻找一个治疗咳嗽的食疗方法。

风湿

涧西区李女士:我的两只胳膊都患有风湿,一见冷空气就抽筋。今年病情比往年都严重,到医院治疗效果也不明显,我希望通过《生命周刊》寻一个好方法。

手指开裂

涧西区罗女士:我是一名家庭妇女,

家务基本都是由我干,因此手部皮肤比较粗糙,到了冬季手指头还容易开裂。怎样才能防止手指开裂?

脚后跟凉

洛龙区赵先生:我的脚后跟总是感觉很凉,在室外气温较低的情况下,脚后跟凉情有可原,可到了室内气温较高时,脚后跟仍然很凉。我不知道这是不是病,也不知道该怎么治,请问谁有好方法?

胆结石

洛龙区楚先生:前几天我被检查出患有胆结石,但不想动手术,想寻找一个食疗方法治疗胆结石。

(记者 朱娜 整理)

互动话题

韧带拉伤

老城区薛女士:前不久我走路不慎摔倒了,造成右膝盖关节肿胀,韧带拉伤很严重。到医院检查后,医生说没有太好的治疗方法。我想寻求一个能缓解韧带拉伤的方法。

鹅口疮

涧西区陈女士:女儿5个月的时候,口腔里出了很多鹅口疮。现在女儿已经10个月了,嘴里仍然有鹅口疮,用了很多药都不能彻底治愈。怎样才能治好鹅口

我试我秀

白萝卜梨汤止咳防感冒

喝白萝卜梨汤可以止咳防感冒。洛龙区的韩女士称,她女儿今年6岁,每年冬季总是反复感冒、咳嗽,一家人也弄不清是啥原因导致孩子的体质这么差。韩女士希望能从饮食上调理孩子的体质。一名中医告诉韩女士,经常给孩子喝白萝卜梨汤就可以止咳防感冒。

现在的孩子基本属于营养过剩,几乎不会出现营养不良的情况。不少孩子属于脾虚湿盛的体质,尤其是经常感冒、咳嗽的孩子,表现为舌苔厚腻、大便秘结等。而经常服用白萝卜梨汤,可以起到健脾胃的作用,从而减少感冒、咳嗽的发生。白萝卜具有消食、理气、化痰的功效,也有健脾胃的作用。而梨有润肺清燥、止咳化痰的作用。

白萝卜梨汤的做法很简单:拿一个梨将核去除,切成片后与白萝卜片一起炖。汤里可以放一些冰糖,喝起来口感好一些,孩子会比较爱喝。韩女士说,她把白萝卜梨汤给女儿当做饮料喝,喝起来清甜可口。喝了七八天,女儿就很少再咳嗽了。没想到普通的白萝卜和梨能止住女儿的咳嗽。

(记者 朱娜 见习记者 马文双)



黑豆粉让你通畅

便秘是一件很痛苦的事,用普通黑豆就可治好便秘。涧西区郭先生今年48岁,他一直有便秘的毛病。早几年,家里常备着三黄片、牛黄解毒片等,他一发生便秘就服用这些药物。时间久了,身体对这些药产生了耐药性。有一次,郭先生3天没有上厕所,服用了多次三黄片仍然没有效果。最终,他使用了开塞露,症状才得以缓解。

郭先生说,他平时很注意饮食,每天都吃粗纤维丰富的食物,可便秘就是不见好转。

一次,郭先生的妻子在一本杂志上看到,黑豆粉可以治便秘,她便试着做了一次。没想到黑豆粉的效果还真不错,服用两周后,郭先生的便秘就得到了缓解。做法如下:准备适量的黑豆,将其放入炒锅内,火不能太大,否则会



将黑豆炒糊。黑豆炒熟后取出,用粉碎机将其粉碎成末,用香油调均匀。1日3次,每次饭前吃一勺。如感到不好咽时,可以用温开水送服。

郭先生说,香油有润肠的作用,黑豆富含膳食纤维,这两样东西在一起对付便秘效果更显著。

(记者 朱娜 见习记者 马文双)