

禁声色,薄名利, 廉钱财,捐滋味, 除佞妄,去嘴嫉。

天冷赖床不想起, 有人想出了“尿钟”起床法,医生指出——

“尿钟”起床 后患种种 > B05

本期导读 电话:64830799 河科大一附院皮肤科特约

> B03 使用抗菌药物 要按规矩

> B04 口水多是病

> B05 没“胆” 也要小心胆结石

> B06 孩子病了 这样用药更有效

> B07 老年人 冬天为何易生病

> B08 夫妻不能这样睡

> B09 寒冬来袭 当心发丝“触电”

本刊热线 18903886990 洛阳协和医院友情赞助



天冷了 别让冬病找上门

心脑血管疾病、皮肤病、呼吸系统疾病、“暖气病”等是冬季常见病,一到天冷就“活跃”起来,只要人们稍不留神,就很容易中招……

> B02

绘制 寇博 李琼

健康提示 电话:64815725 河科大一附院心血管病医院特约

供暖季 当心“猫冬”致病

□ 记者 崔宏远

我市集中供暖已经开始,“猫冬”的人们也逐渐将活动范围集中在室内,每年这个时候便成了呼吸道疾病的高发期。河科大二附院呼吸内科副主任张冠磊表示,室内外温差大、室内空气流通不畅,容易让细菌滋生,易引

发感冒、鼻咽炎症等病症。另外,此时还是小儿腹泻、流脑、甲型肝炎、戊型肝炎和哮喘病的高发时节,儿童、老年人和慢性病患者应加强预防。

张冠磊提醒,流行性感冒是一

种病毒性感冒,属于急性呼吸道传染病,潜伏期只有一两天,有感冒症状的患者应及时到医院就诊,避免引起严重的并发症;平时要注意开窗通风,保持室内空气流通和清洁,加强户外体育锻炼,增强身体抵抗

力;易感儿童应及时接种流脑、流感等各种应季的疫苗加以预防。

近段时间是小儿腹泻的高发期。张冠磊特别提醒,家长要注意观察孩子的发病症状,以便及时发现,及早进行规范的治疗。

网上秘方不可全信 卵子黑市必须严打

□ 孟乐

11月14日是“联合国糖尿病日”,据统计,中国已成为全世界糖尿病患者数量最多的国家,总数达9200万人,且低龄化趋势严重。

有低龄化趋势的何止糖尿病,现在很多老年病都变“年轻”了,工作压力大、生活不规律、饮食不健康是主要原因。我们常说,健康是1,事业、财富、婚姻、名利等都是后面的0,没有健康就没有一切,但实际上,很多人“说起来重要,忙起来不要”,对健康疏于管理,等到疾病缠身才后悔不迭。健康就像金钱一样,是需要储蓄的,赶紧建立起自己的“健康银行”吧,有健康相伴的人生才是幸福的人生。

不过,人吃五谷杂粮,生病在所难免,但有病千万不能乱投医。最近,

一个名为《震惊世界的中国秘方——一个老中医几十年的心血!》的帖子在各大网站的论坛上颇为火爆。“秘方”把从头到脚的病症和保健方法都罗列了一遍,长达一万多字,被网友争相转载。

且不说“秘方”能否包治百病,中医是讲究“辨体施治”的,对症下药才能药到病除。这“秘方”毕竟没有经过临床验证,而且网友在转载的过程中可能会更改或添加,所以,有病最多参考一下,不宜照搬,生了病还是要到正规医院诊疗。如果照“秘方”治病,错过了最佳治疗期导致病情加重,咱找谁说理去?

本周,关于“女大学生身陷卵子黑市”的新闻颇受关注。据媒体报道,北京存在由多家中介操控的

“卵子黑市”,并形成了包括体检、取卵、代孕等多环节的黑色产业链。他们瞄准北京高校,出价万元收购北大、清华等名校女生的卵子,生意非常红火。

在我国,包括卵子买卖在内的各种器官买卖都是违法的,必须严厉打击。卵子买卖除了可能对女性健康造成损害之外,还会产生伦理和社会问题。非法取卵手术存在引起多种并发症的风险,严重的可能致死。

卵子是不可再生的,当一个女人的卵泡耗尽之后,保持皮肤白皙、身材完美的法宝雌激素将不再分泌,更年期就提前到来了。哪个女人希望自己青春早逝?保养还来不及呢!但女人的青春梦常常被一

些无良商人无情地粉碎。据报道,香港海关近日在市面抽检一批美颜霜样本,发现水银超标非常严重,呼吁消费者停止使用。三款产品分别为“新娇丽7天特效美白祛斑AB套”、“倩莹祛斑美白家庭装”及“LiLiKi Whitening Day-cream”。护肤品内水银含量过高会影响人的神经系统和肾脏,消费者如使用有关产品后感到不适,应立即到医院就诊。

健闻7日谈 国家三级甲等医院 150医院妇产科 妇科诊疗中心 电话:04119150 www.lyd.com.cn