

如何帮个矮孩子多长10厘米

——专家：孩子测骨龄 长高有保障

近期门诊来了两个10岁的女孩，琪琪和晓雪，琪琪身高是1.45米，晓雪身高是1.35米。经过骨龄检测，琪琪10岁的年龄却是12岁的骨龄，生长期缩短了2年，导致最终身高长10厘米，属于早发育。晓雪骨龄虽然正常，但身高矮了10厘米，属于生长缓慢，同样需要一个追赶性生长。专家提醒：无论您的孩子是高于同龄

人还是矮于同龄人，一定要到正规医院进行科学诊断，个子矮的经过早干预要实现追赶性生长，个子高的要防止早发育，延缓骨龄闭合时间。

针对孩子春季生长，我院资深专家给予支招：第一招：通过骨龄检测精确掌握骨骼所处的生长阶段，把握生长状况；第二招：制定春季调整方案，让孩子健康生长；第三招：

“自然助长综合干预系统”全方位对孩子的身高进行科学系统的干预；第四招：制定科学助长营养食谱，根据孩子情况打造个性化成长方案。

*林雨霏 女 8岁
调整前状况：身高131cm。初潮一个月，某医院检查，12岁骨龄，籽骨出现，诊断为性早熟，预测最终身高140cm左右。调整后状况：2009年1月9

日开始接受“自然助长干预系统”的干预，主任给她制定了专门的治疗方案，至2010年1月19日身高已达到143cm。1年涨幅12cm，至2010年5月24日146cm，已超出当时预测140cm的最终身高6cm。至2011年1月身高达到152cm，并且至今还没来第二次月经。家长非常满意，继续积极配合干预。

需立刻检测、干预的六大

人群(3-18岁)
★受遗传疾病影响，身高中年涨幅不足6厘米；★女11岁，男13岁前出现第二性征；★8~14岁长高“突增期”没有明显蹿个；★青春发育期长，停长的孩子；★3~7岁营养不良、厌食偏食，体质差，个子矮；★身高正常，还想再长高的孩子。

通知：“春季助长，让孩子

高人一等”3月2-9日，电话预约者，符合条件的免骨龄检测费、免费体验成长体操，预约从速！（最终解释权归本院所有）
预约热线：86390858
88306656 86390618
地址：山东中医药大学第二附属医院生长发育门诊（经八路一号）

瑞声达助听器

3月5、6日“全国爱耳日”特邀瑞声达公司专家高军先生亲临济南专卖店举办新产品现场制作3小时取机活动，优惠200-6000

●来自听力王国丹麦百年品牌，专业助听器制造商。新推出“瑞朗”系列全数码助听器，声音更自然清晰，具有防水功能。遥控功能看电视，清晰无比。

●特大功率全数码助听器，可让聋儿重返有声世界。专卖店地址：济南市泺文路48号（泉城广场大屏幕南行80米路东泺文商务中心一楼）咨询电话：0531-86120100 地址：圣凯摩登城6楼644（泺源大街索菲特大酒店对面）电话：0531-86081454

保护视力

视力杀手大排行

在很多人的印象里，孩子是视力急速下降的高发人群，但加拿大研究发现，成年人出现这种情况也很普遍，其原因复杂，影响因素也很多，以下10种是最主要的“视力杀手”。

第1名：用电脑。我们的学习、工作、生活、娱乐，几乎都离不开电脑。有的人在使用电脑工作时，眼睛注视时间太长，过于关注，眼睛眨也不眨，这样眼睛容易干燥，时间长了会有异物感，流泪，甚至视物模糊。第2名：看书写字。看书写字都是近距离的精细视觉完成的，主要依赖视觉锥体细胞。视觉细胞的过度疲劳会带来整个视觉系统的疲劳。眼肌、眼球等都会发生相应的病理性生理变化。第3名：看电视。电视本身是闪烁的发光体，长时间看电视，容易产生疲劳。第4名：环境因素。照明太亮或太暗，桌椅高度不合适等，都会影响视力。第5名：用眼卫生。包括过度疲劳、脏手擦眼、躺在床上看书等。第6名：遗传。一般学龄前儿童的近视都属于遗传。第7名：病变、药物。疾病可能影响视力，一些药物和病毒也会影响视力，另外，眼睛老化也会影响视力。第8名：饮食习惯。好的饮食习惯是健康视力的保障，常吃富含维生素A的食物很有好处，如胡萝卜、菠菜、韭菜、青椒、红心白薯等。第9名：心理因素。过度紧张、抑郁都对视力有一定的影响。第10名：意外伤害。头部或者眼睛受到意外撞击或伤害，也可能影响视力。

对此，专家说，视力出现问题，可以从以上10点寻找原因，做进一步处理，日常生活中，也应该尽量做到以下几点：定期检查视力，发现早期的视力问题；预防紫外线照射，在光线强烈时戴遮阳镜；保护眼睛避免外伤；在光线明亮的地方看书、看电视；使用电脑时，每1—2小时休息一下；经常做眼保健操。

巧除脚茧鸡眼脱皮脚气

无需包裹无需刀割无痛苦无腐蚀

日本清足海洋生物产品采用目前国际最为先进的靶向生物剥离技术，使有效成分“HN1蛋白”能迅速软化增生组织，杀灭各种真菌重建手脚血液微循环。只需一喷一抹，

数秒粗糙皮肤变光滑，3天手脚干裂脚气脱皮一扫而光；6-10天脚茧、鸡眼、痂子完全剥离。一次断根不复发！

健康热线：0531-82875119 市内免费送货

经销药店：华东大药局（大观园十字路口北10米路东）、广济堂（省中医往东50米）、泉城大药局（甸柳庄解放路十字路口 花园路）、长清华东、章丘健民、济阳开元。

膝关节病 疼痛难忍有奇方

籍教授侯廷翰60年如一日专攻此类疾病，他依据“人间有种种病，地上就有一种草”的中医理念，对元代骨奇方做了大量研究，终有良方“骨痛消贴”问世，配方中他大胆创新，使用了大剂量的白芨白芷三七羌活等物，患者只需把此药贴敷患处，疼痛当晚就能缓解，一个礼拜症状减

轻，一月左右上楼、逛公园、做家务，像正常人一样生活……不怕病重，越重效果越明显。

一个疗程18天需8-12盒，见报两天内5送1，10送3，20送8。骨科热线：0531-86876875 市内免费送货 地址：济南市泉城广场北侧邮政大楼东邻神农大药房

六大人群更要补VC

吸烟者 女性 青少年 白领一族 开车族 噪声作业者

六大人群更要补VC

周味明 编著 新华书店

改变帕金森

一群帕金森病友，是如何改变帕金森的？不颤、不抖，摆脱帕金森“捆绑”，控制帕金森的发展，他们是怎么做到的？告别沉默、抑郁、暴躁，微笑面对帕金森，一家人其乐融融，他们的老伴、儿女为何这么轻松？

专家强调，多巴胺神经元受损，修复、再生受损神经元，针对性刺激，加速神经生长因子的靶向吸收是关键，

与专业康复训练、心理疏导及合理营养膳食的联合应用，现在已取得非常好的结果。好书数量有限，请速申请，赠完即止。赠书热线：0531-68800238

婴幼儿呼吸系统疾病高发

专家提醒家长切勿走极端

时值冬春交替，天气干燥寒冷，记者从山东省多家医院了解到，从去年入冬以来至目前，婴幼儿呼吸系统疾病总体呈高发态势，对这类疾病，特别是肺炎处理，医务工作者提醒家长，切勿走无所谓和过于紧张两个极端。

记者走访山东省多家儿童医院及综合性医院儿科门诊了解到，自去年入冬以来至今年立春，各大医院婴幼儿呼吸系统疾病的门诊量和住院量较同期有所增长。在齐鲁儿童医院平均日门诊量达到1600人，输液患儿每天高达600人次，山东大学第二医院小儿内儿科日均门诊量保持在300人左右，各医院儿科病房持续紧张。

山东大学第二医院小儿

极端，从目前接诊情况看，有些家长认为孩子症状轻并无大碍，并在家按治疗成人的办法吃药，结果使病情进一步恶化；也有家长由于缺乏必要的常识，小孩稍有症状，就一天往医院跑好几趟。

专家认为对婴幼儿呼吸系统疾病重在预防。齐鲁儿童医院门诊部主任彭振居建议，家长尽可能不要带婴幼儿到人群集中的场所，家中有人生病要暂时隔离，防止传染给婴幼儿，室内可每2个小时通风换气一次。王莉华说，立春之后气温回升，婴幼儿呼吸系统疾病有望减少，但又进入传染病高发期，她建议，仍要注意保暖，多喝水，保持空气清新和一定的湿度。（新华社）

高血压治疗小偏方

血压稳在120/80 一天只需1次

专家提醒：不要大量服药，骤然降压，人体组织的血流量主要靠血压维持，多数高血压病人是由动脉硬化导致的，其主要器官均存在供血量不足的现象。

给大家介绍一个小秘方，当天稳血压，还可预防脑梗、脑梗、脑出血、脑中风、脑血管的发生。该药方以纯天然植物制剂“苦荞酵素”为主要成分，辅以绞股蓝、葛根、决明子等天然中药药粉粉碎，不刺激肠胃，药物吸收迅速彻底，当天替代任何降压药，没有丝毫副作用，绝不像传统降压药那样伤肝毁肾。

平压冲剂，服用简单，每天早上服用一次，效果持续24小时，一般患者经过1—2疗程后，血压一直平稳，心脑血管得到全面修复，全身器官功能恢复正常，患者可以2—3天一次，部分患者5—7天服用一次，还有患者能阶段性停药。平压冲剂咨询电话：89160511 61360499。免费送货上门。经销地址：舜天大药房（大观园东门斜对面）惠好大药房（绿地超市西邻）章丘明隆大药房（汇泉路百货大楼西80米路北）。

治肺癌，多亏有了细胞因子！

中科院抗肿瘤新成果获国家技术发明奖(证号2004F23520101)

“我是晚期肺癌，今年9月在省立医院确诊的。看到结果心都碎了。我刚48岁啊，孩子的事还没有办好，我不能瞑目啊。我整天咳嗽还有血丝，胸口憋闷脸色蜡黄，声音嘶哑话都说不清。二弟看到了‘首个抗肿瘤细胞因子研制成功’的介绍，经咨询专家后赶紧买了一个疗程给我。没想到一疗程下来，我现在是胸不闷了，不咳血了，说话也清楚了，脸色正常了，不知道的人根本看不出我曾是一个晚期癌症患者。真的很感激中科院的科学家研制出的好药，它救了我的命啊。”在康复中心，来自章丘的刘启敏高兴地诉说着他的经历。

相关链接：口服细胞因子是中科院上海生化所与浙大共同研制的生物抗肿瘤新药。它采用我国首创的“家蚕生物反应器”技术，提取出LITAF、Hep-59、GMF、Th等抗肿瘤细胞因子，获得了多项专利及国家技术发明奖，受到了医学界的广泛认可。

临床证明：细胞因子适用于肺、胃、肝、胆、食道、结肠、膀胱、前列腺、乳腺、子宫、淋巴、血液等肿瘤治疗。
详询：81183826

皮肤顽癣

治一个好一个

经解放军空军总医院最新医学研究证明，造成各种皮肤病，久治不愈的根本原因是癣蛭，它是一种寄生在空气和衣服上的微生物，只要癣蛭进入人体，就会制造皮毒和血毒，当血毒和皮毒到一起时，就会产生各种皮肤病。所以癣蛭就是皮肤病的真正元凶，结合这一新发现，空军总医院研制出一个可以彻底杀死癣蛭的特效药，它就是“云南癣草”，内服加外用，专门针对牛皮癣、手(体)头癣、湿疹、瘙痒、鱼鳞病、荨麻疹、神经性皮炎、带状疱疹等各种皮肤病，服用当天瘙痒消失，3—7天皮肤恢复正常色泽，久治不愈的老患者2—4个疗程即可痊愈。(每盒23元)经销地址：广济堂药店(省中医东院斜对面) 章丘明隆大药房 长清惠康 专家热线：68679055

专家提醒

春季饮食 排毒先行

春季来临，人体新陈代谢进入一年中最为活跃的时期，营养专家建议，春季是排毒强身的好时机，人们应调整冬季以来的饮食习惯，多食用可排出身体毒素，增强人体免疫力的食物。

专家说，在春季，人们首先要多补充水分，健康成年人一天需饮水2000毫升左右。可熬制和食用一些具有排毒功效的汤和粥，如用红枣、百合和银杏加水熬煮代茶饮，不仅排毒养颜，还可预防呼吸系统疾病。晚上可多吃蔬菜粥，用白萝卜丝与小米熬粥，可安神、排

毒，增强人体免疫力。此外，春季要多吃菠菜等深色蔬菜及时令新鲜的水果，增加膳食纤维摄入。如可选用黑木耳、金针菇、洋葱、彩椒等做一道凉拌时蔬，早晨食用排毒效果更好。同时，少食脂肪，控制体重，春季正常人每天植物油摄入量控制在20克左右，并少吃带皮的肉、油炸食品等，以减少隐性脂肪摄入。

在烹饪方式上，要多选择凉拌、清蒸、煮、炖等，少用红烧、油焖、油炸等做法，逐渐由冬季的肥厚口感向清淡口味转变。（新华社）