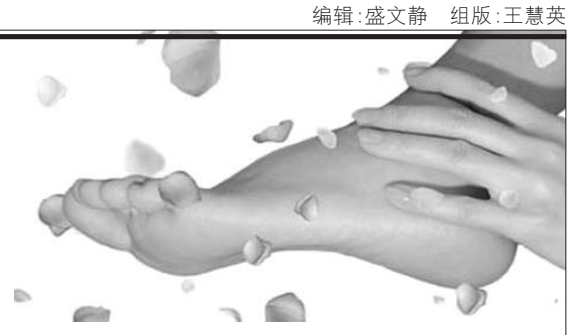
手脚冰凉怎么办?



寒冬来临之际,不少人的手脚温度似乎也和天气一样冷了起来。据中医专家介绍,有54%的女性都有发冷的现象。这种手脚冰凉大多与脾肺虚、气血弱,其实也就是虚症有关。如不及时调理,就会引发乳腺增生、子宫肌瘤、各种妇科性疾病。所以对于虚症一定要引起足够的重视。

天气一冷,大家纷纷穿上了厚厚的冬装,可即使如此,大部分人还是觉得身体不够暖。"为什么会这么怕冷呢?"从中医角度分析,手脚冰凉是一种"闭症",所谓"闭"即是不通,受到天气转凉或身体受凉等因素的影响,致使肝脉受寒,肝脏的造血功能受到影响,导致肾脏阳气不足,肢体冷凉,手脚发红或发白,甚至出现疼痛的感觉。通常而言,血虚、气虚和阳虚的人会有比较明显的感觉。

长期手脚冰凉会导致手脚冻伤,还会引发风湿病。而这种症状一般多发于女性,特别是中年以上的女性较为常见,脑力劳动者要比体力劳动者更易出现手脚冰凉,在身体健康的年轻男性身上则很少出现。

手脚冰凉会导致女性月经少、月经不调,甚至不孕;女性在经期、孕期和产期等特殊生理时期,由于体虚,更容易引起手脚冰凉。如果不及时加以预防,会导致精神不佳、身体畏寒。此外,手脚冰凉还会导致女性月经少、月经不调,甚至不孕。而男性手脚冰凉则有可能会导致不育、脉管炎等。因为女性乃气血之人,手脚冰凉是气血虚的表现,因此冬天拒绝手脚冰凉就要从虚症入手。一般情况下,手脚冰凉可以通过平日调养来缓解,但如果情况比较严重,最好还是请医生有针对性地进行药物治疗。

文远

干洗头发时间过长易损伤发质

许多人在理发时选择干洗头发,享受按摩式的服务与放松,但这样一来,洗头的时间便会延长。专家指出,干洗头发的时间太长,很可能会对头发和头皮造成损伤。

中国中医科学院望京医院皮肤科主任李广瑞指出,干洗头发的时间如果过长,洗发水中的表面活性剂等化学成分就会长时间留在头发上,很可能会对头发和头皮造成伤害。如果洗发水的质量不好,其损伤程度更大,会造成头发干燥、枯黄等。另外,干洗头发按摩头皮时,头皮表面的毛孔是张开的,洗头水成分很容易进入毛孔,如果按摩力度太大,还会损伤到头皮。

李广瑞提醒,一般来说,正常干洗头发的时间在五六分钟左右,洗发水就能起到清洁头发的作用。如果要进行长时间按摩头皮,最好先将洗发水用水冲净后再进行按摩头皮,这样化学物质便不会损伤头发和头皮了。

李蕊

泡温泉有讲究

冬季到来,又到了泡温泉的好时候,中医认为,温泉性味多辛热,有温通经络、活畅气血,使人精神愉快等功效。但是泡温泉也有讲究,并不适合所有人。

泡温泉时间不宜过长。泡的时间能多长要看水的温度。34℃ ~ 36℃ 是微温浴,对中枢神经有抑制作用,能平缓情绪;37℃ ~ 38℃ 是温浴,能缓解血管痉挛、促进血液循环、消除皮肤紧张;39℃ ~ 42℃ 是高温浴,能改善血液循环、增进新陈代谢。泡温泉的时间以每次10 ~ 20分钟为宜,若是34℃ ~ 36℃ 的微温浴时间可稍长些。因温泉成分不同,在浴中的时间长短亦应有差异。如果温泉的主要成分为碳酸,应防止过多吸入碳酸气,引起不良反应。

许多人认为,感冒泡泡温泉,利用温泉的温度可以帮助康复。专家说,如果你感冒的症状为鼻塞流清涕、食欲减退、腹满易饱胀等特征,泡温泉确实有一定作用。但如果你容易疲倦气短乏力,动则气喘,则属于气虚者,并不适合泡温泉。

有的人喝完酒泡温泉,这样做很不合适。因为温泉的温热作用会使得心跳加速,血压升高,心脏负荷过重。饱食后也存在这个问题。温泉的热度会刺激血液不断往皮肤表面集中,抑制人体的消化吸收功能,抑制食欲中枢。所以,饭前30分钟和饭后一小时内最好别泡温泉。

大洋

治愈肠炎结肠炎 30 年不犯

畅销山东近10年的特效国药——温脾固肠散对慢性肠炎、结肠炎、溃疡性肠炎等引起的腹泻、腹痛、腹胀、肠鸣、便脓便血、不但能快速止痛止泻,修复肠道受损黏膜、而且能补脾益气,全面恢复脾对肠功能的运化调节,使紊乱的肠功能重新恢复正常,彻底消除治病根源。无数肠病患者吃出来的疗效和信誉,多数患者一周见效,1–2个疗程即可痊愈。

电话:8735365

地址:惠康大药店(人民公园南门对面)

各县市区免费送货

"植物油"治鼻炎治不好不收钱

砂仁6克、金银花15克、枸杞子10克、茯苓15克、香薷9克、加水后用武火煮开后,再用文火熬制7天,加入藿香油和菊花油再加入蜂蜜制成小药丸,每次6克,日服三次,连服3——4疗程即可。此方对急慢性鼻炎、鼻窦炎、过敏性鼻炎、鼻甲肥大、鼻息肉有特效,一般复发性的鼻炎,服用当天即好转,坚持服用鼻塞、鼻痒、打喷嚏、流鼻涕、喉部不适、咳嗽、头痛、头晕等症状彻底消失。目前,这一快速治疗鼻炎的小偏方,经过改良后加入了白芷、葛根等多味中药,经过国家相关部门检验批准,命名为"58味鼻炎王"。58味鼻炎王厂家为了让更多的患者少走弯路,郑重承诺:无效退款,无论病史多长,病情多重,"58味鼻炎王"治愈后不复发,五年内复发,厂家免费治疗(经国家公证处公正)。

好消息:12月3日(星期六)特邀本产品专利发明者、我省著名耳鼻喉专家李主任亲临潍坊,携带国内先进的鼻炎检测仪器为我市患者免费检查。需要治疗的患者将得到相关的药品优惠,仅限一天。

地址:潍坊广康大药店(新华路与东风街交叉口东北角)

电话:8922337

化石如泥 清除结石

神猴十味黑冰片丸三大化石过程。

一、化石如泥 从十味名贵藏药中提取强效化石成分KFT迅速包裹结石,渗透结石内部,将其分解成稀泥状液体排出。

二、调节酸碱代谢平衡清除结石形成的内环境,从根本上断绝结石源头。

三、消除炎症 修复受损脏器,并在结石易发部位形成隔石网。

治疗特点:见效迅速,排石干净,大小结石化为稀泥状液体,永不复发,价格合理,为患者省下上万元手术费,是中华结石病协会推荐用药。

主治功能:胆结石、胆囊炎、肝内外胆管结石、肾结石、输尿管结石、膀胱结石及泥沙样发性结石、术后残余结石等。

郑重承诺:轻度患者1–2个疗程,重症患者3–4个疗程彻底治愈。

电话:8968879

地址:潍坊颐卜生大药房(东风街圣荣大酒店对面)县市有售

心脏病人有救了

近来,潍坊很多心脏病人都在服用一种神奇小药片。吃下去后,浓烈药香直攻心窝,绞痛、闷痛立刻减轻,胸闷、憋气、乏力马上改善。一些冠心病人连用3、4个疗程到医院造影发现:冠脉堵塞斑块没了,血脂、血压正常,不仅搭桥手术不用做了,连药今后也不用再吃了!据业内人士说,这粒神奇小药片全身充满了神奇的科技魅力。

据科技部门消息,这粒神奇小药片的名字叫"冠心七味片",是国家863科技攻关项目,原名原方高科技新药。它从内蒙古大草原稀有植物中提取的TN活性因子,它的最大治疗特点和优势是:能够快速启动心脏跳动的平衡系统,使心肌、冠脉、神经、血氧同时协调发挥消除血管炎症、化解粥样斑块,溶解排出血栓、修复受损心肌,贯通血氧供给的全面作用,从根本上恢复心脏动力、血液清洁、血管弹性,彻底拔除心脏猝死隐患。

临床观察,神奇小药片"冠心七味片"对冠心病、心绞痛、心肌梗塞、心肌缺血、心律不齐、心力衰竭、心肌劳损、心肌炎、动脉硬化、心率过缓、房颤早搏、偷停、风心病、高心病、肺心病、高血脂血黏、高血压引起的胸痛胸闷、气短乏力、心慌心悸、失眠盗汗、抽搐惊厥等各种心脏病有特效,吃上就好。

咨询电话:0536-8612116

经销地址:潍坊颐卜生大药房(东风街325号圣荣大酒店对面)县市有售

百年同仁堂
180天痊愈心脏病 冠心病

国家专利,同仁堂镇店之宝(含保密配方):**180**天治愈:**心脏病**、冠心病、**心绞痛**、心肌缺血、**心肌劳损**、心律失常、**(房颤、早搏)心肌梗塞**、心力衰竭、**心室肥大**、胸闷、**胸痛**、憋气、**心烦**、心慌、**气短**、呼吸困难等病症!

承诺一:无效退货!**承诺二:**3周期未康复,免药费治疗直到痊愈!**承诺三:**康复后,**5**年内复发,免药费治疗!

刘大夫:8680629

土方治过敏 50 年不犯

年近九旬的姜莉蔚出身中医世家,曾以独创土方让数万几年甚至十几年的患者康复,被称为"治敏奇人"。很多企业名人、政府要员都不远千里,登门求医。

姜老中医指出:"过敏尽量别用激素,虽解燃眉之急,但严重损害肝肾及造血功能,长期会造成免疫力低下。现在我有一土方,用蝉衣、地骨皮、杏仁、冬虫夏草、化州橘红、圆珠贝母、紫河车等一百味中药,配成中药丸,不用打针、吃药、抹激素、无需查过敏源,贴一丸在肚脐上,2天就能改善各种过敏引起的流鼻涕、打喷嚏、鼻塞、鼻痒;皮肤瘙痒,成片的红斑、丘疹、水泡;呼吸费力、咳嗽憋喘;腹胀、腹泻等症;连用4、5天,小便发黄味大、大便多而黑,睡眠好、精气神足,浑身有劲;用十几丸,各种过敏症状即可全消。"

姜中医用此法近40年,凡来贴药丸的都是疑难患者,老人小孩特别多,因疗法奇特安全、价格低,国家免费给了专利,管它叫敏特。同行叫它"体外拔毒",主要通过肚脐直接将药送达五脏六腑和体液,一次性将积蓄体内多年的寒、湿、毒拔出体外,恢复正常免疫,即便再接触过敏源也不反复。很多老患者说:这么好的方法解除了我们的痛苦,该获诺贝尔奖,真像是埋了疫苗,埋一丸药,好几年都没犯!

过敏性皮炎、湿疹、荨麻疹、顽固性皮肤瘙痒,过敏性哮喘、鼻炎、鼻窦炎,过敏性结肠炎,季节性过敏及由(花粉、冷空气、化妆品、紫外线、粉尘、酒精、海鲜、食物、药物及不明原因等)引起的各种过敏性疾病患者,不妨体验一下敏特。您可拨打**治敏专线2988704**,或直接到以下药店购买,**买3赠1**,**经销地址:市区:华潍力生源大药店**(东风街与潍州路交叉口东北角)**青州:金天地大药房 红太阳药店 安丘:富康药店 昌乐:葆春堂 昌邑:仁和药店 寿光:佳乐家超市药品专柜 临朐:民康大药房高密:仁德大药房 诸城:家佳乐大药店**(人民商场北邻苏宁电器南侧)

尿裤子,有奇方!

奇域神草专治:老人尿失禁 小孩尿床

小孩尿床不及时治疗长大后易引起不孕不育。老人尿失禁不及时治疗影响肾脏功能,失去自理能力。口服药见效慢且副作用大。

"奇域神草"药贴,传世秘方,纯中药贴剂,贴肚脐,起效快,对肝脏、肾脏安全无副作用,1盒见效,1–2疗程彻底康复,5盒1疗程,上市3周年,康复2万人。

免费专家热线:4000817617(市区免费送货)

经销药店:华芝堂药店(东风东街与潍州路口东300米路南)