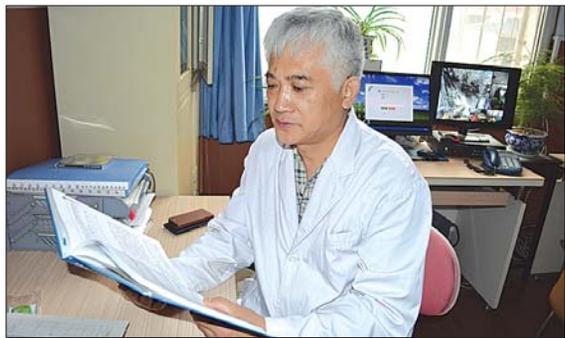


全国各地患者慕名来治疗颈腰椎病

“正骨复位”治好多年的腰腿疼



专家简介

霍勇 泰安市岚岭医院院长、泰山颈腰椎病研究所所长、主治医师、中华医学专家委员会专家委员、世界医药卫生理事会理事、中华医学突出成就先进个人。霍勇师承全国正骨专家冯天有教授,采用“定点、旋转、复位”手法治疗颈腰椎病引起的头痛、头晕、失眠、心悸、手指麻木、颈肩痛、下肢无力、腿麻、膝关节增生、坐骨神经疼等症;颈肩腰腿痛免针、药、手术之苦,一次见效,是目前国内外保守疗法最理想、最独特、最有效的先进治疗方法。从医多年来治疗康复患者遍布各地,该疗法的独特在于:改变单个椎体位移,使受压迫的神经血管得到改善,恢复到正常的生理位置,疼痛症状消失,从根本上治愈,达到标本兼治。

霍勇能治好久治不愈的颈腰椎病,已经被不少人熟知。来自全国各地的颈腰椎病患者纷纷来到泰山天外村脚下的泰山颈腰椎病研究所、泰安岚岭医院求医。经过这里以霍勇为首的医护人员的精心治疗,患者们终于摆脱了困扰多年的颈腰椎病。

病房环境优雅

治病不打针不吃药

医院规模虽然不大,但是花园式的陈列让前来就诊的患者和家属感到心旷神怡,没有浓浓的药味,没有在走廊穿梭换药的医生,也听不到患者痛苦的呻吟。“与其说是来这里治病,倒不如说是来疗养。”一名住院的小伙子说出这句话,不少患者纷纷点头表示赞同。

在走廊的墙上,挂着不少锦旗,霍勇说,墙上挂着的只是一部分,这么多年,不少患者送锦旗表示感谢,由于医院规模不大,墙上实在挂不下,其它的锦旗他都收起来了。记者看到,这些锦旗中,有泰安的、有徐

州的,甚至还有深圳、海南的。“曾经还有一些外国友人来我这里看病,也有一些发达国家的医院聘请我去他们医院工作。”霍勇说,虽然对方提出的条件诱惑力挺大,但是他毅然决然地拒绝了,他说,他要留在泰安,尽自己最大的努力,为受颈腰椎病困扰的家乡人民解除痛苦。

霍勇是这么想的,也是这么做的。每天早上,他都早早来到医院,不管他来多早,霍勇办公室门口总是排起长长的队伍,不少患者拄着拐杖或者由家人搀扶。“每天上午是我最忙的时候,有时候甚至顾不上喝口水,但是再忙再累,看见患者摆脱病痛,我心里就挺高兴。”霍勇说。

多方打听来到泰安

腰腿疼终于好了

在其中一间病房里,记者见到了60岁的单女士。单女士说,她是枣庄人,因为腰椎间盘突出压迫神经,导致右腿疼痛。“来这里时,我对象扶着我来,当时腿疼得都不能走路了。来了之后,霍院长摸了摸我的

后背说,腰椎4、5节都有突出,并且挺严重,已经压迫了神经根,导致腰疼、腿疼。”单女士说,当时她不相信,怎么光摸一下就能看出病因呢?随后家人拿出在当地医院拍的CT和诊断证明,结果惊人的一样。

“真是神了,霍院长的手简直就是CT呀!”在旁边等候看病的患者家属忍不住地发出赞叹。

经过十几天治疗,如今单女士健步如飞,上下楼梯都不成问题。“我这个病有好多年了,也遭了不少罪,在我们那里的医院治也没治好,右腿钻心的疼,来到这里,霍院长每天给我治疗,现在已经好不少了,不但腿不疼了,感觉腰也轻松多了。”单女士说,再过几天,她就要出院了。

而说起为什么会大老远跑泰安治病,单女士说,这里边还挺复杂,“我女儿在北京上班,无意中和她泰安的一名同事聊起我的病,她同事就向我女儿推荐了这里。”单女士称,她本来是抱着试试看的态度,没想到在这里竟然把困扰自己多年的病治好了。(路伟)

地址:泰安市龙潭路73号(乘3路公交车到天外村下车即到)

电话:0538-6210266

手机:13505386518

网址:www.05386210266.com

求医问药

本周开通寻医问药栏目以来,接到不少市民热线,也有一些市民通过微博@齐鲁晚报-今日泰山,咨询健康、养生方面的问题。本栏目为您提供专属定制报道,在健康、养生方面,您有疑问欢迎拨打本报新闻热线6982110,或者在新浪、腾讯微博@齐鲁晚报-今日泰山。

▲ 上周泰城孙女士拨打本报新闻热线问,现在正是吃春芽的时间,她想问一下,怎么吃春芽,才能保证营养。

泰安市中医医院医生:香椿芽不但营养丰富,还有较高的药用价值,香椿芽中含有蛋白质、钙、磷等营养物质。中医则认为,香椿芽可以涩肠止血、健胃理气、杀虫固精等。一般吃法是春芽炒鸡蛋或者油炸香椿芽。他说,春芽含有香

椿素等挥发性芳香有机物,可以健脾开胃,增加食欲。但是,并不是所有人都适合吃香椿芽,前几天济南一名患过荨麻疹的市民吃了香椿芽之后险些丧命,因此,荨麻疹患者在进食香椿时,一定要慎重。

▲ 肥城的秦女士说,前一段时间听说哺乳期间生气,孩子吃了奶之后闹肚子,她想问一下,哺乳期间生气,会不会影响乳汁的质量。

泰山医学院附属医院乳腺外科主任李湘奇:哺乳期间,母亲生气不会产生毒素。但是如果新妈妈患上乳腺炎,就会影响到乳汁的质量,从而影响孩子的健康。

▲ 南阳的杨女士拨打本报新闻热线称,她的儿子今年7岁了,由于平时接触电子产品过多,视力开始下滑。她想问一下,这个年纪的孩子进行视力矫正,视力能否恢复正常。

▲ 东平的董先生说,最近两个月,腰特别疼,这几天腿疼得也挺厉害,并且手还麻。他说以前查过,医生说他腰椎间盘突出,但是不严重,他想问一下现在这种情况需要怎样治疗。(路伟)

发现食品安全问题 可拨打12331举报

从4月至10月,泰安市食品药品监督管理局将联合泰安市旅游局开展旅游餐饮服务食品安全专项治理整顿。游客和市民就餐时发现安全问题,可拨打12331举报投诉。

24日,记者从泰安市食品药品监督管理局获悉,食药监局和旅游局联合对全市旅游餐饮服务食品安全专项治理整顿。此次专项治理整顿从4月开始至10月,为期6个月。全市旅游景区、景点餐饮服务经营单位和旅游团餐接待单位、小型餐馆、快餐店、小吃店、饮品店和农家乐等。

市食药监局工作人员介绍,通过此次专项整治,引导旅行社和游客到持有《餐饮服务许可证》、量化等级较高的餐饮服务单位就餐,倡导20人以上团餐选择量化分级为B级(餐饮服务单位的食品安全等级,分为优秀、良好、一般三个等级,分别用字母A、B、C表示)以上的餐饮服务单位。

“要求旅游景区餐饮服务企业、旅游团队接待

单位开展食品安全自查,落实餐饮服务食品安全主体责任,执行《餐饮服务食品安全操作规范》,严禁制作加工存在食品安全隐患的野菜、野果等。”工作人员说,严禁这些餐饮单位制作加工国家保护的等级野生动物,严禁采购、贮存、使用亚硝酸盐以及非法添加和滥用食品添加剂。

无证无照经营行为、采购和使用病死、毒死或者死因不明的禽、畜、兽、水产动物及其制品的违法行为;严厉查处使用劣质食用油、不合格调味料等违法行为;严厉查处以次充好,使用假冒伪劣食物及超过保质期的食品等违法行为是重点查处的对象。同时,还要严防旅游景区、景点、旅游团队接待单位餐饮服务食物中毒事故的发生。

市食药监局开通12331举报投诉电话,24小时随时受理查处餐饮服务食品安全投诉举报问题,游客和市民就餐时发现食品安全问题,可以举报餐饮服务食品安全违法行为。

(路伟 周晓宇)

煮熟的水果好过药?

专家:高维C水果不宜煮熟

肉桂红酒炖苹果可以养心安神、冰糖雪梨有助滋阴润肺、盐蒸橙子是防感冒的佳品……在网上流行的食疗方子中,总有水果菜谱。比起生吃,一些煮熟过的水果被认为更富健康价值。

营养专家表示,部分水果经过一定的炮制的确可以改变或加强某方面的性质,但经过烹煮也会破坏掉维生素C、纤维等珍贵的营养物质。因此,并不是所有水果都适合煮熟吃。

炮制药材可改变性质

广州中医药大学第一附属医院营养科主治医师尤华智表示,对一些水果进行烹煮,同样也可以改变水果性质的作用。

例如广东人常常将菠萝炒熟、煮糖水或者泡盐水食用。因为菠萝本身含有蛋白酶和甙类物质,有的人会对这种蛋白酶过敏,这些物质进入体内后还会分解蛋白质,破坏口腔黏膜、胃黏膜等。这也是为什

么生吃菠萝过量,容易觉得口腔麻痺、胃肠不适。经过烹煮加工可以使蛋白酶失去活性,更加适合食用。

加料烹煮,可增水果药效

除了“解毒”之外,烹煮水果的另外一个目的是增强其药效。

一些偏凉性的水果经过高温蒸煮、炒熟之后,减少凉性,增加了温性。对于体质偏寒的人群来说,更适合这样的吃法。

“对雪梨进行烹煮,就是常见的一个食疗方。”尤华智表示,生吃雪梨有清热、降火、解毒的功效。煮熟食用,雪梨滋阴润肺的功能更加突出。另外,如冰糖雪梨、川贝雪梨等经典糖水方,加入不同食材、药材进行烹煮后,两种食材之间还有相辅相成,增强药效的功能。

另外,枇杷煮成糖水能够提高止咳化痰的效果;山楂炮制成果片能够减少水果本身的酸性,提高消食开胃的性能;金桔、橘子等进

行蜜制、腌制,可以提高止渴化痰的功效等。

高维C水果不建议煮熟

当然,不是所有水果都适合煮熟了吃。“在夏天水果丰富季节里,生吃水果不仅口感好,而且也有一定的清热消暑作用。”尤华智表示,如果煮熟了吃,反而会违背了这一初衷。

经过高温烹煮,容易破坏维生素C或其他一些高温易变性的水果中最珍贵的营养成分。尤华智说,维生素C在接近80摄氏度时就会被破坏,特别是在和氧气接触的情况下破坏得更多更快,而炒熟、水煮、蒸煮等做法一般都超过100摄氏度。因此,维生素C含量高的水果,如橙子、火龙果、奇异果、柠檬等,煮熟吃就太可惜了。

尤华智提醒,食用水果时煮不煮熟,关键是看个人对水果的需求。例如需要补充维生素、纤维时,则建议生吃,需要去除水果中的寒性,则可以温食。(宗禾)

喝果汁容易饿还增胖

喝果汁本被认为是摄取维生素、矿物质的好的养生办法,但却有营养学家认为,喝果汁是“导致体重增加的最快方式”。

英国知名瘦身网站营养学专家表示,大多数人不要1分钟就喝下1杯含有150卡路里热量的果汁。除了快速摄入热量之外,喝果汁的另一大问题是大量纤维素的丢失,这是相比于吃水果而言的。营养学家表示,吃水果时,纤维素会形成一层保护层,在肠道中起到屏障作用,有助于缓解糖的吸

收,因而肝脏能够稳定地对糖进行代谢;而喝果汁则会导致钙屏障丧失,进而使肝脏超负荷工作。最终导致的结果是,一方面,很多人在喝完果汁后感觉昏昏欲睡、易怒,甚至感觉更饿;另一方面,果汁中大量的果糖无法完全转化成能量,这些果糖就会转化为脂肪储存于体内。专家还指出,除了果汁,蜂蜜、橄榄油、棕色(染色)面包、低脂酸奶、坚果坚果等也是看似健康,实际上含糖或热量比一般食品高的食物。

(梁瑜)