

# 有疤痕的市民快报名!

对于祛疤痕,不少患者都有所顾虑,大多患者担心效果或副作用,更怕花费了冤枉钱而没能有效地祛疤痕。针对此问题,特邀除疤专家为疤痕患者讲解如何避免这些问题的出现。

**关注一:不知道该怎么办,怕没效果**

据了解,目前祛疤的方法有手术切除、注射激素、激光扫描以及生态除疤等方式,均

具有损伤性,而且极易复发或使疤痕周边皮肤损伤。目前,最为疤痕患者青睐的是欣奕所独创的生态无创祛疤方法,这种方法必须是依据皮肤的生理特点结合疤痕的具体形态来修复,因其能从根本上解决皮肤内部疤痕组织的问题,因此能够彻底地修复。

**关注二:最怕有副作用,尤其是儿童**

欣奕除疤专家称,在除疤

的过程中产生极大的副作用主要原因有两方面,一是采用了错误外部损伤式除疤,二是选用了错误的产品。比如像长期注射激素控制会产生依赖性,切除会增加新伤疤,偏方会腐蚀正常皮肤组织一样。这些副作用往往带给患者更大的痛苦。尤其是儿童疤痕患者,由于儿童皮肤比较幼嫩更容易受到伤害,因此更应采用安全的除疤方式,以防给孩子

带来更大的伤害。

**关注三:怕会复发,花费冤枉钱**

据不少疤痕患者称,以前采用过不少的除疤方式出现了复发的情况,不仅浪费了时间也花费了不少冤枉钱,这主要是大多数疤痕患者贪图快速除疤所致,仅仅做到把表现在皮外的疤痕去掉,同时却伤到了存在于皮下的疤痕组织细胞,疤痕组织在受到刺激后

必然会出现复发的情况。

**除疤免费体验**

专家称,只要选择对祛疤的方式,疤痕是可以修复掉的,要真正从疤痕的形成和体质出发,根据不同的情况选择不同的方式。另外,据相关专家称,由于夏季气温升高,产品更利于吸收,同时,在修复时能避免疤痕处皮肤水分的大量蒸发,因而也能够避免疤痕产生病变的可能。为帮助患

者摆脱疤痕的困扰,欣奕除疤提供200个免费除疤3天的名额。

疤痕朋友可拨打报名电话:洪家楼店69951819、八一银座店82900869、大观园店87065677参与活动,在线咨询:jxinyichuba.e23.cn。有烧烫伤疤痕、青春痘疤痕、手术疤痕、妊娠纹、剖腹产疤痕以及各种外伤引起的疤痕均可报名参与。

## 疝气无需手术

唐龙济生橘核丸(国药准字Z62021304),国家药监局指定疝气用药,口服+外用,无需手术2-4疗程治愈。上市10年来已治愈无数疝气患者。主治:各类中老年疝气,小儿疝气。  
地址:宏济堂(大观园)齐鲁药房(解放路)  
电话:89112851

## 最后一次治过敏

过敏性鼻炎、哮喘、皮肤病、荨麻疹、湿疹、瘙痒症及不明原因过敏

“亢迪片”是中科院与香港三圣药业联合开发研制的专治过敏的纯中药制剂。

该药以多种名贵中药为原料,高度提纯,能从根本上调节人体免疫功能,提高人体对各种过敏原的抵御能力,从根本上杜绝复发,同时高效敏感,修复各种过敏损伤,内忧外患同时解决,是目前治疗过敏性疾病的首选药物。该药无任何依赖性副作用,老人、小孩放心服用。一周期过敏不再复发,二周期各种过敏症状消失。  
咨询:0531-89660902  
经销:宏济堂(大观园商场东门对面)

## 贴3次不再尿裤子

老人尿失禁 孩子尿床危害大  
尿失禁,尿床如不及时治疗后果非常严重。“奇域神草”遗尿康药贴,传世秘方,纯中药制剂,贴肚脐,起效快,对肝脏、肾脏安全无副作用,3贴见效,1-2疗程康复。

专家热线:0531-89697667(各地免费送货)  
经销:华东大药房(大观园路口北60米)省中医广济堂

## 夏季购买鲜奶要注意保质期

北京市工商局、北京市消费者协会警示:夏季来临,鲜牛奶很容易变质,消费者购买时要特别当心,注意保质期和保存条件。工商部门提醒,袋装的鲜牛奶保质期一般为三天,消费者在购买时应先看清生产日期,尽量选择当天生产的牛奶,过期的不要购买。购买后,鲜牛奶应该放置在2℃至6℃的冰箱里保存,不要让牛奶暴晒或照射灯光,日光、灯光均会破坏牛奶中的多种维生素。也不要将牛奶放在冰箱冷冻室中冷冻,否则会使牛奶的营养成分降低,使牛奶的消化吸收率也会受到影响。

### 八招预防“中暑”

保健专家建议

#### 八种方法可预防中暑

- 1 中午前后尽量减少户外活动,多喝水注意防暑降温
- 2 白天出门最好打伞、戴帽子
- 3 要充分饮用凉开水、饮料,并加少量盐,以补充体内盐分
- 4 避免过度劳累,保证充足的休息和睡眠
- 5 室内要有良好的通风
- 6 积极治疗各种原发病,增加抵抗力,减少中暑诱发的因素
- 7 可随身备有人丹、十滴水、藿香正气水、清凉油等
- 8 多食含钾食物,如海带、豆制品、紫菜、土豆、西瓜、香蕉等

周咏缙 编制 新华社发

## 静脉曲张 精索静脉曲张 静脉炎

国药符瑞颗粒,治一个,好一个

静脉曲张是由于静脉瓣膜功能关闭不全,血液长时间瘀阻,导致血管扩张,变长迂曲而成。早期患者无明显不适,血液长期瘀阻可致血管内膜受损,发炎,血栓形成等并发症,严重的引起溃烂,甚至截肢。精索静脉曲张可引起男性不育,性功能减退等。

符瑞颗粒由上海医药工业研究院研制,是国家首个替代手术治疗静脉曲张的专用药,实验研究表明:符瑞颗粒与血管壁有超强的亲和力,能够快速修复受损的静脉瓣膜,阻止静脉血液倒流,快速溶解血栓消除血管内膜炎症。

符瑞颗粒主治:静脉曲张,精索静脉曲张,静脉炎,静脉曲张,以及由此引起的皮肤瘙痒,湿疹,发黑,下肢水肿,疼痛,发硬,溃疡坏死等。一周见效,2-3疗程康复。  
咨询电话:87030650  
网址:  
www.jingmail20.com.cn

### 运动健身

## 上班族多做小重量训练

健身中的力量训练,分为两种不同类型的,一种是大重量,一种是小重量。其实杠铃、哑铃和带有重量的器械都是力量训练的方式。近日,美国《预防》杂志刊文,建议两类人日常多进行小重量训练。一是,平日久坐办公室的人,身体锻炼较少,肌肉耐力逐渐退化,肌肉很容易发生疲劳不适,不能长时间保持同一动作。二是中老年人,随着年龄的下降,锻炼日趋减少,肌肉耐力自然越

来越退化。活动量猛然加大,或稍微多于家务活,就会觉得疲劳不堪,甚至发生扭伤等。

一般在健身房里,为了达到健美效果,大重量和小重量练习是综合进行的。大重量练习可以增加肌肉围度,锻炼肌肉爆发力。小重量练习除了锻炼肌肉耐力,还能塑造线条,使肌肉轮廓更明显,如果没有时间来健身房,在无人保护的情况下,轻易不要练习大重量,以免发生砸伤等危险。小重

量练习可以使上班族舒缓一天的疲劳,增强肌肉耐力与活力。广大女性更是可以通过小重量哑铃练习,来减肥塑形。在平时的羽毛球、乒乓球等运动中,提升肌肉耐力还能保持姿势正确,不易受伤、疲劳。如果家中没有轻型哑铃,可以用装满水的矿泉水瓶代替。

小重量练习应该配合跑步、自行车等有氧运动,以增强心肺功能,这样,一般的日常劳动和运动,都可以轻松完成了。

### 营养厨房

## 煮挂面别等水全开

没时间做饭的时候,煮一碗美味的挂面,配上点鸡蛋和蔬菜,方便又健康。可是,许多人煮挂面的时候常会遇到一个问题:面条表面都粘糊了,可是面心还发白发硬,没有煮透。怎样让挂面煮熟又不混汤呢?  
诀窍就是选好挂面下锅

的时机。煮挂面时不能等到锅里的水全都开了再放面条。因为挂面本身很干,如果一下子遇到高温,表面的淀粉就容易糊化而变黏。同时,水分热量都不容易向内渗透,所以面心仍然是生的。再加上沸水会使面条上下翻滚、相互摩擦,这样煮

出的面条外黏、内硬、汤糊。

正确的方法是,等锅底刚开始有小气泡往上冒时就放挂面,然后搅动几下,等锅内水开了再适量添些凉水,煮水再次沸腾就好了。这样煮挂面速度快,面条柔软,面汤清亮。

## 老便秘 小偏方

金银花、菊花、绿茶各30克用水煮沸,过滤后的茶水中加黑豆50克、山楂35克煮熟,马齿苋80克与芹菜叶60克炒干后加入到黑豆粥中,继续小火煮,分三次服用。一、老便秘患者当日即可排出松软香蕉便。目前,此方经改良后又加入了平衡人体酸碱的海藻和膳食纤维,更适合非常顽固的老便秘。经国家批准生产命名为【御品膳食通】。  
【御品膳食通】独到之处:1、晚上服,早上通,不腹痛、不腹泻,畅快轻松2、无依赖性,剂量越服越少至停药。

3、与饭同服,促进消化,平衡酸碱,消除大便干结。4、大量膳食纤维簇群洗刷肠壁,促进肠蠕动,吸油降脂清除宿便毒素5、以自然方式调理代谢紊乱,促进肠道菌群平衡,恢复肠道自主排便功能6、绝不含有任何泻药,无毒副作用,老幼及孕产妇皆可服用。

经销:东图大药店 章丘明隆 济阳开元 长清惠康  
【御品膳食通】免费体验中心:解放桥历山宾馆323室  
电话:0531-67681231(免费送货)

## 高血压今日特价9.9元

电话报名免费试用。白金降压胶囊特含多种氨基酸和微量元素,能营养血管和心肌细胞。“排,护,补,养”一次完成,快速净化,清除血液中的毒素和垃圾。软化血管,改善血液循环。预防心脑血管损害及高血压并发症的发生。100%高纯生物制剂,无毒副作用,费用低廉,6-12天用量仅售9.9元,每天只需服用一次,3-5天可停西药(轻度高血压

患者服用当天可停西药)。一个月左右血压基本恢复正常,部分患者可减量服用或间歇性服用。2-3个疗程后让30%-40%高血压患者不再终身服药。原价19.8元,现价9.9元。无效退货,20赠2;40赠7,免费送货。地址:(大观园商场东门对过)大观药店,四世堂,仁和药店 章丘:明隆 济阳:开元 长清:惠康 商河:天琪 电话81120912

### 应季提示

## 小暑至盛夏始 吃“苦”尝“酸”保健康

7日小暑。小暑至,盛夏始。从小暑起,全国各地气温将呈上升趋势,高温、高热、高湿的“桑拿天”开始袭来。炎炎夏日,人很容易“上火”。营养专家提醒,盛夏时节要多吃苦味和酸味食物。

专家提示,一年四季均应适当吃些苦味的食物,而夏季尤为适宜,尤其是盛夏来临之际。

专家介绍,苦味食物中所含的生物碱因具有消暑清热、促进血液循环、舒张血管等药理作用,是夏季天然养身品。

含有苦味的食品以蔬菜和野菜居多,如莴苣、生菜、芹菜、茴香、香菜、苦瓜、萝卜

叶、苔菜等。在干鲜果品中,有杏仁、桃仁、黑枣、茶叶、薄荷叶等。另外,啤酒、茶水、咖啡、可可等苦味饮料也属于苦味食物范畴。盛夏时节吃苦味食物,不但能清除人内心的烦恼、提神醒脑,而且可以增进食欲、健脾开胃。但要适量,否则伤胃。

专家还提醒,盛夏时节,人们出汗多而易丢失津液,番茄、柠檬、草莓、乌梅、葡萄、山楂、菠萝、芒果、猕猴桃等酸味水果,能敛汗止泻祛湿,且可以生津解渴,健胃消食,增进食欲。炎炎夏季,人们喜食生冷,若在菜肴中加一点醋,醋酸可杀菌消毒,防止胃肠道疾病发生。

## 身体对称,人更聪明

仔细测量一下就会发现,以脊椎为界限,人的左右两侧并不是完全对称的。据新一期美国《智力》杂志报道,身体对称性越高的人越聪明。

美国弗吉尼亚联邦大学的研究人员分析总结了14项有关身体对称性的研究,

共涉及1900人。其中越是对称的人,智商越高。研究中所提及的身体对称性,主要指成对器官的长度或宽度。如双眼、左右手指、脚趾、胳膊等。这次的研究表明,对称性好的人智商高,身体对称性可能是表征智力差别的一项指标。