

每周工作超40小时,怀孕难

近日,美国哈佛大学陈曾熙公共卫生学院的研究者指出,每周工作时间超过40个小时的女性需要较长的时间才能怀孕。研究者对1739名试图怀孕的护士进行了长达3年的跟踪调查。结果发现,有16%的护士在12个月内未能实现怀孕的目标,还有5%的护士在两年后也未能怀孕。与每周工作21—40个小时的女性相比,每周工作时间超过40个小时的女性所需要的怀孕时间要长20%。为此,研究者呼吁,有生育需求的女性最好适当减少工作的长度和强度。

中医治肺癌具有独特优势

近年来肺癌的发病率在全球范围内呈持续上升的趋势,而这一趋势在中国尤其明显。据统计,我国每年大约有超过60万人死于肺癌。每10到15年,肺癌的患者人数就会增加一倍,预计到2025年,我国肺癌病人将达到100万,成为世界第一肺癌大国。

肺癌包括小细胞肺癌和非小细胞肺癌,目前常用治疗方法有手术、放疗、化疗以及靶向药物等治疗。非小细胞肺癌手术为首选,失去手术机会时,可考虑放疗、化疗及靶向制剂等;小细胞肺癌通常采取综合治疗,与化疗、放疗及手术相结合。

长期以来,大部分肺癌患者确诊时已是晚期,无法进行手术。且传统化疗既无法实现理想疗效,一些不良反应也易使患者失去治疗信心,从而导致肺癌患者的整体生存率不高。尽管新型药物延长生命,但长期以来,肺癌患者的生活质量普遍偏低,承受着生理和心理的双重折磨。所以我们强调,治疗目标以解除患者最大痛苦和提高生活质量为主。

中医学上肺癌属于“肺积”“息贲”“积聚”等范畴。多由于感受六淫邪毒、饮食损伤、情志怫郁、宿有旧疾等因素,导致脏腑功能失调,产生气滞、血瘀、湿浊、痰凝、热毒

等病理变化,蕴结于肺脏,邪毒积聚而为癌病。

结合肺癌的病机变化,我们提出“气、血、津液失常”、“脏腑功能失调”,并首先提出了从“毒”论治肺癌。目前中药抗癌谱越来越清晰,癌症生长和转移途径又大相径庭,需应用不同的中药引经药,引药直达病所,达到软坚散结、扶正祛邪、托毒排毒等疗效。肺癌分型不同,且年龄、营养状况及多种并发症等差异,治疗要充分个体化。除主张“中西医并重”“辨证、辨病、辨体相结合”外,我们还创造性提出“辨病位、辨病理”,实现多角度、多方位抗癌,从而显著提高疗效。

顾护脾胃:由于脏腑功能失调贯穿始终,肺脾气虚不能布津,肾虚不能气化则水湿内停,聚而为痰。痰饮形成后,阻碍气机的升降出入,又反过来影响津液的输布,互为因果,所以我们主张调肺与其他脏腑之间的关系,肿瘤患者往往经历手术、放疗、化疗等,损伤脾胃,同时,服用的一些药物以及对病情的担忧、恐惧等情绪因素均会影响脾胃的消化功能,出现恶心呕吐、腹泻等不适。肺气亏虚,日久可伤及肾,肾不纳气,出现持续性喘憋,所以临床上我们多采用“滋阴益

气”“肺脾肾同治”,研究出协定方六味地黄膏益气生津;补肾纳气方纳气定喘等,常选用太子参、白术、黄芪、山萸肉等以补益肺脾肾,培土生金,扶正固本。

补益正气:肿瘤患者正气内虚,免疫功能低下,痰瘀形成后易耗气伤血,加重正气不足,更易招致外邪侵袭诱发并发病。所以我们主张“扶正”,“益卫气,补元气,养血气”,自创有效药方补益方补肺益气固表,常选用太子参、西洋参等,正气充足可以抵抗病原体侵袭并中和毒素,稳定免疫功能,消除自身抗原;还可以稳定机体内外环境,调节阴阳,不断自我更新,自我修复,以适应内外环境的变化,维持机体阴阳的平衡。

活血化痰:本病虽与内虚有关,但瘀血内阻是其复发转移的主要原因,所以我们提出“活血化痰药贯穿始终”,一方面切合病机,另一方面肿瘤组织中含有乏氧细胞,导致肿瘤对放化疗的敏感性降低,活血化痰药能改善微循环,增加血流量,在放化疗增敏方面有一定的疗效。但肺癌病程较长,其痰、瘀、毒胶结痹阻之势较寻常重,已非草木之品所能取效,所以在临床上我们擅用虫类药物如全蝎、地龙、蜈蚣等以

“搜剔络中混处之邪”,松透病根,从而达到“血无凝着,气可宣通”的目的,如全蝎、蜈蚣、水蛭等虫类药,使邪去络通,恢复肺宣发、肃降之功能,并取得了显著的治疗效果,提高了临床疗效。但严格控制清热解毒、活血化瘀药的药味和剂量,以免苦寒败胃、温燥伤肺。

纠正体质:肺癌的发生也是一种体质性的变化,不同体质类型决定了肺癌的易感性,并决定肺癌的证型,甚至还决定肺癌的传变与转归。由于体质可塑性,我们也应注重改善患者的偏颇体质,提高抗病能力。

实验研究证实服用膏方有助于预防和治疗肺癌的转移,着重纠正人体的失衡状态,建立新的动态平衡,旨在“调平”,综合复方多法,兼备偶治与肿瘤病机复杂性、治则相兼性相谋,充分发挥中医药治疗肿瘤优势。通过内服膏方以补充机体的不足,如服含黄芪、党参等中药的膏方可治疗气虚证;服含当归、阿胶等中药的膏方可治疗血虚证;如服含山萸肉、白芍、冬虫夏草等中药的膏方可滋补肝肾等。

(作者系山东中医药大学附属医院知名专家 张伟教授)

老胃病别硬“扛” 记住名医食疗方

中医奇人颈腰椎、胃病民间一绝



盛夏胃病高发,置之不理易恶变。巧治老胃病,王大夫食疗方与众不同!我是王立财,祖居吉林通化,本人行医30余年,专攻胃病,腰突、颈椎病顽疾(颈腰椎病我另有外敷专利,只需睡觉时外敷12小时)。本人使用鸡内金等药食同源药物,首创“直敷胃壁法”,凡胃病不管轻重,无需住院,只要服用我的食疗方一包,均会有奇迹发生。凡已住过院效果不好、服用其它药物无效者,服用我食疗方“鸡内金颗粒”当天超乎想象,服40天左右,饮酒、食辛辣之物不受影响,10到20年患者也不过3—5个月。现该方已获国家专利2008103020798,本人也被列入《世界人物辞海》并被誉为民间中医奇人。

王大夫承诺:本人以行医30年信誉担保,不欺骗患者,该方已上市7周年,现寻50名半信半疑者,只需花190元可零风险体验(38元每盒,5盒送6包,6包不满意全额退),速拨0531-86666626抢购。另该方为食疗方,并非药品保健品,绝不含激素和西药。敬请康复者代我宣传,谢谢!

“西王忠实消费者 生产基地一日游”启动

近日,西王玉米油正式启动“西王玉米胚芽油,忠实消费者生产基地一日游”活动,届时,将有近千名西王忠实消费者被选中,即可零距离接触西王,看西王非转基因滴滴珍贵好油,是如何提炼而成。

据悉,本次活动第一批囊括山东省16个城市,途经济南、青岛、淄博、德州、聊城、潍坊、烟台、泰安、济宁、枣庄、菏泽、临沂、日照、威海、滨州、东营。值得一提的是,活动即日起即可报名,报名截止日期为:2015年9月12日。本次活动横跨时间之长,地域之广,也是为给消费者留下充足的参与时间。

记者获悉,本次生产基地一日游活动将由专人负责带领消费者参观西王展览馆、生产车间、老年公寓等,工厂参观后,每位消费者还会获得精美礼物。主办方还将安排消费者参观北宋文学家、政治家范仲淹祠堂等景点。

百名母婴专家 入驻“爱贝果”

8月18日上午,“关注母婴,爱心护航——‘爱贝果’特聘专家签约仪式”在济南温暖启动,“爱贝果”APP2.0同时上线。

据介绍,“爱贝果”将传统广播与互联网融合,实现了广播、电视、网站、手机客户端、微信、QQ、户外大屏、杂志等多种媒体平台的有机整合,是一个看得见、听得着、能交流、可评价的孕产育儿综合平台,被妈妈们誉为“掌上育儿专家”、“快乐育儿好帮手”。

“爱贝果”专家团涉及孕产、养护、医疗、营养、早教等各个领域,为用户提供免费的专业服务,成为妈妈们的贴身顾问。从去年12月以来,微社区访问量达到160多万人次。

晒红：“云南传统红茶”的前世今生



晒红,是介于普洱茶与红茶之间的一种茶类,本是长期在民间流传,不入主流法眼的“云南传统红茶”。它是云南传统制茶工艺的一种嬗变,跟上世纪30年代传入云南的现代红茶制作技术——滇红有着极大的区别,但因其跟红茶工艺更为接近,故被归为红茶。

在现代红茶传入云南之前,云南就已经有了类似于红茶的工艺,我们将之命名为“云南传统红茶”,并根据其工艺的最大特性——是一种晒干的红茶,能够在一定期限内越陈越香,称之为“晒红”。晒红的历史至少在百年以上,其工艺最先是云南传统晒青与白茶工艺的融合衍变而诞生的一个新茶类,其在现代红茶传入云南之后,汲取了滇红的某些

工艺特点,在普洱茶于当代复兴之后,又汲取了后期陈化技术,从而形成了如今晒红的工艺特点。

如果说正山小种是世界红茶起源的活见证,那么大和甜茶无疑就是云南传统红茶起源的活见证,堪称最古老的云南传统红茶。如今提出的晒红茶类体系,就是通过对大和甜茶进行多年挖掘与整理而来的。大和甜茶研制出来以后,因为能降苦涩,具有香甜滑之口感特色,而深受市场欢迎,就以镇沅大和一带为中心沿着澜沧江中下游两岸的产茶区广为传播,云南许多茶山的茶农通过学习开始制作类似大和甜茶的茶,这样一来就形成了“云南传统红茶”这一特殊的品类。

大和甜茶虽然是云南最古老的红茶,但是它的地域性太强,给外界印象就是流传于镇沅县大和一带的一种传统红茶制作工艺,因此要将“云南传统红茶”这种产业

做大,必须要跳出“大和甜茶”,做更大的文章,这时“普洱晒红”就登场唱主角了。由此“云南传统红茶”也就踏上了在当代的崛起之路:从“大和甜茶”到“普洱晒红”。

版纳有普洱,临沧有滇红,普洱市虽然是生产普洱茶、绿茶、红茶与乌龙茶的宝地,但缺乏普洱与临沧那样震天下的茶名片,包忠华深入考察了普洱市的茶资源,提出了“普洱晒红”的全新概念,即以云南大叶种茶鲜叶为原料,通过萎凋、揉捻、发酵、日晒工艺而成“普洱晒红”原料,再加工成形为普洱晒红产品,以“普洱晒红,天下共品”的名义塑造“晒红”这张全新名片,带动普洱市晒红产业的蓬勃发展。

作者简介:包忠华,中国普洱茶文化知名专家,现任普洱市天下普洱茶园有限公司董事长兼总经理、云南省茶叶协会副会长、普洱市茶叶协会副会长。天下普洱茶国山东营销



中心是专注于普洱茶定制与品鉴的茶叶机构,现面向全省诚招渠道、代理商。加盟咨询热线:13065076666

济南旗舰店:济南市经十路17513号(学府大酒店往东100米路北)

订购咨询热线:0531-81758658

长期脑鸣 影响寿命

生活中很多人不知道脑鸣是怎么回事儿,到医院查也查不出问题,所以束手无策只能任由折磨,更有甚者拿脑鸣当耳鸣治疗,结果越治越重。其实脑鸣是因脑髓空虚、脑细胞

缺血、病变所致。自觉脑内如虫蛀,如蝉鸣,如过火车,如烧水,如电流嗡嗡作响,令人感到非常烦躁,随之而来的失眠多梦、头晕、心烦气短、记忆力下降、视力下降等症状,更有甚者睁

不开眼睛,吃不下饭让人痛苦不堪。专家提醒:长期脑鸣,往往会诱发高血压、失眠,视力下降,脑动脉硬化以及老年痴呆等疾病,因此脑鸣一定要抓紧治疗,千万拖不得。

脑鸣康胶囊作为首个针对脑鸣病因研制的创新型产品,它以雪域高原的红景天

为主要原料,利用高科技提取出“脑髓生长肽”和“神经修复酶”,增加脑髓细胞,修复受损脑神经,打通血液微循环,改善大脑缺氧状况,从而远离脑鸣,坚持按疗程服用,告别脑鸣,一身轻松!具体可拨打400-633-7638详细咨询,省内免费送货,货到付款。