

# 孩子有疤痕 快来报个名!

免费送50套除疤产品给有疤的儿童

每个人身体上多多少少都存在有疤痕,轻则影响外观及心理健康,重者影响身体健康及器官发育。

在对100位身体上有明显疤痕的儿童和青少年调查中显示,80%以上有疤的孩子普遍存在内向、孤僻、不合群的状况,学习下降,兴趣单一,朝气不足的现象,而有近70%的孩子称父母没有关注过疤痕给他们带来的影响。

**疤痕对孩子的危害有哪些?**

专家称,疤痕的影响重在三方面。

**心理危害:**对于疤痕患者来讲,疤痕带来了严重的心理负担,由此而造成的自卑会直接影响孩子性格的形成,直接影响孩子的一生。

**形象影响:**因为疤痕而带来的视觉影响使得疤痕患者在求学、择业、婚恋交友都受影

响,而形象上的影响也是直接导致心理自卑的直接原因。

**身体影响:**由于儿童皮肤比较幼嫩,外在的刺激会使皮肤严重受损,因而,大多数的儿童疤痕多表现为增生、红肿、疼痛的症状,平时的剧痒刺痛都会直接影响孩子的身体健康,而这一类疤痕也是最易产生病变的疤痕。

**如何帮助孩子摆脱困扰?**

如何帮助孩子摆脱疤痕的

阴影呢?欣奕除疤机构专家称,家长应该从两方面来帮助孩子,一是心理疏导,家长应多与孩子沟通,多鼓励多夸奖孩子,使其淡化疤痕带来的自卑感。二是引导孩子正确认识疤痕的同时,尽快帮助孩子修复疤痕,在修复疤痕时应当描述孩子的疤痕形成时间、原因、症状以及体质,以便于医师开出针对性的除疤方案,在选择修复方法时,

应注意选择生态无创的修复方法,外在的手术切除、磨削等都会使疤痕再次损伤而复发的,起不到彻底修复的效果。

**祛疤有哪些免费活动?**

6.1来临,值六一儿童节来临之际,欣奕机构针对儿童小患者举行祛疤双免活动,有疤痕的儿童可享受特别的关爱,活动详情如下:

**活动内容:**1.60位儿童疤痕

患者可免费修复疤痕三天,2.50名面部或身体易裸露处有中度疤痕的小朋友更可免费领取一套价值388元的祛疤产品。

**报名电话:**  
大观园店:87065677经四路恒昌大厦2114室  
洪家楼店:69951819历城区花园路海蔚广场5号楼1502室  
东关大街店:62308048历下区明湖东路9-26号保利芙蓉商舖

## 饮食新知

### 五种素食能当肉吃

吃肉太多,会增加患慢性病的风险。但吃得太多,蛋白质摄入又会不足。英国《每日邮报》近日刊文推荐蛋白质含量较高的素食,帮助弥补这一缺陷。

**豌豆:**富含膳食纤维、维生素K、矿物质和维生素C,蛋白质含量为5%。

**花生酱:**含与葡萄酒同样的成分白藜芦醇,以及单不饱和脂肪酸,能预防心血管疾病。其蛋白质含量约为28%。

**糙米:**不易升高血糖,含矿物质和纤维,蛋白质含量为2.5%。

**燕麦片:**蛋白质含量略低于3%。它还同时富含锰、硒等微量元素,有降血脂作用。

**椰子:**富含蛋白质和膳食纤维。不过,椰子肉的饱和脂肪含量也很高,不要经常食用。

### 氨基酸补多了没用

氨基酸是构成生物体蛋白质并同生命活动有关的最基本物质,也是不可缺少的营养成分之一。已知的氨基酸有20种,其中赖氨酸、苏氨酸、亮氨酸、异亮氨酸、缬氨酸、蛋氨酸、色氨酸、苯丙氨酸这8种氨基酸,人体不能自己制造,称之为必需氨基酸,需要由食物提供。精氨酸、组氨酸需要人体合成一部分,从食物中摄取一部分,被称为半必需氨基酸。其余10种氨基酸人体能够自己制造,称为非必需氨基酸。氨基酸的平衡和适量的供应是健康的前提,缺任何一种,都会影响人体的免疫系统和其他功能,使人处于亚健康状态,容易遭受疾病的侵袭。

说它重要,但并非就得大补特补,凡是重要的东西就要补,这几乎已成为国人健康意识的误区。市场上宣传具有保健作用的氨基酸片,可以适当吃一些,但不能作为获取氨基酸的主要来源,即使吃了也未必会被身体吸收,除非人体十分缺乏。和钙片、维生素片一样,氨基酸片也只适合一些特殊人群,包括生长发育期的青少年及脑力劳动者、孕产妇、免疫力低下者,但也不主张长期吃,最好还是食补。医院里,除了以上人群,医生很少开口服氨基酸片。食物中,各种鱼类中氨基酸含量最为丰富,如鲭鱼、泥鳅、墨鱼,另外鸡肉、冻豆腐、紫菜、花生、杏仁、香蕉以及新鲜果蔬、动物内脏中的氨基酸也比较多。

胃肠生百病,如何把住病从口入第一关

## 济南兴起“菌酶养生”热



俗话说,病从口入,各种食源性污染和病菌入侵胃肠道,胃酸、胃痛、胃胀、消化不良、腹泻频频发作,胃肠肿瘤发病率死亡率持续走高,让人们不禁担心:我们胃肠为何如此脆弱!

**刘姥姥弃药吃菌,30天换了副“新肠胃”**

济南大观园附近的居民最近流行一种奇怪的胃肠保健法——“菌酶养生法”。68岁的刘大菊老太太坚持菌酶养生快2年了,原来胃口不好,多年结肠炎,还有胃溃疡,使用菌酶养生调理一个月后:不涨肚了,不吐酸水了,不拉肚子了,吸收消化好了,脸色好了,人精神了……半年后,去做胃镜,溃疡点基本愈合,更惊奇的是,原来高血糖、高血压,头晕症状都有所减轻,一年到头都没有感冒过。

七旬老人拥有年轻人的肠胃!这样的结果是刘老太

万万没想到,用她的话说:“既然我们管不住嘴,致病菌又无孔不入,那就让肠胃拥有强大的免疫力,变成铜铁肠胃!每天补充点黄金菌酶,30天就能换一副新肠胃,100天就能拥有铜铁肠胃,周身上下没有一处不舒服”。如今她成了菌酶养生的忠实拥护者,成了黄金菌酶义务宣传员。

**20万北京市民“吃菌”吃出了好肠胃**

“胃肠照顾好,百病不来找;天天吃菌酶,健康活百岁。”“早吃菌酶早受益,活到九十不稀奇”“黄金菌酶是个宝,肠胃没病身体好!”……这些在北京民间流传的顺口溜,也说明大批市民对胃肠补菌酶,重建胃肠免疫力的热衷。在日本和欧美风行多年的菌酶养生法如今在中国不少城市又重现了。

体内有益菌群增殖30%以上,胃肠道免疫力增加300倍!每天补充6粒黄金菌酶,30天改善胃肠功能,恢复肠道微生态平衡,胃肠不适症状消除,你会体验到前所未有的舒服;100天胃肠免疫屏障重建,免疫力百倍提升,就会让人少生病,甚至不生病,这就是菌酶养生法被市民追捧的原因。

**吃菌补酶:胃肠“百毒不侵”大有学问**

人体内蕴含一个大“药库”,有益菌是胃肠道里的“神医”,而活性酶是有益菌的“滋补剂”,益生菌的成活,必须靠活性酶催化增殖!他们是保护胃肠的两大黄金卫士。

黄金菌酶首次将双歧杆菌、嗜酸杆菌、乳酸杆菌三大益生菌联合运用,并史无前例地添加了超氧化物歧化酶研制出新一代微生态免疫剂。黄金菌酶不是西药,也不是中药,而是微生态免疫剂,即使孕妇和婴儿也可放心服用。科学家形象的讲:黄金菌酶就是在肥沃沃土上种植了成百亿株的天生好菌。

据了解,该项目通过倡导菌酶养生法,旨在改善13亿中国人的胃肠健康。我市是菌酶养生法第一批试点城市。华泰瑞立医药公司联合各媒体高调宣传:进行免费征集万名体验者活动,报名时间截止至5月27日。应征者可通过免费电话400-606-6567或0531-66686290报名登记;或把你的通讯地址+QLH发送到15098902880即可索取价值98元的黄金菌酶体验装1盒,每天限量20名,送完为止。

### 5种令人担心的食品

美国《时代》周刊近期刊文建议大家敬而远之的5种食品:

**含糖的运动饮料**  
其实就是一种糖水,不适合做完普通运动的孩子

**含糖的谷类食品**  
有些谷类早餐是由葡萄糖和半硬化豆油组成

**高脂快餐**  
有些速冻晚餐和即食午餐是脂肪含量较高的“垃圾食品”

**甜牛奶**  
喝牛奶应选择脱脂牛奶,或是改喝水和健康果汁

**不健康的“健康”零食**  
不少零食名字听起来健康,吃起来好吃,但并不利于健康

冯琦 编制 新华社发

## 解放军三零一医院王士雯院士专利配方 专治便秘 一用就通

王士雯院士对自己的专利配方,曾这样描述:如果把大便比喻为肠道中的船,那么,它要快速行进就必须具备两个条件:一是水;二是动力。因为船离开水行进的阻力很大,没有动力就会停滞不前。同样道理,配方通过“滋润肠道,提高肠蠕动”,就可以减小大便在肠道行进的阻力,提高行进速度,达到排便顺畅的效果。

专利配方经临床验证:用后不腹泻、腹痛,次日即可

排出黑褐色、腐臭味的软便,不再有腹胀感;服用3到5天,排出无臭味、黄色的正常便;服用一周,每天排便1到2次,服用者感觉:浑身轻松舒适,睡眠质量好,精神好吃饭香。因王院士的配方独特,国家给予专利(ZL200510109555.0)保护,并经三零一医院研制成“润通胶囊”。据便秘患者反馈:“我老伴便秘多年,自从吃了润通胶囊,每天都排软便。”“我再不用泻药了,现在排便痛

快,浑身舒服。”“我从不乱吃药,看见是三零一医院研制的才敢买。”

购买润通胶囊,一定要认准包装盒上的“中国人民解放军三零一医院研制”标识。

好消息:润通胶囊买5赠3.10赠8(赠品为小盒)。

平阴:宏康保健品总汇 长清:华东大药店 章丘:健民大药房 商河:天琪大药店 专家热线:0531-88627226

## 皮肤奇痒 姜老中医止痒有绝招

俗话说:疼不死人痒死人。痒痒痒痒,抓破皮,挠出血,热水烫,铁刷擦……抹激素,用偏方,各种方法用尽,痒痒就是止不住。老中医姜利蔚教授,祖传拔毒止痒膏,专治皮肤痒痒。无论是春夏过敏痒、脚气钻心痒、皮炎灼热痒、湿疹糜烂痒、风疙瘩痒、荨麻疹痒……抹上拔毒止痒膏,均是膏到痒止。据姜教授介绍,秘方绝在“循经拔毒,托毒外出”,药用成分就像靶向追踪器,循着经络把潜藏于体内的风、寒、暑、湿、燥、火、虫七类毒素一网打尽,由内向外全部托出,不仅一抹止痒,还冒出凉气(祛风邪),或渗出液体(祛湿邪),或皮肤发红(祛燥火邪),或出现粘糊物(杀菌虫),多年的手足皸裂、湿疹、荨麻疹、疥疮、带状疱疹

等皮肤病也因此痊愈,再顽固的皮肤痒痒也不再复发。据患者反馈:这药膏抹上就不痒,止痒真有劲!脚气糜烂、一片片湿疹、皮炎、风疙瘩都好用了!用这药膏,眼瞅着拔出毒来,多年奇痒再没闪过。因拔毒止痒膏配方奇特,能止痒、拔毒根,不反复,且无激素无副作用,老人孩子都能用,国家给予专利保护。老中医秉承祖训:皮肤痒痒者可当场体验,先止痒后付款,止痒无效分文不收。销售地址:华东大药店、颐和堂药店、平嘉各连锁、平阴:宏康保健品总汇 长清:华东大药店 章丘:健民大药房 商河:天琪大药店 买拔毒止痒膏,认准国家专利(ZL01114068.2)及姜老商标。专家热线:0531-88627226

## 专家提醒

### 试鞋时走够50步

人们走路时,脚承受着整个身体的重量,而鞋在减轻这个重量方面起到了重要作用。如果你的脚经常疼痛,根源有可能在鞋上。

买鞋时一定要根据自身的具体情况来选择。如果长时间穿不适合的鞋,不仅会引起足部疼痛,还可能诱发足部疾病,比如拇外翻、前足痛、后足痛等。

买鞋时,首先应该选对鞋号,不能过大或过小。过大的鞋不利于行走,太小的鞋会挤压脚部,产生疼痛感,影响穿着的舒适度。第二,买鞋的时间应该选择在脚充分活动之后的下午时段。因为脚部在此时会略微膨胀,这时所选的尺码不觉得小,一天中其他时间穿着也没问题;最好站着试穿,因为站立时脚部会比坐着时略大一点。一定要穿着走一走,充分感觉鞋子的穿着舒适度。可以把试穿后行走50步

左右的感受,作为判断鞋子是否舒适的一个方法。第三,对于鞋子的材质也要把关,尽量选择质地轻便一些、透气效果好的。

另外,应根据使用者的年龄来选择,比如老年人足底肌肉和韧带会发生退行性变化,就不宜穿平底鞋,否则会使老年人足底抗震能力下降,影响行走和运动。建议选择一两厘米的坡跟鞋。女性的鞋跟不宜过高,5厘米左右为宜。长时间穿高跟鞋,不但会引起脚部畸形发展,拇外翻等现象,由于子宫长期前倾,还可能引发一些妇科病。中老年人,特别是糖尿病患者要考虑自己脚部承受能力有限,足部组织相对脆弱的特点,慎重选购。

夏天人们出汗多,应该每天换一双鞋。这样可以避免病菌、真菌滋生,或者把鞋拿出来晾一晾,减少鞋中的湿气。

## 闻闻香味有益身心

人类嗅觉可以识别出数千种香味,其精确度比味觉强1万倍。香味的独特之处不仅让鼻子享福,对健康也有好处。美国《预防》杂志最新撰文指出,不同香味有不同的保健功效。

**1. 苹果:**抑制“零食欲望”。美国芝加哥嗅觉和味觉治疗基金会心理学家艾伦·赫奇博士发现,让体重超标的人在想吃东西时闻闻香蕉、苹果和薄荷,比没闻过香味的人减掉更多的体重。

**2. 橙子或薰衣草:**平静情绪。奥地利研究人员发现,闻橙子和薰衣草的香味可以让人心态积极向上,减少焦虑,心情更趋于平静。

**3. 迷迭香:**有助学习新东西。英国诺森比亚大学的一项新研究发现,48名大学生闻了迷迭香后,在记忆测试中成绩更突出,警觉度更高。研究人员表示,记东西时闻迷迭香,记得更牢。

**4. 薰衣草或薄荷:**止痛。纽约大学医学中心研究发现,向麻醉面罩喷洒薰衣草油,手术麻醉药和术后镇痛药的使用量明显减少。美国威斯康

大学和德国头痛专家的研究都发现,薰衣草或薄荷可以缓解头痛,效果与止痛药一样好。

**5. 香精油:**缓解痛经。韩国研究发现,月经前一个星期,每天用香精油按摩腹部15分钟,可以让痛经的痛苦减轻一半。

**6. 婴儿爽身粉:**提升性欲。最新研究表明,婴儿用的爽身粉,黄瓜和甘草香味可以使阴道血流量增加13%,这样就可以增强女性的性欲。南瓜饼和薰衣草也有类似的作用。

**7. 葡萄柚:**感觉更年轻。研究发现,新鲜柚子味可以让人感觉自己更年轻,充满活力。

**8. 薄荷油:**健身更有劲。美国威斯康大学研究发现,薄荷香味可以让篮球运动员感觉更有活力,速度更快,战斗力十足且更自信。

**9. 薰衣草:**睡眠更香甜。早期研究发现,薰衣草可以帮助人们进入深度睡眠。英国和韩国近期研究发现,薰衣草花还能帮助缓解轻度失眠。睡前在床上喷点薰衣草精油可以让你睡得更香。

**《今日健康》**  
订版电话: 0531-85196052