



找耳朵的健康“密码”

耳朵虽然每天被人使用,却不像眼睛和嘴巴那样被人重视,甚至很多时候人们都忽视了它。耳朵,就像是一个倒置的胎儿,头部朝下,臀部朝上。耳朵是人体的缩小版,各个部位连接并反射着身体各部位。耳朵的上部可以表现出一个人的智商高低;耳朵的中部可以表现出人的意志品格;最下的部分(包括耳垂)可以说明一个人的情感世界。

通过二十多年对不同人的观察和研究,专家总结出了这样有趣的结论:耳朵的大小体现了一个人的生命力和思想深度。一个人的耳朵越大,他就越充满激情、精力旺盛,甚至暴躁易怒;耳朵中等大小的人一般都是思想冷静、客观的人;小耳朵的人,大多具有安静观察、耐心权衡的倾向,他们的适应性很强。

看耳朵辨疾病

《黄帝内经》中就有“视耳好恶,以知其性”的说法。中医中早就有通过观察耳朵的色泽、形态的变化来辅助诊断及鉴别病症的方法。

人体的各个部位都可以在耳朵上找到相应的位置。当身体出现问题时,耳朵的相关区域也会出现反应。正常人耳朵红润而有光泽,这是先天肾精充足的表现;耳朵干枯没有光泽,可能是由于机体肾精不足;耳朵颜色淡白的人,多怕冷恶风,手脚冰凉;耳朵红肿,多是“上火”的表现,常见于肝胆火旺或湿热;耳廓干枯焦黑,多发于传染病后期或糖尿病。在耳朵的某些局部呈点状或片状红晕、暗红、暗灰等,有可能是胃炎、胃溃疡等消化系统疾病的表现。

如果耳朵局部有结节状或条索状隆起,点状凹陷,多提示有慢性器质性病变,如肝硬化、肿瘤等。

耳朵局部血管过于充盈、扩张,可见到圆圈状、条段样等改变的,常见于有心肺功能异常的人,如冠心病、哮喘病人等。

医生提醒,望耳只是中医“望诊”的一部分,判断身体健康状况、诊断疾病,应当结合全身的其他表现。即使平日里自己观察,也不可盲目照书诊断,杞人忧天。

捏耳朵捏出健康

耳朵上的穴位比较复杂,但若有头疼、失眠的小病,我们可以自己按摩穴位辅助治疗。

牙龈肿痛按耳垂。耳垂相当于面部,当因“上火”导致牙齿、牙龈肿痛,或脸上长小疙瘩时,可以用拇指



和食指揉捏耳垂,或者去医院在耳垂上点刺放血,有很好的治疗效果。经常按捏耳垂还能美容养颜。

心绞痛按下耳窝。经常刺激耳甲腔部位,俗称下耳窝,对血液和循环系统有保健作用。下耳窝相当于胸腔内脏器官。心绞痛时首先要保持镇定,不要惊慌,立即停止活动,卧床休息,最好抬高上身,然后可对下耳窝进行按压。方法是,将食指放到耳孔处,拇指放到耳的背面捏揉。这是最简便有效的急救方法,可以迅速缓解心绞痛,度过危险期。

打嗝按上耳窝。上耳窝,即耳甲

腔上方的耳甲艇,相当于人的腹腔,按摩此处有助于消化,并有强肾健脾之功。打嗝,中医称为呃逆,是由于脾胃处虚弱,以及生吃不良食物,暴饮暴食引起的胃气上逆。

失眠上下耳窝都要按。失眠,中医称“不寐”,它是由心、脾虚弱造成,可按揉下耳窝中的“心”、及其上方上耳窝中的“脾”两穴位。可将食指放到耳孔处,拇指放到耳的背面捏揉即可。

四肢疼痛揉耳轮。耳廓的外周耳轮相当于躯干四肢,颈肩腰腿痛等躯体疼痛患者宜多按压耳轮。



肿瘤晚期怎么治更科学

肿瘤极易复发转移,患了肿瘤,往往是手术做了、放疗做了、化疗也做了,可没过多长时间一检查:又复发了、转移了,天哪,这到底是咋了……

肿瘤“复发转移”到底是咋回事

据权威专家介绍,肿瘤是全身性疾病的局部表现,多数患者的治疗都离不开手术、放疗、化疗三步,或者是只选择其中一种和两种治疗方法。治疗结束后,患者普遍认为自己的病已痊愈,但复查时,却发现肿瘤已出现转移或复发。

有的患者自认为,经过手术和放疗后,即可彻底杀死癌细胞。事实上,这些方法对体内残留的癌细胞无能为力,不能100%完全清除癌细胞,更不能改变人体致病的“内环境”,同时患者经过手术、放疗后,身体会受到很大伤害,免疫力极度降低,身体虚弱,免疫系统对正常细胞的监控能力及对肿瘤细胞的抑制杀伤力削弱,残存、潜伏在体内的癌细胞反而会迅速增长。据统计,经过手术、放疗的癌症患者,如不进行合理和正规的治疗,癌细胞复发和转移率极高。

开辟肿瘤治疗新途径

由多国医学专家强强联手,

组成癌症课题攻关组,根据肿瘤复发和转移的机理,历时十余年,历经上万次实验,终于研制出肿瘤立体疗法的抗癌药物——香芪斑蝥,已获得国家专利保护产品称号(咨询热线:0535-7077885),这是肿瘤药物研发的一次大的突破。“香芪斑蝥”的问世开辟了继手术、放疗、化疗之后治疗肿瘤的又一治疗模式。据悉,该药适用于中、晚期各类肿瘤患者。香芪斑蝥对肿瘤细胞具有直接杀伤作用,抑制癌细胞蛋白质生物合成及DNA、RNA的合成,诱导干扰素和IL-2,活化人体抗癌基因,释放肿瘤坏死因子(TNF)。

肿瘤的康复护理

肿瘤治疗病程缓慢,患者发病后,无论从生理上、心理上都会发生很大变化,要重新建立生活规律,养成良好习惯。专家经过多年研究得出结论:“人们日常生活习惯对战胜疾病和死亡有很大影响。”故每个肿瘤病人应根据自己的病情结合药物治疗安排好自己的日常生活。有规律的生活所形成的条件反射,能使

身体各组织器官的生理活动按节律正常进行,如每日起床、洗脸、漱口、进食、排便、锻炼、工作、休息等形成良好的规律,则既能利于身体健康,又能利于肿瘤康复。

肿瘤饮食原则及注意事项

要保持乐观的情绪,树立战胜肿瘤的坚强信心;适当的运动可使气血流畅,增强机体抵抗力;避免受风寒,“百病从寒起”,身体受风寒刺激时,抵抗力下降,易诱发疾病;饮食应以清淡而富有营养为主,多吃蔬菜和易消化的滋补食品;肿瘤病人热能消耗大,因此饮食要比正常人增加20%的蛋白质;少吃油腻过重的食物;忌食过酸、过辣、过咸、烟酒等刺激物。

饮食营养是维持生命、保持健康的物质基础。患者养成良好的生活、饮食习惯再配合使用香芪斑蝥后食欲和睡眠明显改善,身体有劲,精力充沛。香芪斑蝥为广大患者战胜疾病,重返生命绿洲带来了新的希望和曙光。(杨光)

食疗古方攻克老便秘

目前市场上通便产品很多,但是绝大多数含有泻药成分,如大黄、番泻叶、芦荟、决明子、果导片、火麻仁等等。

泻药是通过生化反应强烈刺激肠道神经,让肠道产生剧烈收缩来达到通便目的的。这种剧烈刺激与收缩过程,对肠道神经和肠道粘膜的损伤极大。因此服用泻药,往往腹痛难忍、腹泻难忍,越服越不管用,越服剂量越大!目前市场上还有很多种减肥产品也是利用泻药的腹泻脱水特性来达到所谓减肥目的,这更是为医学专家所不齿。

便秘的形成原因很多很复杂,比如肠胃功能年老衰退,各种慢性疾病长期用药产生副作用,泻药直接损害肠道导致便秘,长期不运动,饮食多肉少蔬菜少水等等。但是不管原因如何,便秘都有着共同的简单特征:即酸碱明显失衡、大便干结、消化不良。

因此要有效预防和治疗便秘,不可简单地一泻了之,最好的方法是针对酸碱失衡、大便干结、消化不良来进行食疗并加以适当运动解决。比如食疗古方中的黑豆野菜熬粥,蚕豆皮磨粉熬粥等都属于这个通便思路。

天膳生物以药膳现代化为己任,广泛挖掘和潜心研究传统药膳,最终运用现代生物技术,以“黑豆、马齿苋、芹菜叶、

金银花、山楂、海藻、菊花、绿茶”8种纯食疗原料,成功研制出具有“更有效、更安全、更方便”特点的现代化药膳——【御品膳食通】。

该方富含高浓缩膳食纤维及传统“促消化、清火气、平衡酸碱”食疗成分,具有“吸水吸油膨胀松软大便,油滑易排”的物理特性和“营养肠胃、修复肠蠕动”的食疗效果。经国家批准,在北京生产,品名【御品膳食通】,绝无任何泻药成分,老幼孕均皆适用。

每天仅需服用一次与晚餐同食,8-12小时左右自然排便不肚痛不腹泻;调补结合滋补平衡肠胃环境,逐步恢复肠道蠕动功能,绝无依赖越服剂量越小乃至停服、隔日服或以小剂量维持,越服排便越规律舒适正常。

免费试用 免费送货(外地新顾客可申请先服用后付款)

【御品膳食通】烟台专卖店:新闻中心上乔东路与四眼桥街十字路口西20米路北
咨询电话:15965154859



医学博士惊爆

心肝兼顾治心脏病更好



现代人生活压力大、应酬多,再加上饮食不健康,生活没规律,身体就频频亮红灯。据调查,近年来,我国中老年人冠心病患病率明显增加,并且趋向于年轻化发展,冠心病已成为人类健康第一“杀手”。

心脏病为何常治常犯

肝脏是人体代谢血液垃圾、有毒物质的主要脏器,人服用药物都经由肝脏进行处理后,才进入病灶。西药大多为化学成分,毒性强、副作用大,长期服用肝脏必然受损,肝脏受损,血液中多余的胆固醇等脂类物质无法正常代谢,沉积于血管中,再次形成血栓、动脉粥样硬化等病变,故心脏病常治常犯。

心肝兼顾攻克难关

与注重精确治疗的西医治疗不同,中医理论更讲求整体。中医记载:“肝主气,心主血;气

行则血行,气滞则血瘀。”这明确指出了心脏与肝脏的联系,心脏病在治疗过程中必须心肝并重。

中药保护品种黑宝(国家批准文号:国药准字Z23020430),采用千年御用古方,药中独有的牛黄熊去氧胆酸,具有极强的溶解胆固醇能力,对于动脉粥样硬化、冠心病等由于胆固醇沉积于血管造成的栓塞,有极强的溶解效果。而且是为数不多的肝循环药物,药物利用率极高。对溶解血栓、治疗动脉粥样硬化,可达到服用7-15天,胸闷气短有所缓解,心率回落。服用30天,疼痛症状减轻,胸闷气短、心悸消失,体力增强。服用3-6个月,心不慌,

气不短;血脂、血压、血粘度恢复正常,疼痛症状消失。同时,具有极强的护肝作用,药物起效时心、肝兼顾,克服了其他药物易损伤肝脏的缺点。整体调整身体,治疗心脏病的保证。肝脏履行溶解血液垃圾的作用,长期服用,可避免心脏病复发,甚至可以摆脱心脏病困扰。

主治:冠心病、心绞痛、胸闷气短、胸背疼痛、心慌心悸、心动过快、心肌缺血、心肌梗死、心律不齐、心颤、心肌炎、心动过速、头昏、高血压、高血脂等。

为让患者科学用药放心用药,凭有效证件可申请先服药后付款。咨询电话:0535-6289118

教你一招

鞋柜里放包活性炭

家家都有鞋柜,但未必人人都会清洁。据统计,超过50%的人患有脚病,由于后天传染和不注意脚部卫生所导致脚病的患病率达98%。其中,密闭的鞋柜就是一个不容忽视的传染源。

为了让家里看起来更整洁,人们大多会选择密闭的鞋柜。不通风的环境是病菌滋生的温床,而鞋柜又是“清洁盲点”,很少有人定期打扫,再加上里面塞满了各种穿过的鞋子,这让鞋柜变得又脏又臭。研究显示,鞋上所带的细菌数量是全身携带细菌的87.58%,其中绝大多数是有害细菌,成为人体发病和被传染的最主要途径之一。这些细菌在阴暗、潮湿的环境里生长,尤其是霉菌生存力极强,有些不常穿的鞋

子,隔一阵子会长出霉斑,导致足癣。

专家建议,要经常清扫、清洗和消毒鞋柜。鞋柜不是专门储存鞋子的地方,最好只放随穿随用的鞋子,不用的鞋子要注意及时清洗,在专门的地方储存。

另外,鞋柜应该分成隔层,将外穿鞋和家居鞋分开,避免将户外灰尘带入室内;成人儿童的鞋子分开,成人脚病较严重,儿童很容易被感染。还可以在鞋柜中放一些活性炭,不但能吸走湿气,减少细菌滋生,还能遮盖异味。在鞋柜的样式和材料选择上,专家建议,人造板材质制成的鞋柜可以减少污染物的影响。另外,可购买不封闭的鞋架存放鞋子,以保持通风,减少细菌感染。