

### 现代快报联手百信药房推出便民活动

# 本周维生素和钙放心购

12月15日是世界强化免疫日,免疫是通过接种疫苗这种对疾病有预防作用的生物制剂,从而达到预防和控制一些容易感染的疾病的目的。在这个特殊的日子到来之际,健康周刊编辑部认为,除了计划免疫和加强常规免疫外,普通人提高自身抗病能力,增强抵抗力也是至关重要的,因此,本周我们与百信药房联手推出维生素、钙等产品优惠购活动,欢迎读者积极参与。

#### 维生素可预防感冒

秋冬两季一直是感冒等呼吸道疾病高发的季节,而老人、孩子和写字楼员工都是感冒的主力军。写字楼里的员工大部分时间处在通风不畅“水泥罐头”里,抗病能力下降,人与人接触又密切,病毒往往有可乘之机,容易互相传染。上班族由于经常乘坐公共交通工具如地铁、空调车等。由于封闭式设计,空气无法流通,很容易造成交叉感染,抵抗力较差者就容易被传染。

医生认为,上述人群除做到充足睡眠不熬夜,全面均衡适量营养和适度运动外,还可适当服用维生素C补充剂提高自身免疫功能,有效预防感冒等疾病。万一感冒了,不要随便使用抗生素。因为90%以上的感冒都是由病毒引起的,抗生素不能并抗病毒,相反滥用抗生素只会增加细菌对某些药物的耐药性。感冒后最好的方法是多喝水和多休息,并补充高剂量维生素C(成人1000毫克/日,儿童500毫克/日),因为大剂量维生素C可以增强体内血液中白细胞吞噬细菌以及抗病毒

的能力,通过增强自身抵抗力,缩短感冒病程,而相对于抗生素的诸多副作用而言,维生素C不失为安全有效的办法。

#### 老人适宜秋冬补钙

秋冬季节交替,气候变化较大,人体的各种代谢也相应变化。由于气温下降之后,人体对各种营养的需求增多,自然对钙的需求也就增多。钙是一种不能在人体自行合成的营养素,必须依靠外界供给,因而膳食结构直接影响到人体对钙的吸收和利用。中国人的饮食结构是多食谷物,少食含钙丰富的乳制品,人体容易缺乏钙,而缺钙会危及到各类人群的身体,老年人容易骨质疏松,婴幼儿缺钙易患佝偻病。

医生认为,含钙丰富的食物有鱼、鸡蛋、豆制品、虾皮、木耳、芝麻等,这些食物老人和孩子都可以经常食用。首先,海产品含钙较多,如鱼、虾皮、虾米、海带、紫菜等均含有丰富的钙质,极易被人体吸收,豆制品为豆粉的补钙食品,如豆浆、豆粉、豆腐、腐竹等价廉物美,烹调简单,食用方便。奶制品中的鲜奶、酸奶等含钙丰

富,是小儿摄取钙质的优良食物。此外,老年人适当吃一些钙片也是补充钙的有效方法,还能预防一些全身性疾病。

12月17日-12月23日,读者可凭12月17日现代快报《健康》周刊,到百信药房指定的8家药店购买维生素和钙等产品(具体内容见表格),享受活动优惠价格。

快报记者 金宁

#### 参与活动8家药店:

- 百信药房 蓓蕾药店 南湖路6号 86562103
- 百信药房 瑞金药房 瑞金路11号 84493993
- 百信药房 同泰药店 锁金6村10号 85418406
- 百信药房 童恒春药店 中华路406号 52218824
- 百信药房 松寿药店

- 热河路73号 58806898
- 百信药房 永寿堂药店 中央路76号 83403482
- 百信药房 健康药店 建康路149号 86624317
- 百信药房 宁工新寓药店 草场门大街111号 86272213

#### 7种优惠产品品名规格:

品名	规格	生产厂商	市场价	优惠价
金施尔康	30片	上海施贵宝制药公司	29.5	25.8
善存	30片	苏州惠氏制药有限公司	36	30
21金维他	60片	杭州民生制药集团	21	18.5
力度伸	1克×30片	上海罗氏制药有限公司	68	55
老山冻干粉	0.5克×100袋	南京老山药业有限公司	121	98
合生元	1.5克×5袋	法国拉曼公司	35	32
乐力	1000毫克×30粒	四川维奥制药有限公司	33	31

#### ■吃药提醒

### 骨折后避免服用激素类药物和止疼药

骨折后,有的患者因难以忍受患处疼痛,常用大量止疼药来缓解疼痛。事实上,某些止疼药和促进骨骼生长的药物,反不利于骨折愈合。

阿司匹林、消炎痛、芬必得、扶他林等非甾体类止疼药,它们是通过抑制前列腺素合成来达到止疼目的。但前列腺素减少的同时也会使骨折部位血管扩张,局部血流减少,不利于骨折愈合。另外,多数骨折是由外伤或病理原因引起,并非缺钙所致,所以骨折后别忙着吃钙片。其实,骨折处会释放大量钙质,再加上缺少活动,易造成全身和局部废用性脱钙,如果此时再补充过多钙剂会加重肾脏负担,造成泌尿系结石。人体每天从食物中摄取的钙量,足以满足日常生理需要。

骨折后还要避免服用激素类药物,如强的松和氟美松等。它们会影响骨骼生长、骨折愈合,在骨折早期这类药物还会抑制血肿吸收,诱发感染。肝素、华法林等抗凝药物,则会降低凝血酶活性,使骨折部纤维蛋白合成减少,延缓骨折愈合。 一文

### 降压药服用不当会致脑缺血

田大妈患了单纯性的收缩期高血压症,医生给她用降压药硝苯地平,嘱其每日服3次,每次10毫克。用药后症状得到缓解,但血压仍然有点高,大妈性子急,总想让血压早些降至正常,便自作主张,加大了药量,将每次1片改成服2片。结果出现了面部水肿、眩晕、站立不稳、头重脚轻、心里难受等现象。医生问明情况后说,降压药不能心急,每个患者病情也有差别,对药物的适应性不同,随意加大药量是很危险的。医生交代田大妈先减量两天,每次服5毫克,等体内蓄积的药物浓度代谢后,再照原剂量服用。田大妈按医嘱做了,不良反应果然消失了。

单纯收缩期高血压是由于主动脉、肾动脉等大动脉血管壁发生了粥样硬化造成的。而常用的降压药,多通过扩张外周小血管,降低心脏前后负荷而起到降压作用的。对于合并动脉硬化

的高血压患者,在血压高状态时,尚可保持一定量的脑血供应,一旦血压骤降,大脑就会相对供血不足。久之,就会发生缺血性脑病,如缺血性中风、腔隙性脑梗塞、脑血栓形成等。夜间血流减慢,血压处于低谷,若是晚间服用较大剂量降压作用较强的降压药,就可能导致缺血性脑病的发生。所以高血压患者服药最佳时间以上午8时、下午3时最理想。 肖祥云



资料图片

### 截瘫脊髓空洞肌无力肌萎缩脊髓炎

陈先生,男45岁,南通人,05年10月高处坠落瘫痪在床,便秘、小便次数频。CT显示L1骨折、脊髓软化灶。经医生推荐患者于05年12月开始服用仁仁益髓颗粒,1个治疗周期后肢体感觉恢复、多汗、有痛感、大小便恢复;继续服用3个周期可以扶拐行走。

纯中药制剂“仁仁益髓颗粒”,是国内治疗脊髓疾病的唯一国药。其独有的高分子神经促长营养活性生物因子,能快速渗透脊髓病灶处,

消除代谢障碍,修复、营养脊髓神经;改善脊髓、骨骼及肌肉组织的供血;增强骨骼及骨膜营养,促进神经细胞再生,重建神经网络。

被国家“瘫痪疾病康复工程”指定为脊髓疾病首选用药。经北京协会等医院临床应用:“仁仁益髓颗粒”对脊髓疾病使用有效率达93.5%,一般患者1-2个治疗周期就可以恢复及改善各种脊髓疾病引起的相关临床症状。专家热线:025-85028138 ●www.zhjsb.com

### 尿失禁已成为第五大疾病

从20世纪90年代中期,尿失禁就由于其高发病率、高危害性、低就医率已被列为人类第五大疾病。

大人尿裤子的现象在女性中普遍存在。有的人在咳嗽、大笑、或提重物时发生漏尿;也有没跑到厕所就尿湿裤子……尿失禁是严重影响女性生活质量的一种疾病,由于社会偏见,很多女性患者一直生活在压力之中,有的人要带上护垫才敢出门,有的人怕尿湿裤子而频繁上厕所,还有的担心身上出现难闻气味,不敢参加社交活

动,为此而带来长时间的焦虑、尴尬和沮丧等不良情绪。因而妇科专家呼吁:中老年女性应该重视自己的身体出现这类问题。疾病没有高低贵贱之分,尿失禁既能预防,也可以治愈,尽早治疗才是首选。

国家中药蚁陈固涩口服液从拟黑多刺蚁中提取9肽加压素,增强尿浓缩功能,减少尿量与膀胱内压;同时增强膀胱括约肌的收缩功能,从根本上消除尿频、尿急、尿失禁。免费咨询:8008289408 025-86643885

### 静脉曲张、脉管炎、精索静脉曲张

#### 周围血管病专用药问世

静脉曲张、脉管炎实质是瓣膜受损,从而血液回流,形成血栓。早期血管突起、后出现肿胀乏力、疼痛、皮肤发黑、溃烂等症;精索静脉曲张可导致不育、性功能下降等。手术、注射创伤大,副作用多,易复发。现今医学表明:修复受损瓣膜是治疗此病的关键。

纯中药制剂“麦管灵”(国药准字Z20028007)是国家药监部门批准的国内唯一专治静脉曲张、脉管炎的国药。具有溶解血栓,清除血管

垃圾,消炎通脉等功效;独创Rt修复因子,快速修复受损静脉的内膜及瓣膜,恢复血管壁弹性及瓣膜功能。经北京协和等三甲医院临床应用:麦管灵对静脉曲张、脉管炎使用,有效率达98.67%。

“麦管灵片”江苏上市四年以来,已为众多患者解决痛苦。一般患者只需一个治疗周期(12盒),中重症患者二个周期即可。专家热线:025-52315369 ●www.zhmg1.com 南通:0513--85102290

### 脐疗溶石、胆结石没了

胆石像体内“定时炸弹”一旦发作,痛如刀绞!久治不愈更易引发急性胰腺炎、胆囊坏死、甚至恶变。

手术虽可快速祛结石,但风险大且术后复发率高达40%。口服药物经胃肠消化,酶解后,达不到有效的治疗浓度,且损伤肝肾。体外碎石,碎而不排,被击碎的结石一旦堵塞胆管后果不堪设想!

中医认为:脐为任脉,司管人体诸经百脉,且脐部表皮角质层最薄,药物易于穿透和吸收,通过脐部给药,药物可循经直趋病灶,起到很好的祛

除病邪、康复机体的作用。鹤寿中清贴不吃药,不手术外贴脐治胆石,上市销售四年来已使众多胆结石患者成功祛除胆石。大量临床证明:使用鹤寿中清贴(加强型)5-7天,胀痛等症缓解,1周期炎症消除,一般2个周期结石即可逐层溶解,并随胆囊收缩排出。

最近很多患者来电咨询:“胆囊炎症状消失了,胆结石也没了,是否可以停用?”专家建议:再使用1个疗程巩固疗效,避免复发。全省指定药房有售。专家热线:025-83984144

### 纯中药治疗 泌尿生殖疾病

南京市鼓楼中西医专家门诊2楼泌尿科田主任,采用纯中药国家专利配方(专利号200410014603.3网上可查)专治生殖疣病,水疱,支原体、衣原体感染。

该专利配方由金蜥蝎、一见消、山甲、蜈蚣等几十种动植物、矿物药组成。通过清热解毒,疏肝燥湿,软坚散结,扶正祛邪等辨证施药。用药后疣体短时间内开始自动枯萎,脱落,水疱消失,非淋症状减轻。它具有不激光、不手术、不输液、无毒副作用等特点,经

多年临床及众多患者验证,该专利配方能彻底将体内残余病毒及原虫排出体外,提高机体免疫力,防止湿疣,疱疹,支、衣原体的复发及恶变,从而达到标本兼治的目的。解决了对激光、冷冻、输液、注射疫苗等西医或中西医结合治疗复发或不愈者的难题。网址:www.jrsypz.com 电话:025-84723540 地址:南京市上海4号,乘3.13.18.29.43.48.83路车到五台山站下即到(江苏水利大厦对面)

(太仓武陵街) 常熟:雷允上(方塔街78号) 家福(方塔街18号) 昆山:海王(大润发) 吴江:雷允上(油车西路) 张家港:海王(大润发) 免费咨询电话:8008970028 南京:13915945596 无锡:13771544007 苏州:0512-60762180

### 口臭不难治 关键是选药

口臭是病的症状,口臭、口干、口苦、胃灼烧心有害健康,不可忽视。

滋阴生津、清胃泻火、行气消积三管齐下,除口臭,牙龈肿痛疗效可靠。

口臭不仅影响您的工作和社交,还是体内病症的信号,口臭是病的症状!顽固而严重的口臭,其病因是体内胃肠肝胆湿毒热邪,引起胃失和降,肠燥便秘,胃肠功能失调,导致浊气上逆,口干,口苦,呼出气味恶臭。治病求因,对症施药,才能治愈疾病。但治疗

时要注意一些苦寒药材会使胃肠功能失调,甚至苦寒伤胃,口臭卷土重来。贵州万顺堂生产的苗药养阴口香合剂(国药准字ZL20025095)具有滋阴生津,清胃泻火,行气消积的作用,选用云贵高原药材金银石斛鲜品入药。经现代化的加工技术精制而成,使天然药物有效成份充分保留。既能够治疗体内湿毒热邪,又能够滋阴养胃。养阴口香合剂效果良好,有好信誉。成为治疗顽固性口臭、口干、口苦、胃热

烧心的老少皆宜的良药。中老年人常服用还能够起到滋阴的作用。两盒一疗程,一般2-3个疗程既可。黔药广审(文)第2007060099 经销地址: 南京:先声、百信、国盛、三九、筑康、健军、金陵、江宁区颐年堂、上元各连锁 同仁 益丰 芝林 泰康 下关 东吴 宝丰 太平、鑫康各大药房 无锡:汇华强盛、健康参药各连锁 江阴:大众药房各连锁 苏州:礼安、海王星辰、雷允上各连锁 中诚 粤海 百仁堂

### 手脚冰凉 冬季调治有妙方

天气渐凉,气温骤变,体质虚弱的人常会感到手脚冰凉,皮肤过敏,容易患病,女性朋友尤其多。这是因为,女性因其生理特点,比男性失血更多。导致气血虚亏,全身器官气血不足而失养,从而造成内分泌、雌激素以及各种代谢功能紊乱。这时就会出现中医讲的各种虚症,一般表现为:气虚(气短心悸、倦怠乏力、动则气促)、血虚(头昏眼花、失眠多梦、面色色斑、易脱发、月经不凋)、脾虚(贫血、身材走型、手脚冰凉、肠胃不好、便秘或便溏)。肺虚(虚喘咳嗽、反复呼吸系统感染、易感冒)。



化疗后恢复;虚喘咳嗽、气短心慌,小孩体虚咳嗽感冒;手、脚、脸易生冻疮者等。

这个方子是84岁高龄的中医大师梅鹤龄老先生提供的,效果很独特,半个月气色、精神、睡眠、皮肤质量就会有根本改善,而且因其恢复了人体本身的气血津液生成机能,停药后不会反复,尤其在冬天很值得使用。

在我市南京商厦东50米中央门内盛药房,太平南路四川酒家南侧苏鲁大药房、江宁国美对面颐年堂药房、六合华官大酒店旁九天大药房、人民医院对面泰山路药店、大厂经久菜市场旁经久大药房、江浦凤凰大街商贸局楼下筑康药房、溧水通济街百货大楼对面健民药店都可以买到潜党参膏滋。详情请咨询 025-82036700 在5天内凡一次购买一疗程可获赠一盒。

