

冬季提防心脑血管病突发

医学指导:南京中科集团预防心血管疾病专家

关键词:心脑血管病



资料图片

病情播报:老李有6年糖尿病、高血压病史,每逢冬季家人都特别注意对他的“保护”,他曾经在一次晨练中心脏病突发,幸亏抢救及时才得以脱险。而从那以后全家人都记住了医生的忠告:冬季血管在冷空气刺激下收缩,易导致血流不畅,从而诱发心脑血管疾病的发作。特别是原有动脉硬化的老年人,由于血管对气温变化适应能力差,加上自身抗病能力差,所以更要小心。

生活建议:有心脑血管病的老年人要注意防寒保暖,尤其是手部、头部、面部的保暖。气温下降时及时增添衣服,但衣裤不宜穿得过紧,以利于血液循环。还要积极预防呼吸系疾病,像支气管炎、肺炎等都会使原有的心脑血管病情加重,这也是防寒保暖的另一重要目的。同

时不要去人多的地方“凑热闹”,也不要待在空调房待太久,每天定时开窗透气。记住保持规律的饮食起居,戒烟酒,不过度劳累。培养健康的兴趣爱好,以保持良好的心境。临睡前最好用温水泡脚并轻轻按摩,但时间不宜过长。早上醒后,最好先在床上躺四五分钟然后再起身,因为清晨人体的血管应力最差,骤然活动易引发脑血管疾病。此外,便秘会诱发急性心肌梗塞,所以要保持大便通畅,养成定时排便的习惯,最好在早晨起床后喝一杯温水。有习惯性便秘的患者可在医生指导下有针对性地用药治疗。最后,根据身心情况锻炼身体,最好每天能坚持30分钟的运动,但不要选择爬山、跑步、打球等激烈运动项目。晨练时间也不宜过早,上午10点左

右即可。

保健窍门:要想防患于未然,就必须将科学的保健措施落实到日常生活的每个细节中。中老年朋友可参考以下建议开展冬日保健:首先,要随时监测病情变化,定期去医院检查,在医生指导下规范用药。其次,要把好饮食关,冬季虽是进补的好时节,但不能盲目进行。特别是人参之类的补品,它们有一定的升压作用,心脑血管患者尤其要慎用。阴虚火旺的人也不宜食用,因为人参会令阳火过旺,甚至出现口舌生疮、流鼻血等问题,即“虚不受补”。患者可服用一些银杏、灵芝类无毒副作用的纯中药的健康产品,比如由南京中科集团研制生产的“中科银灵通”和“中科甲尔”组合健康品,上市10年来倍受心脑血管疾病患者的青睐。总的来说,饮食原则应该是:多食用清淡的食物,控制脂肪、蛋白质的摄入。具体来说,就是尽量少吃动物内脏,注重维生素C、E和矿物质的摄取,可多吃西红柿等蔬菜以及坚果类食物。维生素C能增强身体抵抗力,对防治感冒、高血压、动脉硬化及心、脑血管疾病具有辅助作用。由于鱼类含不饱和脂肪酸及优质蛋白质,所以也可多吃点。 快报记者 李鑫芳

“游泳圈”出现小心卵巢囊肿

医学指导:解放军第八一医院妇产科邓金华主治医师

关键词:卵巢囊肿



资料图片

门诊播报:冬季食欲大增、运动量减少,所以不少女性对腹部冒出“游泳圈”习以为常。但是事实上,这种症状对一些中老年妇女来说是一个危险信号,因为很可能卵巢囊肿已经盯上了她。卵巢囊肿是妇科常见病,可发生于任何年龄段,其中以20-50岁的患者较多见,它最大的危害就是可能会发生扭转或溃破,引起剧烈腹痛。有些卵巢恶性肿瘤初期很少有症状,不少人就诊时已属晚期。因此,邓医生提醒,如果出现腹胀、腰围持续增大、长期减肥无效等症状时应引起警觉,及时到正规医院进行妇科检查,以便早发现、早诊治。

治疗对策:治疗卵巢囊肿的传统方法主要是手术切除卵巢,不过这是医疗技术条件限制下的一种无奈之举。毕竟卵巢是女性维持其性特征非常重要的器官,一旦被切除,不但创伤大、痛苦多,还会让女性提前衰老,更年期症状加重,甚至造成不孕、房事质量下降。因此,现代医学提倡在病情许可下尽量避免切除卵巢。目前,“奥洛克导航微创电

极系”是该领域较为先进的治疗技术。这种微创治疗是在计算机精确控制下操作的,能保留卵巢等正常组织的完整性及正常功能,不开刀、无需住院,第二天即可在医生的指导下正常生活、上班。当然不是所有的卵巢囊肿都需要手术,比如生理性囊肿。它一般是排卵后或是怀孕后形成的黄体囊肿,大约3-6个月后会自然消失,而且大小也不会超过5cm。这类囊肿大部分没有临床症状,多见于年轻人,更年期妇女较少见,不需要通过手术治疗,但要密切观察。

保健窍门:有些女性

习惯性认为卵巢囊肿既然属于妇科病,那么就只有有性生活的女性才会得。事实上,卵巢囊肿与有无性生活无关。目前专家普遍认为该病与内分泌紊乱、雌激素过度刺激等因素有关,青春女性或幼女也有患病的可能。因此定时体检,早发现早治疗是最好的防治手段。日常的保健可以从以下几方面展开:首先,切勿滥用保健品、激素类药物,如需用药最好在医生的指导下进行;其次,坚持适量运动,提高抗病能力。第三,选择合适的避孕方式,滥吃避孕药是诱发卵巢囊肿的一大因素。第四,保持心情愉快,学会自我减压,避免过度劳累,及时防寒保暖。第五,饮食要富于营养,以清淡、易消化为原则,忌食生冷刺激性食物或由激素促生的食品。

快报记者 李鑫芳



热烈祝贺中科甲尔畅销10周年 中科银灵通畅销6周年

2008年年底,南京中科集团迎来了一个重要的历史性庆典——中科甲尔畅销10周年和中科银灵通畅销6周年。值此盛典,喜迎中老年人。2008年底中科产品优惠酬宾活动即将盛大开幕,300万中科银灵通用户期待健康长寿的中老年朋友郑重提醒,千万不要错过畅享实惠赢取健康的好机会!

企业权威、正规,值得信赖

南京中科集团是以中国科学院以及科研人员为背景的高新技术企业,拥有国内一流的GAP种植基地、GMP生产流水线 and 强大的研发中心。同时,中科集团还拥有规范的营销体系,在研发、生产、销售的过程中,坚持“诚信、科学、敬业、开拓”的中科企业文化为准则。所以说南京中科集团是集研发、生产、销售为一体的正规的集团化公司,是一般经销商所无法比拟的。

原料天然、优质、无污染

中科银灵通的主要原料是银杏叶与灵芝,来自中科院集团获得GAP认证的两大种植基地——中科院庐山灵芝种植基地和泰兴银杏种植基地。特别值得一提的是,中科银灵通不含激素,因为她是植物类黄酮而非动物类黄酮。保证产品纯天然、无激素、无毒副作用。

中科甲尔的主要原料是蚓激酶、甲壳素(几丁聚糖)、以及三味中药(丹参、三七、黄芪)。蚓激酶是从南京中科集团泰山养殖基地特种蚯蚓中提取,甲壳素则是从深海生物壳中提取出来的活性纤维,保证产品原料无污染。

染,高活性,高品质。

科技含量高,配方独一无二

中科银灵通通过CO₂超临界萃取技术获得了国际标准的银杏叶提取物,还实现初步大面积脱酸的作用,之后增添了专业脱酸程序,从而确保银杏含量低于5ppm(国际安全标准是≤5ppm),服用安全率达到100%,国家专利号200430069528.1。是国家卫生部公布批复的唯一银杏叶提取物和灵芝提取物的复方产品,每100克中,功效成分银杏黄酮含量高达16.9克,灵芝多糖含量达2.0克,比其它单方产品还高很多。她不是银杏叶和灵芝实体的简单组合,而是银杏叶提取物(GBE)和灵芝提取物在分子水平上的科学配伍,使得两者的优势互补、相得益彰,所有活性成份不仅得以保证,功效更是1+1>2。

专家指出,这是一个科学的组方,从天然药用植物(银杏叶)和天然药用真菌(灵芝)这两种中药上品中提取出有效成分加以利用,最大的好处是绿色、无副作用,而且效果是显著的。特别针对脑部疾病(老年性痴呆、脑供血不足、记忆力下降等)以及失眠等效果尤为突出。

中科甲尔成功解决了长期以来好酶不能口服的难题以及甲壳素脱乙酰基的技术难题,采用低温纯化,冷冻干燥等高科技生物技术,从天然活体蚯蚓中提取——蚓激酶。专家指出其配方堪称完美:“溶栓之王”——蚓激酶、“生命第六要素”——几丁聚糖(甲壳素)、活血剂——丹参、三七、黄芪,

还含高度活性的生物碱及基因修复因子。采用“2+3”原理(两种纯生物制剂+三味纯中药),凭其科学的配伍、功效全面——溶栓+排栓+软化血管,在解决心脑血管方面功效显著。

科学的配伍、接近完美的成分组合、全面的功效,保证了中科甲尔在防治心脑血管疾病方面良好的效果!

黄金组方——效果好,口碑佳

“中科银灵通+中科甲尔”的黄金组方对中老年常见疾病有着全方位、综合的、实实在在的效用。对心脑血管疾病、高血压、高血脂、脑血栓、脑溢血、脑梗、心律不齐、胸闷心慌、老年性痴呆、记忆力下降、失眠、手脚冰凉四肢发麻等病症以及症状有明显的帮助。受到了广大中老年朋友的喜爱以及支持。目前,服“中科银灵通+中科甲尔”的用户已经高达300余万!这个数字背后是无数中老年朋友对中科产品的信任,更加证实了中科产品实实在在的效果!

“中科银灵通+中科甲尔”的黄金组方不仅得到了广大用户的支持,也得到了业内人士以及权威机构的一致认可!中科银灵通的出色表现顺利通过中国科学院科技产品管理委员会的评审,被评为“中国科学院重点推荐产品”;中科甲尔荣获了第十二届星火杯发明金奖,其生产技术《一种防治心脑血管疾病的中药口服制剂及其制备方法》荣获国家发明专利。这是中科银灵通和中科甲尔继成为“中医药大学研究典范”之后获得的又一殊荣。这些荣誉

的获得,与中科产品高品质的科技含量以及问世以来的良好口碑是密不可分的。

特别奉献 中科银灵通 买1送1

为庆祝中科甲尔畅销10周年和中科银灵通畅销6周年,从即日起截至12月31日,凡购买中科产品(含中科甲尔、中科银灵通、中科番茄红素以及中科唐安)满一定额度即可享受中科银灵通买一赠一的超值优惠,具体方案详见店堂公告或致电咨询,史无前例的优惠,千万不要错过!

——中科银灵通抢购热线: 800-828-9285

- 中心店:北京东路40-19号中科药房二楼 电话:83603234
- 龙江店:龙江宝地园20栋102室
- 江宁店:江宁汇花园菜茵路9-4号
- 大厂店:新华路87号
- 六合店:六合雄州镇白果路22号
- 浦口店:浦口油网村10栋107室门面
- 溧水店:溧水县大东门街7-5号
- 高淳店:高淳县淳溪镇东环路30-3号