

豆浆
绿色饮品
豆专家

鲜豆浆是现代人十分崇尚的绿色食品,在西方国家,豆浆比牛奶还贵,可以说豆浆的魅力并不逊色于任何一种饮品。究其原因,在于豆浆的营养价值满足了人们追求健康的目标。研究表明,豆浆含有丰富的植物蛋白、磷脂、B 族维生素(B1、B2)、烟酸和铁、钙等矿物质,尤其是钙的含量高于任何乳类。

全球改善营养联盟董事会董事陈春明说,豆浆双向解决了中国人的营养问题。一方面,为缺乏动物蛋白的农村家庭提供优质的植物蛋白,促进农村儿童大脑、身高发育,提高劳动力能力;另一方面,城市人群的肉食摄入过度,肥胖、脂肪肝、高血脂等慢性病显著增加。如果将豆浆、大豆纳入一天的膳食,那么大豆中的不饱和脂肪酸就可取代一部分肉食中的饱和脂肪酸,起到降低胆固醇的作用。(曹金丽)

九阳豆浆机营养王
史上最牛的豆浆机
咨询电话: 8230822
9阳豆浆机 8239708

春季饮绿茶
提神又养身
茶博士

春回大地,天气渐暖,此时气候干燥,风沙大,柳絮到处飞扬,容易使人发生各种过敏反应,百病也易复发,多饮茶对各种病毒产生抑制作用,茶还是有效的防辐射、抗癌变的保健食品。春季常饮绿茶有养生之功效,是因为春天气温相对较低,有利于茶叶中含氮化合物的合成与积累。其中游离氨基酸、蛋白质等营养成分含量较高,茶多酚较少,使春茶的滋味更鲜爽,香气更浓烈,保健作用更明显。再加上春茶生长期间一般无病虫害危害,无须使用农药,茶叶无污染。因此,就绿茶而言,春茶,特别是早期的春茶,往往是一年中绿茶品质最佳的。

茶叶中含有许多矿物质和微量元素,大部分是人体所必须的,因此,春季喝茶对高血压病人是有好处的。但是茶中含有一定量的咖啡碱,它可兴奋中枢神经,加快心率,增加心脏负担,因此喝茶要适量,不宜把茶水泡得过多过浓。(石中杰)

天诚茶庄秋茶铁观音上市啦
特推超值限量茶(特制 333、特制 666、特制 999),不超值无条件退款
电话:6010699 6010199
总店:市八一路与交通路交汇处 6010699
二店:市文明路与七一路交汇处 6088099
三店:市周商路邦杰大道南段 6089099
四店:市七一路与六一路交汇处 6010199

越紧张,越痛经 家庭医生
备战高考的女生要注意调节情绪



再过一个多月就到高考了,高三的学子们无不紧张备战,投入到最后的冲刺中。妇科医生指出,因情绪焦虑、抑郁、沮丧、紧张而加重痛经的程度,很有可能是经前紧张综

合征的表现。这类病症多见于青春期女性,应尽早干预,防止形成越痛经越恐惧进而更加痛经的恶性循环。

经前紧张综合征和精神、内分泌及心理有关,经前紧张综合征或痛经大部分发生在精神、情绪不稳定的女性中,尤其以青春期少女多见。该病症和月经周期相关,一般在月经前或经期出现,月经后自然缓解。主要表现为患者痛经剧烈,有些人甚至到了不吃止痛药就会晕厥的程度。此外,还可能有头痛、头晕、失眠、乳房胀痛等周身不适的表现,包括轻度的精神心理症状,如抑郁、沮丧等等。

中医常说“七情致病”,过度疲劳、工作压力大、精神受刺激(如家人去世)、遭遇突然变故、对气候环境不适应等等,均会诱发和加重经前紧张综合征。目前中高考在即,对这类病症的女生影响尤其大,建议早做干预,以免考试受阻。

患者自身的情绪调节是治疗的首要因素。越是害怕、紧张,对疼痛的感觉就越敏感。长期疼痛会引起精神症状,反过来又加重疼痛。如果情绪调节不过来,就可能形成恶性循环。

当然,有痛经的患者要排除器质性疾病,如子宫内膜异位症、子宫肌瘤、盆腔炎、精神疾病等。一旦确诊经前紧张综合征,可以给予止痛药和镇静剂治疗,还可以在精神科医生指导下服用一些抗焦虑、抗抑郁的药物,大部分患者可减轻或消除症状。如果病症顽固,则建议进行妇科内分泌的激素人工周期治疗,主要是通过补充雌激素抑制排卵,治疗 3 个月即有显著疗效,消除痛经的成功率能达到 80%以上。还可考虑辅助中药调理。

提醒:一些需要备战中高考但痛经症状很重的女生,可在医生指导下服药推迟月经。因为药物通常要提前一周吃,吃到考完那天为止,建议尽早咨询医生。(羊晚)

埋线与针灸减肥的区别

传统针灸需要每天都做针灸,由于工作、生活诸多原因,患者一般难以坚持。而埋线减肥埋一次线,穴位刺激时间长达半个月左右,节省了患者的时间,提高了疗程效果。

穴位埋线减肥最大的优点是无任何副作用,保证减肥过程中人体健康和精力旺盛,且反弹率极低。同时,能兼治伴随肥胖出现的一些疾病,如痤疮、疲劳综合征、便秘、月经失调(月经周期过长、月经量少或闭经)、性功能减退(女性性冷淡、男性阳痿、早泄)、高血压、高血脂、脂肪肝等。埋线减肥使用的“蛋白线”不是普通的羊肠线,而是用中药炮制而成的医用蛋白线,用于减肥的蛋白物质。蛋白线能够直接嵌入皮下,表面上没有破伤口,不痛不痒,深度触摸可以感到有硬硬的压迫感。

地址:周口市八一中路烧伤医院二楼针灸科
项目:专业开展针灸、埋线减肥、祛斑
电话:0394-6199197
13592208703
医师:周海燕

纠正行业不正之风
人人有责

- 骗取新农合资金
 - 医疗乱收费
 - 无证行医
 - 医疗服务粗暴
 - 雇用医托
 - 医院出租承包科室……
- 发现以上情况,请及时拨打我们的有奖新闻热线!本报将派记者实地采访、落实情况,并为举报者保密。
- 新闻热线**
13592220126 13592220031
13033905685 13526297566

主办:周口晚报、周口市医疗救助基金会、周口博爱妇科医院

男性不育原因

男性不育要检查什么?

1.精液分析。此举有助于了解男性生育力,是不育症的必查项目。检查内容包括色、量、液化时间、酸碱度、精子计数、活动力、存活率及形态。

2.前列腺液检查。正常为乳白色、偏碱性,高倍镜下可见满视野的微小、折光的卵磷脂颗粒,少许上皮细胞、淀粉样体及精子,白细胞数大于 10,有炎症时白细胞数目增加,或见到成堆脓细胞,卵磷脂颗粒显著减少。

造成男性不育的主要原因

精液异常包括少精、无精、死精、弱精、多精、精量过多或过少及精液不液化等。多见的是无精子或精子过少,可造成永久性和暂时性的不育。

性功能障碍包括阳痿、早泄、遗精、不射精等,原因可分为功能性和器质性病变两类。功能性病变是性心理功能障碍;器质性病变是生殖器官发育异常,如包茎、小阴茎、睾丸发育不全、隐睾症、尿道裂。

精子与卵细胞结合障碍。通常是精道梗阻、逆行射精、外生殖器异常、男性性功能障碍、早泄、不射精等引起的。

生殖道感染,如睾丸炎、精囊炎、前列腺炎。输精管梗阻而致无精症,先天性异常、全身性疾病及不明原因引起的不育,可能是由于精神和环境因素或是营养不良导致疾病的发生。

李旭顶

泌尿外科主任,1994 年被卫生部和国家计生委任命为“万例手术无事故”先进工作者,在省级杂志上发表过论文数十篇,我市著名男科专家之一。

李旭顶毕业于河南医科大学,从事普外科、泌尿外科工作 30 余年,治愈上万例患者,有丰富的临床诊断及治疗经验。对泌尿外科的常见病、多发病及疑难杂症有较深的造诣。对前列腺炎、性功能障碍等疾病有独特疗法,中西医结合诊治前列腺疾病(前列腺炎、前列腺肥大、前列腺癌)、阳痿、早泄、非淋菌性尿道炎、泌尿生殖系肿瘤等男科疾病。在省级杂志上发表过论文数篇,凭着精湛的技术、良好的服务质量和态度赢得了广大患者的充分肯定,受到业内外人士的一致好评。

预告:“博爱孕育讲堂”将推出“透明医疗,改变生活”系列专题,敬请关注每周一、周五《医疗保健版》。

RIO 锐欧
引擎科技 引领能源

5年 10万公里保修

低油耗 强动力

低油耗与强大动力竟能如此完美的结合。RIO 锐欧,甄选 DOHC/CCVT 发动机,让每一滴油都爆发出无尽动能,世界冰上赛车锦标赛 Iceracing Andros Trophée 三连冠得主,澎湃动力驰骋随心。

东风悦达起亚
周口嘉士通 4S 店
地址:周口市淮河南路
周淮路口东 500 米
销售电话:8938888

东风悦达起亚汽车有限公司 河南营销中心:800-828-5385 网址:www.dyk.com.cn