

CLUB 健康讲座

颇受读者关注的脂肪肝、酒精肝危害和防治讲座,是由新民晚报活动部携手世界卫生组织(WHO)上海健康教育与健康促进合作中心脂肪肝防治科普教育基地设立的社区健康服务平台,也是“保肝护肝中国行”健康干预项目的重要内容。5月26日下午1:30,在上海教育会堂三楼会议室,特邀原上海市第二人民医院副院长郑宜甫主任医师举办“脂肪肝危害和防治”专题讲座。凡脂肪肝、酒精肝患者,可致电021-36321037 脂肪肝防治科普教育基地健康热线报名参加。也可直接点击 www.zfg.org.cn,关注东方网刊登的专题实录。

看看脂肪肝、酒精肝究竟对我们的身体有哪些“步步惊心”的危害

为使“脂肪肝危害和防治”专题讲座取得良好的效果,让我们先做好预习功课,看看脂肪肝、酒精肝究竟对我们的身体有哪些“步步惊心”的危害。

首先,脂肪肝、酒精肝所造成的肝细胞损害,会进一步加重肝纤维

CLUB 众里寻TA

剩男剩女问题已经成为现代社会问题之一。生活圈子小,网络综合病,事业耽搁恋爱,这也许是难以改变,但自身问题你是否了解?

那些年小柯交过几个女孩,可是都未能走到最后,他心灰意懒了。35岁,事业有成的他突然发现身边连可以分享快乐和烦恼的人都没有,父母催了好几年,想想也该结婚生子了。来到爱多婚恋,接待他的是爱多资深顾问小芳老师。通过了解,小芳发现小柯是不太了解女性想法和如何去经营爱情的一个人。相爱容易相处难,她耐心地了解小柯了解女生在恋爱时的情绪要求,如时常关怀她们,学会耐心倾听,时常对她说“我爱你”,互相分享快乐。经过爱多顾问小芳的帮忙,小柯和爱多女会员小沈相识相知相恋了,更重要的是能甜蜜相处了,还打算在“龙”情蜜意的龙年步入婚姻殿堂。

目前爱多婚恋业务发展迅速,欢迎有识之士加盟。

爱情热线
4008213518
爱多婚恋 诚信认证安心相亲

地址:浦东新区浦东大道288号4层,轨交4号线浦东大道站

CLUB 服务资讯

痱子 黑痣 老年斑

五子膏是由郑州百思特医药生产,具有祛疣除痣作用。

五子膏适用于:皮肤疣(痱子、扁平疣、老年斑)、黑痣(痞子)皮肤结节、赘肉、毛囊突起、神经性皮炎。

五子膏使用简单、方便,只需30分钟内涂抹3-5遍即可,不伤害皮肤,不留疤。

咨询电话:021-50139099 免费送货

销售地址:人民广场胜利路479号(近黄陂北路)

脂肪肝、酒精肝危害和防治讲座开始报名

新近发布的《2012脂肪肝防治科普教育蓝皮书》披露,脂肪肝、酒精肝不仅影响肝脏,而且可能祸及血压、血糖,带来多种代谢综合征,少数还会发展成肝硬化。应广大读者要求,5月26日下午1:30在上海教育会堂举行脂肪肝、酒精肝危害和防治讲座。

化、肝硬化的发病率。同时,脂质代谢紊乱又会造成血脂中总胆固醇和甘油三酯指标超高,容易诱发高血脂症、高血压、动脉硬化、心脏病等心脑血管疾病。因此,脂肪肝、酒精肝的危害是全身性的,且具有打击面广、破坏性大的特点,可以说“步步惊心”。

“不痛不痒”才是脂肪肝、酒精肝真正的危害

尽管如此,绝大多数患者仍将脂肪肝酒精肝等视为“亚健康”状态,抱着“没什么大不了”的态度,置之不理,甚至提出“为什么患有脂肪肝、酒精肝,却没有疼痛感”?针对这一问题,脂肪肝防治科普教育基

地专家表示,肝脏是一个“没有感觉神经”的脏器,被称之为“沉默的器官”。即使肝脏堆积了众多脂肪乃至出现炎症,它也不会疼痛。有些脂肪肝、酒精肝患者的肝区部位有胀痛感,也不是肝脏出现的疼痛信号,而是肝脏发生肿大之后牵动了肝被膜或周围组织所引起的。

正因如此,人们往往容易忽视脂肪肝、酒精肝的存在,导致脂肪肝、酒精肝悄然无声地发展,待患者感到肝区疼痛时,往往为时已晚。

脂肪肝、酒精肝危害和防治讲座须提前预约

由于场地有限,脂肪肝、酒精

肝危害和防治讲座将分期分批举办,所有参加者须提前预约。

预约电话:021-36321037 脂肪肝防治科普教育基地健康热线

讲座专家:原上海市第二人民医院副院长郑宜甫主任医师

讲座时间:5月26日(周六)下午1:30

讲座地点:上海教育会堂3楼会议室(徐汇区岳阳路1号)

交通路线:轨交7号线、1号线,公交49路、42路、96路、15路



世界卫生组织上海健康教育与健康促进合作中心
脂肪肝防治科普教育基地

保肝护肝专家讲座

浙江金诺康生物制药有限公司合办

更多肝健康资讯请浏览:
<http://www.zfg.org.cn>

CLUB 讲座节选

肿瘤患者,强求手术疗效差

上海科普事业中心·肿瘤科普月月讲节选

讲座人:陈强教授

目前为止,手术切除仍是大部分早期肿瘤患者实现根治的最好方式,其在快速减轻病人机体负荷方面发挥着不可替代的作用。但无数临床实践发现,超出手术范围之外强行开刀,疗效很差、患者术后生活状况极不理想、结果可能更糟。

临床上,经常可见一些患者被诊断为不符合手术指征,病人和家属却强烈要求医生开刀救命。事实上,能否手术的标准不是医生技术问题,而是患者自身状

况是否符合开刀条件、开刀后能否获得更好的生活质量和更长的生存时间。有些身体虚弱、自身免疫功能极差、有较严重慢性病的患者强行开刀,极易导致癌细胞转移复发,或术后生活质量较差,甚至加速离世,反而大大不如通过内科治疗、生物治疗的患者。因而,被医生明确告知无法接受手术治疗时,且不可强行手术。

据《肿瘤悄然消退》(山西科学技术出版社 ISBN 978-7-5377-3674-9)介绍,口服细胞因

子等生物治疗方法可激发人体自主抗肿瘤免疫功能,通过自身免疫细胞杀伤肿瘤细胞,促使肿瘤缩小、消退,降低放化疗毒副反应,提高晚期患者生活质量、延长生存期,被认为未来肿瘤治疗的重要手段和主要方向。

活动信息:上海科普事业中心特邀专业人士介绍相关知识。地址:南昌路59号科学会堂思南楼702室(电话63855799)、漕宝路500号中科院上海生命科学院内8号楼206室(电话64820386)。

CLUB 开卷有益

心脑血管病防猝死 《吃菜养心·长寿秘诀》一书 全国免费发放通知

最近,由北京中医古籍出版社出版的《吃菜养心·长寿秘诀》一书,详细介绍了通过“吃菜养

心”有益心脑血管的最新成果,受到读者的热烈欢迎。

该书重点指出:“吃菜养

心”有益,是将特殊蔬菜成分,通过合理搭配,科学食用。有益于心脑血管病的保健。

本书图文并茂,语言通俗易懂,旨在推介心脑血管保健新知识,可拨打400-668-0909免费索取。

ISBN7-80174-137-4/R.137 中医古籍出版社今正药业

CLUB 战痘信箱

妹妹发痘 变成“大花脸”

最近接到一位姐姐替妹妹打电话来询问,她妹妹的青春痘发了很长的时间,已是一张大花脸,也去看过许多地方,家里祛痘产品一大堆,但至今也没什么起色。

据专家统计我国70%的青少年不同程度地患过青春痘,且发病率有逐年上升的趋势。也许你并不相信青春痘会毁容,但青春痘成为容貌的“第一杀手”则是不争的事实。

痘痘好发于脸部,尽管是丘

疹,毛囊炎,囊肿之类。哪怕痘痘痊愈,也经常留下凹洞色素斑等后遗症,多少会影响容貌。

从我们专业的角度来看,祛痘要个体化。有些生了痘痘的人只是进行单纯的外在美容,不重视内在脏腑问题的调理。遇到的青春痘基本上都是伴随着体质的明显偏差,所以我们要抓住体质的偏差找出问题,扬长避短是祛除青春痘的最好办法,深一步说就是五脏六腑的平衡协调。为

CLUB 服务资讯

持久黑发 只需一梳

马上梳,立刻黑,随时梳,随时黑。铭洁清水一梳黑

(原名活利爽)选用首乌、丹参、天麻等17味名贵天然植物的精华成分制成。**神奇:**因不含苯胺类有害物质,用水洗过后,水还是清的,头发却乌黑亮丽。**方便:**随时梳随时黑,天然本草植物着色,

养发护发,无需染发,只黑头发,不黑头皮。

只需几分钟,白发全无踪。

持久:清水一梳黑不仅有立刻变黑的效果,而且还能长久保持黑亮发色,耐洗不易色,让发色真正变得黑亮健康。**实惠:**一盒能用几十次,每次不到3元钱。**放心:**

经国家卫生部门批准检验,各项指标合格,批号:国收特字G20091032**承诺:**用后不满意,一周可办理退货

好消息:即日起至5月27日,每日前20名打进电话者均可获买一送一(同品)特大优惠。

一梳黑热线:021-56066393

专卖店:人民广场胜利路441号(洋海保健品店/近黄陂北路)

CLUB 消费指南

■ 学电脑向来是中老年朋友的头痛事,《电脑家教》——无需上培训班、无需啃书本,无需向别人求教,让您7天轻松学会电脑!

《电脑家教》学习软件由北京大学研发,采用手把手的教学方法,就像有一位家教陪在身边一对一教您一样。知识点从开机关机教起,包括写文章、做报表、上网浏览、QQ聊天交友、看电影听音乐、收发邮件、数码相机导入、购物炒股等海量知识,只需7天,轻松掌握!而且每个知识点都相对独立,您可以想学哪就学哪!

配套的《神奇输入法》专为电脑初学者开发,无需拼音基础、无需背五笔字根,也不用手写板,会写就会打,一分钟学会打字!

■ 传统老人手机做工粗糙、外观老旧、黑白屏,单纯追求大键盘、大字体,拿在手里像玩具,不能满足大都市中老年人需求。

时尚老年手机是专为都市中老年人定制的,不仅有大键盘、大字幕、大声音,还有时尚金属外观、超大触摸彩屏、专用低频喇叭;智能语音报读、语音发短信功能,再也不用一个字一个字地输入,发短信更方便;手机拍照,内置几百首时尚怀旧歌曲;另有一键亲情号码、一键收音机、一键照相、一键闹钟、一键短信、一键SOS求救、一键手电筒等,一键到位,简单方便;更有30天超长待机,30天包换,一年包修服务。

《电脑家教》及老年手机在福州路390号外文书店2楼有售,在宜山路515号一号楼13楼D室有产品演示(三号、四号、九号线宜山路站下,第六人民医院斜对面,博库书城楼上),电话订购可免费送货。

咨询电话:64518033

CLUB 服务资讯

空调卫生状况自检 严防空调病菌入侵

空调开启之前,您了解家里空调的卫生状况吗?如果空调中隐藏着大量的灰尘和病菌,你能安心呆在空调房里享受空调带来的清凉吗?根据空调工作原理,空调病菌主要集中在过滤网、散热片、出风口、风轮等部件上,所以,这些部件是我们自检的重点。现在就教你几个空调卫生自检的小方法,让你了解自家空调的卫生状况,严防空调病入侵。

过滤网:这个比较简单,翻开空调机壳,抽出即可。

散热片:抽出过滤网后,用手电照射散热片的边缘部位,如果有灰尘和污垢,则隐藏在外壳里面散热片的必定很脏。

出风口:在螺丝刀上包上湿纸巾,从导风板的缝隙里伸进去,在出风口内壁和风轮上擦拭一下,然后拿出来看,是否有污垢和霉点。

专家指出,空调过滤网在使用期间,可以每半月自己清洗一次,而散热片、出风口、风轮等部件则需要专业清洗公司,每年定期深度清洗一次。所谓深度清洗,是指完全打开空调外壳、出风口的导风板等部件,彻底清洗空调外壳、过滤网、散热片、冷凝器、出风口、风轮(涡轮)等部件,并配合专业工具、清洗剂进行消毒除菌,这样才能有效预防空调病,保护家人身体健康,请登录平台官网 www.4001818580.com 首页观看清洗流程的视频。

为答谢广大晚报读者,上海空调清洗公共服务平台特推出空调深度清洗特惠活动,挂壁式和柜式空调内机深度清洗,优惠价只需100元/台;预约家用中央空调深度清洗,赠送外机清洗;上门费20元/次。服务热线:400-1818-580,更多优惠请通过IPTV订吧进行预约。

轻松学电脑练打字