

健康养生

责任编辑:傅佩文
微博:
http://t.xinmin.cn/
woaijiafei
邮箱:
kekeke159@sohu.com
热线电话:62791234-268



心·理·健·康

天花板的高度影响心理健康

日前,美国明尼苏达大学卡森管理学院梅尔斯莱维教授等人发表文章称,天花板的高度对人的心理影响可能更大。试验结果发现,在天花板 2.4 米左右的房间里,受试者普遍反映心情比较压抑、受限制,而在天花板 3 米以上的房间里,则感觉心态更自由、开放。

在天花板高的房间里,人们变得更宽容友善、不爱挑剔,容易关注到事物的优点。专家建议,将这种特性用到家庭装修或商场布置中,也许会有不错的效果。

宫廷剧里的急救法科学吗

□ 胶东在线

中毒后用嘴吸毒

专家声音:可引起口腔感染
剧情回放:电视剧《宫锁珠帘》中雍正被叛军首领射中一箭,怜儿见皇上受伤,亲口用嘴吸吮出毒血,然后带着皇上来到边陲小镇休息疗伤。类似情节还出现在一些电视剧中,如被蛇咬伤后嘴吸毒血等等。

专家点评:
其实用嘴吸毒的做法是非常错误的,这样做可引起口腔感染。现代生活中,可以用小针管(或吸奶器)往外抽。一旦被蛇咬伤或者被带有毒药的刀划伤,应该这样做:首先,在伤口的上端,用绳或者皮带捆扎住,以阻断静脉血和淋巴液的回流,防止毒素扩散。不过每隔半个小时左右,需要将捆扎处松一松(约一二分钟即可),以免影响血液循环造成组织坏死。可用小刀把伤口切开,挤一挤毒血,并用大量的清水来清洗伤口。如果是被蛇咬伤了,不要跑,以防毒液快速扩散,可以快走。

宫廷剧从去年火到今年,后宫争斗,花样百出。戏中也有不少急救和养生的方法,其中,不乏用嘴吸毒,携带麝香可不孕等情节。很多观众对此也有疑问:这些办法真具有科学性吗?

可用别人背的方式移动伤者。如果被毒蛇咬伤最好在 6 小时之内处理,如果超过了 6 个小时还没有处理,可能会引发其他病变。

割手滴血救命解渴

专家声音:越喝越渴加重脱水
剧情回放:在电视剧《万凰之王》中,皇上因戒除毒瘾到避暑山庄疗养,一些谋反大臣趁机将皇上软禁,不给进食。小太监割破自己的手,用血来给昏迷中的皇上续命。《宫锁珠帘》中,怜儿和皇上坠



入火场中的枯井,当时误把皇上当成小正子的怜儿口渴难耐,皇上割破手指为其解渴。

专家点评:
若现实生活中两个人遇难被困,用血来给他人喝以救命是不提倡的。这是电视剧为增加一些戏码吸引观众而设计的。
因为在遇到生命危险或生命垂危时,身体会出现脱水的情况,喝一点点血不但不能解渴,还会使脱水情况加重。此外,伤口的卫生程度也很难保证。

麝香红花导致不育

专家声音:天然麝香非常少见
剧情回放:电视剧《甄嬛传》中,甄嬛初次怀孕时被猫抓伤,安陵容送了她一盒掺有麝香的舒痕胶,用了一段时间后,甄嬛在怀孕 5 个月时流产。端妃被华妃强灌了一碗红花,结果终身不育。

专家点评:
麝香主要有沁香开窍的作用。麝香并不像电视上演的那样很香,其实有股臭味,更不像电视剧中说的那么神奇。天然麝香在生活中非常少见,只有少数的几种中药中有,如八宝丹、麝香接骨胶等,所以孕妇大可不必担心。

麝香和红花这两种药都要根据个人体质取用,通常阴虚体质或体质较弱的人不适合使用,会导致不孕;而有高血压、肥胖等症状的人则比较适宜使用,使用得当还可帮助受孕。红花的养血功能不强,虽然可用于治疗月经不调,但不建议长期使用。而电视剧中灌一碗红花就能让人绝育,更是不可能出现的。

媒体关注——

冬虫夏草新技术 新吃法 很省钱

人,服之愈速”
《本草正义》:“此物补肾兴阳,于真寒、脾胃之虚寒寒”。

它效果明显,被称为“中药之王”。是九大类疾病的恢复良药。如老咳嗽、老慢支;心脑血管;糖尿病并发症;肝病;失眠健忘;男性肾虚;延缓衰老;妇科病及更年期综合症;风湿骨病。

2010年3月3日,中央电视台《科技人生》节目,深度报道了冬虫夏草破膜破壁的新技术,新吃法。冬虫夏草作为“中药之王”,具有“百病皆治、起死回生”的作用,但传统的吃法需要的服用量太大,费用太高,大多数人只能望其项背。

冬虫夏草的传统吃法,如泡茶、泡酒、煲

汤、用钢磨碾成粉等,吸收率都非常低,只有 3-5%,也就是说吃 100 根,真正吸收的只有 3-5 根。这是因为虫草属 200 目的大细胞,不易吸收,且药性隐藏在坚硬的细胞壁里,需大量服用才能见效。

杂多冬虫夏草胶囊采用青海玉树杂多质量上好的冬虫夏草,经科研人员十几年的共同艰苦探索,采用超低温超微粉碎技术,成功实现了虫体破膜、子座破壁,并将之粉碎成 2000 目的超微粉末。这种粉末,只要轻轻吹口气,就会消失在空气中,所以,科研人员又将之混入菌丝中,使其稳定后,再装进胶囊里。新吃法使吸收率高达 90% 以上,大大降低了服用量及服用成本,让大多数人吃得起。详情请咨询 400-688-3567。

吃 6 个月冬虫夏草 奇迹一个接一个

一般情况下,吃两三天冬虫夏草后,人体的五脏六腑、血液、神经都开始发生变化,血液循环顺畅、毒素开始分解,但由于变化细微,很多人都感受不到,认为冬虫夏草起效慢。

大多数人服用到十天都感觉到效果了,表现特别明显的如:睡得踏实了;浑身有劲了;头脑清楚了;有精神了;不起夜了;尿急、尿频没有了;小腹也不坠痛了;眼前的小蚊子也没有了;皮肤也感觉水灵了……

当然,服用十天以后的这些变化只是说明冬虫夏草起效了,这个时候就要坚持服用。据临床实验和很多消费者服用后反应:连续不间断服用 6 个月,身体阴阳平衡,气血畅通了,全身上下从头到脚的很多慢性病都会全面改善,更有众多返老还童的表现。

对于很多中老年人退休后人收入不多,往往看病总是考虑花费多少,合不合算,一旦多病缠身治疗动辄就是上万元很多人就不想看,耽误了病情,冬虫夏草服用 6 个月也才花费千把块钱,得到的却是健康和长寿,确实是个不错的选择! 订购代码:C309

吃六个月冬虫夏草,见证康复奇迹!

买 6 赠 6 每天仅限 50 名



杂多冬虫夏草胶囊率先在国内采用“虫破膜、草破壁”新技术,将服用成本大大降低,让大多数人都吃得起,自上市以来,全国服用者超过 2000 万人,大量服用者反馈的信息显示:只要坚持服用 6 个月冬虫夏草,无论是治病还是保健,均取得了意想不到的结果。为了让更多低收入中老年人也能体验到高原神草的神奇,享受天伦之乐。青海省冬虫夏草保护协会联合杂多冬虫夏草胶囊特别推出“买 6 盒赠 6 盒半价体验活动”,只需一半钱就可以购足 6 个月 12 盒的服用量,每天仅限 50 名,每人最多限购 24 盒。活动结束后立即取消所有赠送,望广大患者抓紧订购!

免费订购电话: 400-688-3567

吃冬虫夏草,九种病好得快

●失眠人的催眠曲

失眠的人痛恨安眠药,冬虫夏草从根本调理失眠的,入睡容易、睡得足,第二天体力完全恢复,神清气爽。吃 6 个月,更能抗衰老,保持年轻。

●痰咳喘的良药

一星期左右,咳嗽减轻,痰量减少;连服 3 月,病情逐步减轻,直至恢复。它可以恢复肺、支气管的功能;清理肺部和支气管中的垃圾。吃 6 个月冬虫夏草,在天气变化时,病情不易复发;这一点对康复非常重要。

●护心养脑的佳品

冬虫夏草能大大降低心脑血管病的发病率。冬虫夏草有超强的清除血液垃圾的作用,降血脂、降血压,更能改善造血功能,营养心肌,对抗心脏肥大;它还能恢复血管弹性,改善血液循环。

●肾虚者的回春之药

强肾固本,堪称“奇药”。冬虫夏草是所有中药里特有的能阴阳同补的;无论寒热皆对症。吃 6 个月冬虫夏草,能保护肾小球细胞,帮助受损的肾脏恢复功能,是慢性肾炎不可缺少的药。

●肝病克星

冬虫夏草阻止肝纤维化的效果非常突出。它可明显降低血清谷丙转氨酶、胆红素水平,调节病毒性肝炎的免疫水平,增强肝炎病毒的清除能力。

●抑制肿瘤是硒的 4 倍

硒,被公认为“抑制肿瘤战士”,但冬虫夏草吞噬肿瘤细胞的能力是硒的 4 倍,并能明显增强红细胞粘附肿瘤细胞的能力,抑制肿瘤生长和转移。现在美国,已将冬虫夏草作为抑制肿瘤新药,进入临床三期。

●放化疗的“苦海之舟”

它能明显提升白血球和血小板数量,迅速

改善放化疗后的呕吐恶心、胃口差,头发脱落、失眠等症状;可说是苦海之舟。长期服用,预防肿瘤复发。

●免疫差、术后、产后的上选

冬虫夏草几乎涵盖了所有术后、产后者康复所需的成分,包括多种氨基酸、维生素、蛋白质、微量元素、促进伤口愈合的酶、抗体等等。

●消除糖尿病并发症

冬虫夏草能净化血液,恢复血管弹性,是从根本上杜绝糖尿病引起的视物模糊、瘙痒、乏力、坏疽等并发症。比蜂胶的效果要强很多倍。

●妇科病的“手术刀”

冬虫夏草滋补肝肾的同时,育阴养颜,更能平衡阴阳,固本培元,对女性痛经、月经不调、血色黑、阴道炎、子宫内膜炎、子宫肌瘤等都有很好的效果,坚持吃 6 个月,还能推迟女性更年期。