孩子尿床危害大

3岁是人大脑发育的第一个高潮，是语言形成的关键期、是大脑颞叶与额叶神经发育的重要阶段。三岁的孩子一般已能自控排尿，如果不能，就说明孩子的排尿中枢神经以及膀胱和泌尿系统出现隐患，从而造成晚上尿床，白天尿湿衣裤等等，这种生理异常引起的病症在医学上被称作“遗尿症”，也就是我们大家都说的“尿床”。

长期以来，尿床由于得不到社会的广泛关注，所以在治疗和用药上都会有各种误区。有的家长受传统观念影响，认为尿床大了就会好，还有的认为也不是什么大毛病，每天勤叫着点就可以了，有的家长知道是病，治疗两天，看见不尿了，就不治了，这样的事情比比皆是。那么尿床到底对孩子有多大的危害呢？

尿床，是指超过3岁以上的幼儿不能自控排尿引起的生理疾患，属小儿疑难杂症。尿床不仅影响幼儿的身体发育，破坏中枢神经及大脑的成长，更对幼儿的智商造成极大的影响，据日本厚生省的调查显示，尿床儿童的智商比普通儿童平均低17%-23%，而且尿床儿童随着年龄的增长和学业的加重，表现在记忆力下降、注意力不集中、精细动作不协调，性格会出现忧郁、内向、暴躁等特征。如果不积极治疗尿床将会影响到孩子的一生。

专家提醒：孩子三岁后尿床非小事，一定要及早进行治疗，千万大意不得！否则尿床耽误了孩子的前途，父母后悔都来不及。

尿床康复咨询热线：
济南86743120 淄博8135124 泰安6771933 济宁2689120
东营7504120 莱芜8598937
临沂8680392 德州2068668
菏泽6675892 聊城8199120
潍坊8939665 日照8960133
滨州3876120 烟台6568293
青岛83706826 威海2883823
枣庄、滕州6869120
www.nccn.net.cn

治心脏病只需316元

治心脏病，用尧王保心包，疗效好还便宜。尧王保心包是国家药监局1992年批准用于临床治疗心脏病的一线用药，畅销全国19年，救治患者数千万。

“尧王保心包”（国药准字Z10920047）通过“穴位给药”和“呼吸给药”，达到心肺同治，防治结合，防心梗、防猝死，解决了发病突然，来不及吃药的问题。不打针、不吃药，戴在胸前，24小时治疗心脏病。尧王保心包每包316元，佩戴1月，即日起每天前100名患者享受厂家特大优惠，中国邮政免费送药上门，药到付款。全国24小时免费咨询热线4006680611，山东咨询电话是0531—87915655

打羽毛球切忌猛仰头

春天来了，打羽毛球的人又多了起来。可对于那些不经常运动，尤其是长期伏案工作的人而言，打羽毛球时最好不要猛仰头。

打羽毛球时，仰头是跳起和后撤接球时的常用动作。在做这个动作时，“由于颈部弯曲、颈伸角度加大，无疑会使颈部负荷加重，稍有不慎就可能对颈部和背部造成一定伤害。”因此，在近距离打球时，球过头顶，不要猛仰头、后弓背部去追接球，以免造成损伤。

其实不光是羽毛球，打网球、壁球等其他球类活动时也需要注意。而要尽量避免这类运动损伤，就不能忽略热身活动。

热身时需要兼顾颈肩部和背部肌肉。预热颈肩部肌肉可做头绕环动作，做这个动作速度不要太快，使支持颈椎的各部分肌肉得到适度拉伸。

拉伸背肌动作也很简单，先抬起手臂，以肩部为圆心弯曲的手臂为半径向下划弧，吐气，然后停滞一下，再划弧上举吸气，热身过程中胳膊尽量外展，保持胳膊在身后运动。这样可以有效放松并拉伸背部肌肉。

■医药信息

静脉曲张 无需手术

静脉曲张表现为小腿部出现青色弯曲隆起的青筋，任其发展，隆起的静脉就会蜿蜒成团、发黑、肿胀硬结肿痛，严重者可发展成顽固性溃疡肢体坏疽，许多患者在后期治疗无望的情况下，痛苦不堪，被迫截肢造成终身残废。

最新从瑞典引进的“曲脉通”脉管膏是专门治疗静脉曲张的特效产品，纯进口药物采用国际最新技术研制和开发的高新技术产品。“曲脉通”脉管膏是数十位欧美专家经历了多年的开发和研究，从地中海沿岸稀有植物假叶树里提炼了专门针对静脉曲张、静脉炎的假叶树精华，它内含多种活性物质通过皮肤吸收后，可以渗透至静脉壁周围，迅速补充静脉瓣所需养分，促使静脉瓣恢复正常功能，当静脉瓣可以很好地帮助静脉血液回流时，随着静脉内压力的减轻，具有弹性力的静脉壁就会自然收缩复原，使高度隆起的静脉恢复原状。

目前解决静脉曲张的方法比较单一，注射、开刀、手术不仅使人有恐惧感，而且费用昂贵，复发率高。来自瑞典的“曲脉通”脉管膏有效地解决了这一难题，使用方便、费用低，每天只需在患处涂抹三到四次即可；（白天用浅色通脉化瘀增强血管壁弹性来解决各种不适症状；夜晚用深色进行修复静脉瓣）简单有效、不复发、没有任何异味、无毒副作用。药物直接作用于患处，两到三分钟便可完全吸收，能迅速收缩静脉、溶解静脉血栓、修复静脉瓣，使静脉血流顺畅并使隆起的静脉和变色溃烂的皮肤收缩复原，通常使用两到三天就可以消除酸、麻、痒、疼、肿胀等各种不适症状。“曲脉通”脉管膏适用于不同阶段的静脉曲张、静脉炎患者，效果天天看得见。在我市东图大药房药店可以买到曲脉通脉管膏。省内免费送货，详情可拨打：0531-88348554

■健康提示

“趁热吃”不利于长寿

从冒着热气的面条，到馅料热乎的包子饺子，以及滚烫的火锅，中国人的饮食一直离不开“热”这个字。但是，现在却有越来越多的研究显示，饮食过热和食道癌等多种消化道疾病息息相关。这是因为人的食道壁是由黏膜组成的，非常娇嫩，只能耐受50—60℃的食物，超过这个温度，食道的黏膜就会被烫伤。过烫的食物温度在70—80℃左右，像刚沏好的茶水，温度可达80—90℃，很容易烫伤食道壁。如果经常吃烫的食物，黏膜损伤尚未修复又受到烫伤，可形成浅表溃疡。反复地烫伤、修复，就会引起黏膜质的变化，进一步发展变成肿瘤。

中医专家强调，在消化道内，食物的消化过程适宜在接近体温的温度下进行。过热的食物会导致气血过度活跃，胃肠道血管扩张，对肠胃产生刺激。

同样，人们在饮水时也应该讲究温度。日常最好饮用温水，水温在18—45℃之间。过烫的水不仅会损伤牙齿的珐琅质，还会强烈刺激咽喉、消化道和胃黏膜。

高血压治疗小偏方

血压稳在120/80 一天只需1次

专家提醒：不要大量服药，骤然降压，人体脑组织的血流量主要靠血压维持，多数高血压病人是由动脉硬化导致的，其主要器官均存在供血量不足的现象。

给大家介绍一个小秘方，当天稳血压，还可预防心梗、脑梗、脑出血、脑中风、脑血栓的发生。该药方以纯天然植物制剂“苦荞酵素”为主要成分，辅以绞股蓝、葛根、决明子等天然中药材炒制粉碎，不刺激肠胃，药物吸收迅速彻底，当天替代任何降压药，没有丝毫副作用，绝不像传统降压药那样伤肝毁肾。

平压冲剂，服用简单，每天早上服用一次，效果持续24小时，一般患者经过1—2疗程后，血压一直平稳，心脑肝肾得到全面修复，全身器官功能恢复正常，患者可以2—3天一次，部分患者5—7天服用一次，还有患者能阶段性停药。

平压冲剂咨询电话：89160511 61360499。免费送货上门。

经销地址：舜天大药房（大观园东门斜对面）华东药店（大观园十字路口北）惠好大药店（绿地超市西邻）章丘明隆大药店（汇泉路百货大楼西80米路北）。

降压并非越快越好

治疗高血压，一定要做到”量体裁衣”。这样才能帮患者有效控制血压。由于高血压患者，特别是老年患者的心脑血管都有不同程度的硬化，血管腔相应变细、血流减少，因此最好选用小剂量、较缓和的降压药，首次服药1周内，须天天观察服药后血压变化，最终选择最佳有效的维持量。有不少高血压患者对较高的血压已经适应，突然降得过低反而会引起不适，导致重要脏器缺血和体位性低血压，更容易发生脑梗塞。

为了预防脑梗塞，同时减少心肌缺血发生的次数，最好能将血压控制在130/80毫米汞柱，要注意慢慢降低血压水平，且舒张压最好不要低于60毫米汞柱。通常需联合使用两种或两种以上的药物，但不要擅自作主选用降压药物，因为不同人群如糖尿病患者、心衰患者适合的降压药物各有差别，所以要在专业医生的指导下合理用药。

脂肪肝的六大信号

春季养肝是重点，冬季大吃大喝藏了不少脂肪，脂肪肝这个词并不陌生，如果你有经常失眠、恶心等不适症状，你就得马上去医院了，因为生活中出现的这几种疾病信号，你就可能患上脂肪肝了。

1、食欲不振

食欲不振是脂肪肝常见的症状之一，如果长时间食欲不振，除了怀疑胃炎以及其他疾病，也应考虑到脂肪肝的可能。

2、恶心、呕吐、腹胀

轻度脂肪肝若伴有肝功能损害，可伴有恶心欲呕、厌油、上腹饱胀等不适。恶心的症状常常单独出现。

3、疲倦乏力

中度以上脂肪肝可以有倦怠、易疲劳的表现。

4、蜘蛛痣

它是皮肤小动脉末端分支性扩张所形成的血管痣，形似蜘蛛，故称蜘蛛痣，经常出现在面、颈、手背、上臂、前胸和肩膀等部位。直径可从针头大到数厘米以上。检查时用指尖或棉签压迫痣的中心，其呈辐射状的“小血管网”即可褪色，去除压力后又会出现。最常见于急慢性肝炎或肝硬化患者，但在一些脂肪肝患者身上也可以看到。

5、维生素缺乏症

脂肪肝时由于脂肪堆积合并饮食中维生素缺乏，那么人就易出现多种维生素缺乏症。临床可见周围神经炎、舌炎、口角炎、皮肤淤斑、角化过度等。少数人也可有消化道出血、牙龈出血、鼻衄等。

6、黄疸

黄疸是由于体内胆红素代谢障碍，致血液中胆红素浓度增高，渗入组织，将巩膜、黏膜和皮肤染成黄色所致。黄疸类型常为肝细胞性，该型黄疸常伴有乏力、倦怠、食欲不振等症状。少数脂肪肝病人会出现轻度黄疸，在肝内脂肪被清除后黄疸即消退。

需要强调的是，这些蛛丝马迹并不是脂肪肝所特有的，及早发现这些早期表现不仅对脂肪肝的及早调理意义重大，对于及早发现其他更严重的器质性疾病更是大有裨益

“倒春寒”警惕三类疾病

近日，以流感为代表的多类疾病正全面来袭，让人猝不及防。专家提醒，“倒春寒”很容易诱发疾病，市民应注意防寒保暖，保持环境通风，少去人多的公共场所，鼻炎患者则应远离花粉等各种过敏原。

流感发病比去年同期高

调查显示，目前流感病例不断增加。据专家介绍，虽然近几周流感发病趋势较为稳定，但按以往的规律结合当下形势，接下来的一段时间流感发病会继续攀升，直到7月盛夏，市民应提高警惕。疾控专家指出，流感虽然正处于流行态势，但绝大部分患者属于轻症，所以不用太过恐慌，只要做好个人预防就行。

专家表示，保暖和保持环境通风是预防的不二法门。近日气温稍有回落，市民要注意防寒保暖，因为流感很容易在人体免疫力下降时乘虚而入。而老幼、孕妇等容易中招的特殊人群更应加强防范，少去人多的公共场所，饭前便后、户外归来都应及时洗手。

“多事之春”容易爆血管

“很多人误以为只有冬天才是爆血管的高峰期，实际上，立春以来我们也陆续收治了不少患者。”专家介绍，乍暖还寒的三月是临床心血管病患者的“多事之春”，因为气温骤然变化，身体受冷空气刺激，易发生血管收缩及痉挛。专家介绍，中老年人一旦发生动脉粥样硬化斑块破裂，血栓形成，就可能出现心绞痛、心肌梗死，容易致残致死。

专家表示，阿司匹林目前已被证明是性价比最高的抗血小板一二级预防用药，对于阿司匹林服用的时间和剂量，经过几十万例临床试验证明，作为预防用药，最好服用阿司匹林肠溶片，每天服用的剂量在75～150毫克之间即可。

花粉灰尘易刺激鼻炎发作

专家表示，进入三月以来，到医院看过敏性鼻炎的患者明显增多。不少患者自述流泪不止，其实就是因为春暖花开，被过敏原——花粉刺激所致。“花粉颗粒数以万计，随风而动，一旦被患者吸入，就会刺激鼻黏膜，导致打喷嚏、流眼泪。”专家提醒鼻炎患者，出门如果要途经花丛树下，最好戴上口罩，不要踏青、郊游等，在家庭或单位进行大扫除时最好回避，以免吸入粉尘中招。