

# 哮喘20年，肺脾肾三脏同调治好了

济南退休干部张大爷患支气管哮喘20多年，只要感冒或者变天马上就喘，上气不接下气，经常是憋得面红耳赤，口唇黑紫，非常痛苦。特别是到了晚上，咳嗽不停，折腾得一家人整夜整夜不能睡觉，好几次憋得上不来气，感觉

再也活不过来。专家说不及时根治会并发肺心病，心衰直接危及生命。2007年张大爷在专家指导下改服【小医生补肺丸】，没想到才五六天咳嗽就减轻了，1疗程30天下来不咳不喘了，心不慌胸不闷，呼吸顺畅了，到现在4年过去

了老毛病再也没犯。  
**专家点评：**肺为娇脏，病久易虚，肺虚气弱者伤及脾肾，而脾肾受损反过来又加重肺脏病情。因此只有通过同步调治肺脾肾三脏功能，病症与病根双管齐下，才能彻底根除哮喘顽疾。而传统药

物单纯止咳平喘治标，忽视了健脾益肾治本的原则，导致哮喘老慢支反复发作久治不愈。【小医生补肺丸】(国药准字Z62020658)是我

国唯一一个通过“肺、脾、肾”三脏同治来根除哮喘等老肺病的专用药。该药精选甘肃西北高原药

力强大的野生药材(药效是普通药材数十倍)，药力宏大。肺脾肾三脏综合治疗，标本兼治，彻底根除哮喘，老慢支、肺气肿等老肺病。  
●地址：济南中心医院西邻路北真正药店，共青团路66号宏济堂，经二纬三医药大楼二楼。●专

## 打呼噜是大病

打呼噜属于缺氧性疾病。长期打呼噜伴随反复的呼吸暂停就会形成“低血氧症”。轻者出现头痛、口干、精神疲惫、白天嗜睡、记忆力减退等症状。重者诱发高血压、肺心病、心绞痛、性功能减退、脑中风、痴呆等27种并发症。治疗打呼噜，刻不容缓。

据悉，一种专治打呼噜的特效纯中药碧莎红草止鼾胶囊由中国中医研究院研制成功，该药重在止鼾，同时兼顾清除酸化肽、护心养脑，能够全面治鼾，为打呼噜病人带来了彻底康复的希望，被国家中医药管理局列为重大科技成果推广项目。全国免费热线：4006762799，山东患者可拨打热线0531—87910096咨询。位于济南市省中医东门外斜对面的广济堂药店引进了此药。

## 频繁落枕不能随意按摩

落枕病因主要有两个方面：一是肌肉扭伤，如夜间睡眠姿势不良，头颈长时间处于过度偏转的位置；或因睡眠时枕头过高、过低或过硬，使头颈处于过伸或过屈状态，这些均可引起颈部一侧肌肉紧张，使颈椎小关节扭错，局部疼痛不适、动作明显受限等。二是感受风寒，如睡眠时受寒，使颈背部气血凝滞，筋络痹阻，以致僵硬疼痛，动作不利。

一般的落枕会自然痊愈，但是因颈椎病引起的，就需对症治疗才行。很多人的颈椎病是由长年伏案工作、缺少运动以及姿势不正造成的，是典型的“办公室综合征”。专家表示，颈椎病初期一般容易被忽视，如果发现落枕次数增多，或者落枕迟迟不能痊愈就要警惕，及时去医院检查，以免病情加重，增加治疗难度。

专家叮嘱，有些时候按摩可以减缓颈部不适，但并非所有的颈部不适都能按，特别是由颈椎病引起的颈部疼痛不适，在未病因时，千万不可随意按摩。

## 春节来临

春节即将来临，由于上网、看电视时间增加，饮食不当等因素，假期成为眼病的高发期，另外，燃放烟花爆竹等极易导致眼外伤的发生。专家提醒，春节期间尤其需要重点预防以下眼病。

### 急性闭角型青光眼

中老年人要特别提防此病。春节喜事多，人的情绪波动也大，加上用眼疲劳，中老年人若感到眼胀、眼痛、头痛、恶心呕吐、视力下降、看东西有彩虹般的光环，就应及时就诊。

●温馨提醒：保持情绪稳定，切勿过度兴奋、操劳。有青光眼病史或者家族史者还需要注意一次饮水不要超过500毫升。

### 眼底出血

高血压、动脉硬化、糖尿病患者是此病的高发群体。其发病信号为视力下降、眼前黑影飘动等。

●温馨提醒：保持正常的生活习惯，要多注意休息，避免眼睛过度疲劳；不要长时间盯着一个地方看，要多眨眼；注意

## ■医药信息

## 食疗古方攻克老便秘

【御品膳食通】是军事医学科学院专家在整理挖掘传统药典时，发现了此治疗便秘的御用古方，遂潜心研究科学调配，最终以黑豆、马齿苋、金银花、菊花、绿茶、山楂、芹菜叶、海藻等8种原料研制成食疗通便新方。经国家批准，采用现代制药技术，在北京生产而成，更加适合各类便秘患者。服用一天即可轻松排便；一周可规律排便；一月逐步修复肠道自主排便功能。

【御品膳食通】胶囊独到之处：1、晚上服，早上通，不腹痛，不腹泻，畅快

## 前列腺绝密中药配方公开

不开刀、不复发，尿频、尿急、尿痛、尿不尽、尿滴白、尿滴沥、男性功能障碍、急性慢性尿道炎、膀胱炎、血精、头昏、耳鸣等一吃就好……创造这一奇迹的是前列腺绝密配方【林碧莎前列安通胶囊】。曾创造公开上市3个月就挽救12.5万名男性“生命腺”的奇迹。

林碧莎前列安通胶囊是根据民国初期名医廖一弘(1873-1959)的“固精导浊方”化裁创新而成，这一经典药方源于医圣的《伤寒杂病论》，并综合了《太平惠民和剂局方》等多种古人治

## 酒肉穿肠过 心律易出错

春节将至，虽然我国各地春节习俗不尽相同，但一桌丰盛的酒席却是不可或缺的。对此，心律失常患者需要注意了，多酒多肉的饮食对心律失常有着潜在而严重的危害。

心律失常主要是由于心肌缺血缺氧和自主神经系统功能紊乱引发的，过量饮酒和大吃大肉的饮食都会导致这些病变。

首先，酒精能增加冠状动脉血流阻力，从而使心肌缺血缺氧，引发心律失常。再者，饮酒过量可使大脑皮层的

兴奋与抑制失去平衡，引起自主神经系统功能紊乱，心脏的调节系统既然出现了障碍，心律失常自然也就发生了。过于油腻的饮食则会让血液粘稠度增高，引起冠状动脉粥样硬化，导致心肌缺血缺氧，出现心律不齐、心动过速、心动过缓、早搏、房颤、传导阻滞等种种心律失常。所以，心律失常患者及中老年人等心律失常的高发人群应该尽量避免多酒多肉的饮食，同时服用一些能够有效防治心律失常的药物。

兴奋与抑制失去平衡，引起自主神经系统功能紊乱，心脏的调节系统既然出现了障碍，心律失常自然也就发生了。过于油腻的饮食则会让血液粘稠度增高，引起冠状动脉粥样硬化，导致心肌缺血缺氧，出现心律不齐、心动过速、心动过缓、早搏、房颤、传导阻滞等种种心律失常。所以，心律失常患者及中老年人等心律失常的高发人群应该尽量避免多酒多肉的饮食，同时服用一些能够有效防治心律失常的药物。

兴奋与抑制失去平衡，引起自主神经系统功能紊乱，心脏的调节系统既然出现了障碍，心律失常自然也就发生了。过于油腻的饮食则会让血液粘稠度增高，引起冠状动脉粥样硬化，导致心肌缺血缺氧，出现心律不齐、心动过速、心动过缓、早搏、房颤、传导阻滞等种种心律失常。所以，心律失常患者及中老年人等心律失常的高发人群应该尽量避免多酒多肉的饮食，同时服用一些能够有效防治心律失常的药物。

## 别让眼病凑热闹



灼热感或异物感等症状。长时间在暗光下看电视或者使用电脑，屏幕上强烈的闪烁，会导致视力下降，眼睛干燥怕光、不敢睁眼。如果病情发展较快，可以数周内引起角膜穿孔。

### 视疲劳和干眼症

春节长时间看电视、上网、玩游戏，会导致眼睛又干又痒又痛，并有发红、有

## 前列腺病：60天治愈

济南退休老人张大爷今年60岁，患前列腺病20年，长期小便尿不干净，总是湿裤子，10米外都能闻到他身上尿骚味，一夜要小便6—8次，折腾得自己和老伴整夜整夜不能睡，性生活就更不行了，30天也没一次，真是苦不堪言啊。后来在专家指导下服用【天光下消丸】(国药准字Z22020487)两个疗程，所有症状全好了，小便有力了，不湿裤子了，也不起夜了，性生活一个月也能有3—4次了。专家点评：肾藏精，主生殖发育，而前列腺是男性重要生殖器官，两者密不可分。因此根除前列腺必须把握肾、前列腺、膀胱三腺同治的原则，而传统用药均单纯从前列腺入手，忽视了肾和膀胱的治疗，导致前列腺病久治不愈。【天光下消丸】是我国药监部门批准的唯一一个通过肾(补肾阳)、前列腺(消炎散结)、膀胱(收敛，增强收缩力)三脏同治来根除前列腺病的专用药，一般2疗程左右即可痊愈不复发。

●康复中心：济南医药大楼二楼(经二纬三路口)。专家电话0531-85883318 86272430。(优惠正在进行，时间有限，机会不容错过)

## ■健康提醒

## 中药最怕5类食物

过节期间，亲朋好友馈赠礼品时，总少不了一些中药补品，还有很多人会趁着假期调理一下身体。专家提醒，喝中药时要注意忌口，否则会影其疗效。

### ★温补中药忌白萝卜

人参是补气的，而萝卜是行气、降气、破气的，如果萝卜和人参同时吃，可能会削弱人参的补气功效。其他的温补类药物，如西洋参、党参、黄芪、何首乌、熟地等，都与人参具有类似的功效，不适合与萝卜同服。无论生的是还是熟的，萝卜都有行气的作用，要注意避免与补药合用。

此外，具有清热解毒的绿豆，也会“抵消”人参等药物的补益作用。

### ★养胃中药“怕”糯米

糯米、肉类、豆类等食物不易消化，正在服用健脾养胃类中药的人最好少吃，以免增加肠胃负担，影响病人康复。胃肠功能已经减退的老年人，如果多吃这类食物，往往会导致肠胃不堪重负。

### ★清热药躲开辣椒

如果你正在服用大黄、黄连、黄芩等苦寒药物，或者牡丹皮、黄柏、金银花、桔梗、桑叶、连翘等寒凉药物，应避免吃辛辣、刺激性的食物，例如辣椒、胡椒、咖喱、酒类等，否则会减弱清热凉血类中药的疗效。

### ★治过敏别吃芒果

如今，即便是在北方的冬天，我们也能买到芒果、荔枝等热带水果。这里要提醒大家，除了海产类、花生等，芒果、荔枝也属于“发物”，正在服用治疗哮喘、皮炎等过敏性疾病中药的人，最好不要吃这类食物。

### ★温热药最怕冷饮

室外虽然冰天雪地，可在屋内，暖气、空调已经营造了一个温暖如春的环境，很多人在大冬天还喜欢喝冷饮。这可能使人们的胃肠在不知不觉中变虚，吃太多冰冷食物会让胃的温度下降，不利于消化食物。

此外，在需要服用温热性质的中药治病时，更应该避免吃生冷瓜果及冰凉食物，否则药物将无法充分发挥功效。

## ■健康新知

## 大号购物袋或增加心理压力

春节将至，拎着大大的购物袋上街大采购，是许多人的“必修课”。据英国《每日邮报》最新报道，大号购物袋可能会增加你的心理压力。

中国香港大学和新加坡国立大学联合完成的一项研究，对人们携带的购物袋、背包大小与心理压力、焦虑程度、舒适度等进行了调查。结果发现，与“轻装上阵”的人相比，拿着大购物袋或背包的人，心理压力明显较大、焦虑程度较高，甚至相互之间交谈的话题也更为沉重。

研究者表示，物理重量间接影响一个人的心理。因此，出门时最好别拿大包，心情也会轻松很多。如果东西实在太沉，也要给自己一种“并不沉”的心理暗示。