



微信扫一扫  
游戏玩起来  
看图猜成语

①



②



③



④



⑤



⑥



答案见下期中缝，也可关注“老年生活报”微信，回复“220629”查询本期答案(可扫描本报一版上方二维码)

6月27日  
6版中缝答案  
《看图猜成语》：  
1、面黄肌瘦；  
2、命悬一线；  
3、敲锣打鼓；  
4、殊途同归；  
5、投其所好；  
6、一飞冲天。

# 中老年人眼病高发 怎样才能远离“一眼多病”

## 眼部循环淤堵 可致“一眼多病”

眼科专家指出，由于眼球被密密麻麻的毛细血管包围，当毛细血管堵塞，不能为细胞供氧，带不走代谢垃圾时，就会加速眼部组织老化，失去相应功能，各种眼病就会接踵而来，轻则眼干、眼涩、老花眼，重则出现白内障、青光眼、飞蚊症、黄斑病变、眼底出血等，给中老年的生活带来诸多不便及困苦。

老年人群中非常高发的白内障、飞蚊症等眼疾，是因为眼部的微循环不通畅，眼部代谢障碍导致的代谢产物和垃圾毒素的淤堵堆积，进而引起晶状体或玻璃体的组织变性，病症随时间推移会越来越严重；

黄斑性变和糖网症则是由于眼底的毛细血管不通畅，继而出现水肿、渗出、破裂出血、结痂瘢痕、血管再生等现象，导致了眼底黄斑区或视网膜的功能障碍，是比较严重的眼底病变，如果不及时治疗将有失明的危险。

此外，青光眼也是老年人高发的眼病之一，致盲率达到30%以上，这一疾病是由于眼

部的房水循环淤堵不通，濡养眼睛的房水变得浑浊，好比一潭死水，继而出现高眼压、涨疼，甚至压迫视盘、视神经等，导致视力急剧下降、视野受损，如果不及时治疗或注意日常养护，同样会发生失明的危险。

上述各类眼病发展加重之后，都有可能导致一眼多病，甚至失明，这将使患者的生活陷入一片黑暗之中，甚至拖累家人。因此，科学、及时地治疗对于患者而言是非常重要的。

## 身体代谢障碍 导致“眼病多发”

大量医学研究数据表明：人体随着年龄增长器官老化，代谢功能下降，新陈代谢产生的垃圾毒素不能彻底排出体外，淤堵在体内，首先会造成脏器受损气血不足；其次淤堵到血脉中，血脉循环不通，加速细胞的老化死亡，从而引发多种老慢病。我们的眼睛要靠脏腑输送的气血濡养来维持视觉功能，当人体代谢下降毒素淤堵，脏腑气血不足，血脉不通，气血无法上行濡养眼睛，眼睛缺血病变而形成各类眼病。

所以，身体代谢功能下

降，毒素淤堵导致为眼睛供给养分的通道堵塞，是眼病的根源所在！

## 熊胆治眼 历史悠久

熊胆药用价值很高，是一种极为名贵的中药材。熊胆入药已经延续千年，从汉代起距今已有2000多年的中药药用史，为疏泄解毒类动物药材中的佼佼者，历代均有熊胆平肝明目的记载。《本草纲目》载其：“苦人心、寒胜热，手少阴、厥阴、足阳明经药也”，“退热，清心，平肝，明目去翳”。民间常用竹沥化熊胆，内服治黄疸，外用点眼治目赤、翳障，特别对痔疮涂之有效果。

而现代药理学研究也证明，熊胆汁中所含有独特的胆汁酸、胆盐等成分，可刺激人体肝脏分泌胆汁酸，同时还可以提升人体的代谢解毒功能，不仅可逐步恢复人体对糖类、脂肪、蛋白等物质的代谢平衡，还可以解毒排出体内淤堵堆积的代谢产物垃圾毒素，从而维持体内环境的干净平衡。这样，人体内的代谢产物、垃圾毒素少了，眼部微循环通畅了，眼睛得血得养功能便会逐步改善。

## 相关链接

### 黑熊冬眠揭秘 ——熊胆的作用

很多动物都有冬眠现象，尤其以北方严寒地区的黑熊冬眠更为神奇。黑熊冬眠前30天暴饮暴食，体重猛增80斤，不会患有疾病；冬眠长达170天，不吃不喝不拉不尿，毒素也不会堆积造成身体中毒等。

药理学家经过研究发现，黑熊的胆汁里面具有独特的胆汁酸和胆盐等成分，其中的牛磺熊去氧胆酸、牛磺鹅去氧胆酸、熊去氧胆酸、鹅去氧胆酸等，是任何其他动物胆汁都不具备的，是黑熊胆汁独特的成分。尤其是牛磺熊去氧胆酸，英文缩写为TUDCA，它对体内糖类、脂肪、蛋白等物质具有代谢平衡的作用，还可以排出体内的代谢产物和垃圾毒素，从而维持体内环境的干净平衡。正是这个熊胆代谢功能，造就了黑熊的冬眠奇迹。

# 平肝明目 请选至宝熊熊胆粉

## 至宝熊惠民行

至宝熊熊胆粉，3盒得5盒，买5盒得10盒，数量有限，名额有限；2、首次购买提供权益保障卡：不满意可享全年365天退货退款保障。

1、活动期间：买

吉药广审(文)第23010-00666号，请仔细阅读产品说明书或在医师指导下购买和使用 优惠代码:239

咨询热线:400-999-2260

吉药广审(文)第23010-00666号，请仔细阅读产品说明书或在医师指导下购买和使用 优惠代码:239



眼睛是人与外界认知最直接的通道，随着年龄增长，各种眼部问题接踵而至。视物模糊、眼睛涨疼等，都影响人们的日常生活。目前市面上熊胆粉品质良莠不齐，难辨真伪。延边熊场的至宝熊熊胆粉为国药准字Z20000027号

OTC药品，采取国际先进的冷冻干燥技术而成。功能主治：清热解毒、平肝藏血、清晰明目。如果您受到眼病的困扰，请服用OTC国药至宝熊熊胆粉。祝您视力好一点，健康多十点。