

健康课堂

新冠后出现肝损伤怎么办

最近,“新冠高峰后现肝损伤小高峰”登上微博热搜。新冠感染会影响肝功能吗?北京大学第一医院感染疾病科主任医师徐京杭进行解答。

徐京杭认为,新冠感染本身可以直接造成肝损伤。在救治过程当中用药或者全身缺氧都可能会造成肝损害。出现肝损伤是可以逆转的,尤其是急性肝损伤,病情不严重的,在肝脏修复以后就可以逆转。但是如果患者病情特别严重,或者肝损伤时间过长没

有及时干预,这时就不一定能逆转了。

肝损伤实现逆转,很重要的一点就是要及时发现,及时找到肝损伤的原因,去除致病因素。

肝损伤患者首先要明确病因,按照医生建议及时进行病因治疗,去除病因。在生活中要避免各种伤害肝脏的因素,如喝酒、熬夜、过于劳累、情绪的剧烈变化的,在肝脏修复以后就可以逆转。但是如果患者病情特别严重,或者肝损伤时间过长没

刘旭

止咳化痰,网红糖水有用吗

把雪梨从顶部切开后,挖一个洞,再把川贝粉、冰糖、陈皮等各式各样的材料塞进梨里,炖后连汤带皮全部吃掉,可以缓解感冒后久咳不愈的症状。制作简单的“小糖水”正成为不少人追捧的食补方。那么“小糖水”到底有没有用?

北京市宣武中医院老年病科主任医师孟湧生介绍,从中医角度讲,选取适合的食材本身就可以起到滋补、润肺的功效。而且“小糖水”中一些水果含有丰富的维生素和其他微量元素,有助于病体恢复,如雪梨、金橘等水果就含有丰富的维生素,它们进入身体后会一定程度提高人体的免疫力。但在孟湧生看来,网上的一些搭配偏方难以保证效果,

发现自己长老年斑? 试试常吃这些食物!

年纪大了,开始长老年斑了,不光影响容颜,据说还是身体机能不调的象征……怎么办?别着急,其实老年斑是可以

通过合理的饮食调整来预防和延缓发生的。

深色蔬菜和一些水果是维生素C、维生素E和类胡萝卜素的良好食物来源。例如:苋菜、芥菜、苜蓿等深绿色蔬菜,胡萝卜、西红柿、南瓜、金针菜等红黄色蔬菜中类胡萝卜素含量较多;

鲜枣、酸枣、刺梨、沙棘、柑橘、猕猴桃等水果维生素C含量高;除了在植物种子和坚果中含

丰富的维生素E外,高等植物的叶子和其他绿色部分均含有维生素E。

此外,胡萝卜、芥菜头、菠菜、芹菜叶、金针菜等蔬菜中还含有较高的硒、锌等具有抗氧化功能的矿物质。

更进一步的研究还发现,深色蔬菜和水果中还含有有机硫化物、类黄酮等具有抗氧化性能的植物化学物。

因此,有意识地经常吃一些富含抗氧化成分的蔬菜和水果,有利于延缓衰老、预防老年斑的出现。

周明珠

人到老年增加骨密度 还得用氨糖软骨素

人体内的氨糖软骨素是可以自身合成的,但是随着年龄的不断增长,氨糖软骨素含量不断降低且不再生成。等到年龄越来越大,氨糖软骨素含量越来越少,逐渐出现驼背、走路无力、关节时常疼痛的现象。

氨糖在自然界中主要存在于蟹壳、虾壳、贝壳等壳类生物中,软骨素主要存在于像鸡皮、鱼皮以及鸡、牛与鲨鱼的软骨内,所以与软骨素比起来,氨糖较难补充。但随着科技的发展,科学家将氨糖从壳类生物中提取出来,更方便补充。

膏药假冒“同仁堂”,老人贴上直喊痒

专家提醒:网购平台充斥劣质药物,购物须“擦亮眼”

“网上买的姜贴,用后竟然过敏了。”73岁的秀玉最近遇到了一件烦心事。随着老年人对智能手机的应用日渐成熟,在线上平台购药的老年人也越来越多。记者搜索发现,在各大网购平台,有不少商家都在售卖各种膏药、膏药贴,几乎能“包治百病”。然而,记者调查发现,其中许多产品与商家描述相差甚大。

“老字号”姜贴 贴得直发痒

“我这两年,不知道什么原因,手背上边、胳膊,老是感觉发凉,还有点儿痛,特别是晚上睡觉的时候,感觉更严重,我需要一只手抱着一个胳膊,感觉热乎点了也就舒服点儿,不那么痛了。这也不是个办法,后来我跟孩子要了些暖宝宝贴胳膊,热乎乎的挺舒服。暖宝宝用完后,我就想在网上买一些。”秀玉说,她打开拼多多网页一看,什么样的贴都有,都标明能治她的症状,有艾灸贴,后来我跟孩子要了些暖宝宝贴胳膊,热乎乎的挺舒服。暖宝宝用完后,我就想在网上买一些。

“还有一些配方也要注意量的使用,如食谱常出现频率很高的红枣,确实有调和胃气、传导气血的作用,不少人认为它滋补且口感较好就过量多放,但其实红枣不宜过多,过量的红枣反倒会对胃肠道有刺激作用。”孟湧生说。

“在熬制这些食材时应尽量避免加糖或少加糖。”孟湧生提到,糖分摄入容易超标,会导致胃肠积食滞留。

岳佳仪

小贴士

春季抗过敏 从衣食住行做起

衣:特应性皮炎患者应选择纯棉的、柔软宽松的衣服,不可贴身穿羊毛、亚麻等质感较硬或摩擦力大的衣服。

食:选择新鲜、成分单纯的食物,低组胺的食物。放久了的食物会出现蛋白质变质导致过敏,并且产生组胺,引起过敏症状。

尽量不吃刺激的重口味食物,丰富的调味料也会提高食物过敏的风险。

北湾

住:春季干燥,室内可通过加湿器来调节空气中的湿度,并配合涂抹润体乳来缓解皮肤干燥的问题。尽量不要养容易致敏的植物,以防花粉过敏。尽量不要铺地毯,并增加床上用品的洗晒频率,以防尘螨过敏。

行:外出时戴好口罩,做好物理防晒,降低花粉和紫外线照射所带来的过敏风险。

随着年龄的增长,进入老年后,人体代谢功能就会降低,影响食物的吸收。此外,老年人食道蠕动和胃肠到排空速率减低,大便通过肠道时间延长,经常发生便秘,实际上是肠道内的有益菌逐渐减少甚至消失,腐败细菌则大量增加,容易导致肠道内菌群失衡。中老年人应及时补充益生菌,维持肠道微生态系统平衡。黄金搭档益生菌富含多种维生素及微量元素,帮助你把肠道活动起来,每天服用守护肠道健康,特别适合中老年人一年四季长期饮用。黄金搭档益生菌维护肠道有动力,健康添活力。

黄金搭档益生菌粉, 半价团购半年量, 加1元再加送半年量, 每天只需1块9, 非常超值划算!

扫码有惊喜

“山寨药膏”,辩称成分都一样

“你看看给我买的宝元堂腰椎冷敷凝胶咋变成‘冷肤’凝胶了,是不是假货?”一大早,兰霞就收到了母亲发来的微信。原来,前几天,母亲让她帮着在淘宝网上购买了一款名为“宝元堂腰椎冷敷凝胶”的药膏,主打治疗腰腿疼。结果收到货后,兰霞从母亲发来的对比图看到,整体包装色彩设

计相差不大,不仔细分辨很难看出差别。

兰霞跟店家沟通后,对方表示没有发错货,药膏内成分一样。当兰霞提出退货时,对方又称可能是仓库发错了,可以为她重新发货。“原本妈妈在网上买这些药我就不同意,鱼龙混杂,别说是老年人,我们年轻人都分辨不过来。”



秀玉网上购买的姜贴订单。

商家坚称是正品 官网上却搜不到

记者在南京同仁堂官网上并未搜索到秀玉所买到的那款姜贴。

随后,记者联系到了拼多多平台售卖该姜贴的商家。对方表示,这个产品口碑很好。至于秀玉所说的皮肤发痒问题,是个人体质原因,先停用,过段时间再用,适应了就好了。当记者问及这款膏药的国药准字时,对方则答复,本产品不是国药,没有国药准字号。并坚称这款膏药就是南京同仁堂的正品。

北京老酒收藏馆 活动时间:2月26日-3月6日(8:00-18:00)

免费鉴定 评估价值 各县市免费上门

北京老酒收藏馆为全市范围内拥有陈年老酒的市民鉴赏评估,如有成交意向可高于市场价20%回收。

收购电话:刘经理 15726220812

征集品种:所有年份的茅台酒及17大品牌50度以上的白酒(茅台、五粮液、剑南春、郎酒、西凤、汾酒、董酒、泸州老窖,特曲、洋河大曲、全兴大曲、所有洋酒x0、地方老酒等)另外,收购阿胶、冬虫夏草等。**此价格为53度全品相不少酒、不烂膜价格。**

1960-2022年茅台酒价格				
2022年2950元	2013年3500元	2004年5000元	1995年17500元	1986年29500元
2021年2950元	2012年3600元	2003年5600元	1994年18000元	1985年30000元
2020年2950元	2011年3700元	2002年6200元	1993年18500元	1984年30500元
2019年3000元	2010年3900元	2001年6400元	1992年19000元	1983年31000元
2018年3050元	2009年4100元	2000年7700元	1991年19000元	1982年33000元
2017年3150元	2008年4200元	1999年8600元	1990年20000元	1981年34000元
2016年3200元	2007年4300元	1998年9000元	1989年26800元	1980年38000元
2015年3300元	2006年4800元	1997年9200元	1988年27800元	1970年380000元
2014年3350元	2005年4900元	1996年10800元	1987年28800元	1960年680000元

地址:烟台市芝罘区南大街236号碧海饭店9001房间(烟台市博物馆对面)
乘车路线:乘坐1、2、5、10、45、51、52、62、81、快1路线到文化中心站下车即到。**刘经理:15726220812 可上门收购**

健康提醒

辅酶Q10能预防或治疗心肌炎吗

自行服用辅酶Q10。

家庭药箱没必要囤

其实,人体本身就会合成辅酶Q10,正常人群没必要准备或补充辅酶Q10。在日常生活中摄入肉类、内脏(如肝脏)、油性鱼类(如鲑鱼和金枪鱼)、全谷物、坚果等,也是人体内辅酶Q10的重要来源。

当单靠饮食不足以明显提高体内辅酶Q10的水平时,才需要在医生的指导下服用辅酶Q10。要知道,服用辅酶Q10药品可能会出现不良反应,如胃肠道不适、食欲不振、恶心呕吐、腹泻、心慌、心悸、皮疹、精神不振、身体无力等。另外,少年儿童、孕妇、哺乳期妇女、过敏体质等人群也不宜服用辅酶Q10;正在接受药物治疗的患者,也不要擅自服用辅酶Q10,可能会和药物发生相互作用。

白璐

保健品无助于防心肌炎

医生表示,辅酶Q10药品是处方药,需要医生开具处方才能拿药,如果没有处方,普通消费者只能市场上买到辅酶Q10保健品。这种保健品也不能代替药品。

作为药品的辅酶Q10在改善心肌细胞衰竭方面有一定疗效,但只能发挥辅助治疗作用,无法直接治疗心肌炎等疾病。新冠病毒感染后心肌损伤病因复杂,如果真的出现心肌炎,需要立刻去医院对症治疗,而不是

读报答题领红包

请您认真阅读本期健康版内容,回答下面的问题。

如何避免春节皮肤过敏(多选)?
A、可贴身穿羊毛、亚麻衣服
B、尽量不吃刺激的重口味食物
C、室内可通过加湿器来调节空气湿度

微信扫一扫
扫描二维码添加好友,发送答题即可领取红包。

夜尿多 (一种膏药 针对中老年起夜多) 咨询专线:400-608-0827

膏贴取自中医古方,经蒸、煮、晒等近百道古法熬制,并融合现代汉方制膏技术,精制而成。睡前贴敷在小腹气海穴,进行穴位压力刺激,每24至72小时可更换一次。膏贴成分进入体内可化痰消肿,扶正固本,让您睡上安稳觉。

【姚铭远前列腺贴】由球状专用用于中老年人起夜多,百姓用后都说好。姚铭远祝您睡个安稳觉,帮您少起夜。

请仔细阅读产品说明书或在医务人员的指导下购买和使用,对产品过敏者禁用。

咨询专线:400-608-0827
(全国免费送货 货到付款) 津械广审(文)第230420-01599号

关注头部健康 优选神经酸

老年人的身心健康不仅严重影响生活质量,还会让家人担心,影响子女工作、生活等。衰老迟缓者,可补充神经酸类物质。

近年来,神经酸越来越受到中老年的青睐。及时补充神经酸,很适合年老体弱者。

美国进口莱普丽斯神经酸,进入中国以来,取得了不错的口碑,为了减轻老年朋友的负担,即日起在全国开展电申领体验活动,每天仅限300名,活动先到先得,送完为止。活动期间只需承担海关关税即可

领取热线:400-0243-882