

远离谣言 保护血管

血管的寿命,很大程度上决定了你的寿命。

不少人花大价钱保养脸蛋、头发,却往往忽略了身体里更需要保养的一张“地下管网”——血管。

1 多吃木耳能清血管?

真相:木耳富含膳食纤维和木耳多糖,确实有益血脂,作为蔬菜正常吃就好,但没有什么“通血管”的作用。

2 定期输液能疏通血管?

真相:毫无科学依据!盲目输液不能防血栓,反而可能引起过敏,加重心肾负担,纯属花钱买罪受。

3 喝酒、吃醋可以通血管?

真相:血管硬化像衣服老化变脆,是不可逆的。吃醋只会酸坏胃黏膜;而只要是酒,对心血管就是百害无一利的事。

央视

创新“和法”施治,提高肿瘤患者生存质量

多学科协同的综合治疗。

为了提高肿瘤患者生存质量,更好地为广大肿瘤患者服务,积极发挥中西医协同治疗肿瘤的优势,利用国际先进的“射频热疗治疗仪器”,开展中药熏洗、塌渍、贴敷、针刺、灸法、拔罐、埋针等多种中医特色诊疗技术,提高了肿瘤治疗的有效率,延长了中晚期肿瘤患者的带瘤生存时间,同时也减轻了放化疗的常见不良反应。

问:肿瘤治疗是如何让患者“带瘤生存”?

郭继山:肿瘤诊治过程中,要坚持以人为本,采用以中西医结合联合化疗、免疫、靶向、热疗等为主要手段,注重对患者实行个体化综合治疗,尤其对肿瘤复发转移及不耐受放化疗的患者,可以改善患者的生活质量,减轻患者痛苦,在控制恶性

肿瘤复发及转移,肿瘤放化疗减毒增效,肿瘤康复等方面取得良好疗效。

科室引进先进的热疗设备,深部热疗能够直接杀灭肿瘤细胞,联合放化疗免疫及靶向治疗可以显著提高放化疗靶免的疗效,并能增强机体的免疫功能。科室自制剂中药涂擦,对于胸腹腔积液,局部淋巴结肿大,局部肿块疼痛具有良好的利水散结止痛的效果。

问:普通人如何预防肿瘤?

郭继山:建议一:改掉“癌症性格”和“不良生活习惯”。健康的生活习惯+良好心情,是最好的“抗癌力”。

建议二:防肺癌每年做一次低剂量螺旋CT。对于50岁以上、长期吸烟、有慢性阻塞性肺疾病、家族中有肺癌患者,建议每年做一次低剂量螺旋CT检查。

建议三:防肠癌每3-5年做一次结直肠镜。如果是50岁以上、身体超重或肥胖,并且有吸烟史,或者家族中有结直肠癌患者,建议这类人群每3-5年做一次结直肠镜检查。

建议四:防胃癌每3-5年做一次胃镜检查。特别是45岁以上、重度饮酒、有胃溃疡症状、家族中有胃癌患者的人群。

建议五:警惕家族癌要关注“肿瘤家族史”。“由于肿瘤具有遗传性特征”,如果你的祖辈、父辈、同辈中有近亲得过癌症,尤其是同一种癌,你的风险会比常人高出很多,要更早、更频繁地去筛查。

名医在线 栏目热线 0532-66988718



本期《名医在线》特邀青岛市海慈中医医疗集团西院区(山东青岛中西医结合医院)肿瘤科主任医师,山东省名中医,山东中医药大学兼职教授郭继山为您讲解“和法”施治理念,让肿瘤患者带瘤生存。

问:什么是“和法”施治理念?

郭继山:“和法”施治是指坚持传统与创新协调、科研与服务并举,运用中西医结合、

山东省老年国际旅行社 0532-55715169 66988553 安徽 浙江 福建 江西空调旅游专列9日 4月9日 2480元起