

给父母尽孝心,当然不需要回报 宁波口腔医院:让宁波人都有一口好牙

近期,笔者看到了这样一则小故事:有一个儿子,他非常富有,母亲老了,牙齿所剩无几,于是他开车带着母亲去种牙,一进牙科诊所,母亲却对医生说,要安装最便宜的假牙。医生看着富有的儿子,只顾着自己打电话抽雪茄,根本就不理会母亲,就同意了那位母亲的要求。

两人走后,有人就开始抱怨那个富有的儿子,说他衣冠楚楚,吸的是上等雪茄,可却不舍得花钱给母亲镶一副好牙。正当他们议论不断时,不想富有的儿子又回来了,他说:“医生,麻烦您给我母亲用目前最新的种植牙技术吧,费用我来出,多少钱都无所谓。不过您千万不要告诉她实情,我母亲是个非常节俭的人,我不想她不高兴。”

为爱,为尽孝,为父母种颗牙

在生活中,看看我们年迈的父母们的牙齿,是否存在缺失牙的问题?众所周知,牙齿的缺失严重影响着老年人的咀嚼功能。看着他们无法嚼烂口中的食物,无法品味入口的美食,是否心疼得厉害呢?

这时,就会有许多孝顺的子女前往宁波口腔医院咨询老年人的种植牙问题,希望还父母一口健康的好牙齿,让老年人的生活更加美满和幸福。不过,不是只有像故事中的儿子一样富

看技术,看设备,看一流专家把脉

由于实施种植牙有着严苛的技术要求和设备支持,在决定实施种植前一定要仔细审查医生以及医院的资质水平。据悉,近年来,宁波口腔医院的种植水平一直处于宁波市场的领先地位,今年该院在种植领域有了新的提升。

中华口腔医学会种植专委会会员、

有的家庭,才可以享受到先进的种植牙技术。

国际上尖端的全口固定种植牙技术All-on-4进入宁波已有较长时间。作为根植于宁波多年的老牌口腔医院,宁波口腔医院运用这些技术已经很多年了,在保证质优的前提下,性价比也非常高,宁波的普通市民就近就能享受到。由于种植牙一般没有年龄上的限制,宁波口腔医院最大的种植牙患者年龄为86岁,渴望为父母尽孝心的你尽可能放心选择。

浙江省口腔医学会常务理事、杭州口腔医院院长王仁飞和杭州口腔医院种植研究中心主任贾宏宇领衔的种植专家团队已经入驻宁波,他们与宁波口腔医院副院长陈斌科一起,每周轮流排班,可以为宁波市民提供真正专业、权威的种植牙体验,让宁波人都有一口好牙。

徐益霞

活动链接

目前,宁波口腔医院的“不见牙套,只见微笑”大型公益牙齿矫正征集活动正进行得如火如荼,只要您是年届18岁—48岁,因为饱受牙齿排列问题困扰的宁波市民,均可在医院一楼前台免费报名参加本活动,填写活动报名表,该院将从所有符合条件的报名者中选出10位幸运儿,获得价值数万元的完全免费隐形牙齿矫正。报名时间2015年4月8日截止。

3月27日,该院将先行甄选出5位幸运者进行免费矫正,报名者请本人亲自前往宁波口腔医院现场接受医生面诊,宁波口腔医院将免费为患者拍摄口腔x光片,了解牙齿是否适合进行隐形矫正。所有费用全免。

所有报名的患者,即便最终没能成为幸运者,都将获得1000元—5000元不等的矫正现金抵用券。此外,凭报名表,患者只需要支付99元,即可获得原价245元的喷砂洁牙卡,一张报名表限购两张卡。

皮肤不痒 有好办法 感恩新老顾客 神奇雪蛤 专“吃”坏、痒皮肤

俗话说:痒不死人痒死人。奇痒难耐,心烦意乱,用了各种方法就是止不住,有时真想把皮给揭了心里才解痒。痒得揪心刺骨,彻夜难眠……

中医认为:痒是外邪侵袭或是肌肤失濡,血不能营养皮肤,或是脏腑内毒流窜至皮肤所致。所以痒在表皮,根在内毒。止痒不如断痒,根除痒痒,必须内毒外脱。

《本草纲目》记载:长白山雪蛤,独含不饱和脂肪酸,低温提炼、快速渗入皮肤,迅速止痒,排出毒素,快速恢复健康好皮肤。

雪蛤和五味子、百癣皮、苦参等30多味天然药材配伍,提炼雪蛤素,提高皮肤免疫力,雪蛤素每天抹2—3次。健康肌肤光滑细腻、有弹性。

寻找湿疹、牛皮癣、神经性皮炎、荨麻疹、脚气、手足癣、股癣、花斑癣、脚蜕皮及瘙痒等皮肤问题的朋友,到指定药店购买,谨防假冒。2015年4月10日前:买五盒送二盒,买十送五。品质经宁波顾客三年验证,值得信赖。

●解放南路55号(外运大厦南100米)信谊药房
●槐树路万和药房●三院百姓药房●江东儿童公园西门越丰堂●北仑新路432号新城药房●慈溪人民医院北门利民药房●余姚免费送货●象山天安路益民药房●宁海气象北路10号华泰中西药房●奉化老电影院广平药房●镇海车站路86号太和堂药店●柴桥新城大药房●石浦金山路148号利民大药房●邱隘镇中路136号邱隘中西大药房●姜山华山路10号春蕾大药房●轻纺城广场健康药房●洪塘卫生院对面益沐堂药店●观城市场路80号兴玲大药房●周巷兴业北路170号余慈大药房●溪口经堂南路30号老百姓大药房
详情咨询:82850016(全市免费送货)

食疗古方 对付老便秘

便秘看似小问题,实际暗藏大病害。便秘堵塞肠道,毒素侵害全身,引发、加重多种慢性病。大黄、番泻叶、芦荟、决明子等泻药损害肠道神经,诱发黑肠病变、肠道息肉、肠癌。用力憋气排便,极易猝发心脑血管意外。泻药伤身,便秘烦人,怎么办?

此方源于民间,传说当年乾隆下江南,因舟车劳顿而便秘,御医怕伤龙体不敢滥用泻药。一老方丈欣然开方,效果奇佳,乾隆龙颜大悦,遂御赐此方“御膳通”,将古方收归御藏。

军事医学科学院专家整理医学典籍,发现此食疗通便古方,遂潜心研究科学调配,最终确定以“黑豆皮、马齿苋、芹

菜叶、金银花、山楂、海藻、菊花、绿茶”8种纯食疗原料,研制成食疗通便奇方。经国家批准,在北京生产,品名“御品膳食通”无毒副作用,老幼及孕产妇皆可服用。

温馨提醒:只要在晚餐后服用御膳通,且每日用量可逐步减少,逐渐恢复人体自主排便功能。

为严防假冒伪劣,御品膳食通产品仅在【御品膳食通专卖店】有售。专卖店庄承诺:专家咨询、无效退款!咨询电话:87160402

御品膳食通专卖店地址:宁波市海曙区前街41号(中山西路天一家园公交车站旁前丰桥进来100米)

慢运动:锻炼到位 一样可以健身

“慢运动”概念的出现并非偶然。在职人员普遍工作压力大、生活节奏快,很多在职人员的疲劳已成常态,人在疲劳时免疫力会下降,此时进行慢运动最为适合,不会在运动中加剧疲劳感,也不会造成运动损伤。

有人说:慢运动不畅通畅快地出身汗,能算运动吗?很多人对慢运动存在认识上的误区,以为只有心跳加快、汗流浹背、身体疲劳等机体刺激,才是评判运动效果的标准。从促进健康的角度,慢运动也是有运动量的。比如,太极拳看似缓慢绵长,但要真正动作做到位,一套拳打下来,身体的消耗并不少。还有瑜伽,虽然节奏慢,但对关节、肌肉、内脏都有锻炼作用。

慢运动既是一种方式,也是一种理念。从广义上延伸,慢运动可以跟生活相结合。“关键是找到适合自己的方法,家务慢运动、办公室慢运动,可操作性强一些。”

时下,很多年轻人对射箭、钓鱼等休闲体育兴趣颇浓。对于那些处事不够冷静沉着,易冲动急躁的人来说,静态的慢运动不会使情绪过于波动,有助于调节神经功能,增强自我控制能力。

中医养生 有10忌

清代养生家徐文弼曾在其所著的《寿世传真》中提出了“十忌”,认为养生应当首先从生活入手,避免十大不良习惯。这些戒律在现今也有很多借鉴意义,下面从中医角度来一一解读。

1.忌早起科头 “科头”即不戴帽子。早晨是阳气初生的时间,这时的阳气像树苗,虽然生长势头很旺,却十分柔弱,很容易受到寒邪的侵袭。阳气的特性是向上走,所以从人体来讲,头部是阳气汇聚的地方,如果早上出门不注意头部保暖,很容易让寒邪入脑,造成疾病。

2.忌阴室贪凉 人的身体要保持健康,必须阳气旺盛,而阳气很怕受到阴邪的侵犯。如果一个房间不能受到阳光的照射,就会阴气较重,气温较低,寒邪容易侵袭体表,甚至由表入里造成一系列疾病。当然,现代人居住楼房,很难保证每间房屋都有阳光,这时就需要借助暖气或空调,保持房间温度。

3.忌湿地久坐 有些人对潮湿致病不太理解,认为身体有皮肤保护,皮肤又不透水,外界的湿气怎么能影响到体内而造成疾病呢?真正的湿气当然不能直接进入体内,但机体之气和外界之气是相互感应的,外界之湿是一种滞缓之气,感应到体内则使机体的气机也运行缓慢,从而在体内生成湿邪。因此要避免在潮湿的环境中停留过久。

4.忌冷着汗衣 在气温较低的情况下,一出汗衣服会马上变得湿冷,此时皮肤的毛孔是张开的,对外邪的抵抗能力下降,寒湿很有可能乘虚而入。因此,出大汗以后要及时把汗擦干,并更换干燥衣物。

5.忌热着晒衣 久晒之衣有热毒,不宜立刻上身。这可能有些夸张了,衣服晒得干爽以后,即使还有一定热度,也不至于对身体健康造成什么危害。当然如果是患有热病还没有痊愈的人,可能就要适当注意,不要穿刚晒过或烤过的衣服。

6.忌汗出扇风 这个也要灵活看待,如果是三伏天,身体时刻都有汗,拿扇子扇风取凉是很正常的。这里说的忌汗出扇风是指气温不太高,因运动而出汗时,不要贪凉而扇风,或立刻喝冷饮。扇风虽然很惬意,但风为诸邪之首,带着寒邪或湿邪不知不觉地就袭入体内了。

7.忌灯烛照睡 有些人喜欢开着灯睡



CFP供图

觉,这也不好。因为光明的性质是属阳的,人的睡眠需要阳气入阴,有灯光照射就使得阳气难以潜入阴,容易造成神魂不安,影响睡眠质量。

8.忌子时房事 一天之中,阳气最旺的时候是白天,可阳气的初生却是在半夜子时(23:00—1:00)。这时阳气刚刚发芽,非常娇气,如果不加以爱护而行房事,会使这点稚阳熄灭,第二天的阳气就不会充足,易生疲倦。

9.忌夏月凉水抹席,冬月热火烘衣 这两个习惯可能并没有那么大的危害,现在也很少有人烘烤衣服了,但是本条仍然有现实意义,也就是不能图一时的痛快而违反季节规律。夏天不要贪凉,把空调温度调得过低,容易导致出汗不足,气机不能充分打开;冬天也不能贪热,把暖气开得过热,容易导致出汗太多,精气外泄。

10.忌娱乐过度 这一条是劝我们注意养神。现在电视网络娱乐节目非常多,不能过分沉迷于此,因为在观看节目的时候,我们的精神会不知不觉地随之而动,不再注意体内的感受。中医认为,心是“君主之官”,如果君主整天追逐声色犬马,就不能很好地体察民情,身体有了不平衡也不能随时感知。所以娱乐要适度,避免久视久听而伤神。 任敏