

人人都知道免疫力重要,但这并非一朝一夕之功 简单增强免疫力,寿仙谷倡议 从每天冲泡1包去壁灵芝孢子粉开始

每个人都是自己健康的第一责任人。三年疫情,让大家深刻认识到提升自身免疫力的重要性,“健康是第一位,没有健康,其他的都是0。特别是去年‘阳’过之后,我们就把增强免疫力作为头等大事抓起来,全家老少,都更加注重免疫力的提升。”

专家表示,增强免疫力固然重要,但这并非一朝一夕之功,要让增强免疫力融入日常,成为一种生活方式,才能日积月累,筑就自身免疫力的坚固防线,这样才能抵御突发的病毒感染或身体重大疾病,否则临时抱佛脚就来不及了。这些年来,一直在为全社会共筑免疫力而努力的寿仙谷也因此发出倡议:简单增强免疫力,从每天冲泡1包去壁灵芝孢子粉开始。

记者 徐益霞 通讯员 余未



从根本上增强体质,提高个体免疫力 是疾病预防、治疗和康复的重要手段

疫情期间,每个人都是自己健康的第一责任人,除了配合相关部门做好各项疫情防控工作外,其中关键要做好个人防护,提升自身免疫力。专家也明确表示,“通过戴口罩、少聚集、勤洗手、多通风等措施来预防的同时,我们还需从自身出发,从根本上增强体质,提高个体免疫力和抵抗力,这是疾病预防、治疗和康复的重要手段。”

陈作兵教授是浙大一院副院长、浙江大学医学院康复医学研究中心主任。2020年,他作为浙江省第一批支援武汉重症新冠肺炎“国家队”的领队,带队前往武汉疫情一线。“当时,在我们管理的重症监护室里,老年人的发病率很高,很多老年患者有慢性基础性疾病,免疫力特别低。”

在救治过程中,陈作兵和他的团队发现,一些处在差不多阶段的患者,有的能挺过来,有的挺不过来;有的恢复得慢,有的却恢复得很快。“不管是防治还是救治,真正战胜病毒的一定是自己的免疫力。”陈作兵总结说。

谈及免疫力的重要性,“人民英雄”国家荣誉称号获得者、中国工程院院士、国医大师张伯礼形象地比喻说:“免疫调节好了,就相当于一个国家有了很强大的军队,敌人就不敢过来了,我们就可以保护好自己了。”

北京中国中医研究院名老中医徐怀文主任说:“疾病的发生,是因为人的体质下降、抵抗力的降低引起的。所以我们要保证人体良好的抵抗力,一定要增强体质、提高免疫力。”

这几年,普通百姓对于免疫力的重要性也感受颇深,市民陈先生说:“疫情期间,我发现身边的人感染后症状轻的,甚至没被感染的,往往是那些平时注重锻炼,注意提高自身免疫力的那些人。健康是第一位,没有健康,其他的都是0。这次疫情之后,大家都形成了共识,增强免疫力刻不容缓。特别是去年‘阳’过之后,我们就把提升免疫力作为头等大事抓起来,全家老少,都更加注重免疫力的提升。”



▲灵芝孢子粉免疫调节作用倍受业界肯定

增强免疫力,并不是一朝一夕之功 灵芝孢子粉免疫调节作用倍受专家肯定

根据德国研究中心数据统计,人体中分泌出治疗疾病的物质有近万种,其中约80%由免疫系统分泌而出。现在有许多人的抵抗能力都是比较差,所以在日常生活中,一定要注意增强自身的免疫机制能力,并坚持养成习惯,成为一种生活方式。

“自身免疫力防线的筑成,并非一朝一夕之功。要让提升免疫力成为一种日常的生活方式,日积月累、持之以恒才能达到目的。”施仁潮主任中医师表示,现在春暖花开,正是加强锻炼、提升免疫力的时机,如果等问题出现了,再去临时补救,那就来不及了。

除了加强锻炼、增加营养等,养生专家也表示,适当进补适合自身需要的保健食品,来达到增强免疫力的目的,还是很有必要的。在慢病防治中,灵芝作为传统中医药瑰宝,一直发挥着重要作用。《神农本草经》中将灵芝列为上药,可补五脏之气、扶正固本,被誉为未病防治、已病调理的上品。

“灵芝孢子粉本身效用之一就是补心气、安神,尤其能助睡眠,这些都有助于提高人体的免疫力。”市级名中医何红权说,“免疫力相当于人体的护卫军,一是抵抗外邪;二是应对身体内在不平衡。如果免疫力强了,体内一些结节在萌发初期,免疫力就可以将它清理掉。”

徐怀文主任也着重提到了灵芝孢子粉的作用:“它的很多功能可以增加人的免疫力、增强人体抵抗力,比较适合大多数人来吃。”



▲这些年,寿仙谷一直在为共筑免疫力防线努力。图为去年12月,寿仙谷先后走进上城城管驿站、文新橡树医养服务中心等场所,为环卫工人、养老院老人等赠送灵芝孢子粉,增强免疫力防护。

简单增强免疫力,从每天冲泡1包去壁灵芝孢子粉开始

如何在日常生活中,就能做到提升免疫力? 中医药-灵芝国际标准制定承担单位寿仙谷向全社会倡议:简单增强免疫力,从每天冲泡1包寿仙谷去壁灵芝孢子粉开始。

据悉,这款被业内定义为“免疫力标杆产品”的寿仙谷去壁灵芝孢子粉,采用国际领先的独家第三代去壁核心技术。在第六届全国健康文化大会暨中医智慧与品牌价值高端对话中,张伯礼院士和寿仙谷药业董事长李明焱现场连线时,对寿仙谷在灵芝领域取得的科技创新成果非常赞赏。“灵芝(赤芝)一直是比较好的药,李总到日本去学习过栽培技术,选育优育技术。他们的灵芝孢子粉是破(去)壁的,能最大体现灵芝的药用价值。”张伯礼说。

为构筑免疫力防线,这些年,寿仙谷一直在积极行动,特别是三年疫情期间,寿仙谷更是发挥了重要的作用:先后20多批次捐助累计超过1400万元的寿仙谷去壁灵芝孢子粉等健康产品,助力医护人员和一线抗疫工作者增强身体免疫力,共同奋战疫情;为助力社会有序复工复产,寿仙谷还曾联合浙江省中小企业协会,适时推出“为企业复工加油”活动,无偿向164家企业捐赠价值200万元的无糖型铁皮斗颗粒,帮助这些中小企业的一线员工增强免疫力防护。

寿仙谷也因此先后荣获“大爱浙商·抗疫英雄”、“2020年抗击疫情卓越贡献奖”及“特别奉献 浙江骄傲——十大抗疫先行企业”等殊荣,成为浙商抗疫的代表性企业之一。