

秋季青少年鼻炎发作 方泰医院免费做检查

秋季打喷嚏、鼻子痒、鼻子堵等，一般人都不太在意，认为只是气候变化引起的。

为此，三湘都市报记者专门采访了长沙方泰医院耳鼻喉科专家。他向记者表示，若出现上述症状很有可能就是鼻炎。鼻炎虽然是小病，但是危害却很大，特别是对青少年，容易导致失眠、注意力不集中、容易发脾气、记忆力减退等问题，儿童还可能导致智力发育障碍。

长沙方泰医院引进美国多呢尔数字式低温等离子消融技术，能彻底治疗各种鼻炎，是目前国际上先进鼻咽炎治疗设备。

据悉，医院治疗技术来源于美国高能军用等离子技术，它的治疗弹头只有10微米至1毫米左右，对患者的损伤极小，具有微创、精准、安全等优点，10~15分钟即可完成手术，无需住院，也不影响正常饮食，适合学习任务繁重的学生。 ■记者 祝晓东

相关链接

8月25日至10月7日，长沙方泰医院耳鼻喉科郑重承诺：

电话或者上网预约可以享受：专家挂号费、检查费全免，治疗费优惠20%，免排队就诊

免费咨询电话：0731—85367112

网址：www.ftbh.com

医院地址：长沙市梓园路377号（广济桥旁）节假日不休

爱马仕设计师加盟长沙美莱 携手“寸心”品牌发布会

近日，长沙美莱“寸心”品牌发布会正式拉开了帷幕，中南地区鼻整形专家团、爱马仕著名设计师Nathalie Vialars 参会。

25城连锁临床医学美容数据积累、200多位国际医美大师加盟、285项独有医学美容技术研发专利，使美莱始终走在整形最前沿。

美莱负责人向三湘都市报记者介绍，为进一步树立更具国际标准的品牌科室，长沙美莱以“寸心”为概念的整形科室品牌，将引领医学美容行业向着更成熟、更规范的方向迈进。寸心品牌强调精确、专业、个性、细节、用心，代表了中国乃至国际整形的最高美学标准。

此次发布会上，爱马仕著名设计师Nathalie宣布加盟美莱整形，并担任“寸心”品牌美学顾问。接受记者采访时，Nathalie表示非常喜欢中国悠久的历史和文化，并希望能将东方经典艺术融入到自己的作品当中。谈及此次与美莱的合作，Nathalie非常欣喜，她认为科技医美、经典艺术与时尚的跨界，将会成为一股巨大的力量，推动美丽事业的发展。她表示“长沙美莱的环境和服务非常好，专家都是国际顶尖的，我非常信赖美莱集团连锁实力。”

记者获悉，美莱将成立美莱美学设计中心，融入Nathalie所带来的国际最前沿美学理念，引领长沙医学美容的国际时尚风潮。

《美动亚洲》4名选手集体亮相发布会现场，整形前后对比的巨大落差，在现场引起了不小的轰动。寸心品牌科室院长王勇教授，对《美动亚洲》选手刘晓惠进行了面部整形项目解读。韩国著名专家金孝宪以选手岳微为例进行了鼻整形现场解读。长沙美莱拥有一批行走学术最前沿的医美界精英人物，每个专家都是各自专业领域的权威，均拥有15年以上丰富的临床经验，掌握着全球最前沿的整形技术。

据悉，为回馈长沙求美者，现场专家还将集体在长沙美莱举行会诊，幸运求美者可提前预约，免费获得专家的美丽定制方案。 ■记者 祝晓东 实习生 戴丹梅

知蜂堂无药物添加同样能调节血糖

有糖尿病？坚持吃蜂胶！

糖尿病是众所周知的一种终身性慢性疾病，不良的生活方式是患病的主要原因。其高发率和并发症所致的高致残率和病死率，使控制糖尿病及其慢性并发症所需费用极为高昂，给患者家庭和社会带来了难以承受的负担。近年来，知蜂堂无药物添加纯天然的蜂胶产品，其保健功能源于苛刻的原料收集和专业的提纯工艺，给糖尿病患者带来了实实在在的好处。三湘都市报记者调查发现，长沙不少糖尿病患者表示，在长期坚持服用知蜂堂蜂胶的情况下，自己的血糖状况的确得到了有效调节和控制，不用动辄盲目求医，如此长年累月下来还可以节省一笔不小的治疗费用，减轻家庭的经济负担。

连续吃了8年的蜂胶效果良好，患者受益不少

在众多的糖尿病患者中，中老年人居多。他们年轻时，由于生活条件差，好不容易把孩子们养大了，本想安稳地度过后半生，可不幸患上了糖尿病。“降糖并不难，血糖的稳定才是最关键的，吃着降糖药，今天血糖还是六，明天却可能是十，如果长期这样下去，不但血糖没有降，各种各样的并发症还会接踵而来。”家住雨花区王家冲的张爹爹告诉记者。

糖尿病是终身性疾病，需要长期用药，还要控制饮食平衡，加强锻炼。知蜂堂蜂产品有限公司健康顾问柯友华介绍，糖尿病属于终身性疾病，需要一手控制血糖，一手控制并发症。而北京知蜂堂生产的蜂胶纯天然无药物添加，具有平稳血糖，控制和延缓糖尿病并发症的作用。

有数据显示，知蜂堂专注做蜂胶15年，在全国的注册用户已经达到320万，湖南长沙长期服用知蜂堂蜂胶的糖尿病患者也有3万多人，有的甚至已经吃了8年之久。

黄慕兴（化名），今年76岁，农业系统的退休干部，大概在2007年的时候，就被查出血糖偏高，医生建议



她要定期复查。“那时候觉得没什么大不了的，而且根本就不知道糖尿病是个什么样的疾病。直到出现了眼睛模糊、乏力甚至四肢软弱无力、失眠、呼吸困难的症状，我才意识到身体已经出现严重的问题。去医院检测，空腹血糖6.4，餐后血糖10.6。而且还出现严重的缺钾疾病，为了避免服用药物，我不断地在报纸和电视上寻找能够控制血糖和并发症的保健品，后来我在邻居家得知有知蜂堂蜂胶产品，就试着买了几个疗程，血糖通过坚持吃蜂胶变得很平稳，每次检测空腹血糖都不超过6.0，餐后控制在7.5以内。现在我吃知蜂堂蜂胶已经有七年的时间了，不但血糖稳定了，并发症更是少之又少，尤其是缺钾引起的四肢无力，呼吸困难都没有了。”黄奶奶一脸高兴地向记者诉说道。

据了解，蜂胶是工蜂采集植物的树脂和芽孢结合自身分泌的上颚腺、蜡腺等分泌物混合形成的胶状物体。从植物中采集来的黄酮类化合物与蜂蜜分泌物发生一系列化学反应后，使之含有的黄酮类化合物才具有特定的保健功效，达到免疫调节、调节血脂的作用。北京知蜂堂的蜂胶生产一共要经过四道严格关卡：第一关为原料关，知蜂堂专业的收胶团队选择黄金纬线28°

附近去收购，这个范围线上的蜂胶纯度高、色泽好；第二关为环境关，蜂胶生产车间达到GMP药品生产标准，确保每粒蜂胶的品质；第三关为提纯关，采用国际先进冷凝逆流和超声波提取技术相结合，让每粒蜂胶更纯净；第四关为检验关，苛刻的理化检验和每批次蜂胶三年以上的保存，让每粒蜂胶都能追溯到源头。

养成健康的生活方式可预防糖尿病

糖尿病其实是可以预防的，消除危险因素，养成健康的生活方式，能预防大部分糖尿病。长沙市东风医院裴医生告诉记者，糖尿病多出现在成年人身上，但起因往往是来自于青少年时期养成的不良习惯，如长时间静坐、高热量膳食、超重或肥胖等，这些不健康的生活方式逐渐累积对健康的损害，最终发展为糖尿病等慢性病。积极的饮食控制和运动治疗可以有效地降低患糖尿病的风险或延缓病情发展，减少并发症的产生。糖尿病防治指南建议采用中等强度的全身有氧运动，如快走、跳舞、游泳、骑车等，每天运动30分钟，可将2型糖尿病的发病风险降低40%。因此，养成良好的生活习惯，对预防糖尿病的发生有重要的作用。

小贴士

糖尿病人吃什么？

五谷杂粮，如莜麦面、荞麦面、燕麦面、玉米面等富含维生素B、多种微量元素及膳食纤维的主食，长期食用可降低血糖、血脂。

豆类及豆制品，豆类食品富含蛋白质、无机盐和维生素，且豆油含不饱和脂肪酸，能降低血清胆固醇及甘油三酯。

苦瓜、洋葱、香菇、柚子、南瓜可降低血糖，是糖尿病人最理想的食物，如能长期服用一些蜂胶，则降血糖和预防并发症的效果会更好。

如何控制血糖？

糖尿病患者要控制血糖，首先饮食要控制：三餐定时定量，进餐的时间、数量应保持一定的稳定性，戒烟、忌酒。多食用蔬菜，吃水果的话选择含糖量少的水果，避免餐后服用水果等。

其次，增加活动量或进行更多的体育锻炼：糖尿病患者通过加强锻炼一般都会得到更好的血糖控制。即使是很简单的运动，如每天步行20分钟，只要能坚持下去，就可以有效地改善胰岛素抵抗和减轻体重。

再次，增加血糖监测频率及进行其他检测：血糖超过了医生为您制定的血糖范围时，您就需每两小时测一次血糖，直到血糖降至正常为止。此外，还要了解自己血糖的波动情况，避免低血糖。

最后，学会自我放松与情绪调节：放松运动如深呼吸、配合着轻松舒缓的音乐来松弛肌肉等可以帮助缓解压力，使降糖治疗更有效。学会调节情绪，增强自我效能感，从而克服患病后的恐惧、消极等不良心态，同样有助于血糖的控制。

■记者 祝晓东 实习生 郑旋

整形为哪般？只求“美”和“运”

“帮我割个双眼皮吧，我想提升下自我形象，换个称心如意的工作。”或许是受“马到成功”寓意的影响，从马年年初开始，不少人便开始热衷于面部整形。

近日，记者在长沙瑞澜整形医院了解到，8月23日，该院将推出“鸿运当头”大型整形优惠活动，亚洲微整形大师蓝绍梓、东南亚亿万

富翁特邀命相大王——郑大师，将双双莅临瑞澜献技，为求美者设计美丽方案，倾情塑美。期间，长沙瑞澜整形医院将同时推出玻尿酸免费送、瘦脸针1000元/支、双美胶原蛋白买一送一多重优惠；该院美丽热线0731—88277277现正全面接受求美者预约。

据医院专家介绍，面部

整形需求在性别上存在差异性。男性一般是迫于职业压力，为改变发展不顺的事业，多选择鼻部和额头整形；女性则多源于感情问题，让自己变漂亮的同时，还要求有福、相旺夫相，因此五官整形也是爱美女性的首选，主要部位则是颧骨、鼻子、眼睛和嘴唇。

而蓝绍梓先生是中国

台湾人，从事医美工作数十年，擅长开运整形与面相改运设计，是著名的面部开运整形设计师。先后为林志玲、萧蔷、大小S等多名明星艺人进行面相改运设计，将易学与医学完美结合，给爱美女性从形象、运程上进行全面改善。

■记者 祝晓东