

健康周刊 Health

◎最贴心的健康专家

冬季保健实用锦囊(中)

健康其实是一种幸福

锦囊妙计

上周一,冬季保健实用锦囊(上)与读者见面,健康周刊全方位多角度地分析了冬季的常见病和多发病,并合理地提出了治疗对策和保健窍门。不少人发送短信到互动平台上说,阅读冬季保健实用锦囊的确有所收获,读者李先生在短信中这样写道:学习和实践预防保健知识,这是对自己和家庭的幸福负责,而健康本身就是一种特别的幸福。

看到读者的留言,我们回想起曾经读过的一个小故事:上帝很公平地分给每一个人一个口袋,里面装的不是满满的衣食物品,也不是成堆的金银财宝,而是各种各样的幸福。而其中有一种最珍贵的幸福就是健康。虽然最为珍贵,健康却是一种简简单单的幸福,它不需要特别花钱去买,也不用特别付出体力去换取。冬季保健实用锦囊(中)里面每一篇稿件都在向读者传递快乐保健的思想,读者只需从日常生活和各种卫生等细节做起,不伤财,就能达到保健养生的目的,你何乐而不为呢?

道理尽管简单,它的繁琐却往往被人们所忽视。你可能已经长出了啤酒肚;可能体重开始超标;可能血压、血糖和血脂已经出现了一些毛病;可能你已经是烟不离手,酒不离口;又可能你在这个寒冷的冬季已经忘了运动的必要性。这时也许很多人都会说:我工作太忙没时间,家里杂事太多没空。也许你给自己选择了太多借口,但冬季保健实用锦囊(中)会在你的耳边叮咛,只有一个人能帮助你保障身体的健康,平衡生活,免遭疾病之苦,那个人就是你自己。

上帝给了我们最初的健康。不过,你不能光吃健康的老本,而是要利用它不断地增值,才会让日后维持生活的幸福。冬季保健实用锦囊(中)从病人自身的角度,深入浅出地切入各个话题,如果您原本胃肠功能不好,那么天冷了记住少吃辛辣食物,溃疡病人还要密切观察是否有出血发生。倘若您家有免疫性疾病患者,降温时千万别忘了提醒他防寒保暖。秋末冬初气候干燥,合理选用护肤品,正确清洗都能够帮您赶跑皮肤瘙痒症状……

阅读就有收获,实践就有健康,在冬日暖阳的照耀下,您会发现健康其实也是一种幸福。下周一,冬季保健实用锦囊(下)期待您继续关注! 快报记者 金宁



慢性肝病应重视情绪保健
胃出血有预警信号
冬天是骨折的高发季节

热烈祝贺 第九次全国男性健康免费普查(江苏站)承办单位南京建国男科医院受到主办方全国通报表彰!

主办/中国性学会
基金补贴/白求恩基金会
执行机构/南京建国男科医院

中国性学会 通报表彰

全国第九次男性健康免费普查各省(市)站:

经本会专家委员会对本年度男性健康免费普查工作各承办机构的患者满意度、医疗团队、医疗设备、规范行为、服务流程、基金落实情况等进行严格考核,认为江苏站承办单位南京建国男科医院专家团队权威、医疗设备先进、医技质量较高、服务流程规范、基金落实透明,普查情况上报及时,并在普查期间实现服务零投诉,特对该站给予通报表彰。

鉴于江苏站预约病人无法在11月30日前完成普查,为满足该部分患者需求,特批准该站免费普查活动最终截止日延期至12月31日,请该站承办单位南京建国男科医院提前做好广大预约病人的接诊和服务准备,保质保量地完成本年度的普查工作。



男科前沿技术临床应用补贴项目(由白求恩基金管理委员会提供补贴)

项目	补贴金额	项目	补贴金额
一、手术项目		二、治疗项目	
阳痿三件套植入手术	2000元	宫腔内场效消融	880元/次
韩式延长术	1000元	靶向强透超导技术治疗前列腺疾病	200元/次
阴茎射频神经降低技术治疗早泄	500元	MIR无极光聚焦术	120元/次
针式显微通脉技术治疗精索静脉曲张	300元	CRS渗透技术治疗泌尿系统感染	100元/次
光波离子技术治疗包皮、包茎	120元	智能波治疗	80元/次
动脉血管激活技术治疗性功能障碍	50元/次	SD半导体激光	50元/次

(更多补贴项目详见院内公告)

免费普查项目

中国性学会专家委员会提示有以下症状者应积极参与本次普查:

- 前列腺检查 前列腺液检查 阴茎血流检测
- 精子质量分析 细菌涂片检查 性心理检测测试
- 血液常规检查 尿常规检测 尿流率检测
- 阴茎敏感神经检测 (更多普查项目详见院内公告)
- *尿频、尿急、尿痛
- *尿过灼热、尿混浊
- *尿等待、尿不尽、尿分叉
- *下腹、腰骶疼痛
- *尿道口红肿、分泌物增多
- *会阴、阴囊潮湿
- *包皮过长、包茎
- *会阴、外阴瘙痒
- *有不洁性接触史
- *阴茎肿大、疼痛
- *性功能减退(阳痿、早泄)

普查热线 / 025 5223 8888 普查地址 / 南京市市长乐路238号(武定门旁) 网址 / www.jg91.com