



如果你爱好中医,期望学习、交流中医中药的各种知识,参与形式多样、以中医中药为主题的线下活动,欢迎加入现代快报中医粉丝会(新浪微博:现代快报-健康周刊,微信公众平台:现代快报中医粉丝会)



会员招募

加入中医养生俱乐部 多重好礼等你抢

中医养生俱乐部自启动至今,已举办了多场线下活动,拥有粉丝近千名。加入我们,不仅能优先参加形式多样的线下活动,说不定还能领回健康大奖。近期的会员大奖是1元可以买1瓶蜂胶软胶囊,仅限当日热线前50名哦!报名热线400-117-5180。

加入俱乐部,你能享受:1.免

费参加精彩的中医养生行;2.享受1元1瓶的蜂胶软胶囊(价值298元)秒杀价;3.入会就能有草鸡蛋、食用油、膳食纤维等礼品赠送;4.有机会免费获得价值1980元的电子艾灸仪;5.免费参加各种健康讲座。

更多详细信息请拨打中医养生俱乐部热线400-117-5180咨询。 张弛

中医养生俱乐部年前最后一次养生游报名启动 1月份,我们一起去金光禅寺

名额有限,快拨打400-117-5180报名

4月去老山采药、去寿仙谷养生游,5月去栖霞寺品茶听佛乐、去大吉泡温泉,10月去安徽和县,逛老街、赏陋室铭、拜谒霸王祠,12月去浦口体验不一样的农业生态休闲游,2014年中医养生俱乐部的活动丰富多彩。在2015年农历新年到来之前,一场收官之旅即将呈现给各位会员。1月中下旬,我们将组织大家一起前往金光禅寺,品金光素斋、领略金牛湖风光。而这也将是农历新年前,中医养生俱乐部的最后一次养生游。要报名的亲们,别犹豫了,活动名额有限,快拨打会员热线400-117-5180报名吧。 张弛



领略金牛湖风光,品金光素斋

金光禅寺,坐落在金牛湖畔金牛山上,是一座具有千年历史的古老寺院。原名观音禅院,因古时寺内供奉的观音圣像灵验异常,俗呼古观音堂。唐宋元明各朝代多有兴废,清朝光绪年间再次重建。金光禅寺位于金牛山顶(191米),北侧可俯瞰金牛湖,南望为千顷良田,农舍点点;东面与银牛山遥遥相望,西面则是巍然大坝。在金牛山山腰处建有环山道路。山北临湖拟建亲水步道,山南有茉莉花园、万竹园等。2000年,经南京市民宗局批准,成为汉传

佛教固定处所,经逐年扩建,现有天王殿、钟鼓楼、客堂、祖堂、大雄宝殿、文殊楼、普贤楼、观音殿等庙宇殿堂,其规划占地33450平方米,建筑面积10595平方米。本月的养生游,我们将带大家一起去领略金牛湖风光,参观千年历史的光光禅寺,品金光素斋。

新年为家人祈福

金牛山山高191米,是金牛湖景区的核心。金牛山山顶原有一座明代禅宗寺院,原名泰山行宫圣母院,始建于明万历年间。寺院前后五进房屋,共九十九间半。清时《乾隆志》《光绪志》记载,寺内还建有马氏烈女庙,供奉明朝时一位宁

死抗暴、英勇不屈的烈性女子。当地老百姓感其行,建庙祭祀。据史志载,每到农历三月烈女圣诞之期,善男信女从天长、来安、仪征、六合、扬州、南京等地纷至沓来,香火缭绕,场景十分可观。新年将至,我们还可以借助这次养生游,为家人祈福保平安。

小贴士

要了解更多活动信息,或者登记报名,都可拨打400-117-5180咨询。

活动预告

第九期团购嘉年华即将启幕

现场有健康产品超值团购,快打400-117-5180预约

很多家庭都有冬季进补的习惯,为帮助大家挑选优质进补食材、药材,中医养生俱乐部团购嘉年华,上个月就启动了冬季进补专场。之前一直断货的羊奶,在去年12月的专场中人气最高,随后海参又成为最热单品。为满足会员选购海参的需求,本月,第九期团购嘉年华将启动海参专场。有需求的读者或者会员,不妨到现场来。由于场地有限,此次活动需提前预约,名额约满即停,有需求者快打400-117-5180报名吧。张弛

本次团购会现场主推的将是即食北冰参。严寒的加拿大东部(北大西洋与北冰洋交汇处)附近海域,是世界上人类居住密度最低的地区,人迹罕至,远离工业污染。“北冰参”就生长在这片冷水海域里,其生长周期较长,一般生长3-8年才被政府允许拥有专业捕捞资质的专业人士捕捞。得天独厚的自然环境造就了其环保、有机的优良品质。即食北冰参食用方便,开袋即食,避免了家庭用户泡发干海参而导致营养流失的现象,同时

也降低了泡发干海参时造成的极大浪费。

此外,它还能做成其他药膳。比如海参小米粥。在做小米粥的时候把即食海参切成小块,均匀地倒进小米中,文火加热至开锅。这种做法使海参的营养价值很好地与小米结合在一起,对身体大大有利,尤其适合坐月子的女士。再比如海参木耳大汤汤,海参20-30克,木耳30克,猪大肠150-200克,同煮汤,用食盐、味精调味食用。适用于阴虚肠燥之便秘。

小贴士

要了解更多海参知识或咨询团购会详情,都可拨打400-117-5180咨询。

健康资讯

四岁男童食道卡异物 医生用胃镜快速取出

浩浩是一名4岁的幼儿园中班小朋友,他将一枚卡通小徽章含在嘴里,由于怕老师发现,一不小心咽了一口口水,就把徽章给咽了下去,导致剧烈咳嗽。老师一边赶紧通知家长,一边就把浩浩送到了南医大二附院。

据了解,徽章卡在食道引起的刺激反应,使得浩浩一直在剧烈呕吐,可是徽章还是牢牢卡在那没动。南医大二附院付强医生接诊后发现这个徽章已经通过了咽喉部到了食道的上端,一般的器械拿不出来,损伤最小的办法就是通过胃镜把它取出来。他请来了消化医学中心副主任黄光明。黄主任通过X光片发现这个卡通徽章直径约有2.5cm,有一个一元硬币那么大,而且徽章背面有一个别针。因为浩浩年纪还比较小,不懂和医生做配合,如果要做胃镜,必须采用麻醉。一旦实施麻醉,就可能引起气管痉挛、喉头

水肿、胃内容物上翻堵住气管等窒息的意外。这就需要一名非常有经验的麻醉师。其次,儿童的食管壁较薄,徽章又比较大,在取徽章的时候,有可能会造成对食管壁的损伤引起食管穿孔,再加上徽章后面还有别针,风险也就更大了。这需要一名内镜技术高超的医生,同时还要有助手医生和护士的配合,大家齐心协力才能把浩浩的风险降到最低。

在医生与浩浩妈妈沟通后,浩浩被推进了手术室实施了静脉麻醉。当黄主任把胃镜伸进食管后,在距离门齿17cm处,也就是食管上端,发现了这枚徽章。他用持物钳牢牢夹紧徽章,通过管道小心翼翼地取出徽章,前后没有超过5分钟就解决了问题。再通过胃镜观察了浩浩的食管壁,只是轻微的擦伤,没有任何出血,孩子苏醒后就可以回家休息。

顾頔菲

1月10日国医堂开讲中医药文化专题

2015年1月10日(周六)上午9:30,健康大讲堂2015年首场讲座将以“中医药文化漫谈”为主题,邀请到南京中医药大学医史文献专业博士生导师吉文辉教授主讲。吉文辉教授现为南京中医药大学中医医史文献研究所研究员,博士生导师,南京中医药大学敬文图书馆名誉馆长,中国致公党中央委员,江苏省政协委员。吉

文辉教授长期从事中医学文化基础、古籍点校、语言文字学等教学研究工作,对传统文化情有独钟,在汉字、诗词、易学、养生、儒、释、道等诸多领域造诣极深。有兴趣的读者请拨打现代快报读者热线96060报名,健康大讲堂地点:南京市鼓楼区汉中路282号南中医丰盛健康城国医堂5楼。 朱启莹

快讯:新成果抗肿瘤获重大突破

中国医学科学院消息,经多年科研,终于成功提取Genistein“金雀异黄素”,它是“酪氨酸蛋白激酶”强力抑制剂,据悉此新成果处领先地位,标志我国抗肿瘤取得重大突破: 只杀灭肿瘤细胞,不伤害正常细胞,短期可改善疼痛、腹水

和白细胞降低。

抑制新生血管生成,饿死肿瘤细胞,中晚期患者实现高质量带瘤生存。

调控肿瘤基因,长效抑制转移,定期服用,可有效延长寿命。

致电:4001868626可免费试用,限前50名。

中大医院招募哮喘患者

东南大学附属中大医院呼吸内科正在进行瑞吡司特片治疗支气管哮喘症有效性和安全性的临床研究,该研究已经国家药品监督管理局批准,并通过了东南大学附属中大医院的伦理委员会批准。现面向南京地区计划招募20位哮喘病人志愿者。

据介绍,瑞吡司特是一种新型口服抗变态反应药,1987年就已

在国外上市,经20多年临床实践证明预防与治疗轻中度支气管哮喘安全有效。如果您为支气管哮喘患者,且年龄在18至65周岁,并有兴趣自愿参与此项临床药物观察,请您与中大医院呼吸内科张梅医生联系,额满即止。如果您符合条件顺利入选,中大医院将为您提供免费的检查和治疗药物以及健康指导。 通讯员 程守勤