



同曦主场险胜 肯帝亚客场完胜

双赢!

昨晚,CBA江苏两支球队同时赢球,缺少阿巴斯的同曦主场107:103险胜实力不俗的山西队,肯帝亚则在客场106:92大胜浙江稠州银行。

现代快报/ZAKER南京记者 沈忱/文 顾炜/摄



冯欣带领同曦险胜

冯欣给力,同曦两连胜

昨天同曦和山西队的比赛,赛前传出阿巴斯可能缺阵的消息,博彩公司开出了山西队让12.5分的盘口,无疑看好客队赢球。结果打出了血性的同曦在队长冯欣的带领下,爆冷以107:103力克对手,取得两连胜。

上轮客场比赛,阿巴斯最后时刻完成绝杀,但也付出了沉重的代价,因为腰部扭伤,阿巴斯缺席了本场比赛。而康宁汉姆则延续了上一场的良好状态,砍下38分5个篮板,其中罚球命中率明显提高,13罚10中。另外一名外援迪奥古则拿到25分10个篮板的两双成绩,唐正东则拿到14分14个篮板,队长冯欣交出16分5个篮板3次助攻的成绩单。

老胡发威,肯帝亚完胜

昨晚,江苏肯帝亚客场106:92战胜浙江稠州银行,这是肯帝亚本赛季第二次在客场赢球。

出战将近36分钟,胡雪峰昨晚拿下本土球员最多的13分,还贡献了全场最多的5次抢断。赛后,很多看了比赛的江苏球迷感叹道,“要说妖,在CBA没人能超过胡雪峰。”昨天比赛的第三节,胡雪峰连续两次抢断,阻止了浙江队的反击势头。而在球队被追成86:86的情况下,胡雪峰突破到内线,成功打了一次“2+1”,引导了球队的又一波进攻。

另外,马尚三分球14投7中,拿到全场最高的40分,萨缪尔贡献19分。

世青赛,国乒丢双冠

昨天,2016年乒乓球世青赛在南非开普敦结束了团体赛的争夺,最终中国女队不敌日本,屈居亚军,男队没能晋级决赛,这也是国乒自参赛以来首度无团体冠军入账。

由于正值中国乒超联赛期间,本次世青赛,国乒派出的都是以省队不打联赛的队员组成。“这样的结果(丢双冠)并不意外。”国乒女队主帅孔令辉在接受采访时说。尽管未派青

年主力参赛,但从伦敦奥运会开始,日本女队就已经成为国乒的主要对手,但孔令辉认为,中国队的训练体系和方式方法比日本队更强,“我们的整体实力很强,但我们的危机感也很强。东京奥运周期女队方面我们会在年轻运动员培养上下功夫,给年轻队员更多参赛和锻炼机会,也希望更多的年轻队员能涌现出来,参与到奥运会竞争中。” 综合

首届中华民族篮球赛南京赛区落幕

快报讯(记者 沈忱)昨天下午,2016梦幻西游杯·首届中华民族篮球公开赛南京赛区决赛,在位于南湖文体路上的黑曼巴篮球公园落幕。最终,灌腾体育队夺得冠军。

本项赛事的指导单位是国

家民族事务委员会和国家体育总局,比赛在全国各省、市、自治区的56个城市展开。南京赛区由南京市篮球协会承办,南京泓虞和众文化发展有限公司协办。昨天的比赛现场,章鱼TV还进行了网络直播。

老年眼底病不妨试试中医药膳

随着中国进入老龄化社会,一些老龄化疾病也随之凸显,老年性黄斑变性(AMD)就是常见病之一。老年性黄斑变性主要临床表现为视力下降、眼前黑影或视物变形。由于该病发展严重能够导致失明,因而早期明确诊断和治疗尤为重要。江苏省中医院眼科主任魏伟教授认为,除了积极治疗,应发挥中医药食同源的作用,科学合理膳食,积极预防老年眼底病的发生。

膳食原则

一、由于嗜食偏好而致痰湿蕴结的患者,全身可伴有胸膈胀满,肢体乏力等症状,宜多食用燥湿化痰之品,忌喜食油腻以防痰湿内聚。
二、老年人气虚不足以推动血行或气虚不能统摄血液,目失

所养,视力下降,而伴有头痛失眠,应当加以活血化瘀,行气消滞的药食,以助血行气。

三、肝肾亏虚的病人多见心烦失眠,手足心潮热,当多食滋肝养肾之品,而伴有虚火灼络表现的患者,当佐以滋阴降火的食物。

辨证配餐

一、痰湿蕴结证:嗜食偏好,视物昏朦,视物变形,全身可见胸膈胀满,眩晕心悸,肢体乏力。舌苔白腻或黄腻,脉沉滑或弦滑。宜选用燥湿化痰,软坚散结的食物。

半夏山药粥

原料:半夏30克,山药50克。
做法:半夏先煮半个小时,去渣取汁一大碗。山药研磨成粉,放入半夏汁内,煮沸搅成糊状即可食用。分3天早晚温服。

功能:燥湿化痰,消痞散结。方中半夏为燥湿化痰之药,山药能健脾益胃,以半夏燥湿化痰,以山药健脾运湿。

二、瘀血阻络证:视力下降,视物变形,伴有头痛失眠。舌质暗红,有瘀斑,苔薄,脉沉涩或弦涩。宜选用活血化瘀,行气消滞的食物。

枸杞桃仁鸡丁

原料:枸杞子90克,桃仁50克,核桃仁150克,嫩鸡肉600克。
做法:枸杞子择后洗净,核桃仁用开水浸泡去皮,嫩鸡肉用盐、味精、白砂糖、胡椒粉、鸡汤、芝麻油、湿淀粉各适量兑成汁,炒熟食用。

功能:补气养血,滋肝益肾,明目健身。方中枸杞子补肝益肾明目,桃仁活血祛瘀,核桃仁补

肾益精,鸡肉温中益气,补精添髓。可以治疗瘀血阻络的老年性黄斑变性,表现为视物昏花、神疲乏力、咳嗽气喘等症,并且兼以补益气血。

三、肝肾阴虚证:视物模糊,视物变形,眼底可见黄斑区少量出血或陈旧渗出,中心凹光反射减弱或消失;常伴有心烦失眠,手足心潮热。舌红少苔,脉细数。宜滋补肝肾。

枸杞猪肝汤

原料:猪肝100-200克,枸杞子50-100克。
做法:加水共煮。勿过煮,淡食,食肝饮汤。

功能:补肝肾,益精血。猪肝养肝明目,枸杞子补益肝肾,可以增强视力,改善视功能。

通讯员 冯瑶

二孩时代 你准备好了吗?

两孩政策全面放开以后,南京市妇幼保健院生殖医学中心每天都有大量的患者来就诊。今年已经40岁的李女士满脸幸福,她怀抱婴儿,在病友羡慕的目光中走进诊室。六年前她和丈夫因为不孕症慕名前来求子,在辅助生殖技术的帮助下已经顺利诞下一个可爱的宝宝,并冻存了多余的胚胎。两孩政策放开后,她想着把自己剩下的“宝贝”在生殖中心安睡了六年,但解冻后依然生机勃勃,种植之后茁壮成长,如今李女士美梦成真,两个健康的娃娃让他们的大家庭其乐融融。

随着二孩时代的来临,越来越多的家庭考虑再生一个。2016年9月,国家卫生计生委发布通知,今后患者夫妇在医疗机构接受人类辅助生殖技术治疗时,不需要再提供生育证明,手续已简化。因此,南京市妇幼保健院生殖医学中心凌秀凤主任门诊中寻求试管婴儿技术帮助的女性人数激增,且年龄40岁以上者居多,有的甚至接近50岁。通过电话和门诊咨询冷冻胚胎情况、准备再次移植的夫妇也络绎不绝。截至今年10月,南京市妇幼保健院生殖医学中心门诊量接近15万,新鲜取卵周期近2600例,冻胚解冻移植周期近2500例,妊娠率接近70%。据了解,中心拥有胚胎冷冻、保存、复苏的先进技术、遗传学诊断的领先技术,可以为每一位患者制定“个体化”方案,提供最专业的生育指导。

凌秀凤主任建议,高龄夫妇在实施试管婴儿前或者二次生育助孕时,必须接受身体健康检查,了解女方身体状况,有无高血压、糖尿病或消化道等疾病,前次剖宫产者还需要了解疤痕愈合情况,排除试管及妊娠禁忌症;必要时还需进行植入前遗传学筛查/诊断(即三代试管婴儿),以保障高龄女性孕期安全、提高健康宝宝的出生率。

通讯员 孔晓明

微创种植即刻“长”新牙 “重筑”老年人健康防线

拨打84783644参加微创即刻种植牙国际交流分享会,可领取羊绒围巾

上周,本报联合康贝佳口腔医院举办的ALL-ON-4种牙直播取得了成功,该院口腔种植科主任胡华分用了4颗种植体就为李先生恢复了半口牙。为帮更多市民摆脱缺牙困扰,本报联合康贝佳口腔医院将于12月23日举办“微创即刻种植牙国际交流分享会暨千人答谢盛典”,并邀请韩国WISE齿科院长、奥齿泰技术培训师、种植牙专家任势雄来宁亲诊,读者可拨打热线84783644咨询预约。

通讯员 左丽

百人见证“任势雄速度” 快速种好4颗牙

提起任势雄,很多缺牙患者印象深刻。他曾3次来宁举行种植牙手术直播,10月份开展的是难度系数更高的多颗牙缺失手术直播。仅用了10分钟,他就帮直播案例林先生种好了4颗牙,全程几乎没有出血,创口只有3-4毫米,再次刷新了种牙速度纪录。

缺牙导致身体差倍显著 即刻种牙“找回”健康更年轻

今年68岁的苗阿姨,由于牙周炎,到今年初嘴里仅剩七八颗残根,一日三餐基本以流食为主。因为营养跟不上,这两年她不仅瘦了近20斤,身体也大不如前。女儿看到母亲的状况非常担忧,经过对比,她带母亲到康贝佳口腔医院找任势雄种牙。任势

雄采用了微创即刻种植牙技术,在微创拔除残根的同时即刻植入种植体,很快就帮苗阿姨恢复了一口好牙,平均两三分钟一颗,而且几乎没有疼痛。“现在我想吃就吃,而且有了牙想吃东西更有趣,营养吸收好,大家都说我显得年轻了!”阿姨开心地说。

轻松摆脱缺牙困扰 离不开医疗机构的综合实力

任势雄擅长的微创即刻种植牙,拔牙种牙可一次完成,仅需在牙龈上环切出3-4毫米的切口,即可植入人工牙根,5分钟左右就能种好一颗牙,将创伤降低到极小程度,大大减少了肿痛和出血量,大幅缩短了种牙时间。对于骨量达不到要求的,采用独有的骨挤压技术,不仅免去了植骨的痛苦,还节省了费用。

任势雄表示,微创即刻种植

牙是对口腔医疗机构综合实力的一次全面考量,拥有经验丰富的种植牙医生只是满足了开展微创种植项目的基本条件,还必须要有其他相关科室的协作,有高端精密的牙科诊疗设备的配合。

活动链接 “微创即刻种植牙”国际交流分享会暨千人答谢盛典

时间:12月23日13:00

地点:南京工业大学大礼堂(新模范马路30号),报名参加活动可领取价值328元的羊绒围巾一条(限前1000名),更有30颗欧韩品牌种植体、40颗品牌牙冠免费送,现场还有种植牙现金抵用券、千元蚕丝被、高档羊毛被、折叠购物车等大奖抽取。

本报咨询预约热线:84783644



讲座预告

12月6日有冬季 预防脑血管病讲座

冬季是脑血管病的高发季节,在我国,每年都有300万人发病,60%以上致残。为使广大市民平安过冬,江苏省第二中医院脑病科将于12月6日下午举行“冬季预防脑血管病”讲座。届时将有脑病科盛蕾主任、脑外科张康主任讲解冬季如何预防脑血管病及脑出血的防治,并进行现场答疑解惑。欢迎广大市民朋友前来参加。

时间:2016年12月6日(周二)14:00

地点:江苏省第二中医院C楼学术报告厅2楼

报名电话:现代快报读者热线96060

通讯员 朱晓琳