



天冷了,膏方保健热起来

专家:服用前这些知识点要掌握

随着健康养生意识的不断提升,越来越多的市民朋友开始选择立冬后调配膏方进补,“三九补一补,来年可打虎”已成为锡城市民耳熟能详的口头禅。日前,无锡多家医院也已经开始向市民朋友们推广膏方,记者从无锡三院了解到,其实吃膏方也有很多讲究。

朱鲸润

▶往年三院膏方节受市民青睐 医院供图

膏方养生历史悠久

膏方,又称膏滋、膏剂,是中医根据人的体质和症状、舌苔、脉象等精选出合适的方药,再由专业药师将所选药物浓煎后掺入辅料制作而成的一种既可补虚又可疗疾的药物,其历史悠久,是中医常用八种剂型——丸、散、膏、丹、汤、酒、露、锭之一,在中医药发展史上占有非常重要的地位。

膏方到底有哪些疗效呢?无锡三院专家表示,膏方可调和阴阳,补益气血,滋补脏腑,补虚泻实,对于易疲劳、易感冒、早衰、气血亏虚脸色晦暗、稍用脑则头昏头胀、稍劳心则心悸失眠、稍饮食不慎则胃



肠道不适等亚健康状态人群最能使其从中获益;膏方可以补虚,可以治病,对很多慢性病都可进行调理,防止其加重或变化。

如何服用大有讲究

吃膏方的时间也是有讲究的,无锡三院专家告诉记者,罐装的膏方可用干燥小勺挖出,放入温开水中搅拌烊化后服用。也可取一小块含于口中,待其融化后咽下。一般来说,膏方推荐空腹服用,这时胃肠空虚,可使药力精纯发挥而不受食物干扰。但对于特殊的病人也可调整时间,如脾胃功能虚弱的患者可选择饭后服用,而失眠的患者可选择临睡前

半小时服用。

“私人定制”很受欢迎

一料膏方的服用时间通常在一到两个月左右,由于膏方不含防腐剂,平时需放在冰箱里冷藏,开封后建议在1~2周内尽快服完。

据了解,自2016年以来,无锡三院养生膏方节每年都在升温,已成为锡城百姓健康管理的优质品牌。一人一方的“私人定制”膏方调理广受欢迎,12月8日,无锡三院冬季养生膏方节将如约而至,来自北京、南京等地的专家又将齐聚三院,为市民把脉诊疗、定制膏方,辩证养生。有需求的市民可以联系医院进行预约。



“小飞龙”注意 交警给你写信了

日前,无锡交警向社会公开给“小飞龙”驾驶人的一封信,从现在起开展“小飞龙”专项整治工作。2019年1月1日起,驾驶非标电动(燃油)三、四轮车辆上道路行驶的,公安机关将依法收缴车辆,强制报废;对无驾驶证的,将依法处两千元罚款,并处15日拘留;对扰乱公共秩序或阻碍依法执行职务的,将予以治安处罚;构成犯罪的,依法追究刑事责任。朱鲸润/文 交警供图

突发心梗,64分钟“生命接力”

今天是心梗救治日,因心肌梗死而发生猝死的新闻报道近年来已屡见不鲜。急性心肌梗死的最佳救治时间为发病后的2小时,俗称“黄金120分钟”,若能在120分钟内打通堵塞血管,恢复心肌的血液供应,绝大多数心肌可以免于坏死。近日,江大附院(无锡四院)成功抢救一心肌梗死患者,从发病到开通血管,仅用时64分钟。

朱鲸润

64分钟“生命接力”

当天10:04,患者突发剧烈胸痛,拨打120紧急就医。

10:08,院前急救人员赶到,急查心电图初步判断为“心肌梗

死”,立即进行用药、吸氧、补液等急救措施。

10:13,院前急救人员通过“江大附院胸痛中心微信群”上传患者信息、心电图、治疗措施等信息,并通过医院做好相应准备。

10:20,患者到达附院急诊科,心内科医生早已在此等候。经进一步检查,被确诊为“超急性期前壁心肌梗死”,必须在最短时间内行急诊冠状动脉介入术(急诊PCI术),开通血管,最大限度挽救濒死心肌。医院第一时间开通“绿色通道”,为患者垫付费用。

10:45,经术前沟通、签字后,患者通过胸痛“绿色通道”,进入导管室,行急诊PCI术。

11:08,导丝通过“罪犯血管”病变处,并予球囊扩张,冠状动脉恢复供血,“生命通道”重新打开。从送入急诊抢救室,到开通心脏

闭塞血管,医院仅用时48分钟,远低于国际要求的90分钟标准。

牢记“两个120”

据了解,许多心梗患者在到达医院时已挣扎在生死边缘,任何不必要的就医流程都会耽误治疗的最佳时机。医务人员能够在这场“生命接力”中跑赢死神,主要得益于院前院内无缝衔接、畅通的急救“绿色通道”及介入团队扎实过硬的专业功底。

江大附院(无锡四院)心血管内科副主任过晶表示,此次成功救治还与患者良好的自救意识和遵医行为有关,她提醒说,心肌梗死发作时,一定要牢记“两个120”观念:在发病时及时拨打120,并在120分钟“黄金时间”内快速转运到具有介入资质的医院接受正规治疗,以提高抢救成功率。

华士镇惠民举措送上门

日前,江阴华士镇陆桥社区的赵永良老人拿着一张手写的感谢信来到镇政务服务大厅,指名道姓要交给窗口工作人员朱胜宗。老人激动地说:“我以前对集成改革没有概念,现在对这项工作有了感受,集成改革为我提供了贴心帮助,也让我家迎来了新的希望。”

原来,赵永良家境困难,一家人都指望着他的退休工资过日子。由于退休证明资料不全,致使他的退休手续迟迟无法得到落实。在得知

老人出行办理也不方便后,镇政府服务中心派朱胜宗上门“巡诊”。针对老人退休材料不全的情况,朱胜宗还专门跑到市政务服务大厅面对接解决办法。经过他与相关部门的齐心努力,老人的退休证明材料补齐了,退休手续也顺利办成。

从“坐堂候诊”为群众办事,转变为“主动登门”为群众解忧,华士镇创新政务服务将惠民举措送到群众心坎上,从而带给群众更多获得感。

陈敏

“黑广播”播放非法广告牟利被查

近日,接到无线电爱好者举报,无锡市文广新局在江阴查处了一起企图搭“双11”全民购物季,播放非法医药广告牟利的“黑广播”。

据了解,11月11日,接到无线电爱好者举报,无锡市文广新局迅速联合市经信委、市无线电监测站、江阴市公安局组织联合执法行

动,对该频点进行监测,确定为播放非法医药广告牟利的“黑广播”,设置于江阴市毗陵东路天虹苑小区3号的顶楼。

不法分子企图搭“双11”全民购物便车误导消费者,推销违法违规药品牟利。执法人员现场对违法发射设备进行了拆除和收缴。

车间里上演“吸金大法”

上班时,意外发现单位里竟然有黄金,并且就在眼前,他心动了!李某某是无锡某电子公司生产制造部班长,前不久,他便在工作中发现公司的镀金槽里“有黄金”,于是开始动起歪脑筋,施展了一番“吸金大法”……

李某某将吸金纸放入公司镀金槽溶液内用于吸附黄金,再将吸金纸交由同伙周某(已另案处理)进行去杂质、溶解、提炼,并出售给周某。“吸金纸”实际上是镍网,比A4纸略小,是一张灰色细密的金属

网,通过化学反应“吸”到金子后呈现黄色。据了解,在2016年11月至2018年1月短短的一年多,李某某利用自身职务上的便利,伙同周某通过“吸金”“提纯”之法,多次窃取公司黄金,累计获利60余万元。

在审理过程中,被告人李某某与公司达成赔偿协议,并履行完毕。公司对李某某的行为表示谅解,请求对其从轻处罚。前不久,无锡市新吴法院作出宣判,被告人李某某犯职务侵占罪,判处有期徒刑一年九个月。

朱鲸润

双色球今晚开奖 奖池10.84亿 本期头奖派奖2500万

双色球10亿元大派奖,4元胆拖或复式可中1500万。本期号码预测分析:上期和值为60点,大幅下滑,本期关注和值反弹回升,区间在95~120之间。上期落号开出1枚,落号连续13期开出,本期关注1、3尾数1~2枚落号开出。上期连号开出1组,连号连续12期后开出,后期

有走热趋势,本期关注中部区域二连号。上期蓝球开出16,本期应关注2路大号开出。

本期综合推荐:(10+2)05、08、10、13、17、19、22、28、29、32+11、14。(仅供参考)

高艺



无锡华东拍卖有限公司 拍卖公告

受委托,本公司定于2018年11月27日上午10:00对中型普通货车(苏B-95896)进行公开拍卖,车辆登记日期:2011年6月。

一、拍卖地点:无锡市解放东路900号505室

二、看样及咨询:公告之日起接受咨询、预约看样。

三、参拍办法:凡有意参拍者请于2018年11月26日15时前携有效证件和复印件及参拍保证金5000元/辆到本公司办理登记手续。

四、联系方式:85217983

13812503598 吴先生

公司地址:无锡市解放东路900号505室

2018年11月20日