

女人，请学会和身体约会

身体发出的健康警报

●常常感到头晕乏力、出虚汗，这个症状来临往往是在下午。这是低血糖的表现。

一般情况下，低血糖患者可通过补充糖水、奶类、巧克力等食物缓解症状。糖尿病患者应注意降糖药过量引起的低血糖，糖尿病性酸中毒也常有这些表现。

腔炎、附件炎、阴道炎等妇科疾病，也是造成痛经的主要原因。

●胃痛。
可由长期生活和饮食不规律、工作紧张、精神压力大引起，还可由幽门螺旋菌引起，严重时可能造成胃溃疡、胃出血、胃穿孔等。

●急性焦虑症的表现。
有些人会在特定的场合出现头晕、恶心、面色苍白、手脚冰凉、出虚汗并伴有心律紊乱等现象，而各项检查却基本正常。这时候你可以去心理科接受检查，因为这有可能是急性焦虑症发作的表现。

身体表征解读

痘痘的位置：

- 额头出现痘痘，代表心火旺、血液循环有问题。
- 痘痘如果长在鼻子上，代表脊椎骨、消化系统或生殖系统可能出现了问题。
- 下巴上长痘痘，表

示肾功能受损或内分泌失调。

●如果痘痘出现在脸颊上，可能是肝功能不顺畅，也可能是肺部功能失常。

指甲的变化：

- 指甲过白，可能是慢性贫血或肝、肾有问题。
- 出现白斑、容易破裂或过黄，表示缺乏锌、铁和维生素E，应及时补充。
- 指甲凹凸不平，出现一道道条纹，可能是肝不好。

唇色：

- 健康的唇色是粉红色的，如果唇色不正常，可能是健康状况不好。
- 唇色苍白，有可能是贫血所致。
- 唇色青紫，若非因为天气过于寒冷，有可能是有贫血或心脏方面的问题。
- 唇色淡黄，若脸色、眼白一样呈黄色，可能是肝功能不好。
- 唇色红紫，若非发烧或一氧化碳中毒，就可能患有心脏病、肺病、心脏衰弱等迹象。(尼 蔓)



急慢性胆囊炎手术应慎重

急慢性胆囊炎是因细菌感染，高浓缩胆汁反流入胆囊的化学性刺激所引起的胆囊炎性疾病，发作时伴有胆绞痛、呕吐、黄疸等症状。慢性胆囊炎多为急性未治愈之遗患，对此很多人选择手术。近日，专家提醒急性慢性胆囊炎患者选择手术应该慎重。

手术都有严格的适应症，用之不当反而会造无穷祸患。为此专家提醒，较大的结石梗阻才是胆囊炎手术的适应症。对于大多数胆囊炎患者而言，服用消炎利胆的中药则是很好的选择。

白云山消炎利胆片是目前治疗急慢性胆囊炎、胆道炎的首选药物，它因疗效显著，质量稳定，副作用小而深受患者好评，被称为“现代利胆首选良药”，被列入国家基本医疗保险药品目录。

在服务上，白云山中药因与华人首富李嘉诚先生合作而实力大增，白云山和黄中药每年斥资8000万元，与各地药店联手，在全国推出6600家“永不过期”药店；凡购买白云山中药，均可以旧换新，这意味着白云山和黄中药将“永不过期”。

去年公司设立自主创新基金3000万元，在中药抗菌消炎药领域不断加大研究力度，白云山消炎利胆片独家采用双频超声强化萃取技术生产，中药有效成分快速溶出，提取时间较传统方法缩短70%以上，并且提取更充分，有效成分比传统方法提高了3-5倍，从而使白云山消炎利胆片具备了短时、高效的特点。白云山和黄中药在中药现代化方面的突出成绩也得到李嘉诚先生的肯定。

白癜风患者应少吃西红柿、橙子

富含维生素C的食物如西红柿、橙子等会加重白癜风患者的病情，患者应少吃。白癜风患者治疗时往往重“外”不重“内”，忽视口服药。外用药固然重要，但内部调理也不可忽视，否则表面改善后又迅速复发。采用局部移植也是不可取的，根本上没有得到治疗，移植后反而延误病情。专家认为，只要规范治疗，从增加色素和调整内分泌、提高免疫力入手是可以摆脱白癜风的。

垂询电话：3976644 3322774



一汽丰田安阳裕达4S店隆重开业



http://www.ftms.com.cn 丰田汽车顾客服务中心: 800-8101210(免费)或010-64629300

为庆祝开业、回馈客户,特在8月15日~9月25日推出多项促销活动!

安阳裕达丰田

销售热线: 0372-2666666
24小时救援服务: 0372-2999999

地址: 安阳开发区文昌大道中段(交警支队西)

详情请致电咨询



CROWN皇冠 REIZ锐志 PRIUS普锐斯 COROLLA卡罗拉 COROLLA EX花冠 VIDS威驰 LAND CRUISER陆地巡洋舰 PRADO普拉多 COASTER柯斯达



老人常常告诫我们：“不要生气，生气会变丑。”

最近一位科学家发现，把人呼出的气体渗入一种液体，人平静时液体无明显变化，人伤心时液体则会产生白色沉淀，而人生气时液体会变得浑浊不清。一份科学报告指出，人在生气时的分泌物可以毒死一只老鼠。依此计算，一个人如果生气5分钟消耗的体能不亚于2公里长跑所消耗的体能。科学家因此得出结论：人在很大程度上不是老死的，而是被气死的！

我们应该培养我们的心理素质，使之泰然自若，平静如水。

(于杰)

生气引发八大疾病

人人都知道生气对身体不好，可你是否真的了解这小小的情绪会引起哪些疾病？

1.长色斑。生气时，血液大量涌向头部，因此血液中的氧气会减少，毒素会增多。而毒素会刺激毛囊，引起毛囊周围程度不等的炎症，从而出现色斑问题。

2.脑细胞衰老加速。大量血液涌向大脑，会使脑血管的压力增加。这时血液中含有的毒素最多，氧气最少。

3.胃溃疡。生气会引起交感神经兴奋，并直接作

用于心脏和血管，使胃肠中的血流量减少、蠕动减慢，使人食欲变差，严重时还会引起胃溃疡。

4.心肌缺氧。大量的血液冲向大脑和面部，会使供应心脏的血液减少而造成心肌缺氧。人生气时心脏为了满足身体需要，只好加倍工作，于是心跳更加不规律，也就更致命。

5.伤肝。生气时，人体会分泌一种叫“儿茶酚胺”的物质，作用于中枢神经系统，使血糖升高，脂肪酸分解加强，血液和肝细胞内的毒素会相应增加。

6.引发甲亢。生气令内分泌系统紊乱，使甲状腺分泌的激素增加，久而久之，会引发甲亢。

7.伤肺。情绪冲动时，呼吸就会急促，甚至会出现过度换气的现象。肺泡不停扩张，没时间收缩，也就得不到应有的放松和休息，从而危害肺的健康。

8.损害免疫系统。生气时，大脑会命令身体制造一种由胆固醇转化而来的皮质固醇。这类物质如果在体内积累过多，就会阻碍免疫细胞的运作，使身体的抵抗力下降。

(李荣生)