

西方人为啥不坐月子?

凯特王妃短裙亮相的举动引发了人们对月子的感叹,西方人为什么不坐月子?坐月子到底科不科学?临沂市中医院生殖医学科主任张凌翔表示,月子的争论涉及到传统生活方式和现代新观念,传统中医是以养生为主的学问,而在西方几乎没有养生之说。坐不坐月子要根据每个人的体质来。

本报记者 刘婷

体质差异导致中西月子不同

“从总体来看,西方人和中国人的饮食结构不同,西方以奶制品,肉为主要食物,热量更高些,体内的‘火’也就更旺些。而中国人的饮食结构多为五谷杂粮和蔬菜,饮食清淡,所以中国人的体质是收敛的力度大于宣发的力度。一般情况下,中国人的骨节是闭合的,而产后,随着骨盆的打开,产妇全身上下

的筋骨腠理都处于一种开放松弛的状态。这时,风寒就容易趁虚而入。月子结束时,产妇的骨盆和全身的筋骨腠理都会逐渐恢复到正常的闭合状态。”张凌翔说。

此外,西方人普遍比中国人爱运动,整体来说西方女性的体质更好一些,所以不太注重产后调养,“尽管体质上有差异,但不论是东方人还是西方人,怀孕期间身体的变化都是一样的,生完孩子都必须进行休养。”张凌翔说。

文化差异导致西方人不认同月子

中国人讲究养生,但西方人很少有这方面的概念。中西医理论

的差异也导致了月子文化的差异。西医更多的是关注如何去除病灶,而很少分析病根的成因,他们从来就没有把女人上岁数后得的关节性疾病跟数十年前生产后的不坐月子相联系,自然不会有坐月子的习俗。

中医有着三千多年的悠久历史,主张调动人体自身的免疫系统和循环系统来防止疾病发生。中医发现,女性产后体质虚弱,如果调理不当,会诱发很多其他疾病,并影响此后一生的健康。因此,提倡女性产后一定要经过休和调理,这也就有了“坐月子”的说法。

西方人也要“坐月子”

并非所有的西方女性都跟凯特王妃一样强悍,加利福尼亚的华人王卿说,西方人并非跟网上盛传的那样生完孩子接着上班,她们也要经过一段时间休息,只是饮食等方面没有中国人那么讲究。“我们注重喝汤,吃肉来增加营养,而且杜绝吃凉的食物,但西方人认为只要营养均衡,想吃什么都行。但就休息来说,西方人同样需要休息。”王卿说。

那么其他国家的人都是如何“坐月子”的?英国女性生完孩子3小时后可以洗澡,24小时就可以外出散步。除非产妇体质虚弱,英国医生对于产后母亲的休息和饮食没有特别要求。在法国,医生会开一些补血的药,医生更强调孕妇通过食物进行补血。

自驾游火热招募中

项王故里、三台山花海一日游

阵雨过后,一片艳阳,鲁南商报车友会本周日自驾项王故里、三台山花海,带你领略霸王风采,漫步三台山的花海。

项王故里是西楚霸王项羽的出生地,坐落于宿迁市区南部,古黄河与大运河之间。景区内大片的仿汉建筑气势宏伟,用塑像群、场景布置等各种手法展现和项羽有关的故事,又有不少互动游戏。项王故里是一个人造景点,所以若是想访古,恐怕要失望,若是带着孩子来寓教于乐,增长点历史知识,倒是很不错。

项王故里的大门开在西南边,造成城门的模样,门前霸王骑马雕塑是很受游人欢迎的合影对象。步入大门,登临城门,可以拍到磅礴的景区全景。在景区内可以看看露天的雕塑群,项王故居里的饮马槽后与乌骓马石像,室内的鸿门宴场景等。作为一个具有娱乐性的景区,你也可以去盖世楼里看一场4D电影,需要20元景区通用铜币,通用钱币在买门票的时候会送,当然免票群体就没有这样的待遇了,只能自掏腰包另买电影票;或者看看具有楚国风韵的表演;到项王射箭场射箭玩。景区还有一些更无厘头的设置,比如古今馆里能看机器人,甚至还有露天的楚霸王机器人。

自驾费用:70元/人(包含项王故里门票80元,三台山门票30元,午餐30元)1.2米—1.4米儿童50元/人,1.2米以下收餐费30元。

集合地点:罗庄高速路口;集合时间:本周日(5月17日)早上七点;报名电话:13165390018。

记者 王一琳

临沂市皮肤病医院：您最可信赖的微整形医院

微整形,即通过微创或无创的手段对特定人群实施细微调整以达到健康态,和谐态和年轻态,与传统整形手术相辅相成。随着经济的发展,非手术治疗逐渐升高,这是国际上的趋势,目前最受国人关注的莫过于肉毒素和玻尿酸等产品的注射式美容。

肉毒素在微整形中的应用,具有安全性高、功用多、效果好,无需休息等优点;玻尿酸是人体本来就有的,是一个天然锁水因子,在微整形中的应

用也十分广泛,可对面部做精细化美容,效果是立竿见影的,因此越来越多的医生和爱美人士选择注射肉毒素和玻尿酸来实现健康化和年轻化。

当然,注射肉毒素和玻尿酸也会存在一定风险,如果医生技术水平有限,常会导致双侧的不对称,面部表情僵硬,甚至局部血管栓塞坏死等治疗风险。如果使用假冒的肉毒素,则可能是无效的,甚或产生中毒、过敏等反应。使用假冒的填充剂,则可能出现的结果是吸收

很快,或者多年不吸收,容易形成硬结、肉芽肿等等并发症。一旦发生并发症,处理起来非常棘手。因此,建议广大求美者,为有效规避医疗风险,请一定要到正规医院治疗,使用正规来源药品,并且寻找经过专业培训,熟悉解剖的整形外科医生来操作。

临沂市皮肤病医院,是直属临沂市卫生局管理的市级非营利性医疗机构,旗下的医学美容科成立于1992年,全部由资深整形美容医生坐诊,可常年开展各类医学整形手术。手术团队所有医师均曾多次

皮肤瘙痒有绝招

孙思邈去痒拔毒方, 历经千年重见天日

药王台地方志,孙思邈隐居于陕西境内药王台,这里每年农历二月二都会举行盛大庙会,这一天孙思邈就会亲自问诊,发放中药。其中每年必发的就是止痒奇方,密治黄药膏,在当时可谓止痒一绝,任何奇痒痒病,只要一抹这黄药膏,3秒立即止痒,效果神奇。从那时起,能止痒拔毒的黄药膏成为药王台的独门秘方,历经千年流传了下来。奇方被孙思邈载入《千金药方》中。

俗话说,痛不死人痒死人,奇痒难耐,抓破皮,挠出血,用针扎,刀背刮,热水烫,打针吃药抹激素,方法用尽痒痒难止,痒的揪心刺骨,彻夜难眠,去痒拔毒膏,纯中药制剂,无毒副作用,通过细胞破壁和超真空分离提取,药物活性强,吸收好,穿透性强,见效快,各种痒痒皆对症,老人孩子均可放心使用,无论春夏过敏痒,脚气钻心痒,皮炎灼热痒,顽固湿疹,糜烂痒,风疙瘩甯着痒,还是脱皮干痒,糖尿病全身痒,阴囊湿痒,肛门痒等,只要抹上去氧拔毒膏止痒效果明显,去痒拔毒膏祛除体内风寒,湿,热,燥,火及菌虫等七类毒素,

去痒拔毒膏,止痒更治痒。皮肤痒痒是风邪,湿邪,燥邪,火邪,及菌虫等邪毒侵入体内所致。去痒拔毒膏,活血化淤,清理血毒,清热利表,祛湿灭痰,有的人一抹就止痒,还会感到从皮肤里冒出丝丝凉气或渗透出一层珠状液体,或皮肤发红或出现异物粘稠物,这就是去痒拔毒膏去毒绝招。让皮肤痒痒痛苦有望得到缓解。也适于皮炎,湿疹,皮癣,皮肤过敏,荨麻疹,疥疮,甘样脱皮,皮癣脱皮,疱疹糜烂破皮,还有常用激素导致色素沉着及粗糙肥厚的皮肤。去痒拔毒膏,止痒更治痒,使你原来病变的皮肤变得靓丽如新。

千年药王台 祛痒绝世方
去痒拔毒 一抹去痒

皮肤痒痒,久治不愈的患者请拔:
400-998-3361
0536-8934788 8974688
全国免费邮寄,货到付款。地址:潍坊维康来大药店

遗失声明

●本人岳德传在2015年3月14日到翔宇世泰汽车销售公司交5000定金,现收据(7189836)丢失,此票据作废,特此声明

●徐鹏程,身份证(号码:371324199810278315)丢失,声明作废

●田忠侠,身份证(号码:37132419900418834X)丢失,声明作废

●潘松,上岗证,驾驶证丢失,号码371328198407083519,声明作废

●临沂市润德隆运输有限公司鲁Q0671A二级维护卡营运证丢失,声明作废

●临沂铁路厢式货运有限公司,鲁Q4308A二级维护卡丢失,声明作废

●临沂市宏祥汽车运输有限公司,鲁Q6450w鲁Q935w挂永泰鲁Qqp06挂营运证二级维护卡一并丢失,声明作废

●临沂佰祥运输有限公司,鲁Qs0278鲁Qcw18挂鲁Qs3652鲁Qsa05挂鲁Qs4551鲁QsF97挂鲁Qc6893鲁Q8c81挂鲁Qs2800营运证二级维护卡一并挂失

●临沂盛鑫运输公司,鲁Qs0672鲁Qs4355新顺

鲁Qc2809鲁Q159s挂博骏鲁QD3162营运证二级维护卡一并丢失,声明作废

●临沂宇联运输有限公司鲁Q2529W二级维护卡丢失,刘学忠,鲁QC1711营运证丢失,声明作废

●赵焕青,驾驶证丢失,驾驶证号:371302198407093430,声明作废

●临沂豪壮工程机械有限公司,王存英,车牌号鲁Q8A409:鲁QK8509:鲁Q60V89保险标志贴丢失,保单号分别为:PDZA2015371300000024391;PDZA2015371300000024394;PDZA2014371300001050633,声明作废

●临沂市顺驰运输有限公司,鲁QAW85挂行车证,营运证丢失,声明作废

●临沂市途顺汽车运输有限责任公司,鲁QD5589营运证二级维护卡371312302948丢失,声明作废

●临沂市途顺汽车运输有限责任公司,鲁QD6165营运证二级维护卡371312307782丢失,声明作废

●姜静身份证371302199401163447丢失,声明作废

●临沂市河东区郑旺镇鑫乡农药店营业执照正,副本丢失,注册号:371312300010763声明

作废

●河东区绿野特种动物养殖专业合作社,法人代表:张连忠,营业执照副本丢失,注册号:371312NA000255X声明作废

●沂水县联合养猪专业合作社营业执照正本丢失,注册号:371323NA000211X声明作废

●尹荣宝保险标志丢失,内名贴811100140201326097声明作废

●鲁QYV460车辆登记证书,行驶证,号牌等一切手续丢失,声明作废

●刘伟身身份证,驾驶证3713021982093031618一并丢失,声明作废

●王磊驾驶证371322198303280739丢失,声明作废

●平邑县现堂蛋鸡养殖专业合作社,营业执照正本副本丢失,注册号:371326NA001082X声明作废

●临沐县鸿威武术学校组织机构代码副本丢失,代码06593077-8,登记号:组代管371329-002652-2声明作废

●蒙阴县姿铜百货商店,法人,赵艳,个体工商户营业执照正本丢失,注册号:37132860087888声明作废

●王安彬轻型普通货车鲁QW976K登记证书,行驶证,车牌丢失,声明作废

●临沂天一餐饮管理有限公司,组织机构代码证正,副本及IC卡丢失,代码68948511-5声明作废

●郯城捷安客运出租有限公司所属鲁Q062LG道路运输证及张可阳从业资格证3713220010015016985丢失,声明作废

●曹兴东,郯城县兴东银杏苗圃场,营业执照副本丢失,注册号371322600143295声明作废

●乔纪锋驾驶证372822196507073431丢失,声明作废

●张善涛身份证372801197101046911丢失,声明作废

●吕娜,二级建造师注册证书丢失,编号:鲁213131408089声明作废

●王长玲,超凡手套厂,个体营业执照正,副本丢失,注册号371326600286513声明作废

●临沂市奥翔运输有限公司,鲁Q765A挂营运证丢失,声明作废

●临沂市如恒运输有限公司鲁Q6851W营运证二级维护卡丢失,声明作废

地址:金雀山路六号新闻大厦16楼
电话:13792407750

诚招各县区代办点