

不少商家提前到处吆喝

保健品也“盯上”了中秋佳节

中秋节马上就要到了,记者近日走访市场发现,月饼作为中秋节代表性商品,已抢占各大超市和商场的主导地位,与中秋节市场相关的茶叶、红酒、保健品等商品的销售也开始预热。

“您打算送给什么人?”记者刚刚走近保健品专柜,几名销售人员开始纷纷招呼记者过去,并不停吆喝自己所负责的产品。“这种营养粉不含胆固醇,最适合老人服用!”、“这种燕窝开盖即食,方便营养,很

适合送给家里的长辈!”、“这种营养品包装大气,送礼绝对有面子……”

如何在鱼龙混杂的保健品市场,正确的购买和使用保健品呢?记者就此问题采访了食品药品监督管理局办公室主任徐唐超。

徐唐超称,买保健品首先要看清标识。保健食品的标志为天蓝色“蓝帽”专用标志,与批准文号上下或并列排列,此外,消费者还要看清文号。

“保健食品对于降血压、降血脂、

降血糖仅起到辅助调节作用,患有高血压、高血脂、糖尿病的病人,服用保健食品的同时,不能随意停止服用药品,遇到问题谨遵医嘱。”徐唐超提醒消费者,市民除了要看清保健功能和适用人群,购买时务必要到正规的经营场所购买,一定要索取购货凭据或发票。“目前保健品广告繁多,千万不要轻信广告宣传。如有疑问,可以进入国家食品药品监督管理局数据查询网站,查询保健食品批号。”徐唐超最后强调。

(叶子)

中医“三伏贴”还要火几天

专家:不能代替日常治疗

本报讯(记者 叶子)8月7日上午,记者在咸安区中医医院中医科看到了很多预约“三伏贴”的市民。据了解,当日是“三伏贴”第三贴的时间。

“三伏贴是一种传统中医的治疗方法。”区中医医院一何姓医生介绍,在一年之中最热的三伏天以辛温祛寒药物贴在不同穴位进行治疗,主要适用于治疗慢性病及虚寒症。何医生告诉记者,小儿哮喘、反复呼吸道感染、过敏性鼻炎、

鼻窦炎等儿童疾病也可以采用“冬病夏治”方法进行治疗。此外,脾胃虚寒、慢性肠炎等消化系统疾病和部分骨关节病也适用。

近年来很多市民纷纷加入以“三伏贴”治疗慢性病的行列中,但何医生告诉记者,“三伏贴”仅仅是疾病治疗的一种辅助手段,不能完全代替其他治疗手段。

“近年来有不少急症期病人,也赶到医院要求‘冬病夏治’,并寄望于敷贴后能药到病除,这是非常错误的

一种做法。”何医生提醒,“冬病夏治”不是治疗慢性病的特效疗法,有病史者可以缓解症状和减少发病次数,但绝不是根治性手段,原本正在服药的慢性病患者不要盲目减药、停药。

何医生提醒市民,在炎热的夏天,“三伏贴”使用者在治疗期间应尽量避免开空调,饮食上还需忌辛辣、刺激性的食物。同时,由于“三伏贴”讲究辨证施治,市民应按时到医院让医生根据不同病症贴到不同穴位,从而保证疗效。

老花镜怎么越戴眼越“花”?

专家:低廉眼镜隐患多

本报讯(记者 叶子)因为年龄大了看不清报纸上的字,年过五旬的王女士在路边摊花20多元买了一副老花镜。可戴了一段时间后,王女士眼睛变得容易疲劳,还出现头痛头晕等症状。经过检才发现,根源在劣质老花镜上。

近日,记者在温泉中心菜市场附近看到,这种廉价的老花镜随处可见。有商贩告诉记者,老年人都比较节省,而且普遍认为老花镜平时又不经常戴,随便买一副应付一下,所以,这种便宜的老花镜销量很好。

“老花镜其实就是放大镜,戴在眼上能看清楚近处的图像就可以

了。”一名正在选购眼镜的大爷对记者说:“我们老年人又不讲究款式,哪个便宜买哪个,况且人老了还健忘,便宜的老花镜丢了也不可惜。”

老花镜真的能与放大镜画等号?为此,记者咨询了多家正规的配镜店。

“许多老人在挑选老花镜时存在一个严重误区,他们认为购买老花镜时不需要经过全面的眼部检查,而由于每个人的眼部状况不同,必须要通过专业的仪器测出度数、瞳距、瞳高等专业数值才能配得一副标准的老花镜。”温泉购物公园一眼镜店店员张丽介绍,正规眼镜店的镜片在光学

区域内是不可以有瑕疵的,而小摊上的老花镜镜片大都是用树脂废料甚至是塑料制成,其透光率和屈光状态都是不能被用作镜片原料的。长期佩戴这种“地摊眼镜”容易引起视觉疲劳,甚至会诱发眼部疾病。

“希望消费者不要图便宜购买地摊老花镜,配购眼镜前一定要到正规眼镜店或医院眼科做个全面的检查,排除白内障、青光眼以及一些眼底疾病后验光确定度数。”张丽同时提醒消费者,老花镜也不能一戴到底,因为随着年龄的增加,老花的度数程度也会加深,如果不及时更换,还会加速眼睛老花的程度。

精神疾病与性格有关

精神病,是一种常见的慢性疾病,具有反复发作的特点。不少人认为,精神病的发生是由于心理上受到刺激的缘故,其实并不完全如此。大约半数以上的病人在病前或发病过程中可能遇到某些心理或环境上的压力,如家庭纠纷、邻里不和、恋爱受挫等等,但这些并不是发病的根源。从精神病学的角度分析,有些病人心理不平衡或与环境发生矛盾、冲突,有可能就是患病早期的病理性改变和行为的异常表现,只不过没有被人们所察觉。因此,精神因素并不是精神病的主要病因,而只是促使某些患者发病的诱因。

经过大量临床资料分析证明,人的性格与精神病发病的关系十分密切。主要表现有三种,一是“分裂样性格”。表现为退缩、孤

僻、内向、胆小、沉默和怪癖,缺乏知心朋友,好幻想,缺乏进取心。在学习工作中主动性差,依赖性较强,遇事没有主观意见,这种人易患精神病。精神卫生流调结果显示,精神分裂症病人在病前有这类性格者占50%-60%,而且病人亲属中也有类似的性格。二是偏执性格。表现为固执、敏感、多疑、情绪不稳、易躁易怒、心胸狭隘、嫉妒心强。自我评价过高,遇到挫折时多责备别人或推于客观。在工作中容易和朋友发生摩擦。这种人多见于男性,易患偏执型精神分裂症。三是循环性格。情绪低落、抑郁和情绪高涨、狂热两者交替出现,故称循环性格。这种性格的人常易发生躁狂抑郁性精神病。上述三种性格属于不良性格,需要逐

渐锻炼其对心理矛盾和环境因素压力的适应能力。

专家认为,人的性格成熟,与儿童的心理发展有密切联系,其心理发展要经过三个关键期,即3岁、7岁和12-14岁。青春期是一个人性性格形成的最初阶段。在这个阶段如果能够顺利的度过最后一个关键期,形成更多的好思想、好品质,就可以为日后良好性格的定型创造条件。否则会发展成不良性格。儿童期性格可塑性很强,从小要抓住心理发展的关键期进行培育,形成一种乐观、豁达、积极、向上的人生观。尤其在青春期注意性格的培养十分重要。(王天龙)

咸宁市 精神卫生中心

主办

咸宁市精神病亲友协会

精神卫生知识⑥

咸宁新闻网
www.xnnews.com.cn

扫一扫

更多精彩活动和免费礼品等你来

咸宁新闻网
www.xnnews.com.cn

扫一扫

更多精彩活动和免费礼品等你来

咸宁新闻网
www.xnnews.com.cn

扫一扫

更多精彩活动和免费礼品等你来