

个矮的孕妇 得防高血压

本报讯 孕妇怀孕期间妊娠高血压的发病较为常见。日本国家儿童健康与发展中心一项研究表明,孕妇的身高与妊娠高血压发病风险之间有密切关系,身材越矮,发病风险越高,而且胎盘早剥和小龄胎儿的发病风险也越高。

该项研究使用日本妇产科学会数据库,对超过20万人的数据进行了分析。研究人员把数据人群分成了4组,发现身材最低组(154厘米以下)与身材最高组(162

厘米以上)相比,妊娠高血压发病率高1.35倍、胎盘早剥发病率高1.20倍、小龄胎儿发病率1.09倍。之后再以遵守医嘱的人为对象进行数据分析显示,妊娠高血压发病率降低了九成。

研究人员认为,这一结果可为进一步研究提供方法。比如,妊娠高血压的孕妇,内服小剂量阿司匹林能起到一定的预防作用。由此,可以进一步探讨和研究低身材风险因子作用下的阿司匹林内服对策。(夏普)

全球领先种植体落户鹰城 惠民团购即将火热开启

瑞士“士卓曼”种植体全球领先,美国灿恩齿科学院技术支持,一期种植成功率100%。美年口腔为使鹰城百姓享受国际一线品质亲民价格,和“士卓曼”T-PULS达成鹰城独家战略合作关系,4月20日将在建宏国际三楼举行挂牌仪式及种植牙新老客户答谢会,届时种植牙将开启惠民团购活动,厂家直供,超多福利敬请期待!

活动当天邀请知名专家种植牙讲座,并现场会诊制定种植方案。

活动时间:4月20日
活动地点:建宏国际三楼美年口腔
活动形式:挂牌仪式+春季新老客户答

谢会+惠民团购活动
报名电话:0375-3663999
报名参与:单颗/多颗缺牙者、半口/全口缺牙者、活动假牙不适者、疑难种植牙患者、牙松动/缺损者
惠民活动政策:知名专家讲座,现场制定种植方案;存1000抵3000元(限每牙),最低至2690元;当日参会者送健康护牙礼包一份;3月15日起预约,免挂号费、内窥镜检查、口腔CT、数字化种牙方案。
种植客户将成为VIP客户,享受每年一次牙齿养护和口腔健康指导。(李莹)

市中医院: 便民服务进社区 义诊活动暖人心

本报讯 为进一步推进医疗卫生工作重心下移、资源下沉,加强对基层群众的健康知识宣教,近日,市中医院精心组织脑病科、肛肠科、神经外科、心内科、风湿免疫科、妇产科、疼痛科、针灸科、超声科等科室专家,走进湛河区沁园社区卫生服务站,开展义诊服务和健康咨询,为社区居民送去了健康服务。

在义诊过程中,义诊专家为每一个前来参加义诊的社区居民进行了认真的检查、尽心尽责地答疑解惑,耐心细致地为居民提供了日常健康指导及疾病的科学处理方式。

72岁的赵婆婆是沁园社区的老住户了,她最近头疼,一直想去医院就诊,但因行动不便而耽搁。前几天听说市中医院将派出专家走进自己所在社区,她满心欢喜

地期待着。义诊当天,赵婆婆一早就来到活动现场,市中医院神经外科主任冯树贵仔细询问病情,检查后提出治疗建议,赵婆婆高兴地说:“能在家门口享受到正规医院专家的医疗服务,真好!”

活动现场,市中医院专家带去的中药方剂及推拿、针灸手法,受到社区居民追捧。“医生服务态度很好,讲得很清楚,希望社区能经常组织这样的活动,让我们在家门口也能享受到正规的医疗服务……”社区居民纷纷对此次义诊表示欢迎和赞赏。

市中医院走进社区举办义诊活动,目的是希望增强社区居民对健康的关注,做到疾病的早预防、早发现、早诊断、早治疗。同时也通过活动普及了健康知识,能在一定程度上提高居民的健康水平。(李莹)

每天一杯橙汁中风风险低近1/4

本报讯 荷兰国家公共卫生及环境研究院的研究人员近日发现,每天喝一杯橙汁,能将致命性中风的风险降低近1/4。

研究人员从“欧洲癌症与营养前瞻性研究”中选取了近3.5万名年龄在20至70岁之间的男女数据资料,进行了长达15年的追踪调查,对比了自报的果汁饮用量与同一期间内的中风人数。数据结果显示,每周饮用4至8杯橙汁(或其他任何果汁)的人,中风风险降低了24%。即使隔天喝一杯也有很大的好处,中风风险降低了20%。经常饮

用果汁的人心脏病的发病率也降低了,他们动脉损伤的可能性降低了12%至13%。

这项发表在《英国营养学杂志》上的研究认为,作为一种健康饮料,新鲜果汁尽管含糖,但它在预防中风方面的益处超过了含糖所造成的风险。而且,果汁含有许多天然物质,能保护血管免受疾病影响。尽管果汁好处明显,不过研究人员仍建议人们吃天然的完整水果,因为有更多研究证实了吃水果的好处,且证据更有说服力。(萧忠彦)

游丝绸之路、探秘西部、品美丽中国 5月河南旅游风向标——丝绸之路

家天下号多趟空调旅游专列带您重走丝绸之路 看尽大漠千古情!

——延安、宁夏、青海、敦煌、乌鲁木齐、吐鲁番、张掖,7个城市自由组合跨越古丝绸之路经济带空调旅游专列蓄势待发! 报名即赠送:定制旅游包帽一套、纪念T恤一件

气势磅礴之地 讲述丝路旅途

亮点:青海湖、天山天池

虽然丝绸之路的开启,是一次大跨越,但是这漫长的路程是在只有以骆驼为交通工具的古代,这一路的风景区成了赶路时打发时间的良药。

以高山湖泊为中心的天山天池,云杉环拥,碧水似镜,风光如画,古称“瑶池”,据说神话中西王母宴群仙的蟠桃盛会便设在此处。挺拔、苍翠的云杉、塔松,漫山遍岭,遮天蔽日,作为路途中的一处休息站,商人都会找处阴凉地儿打个盹,还可以让劳累了很久的骆驼们得以尽情放松。

另外,丝路之途还将经过一处不得不说的名地,中国最大的咸水湖——青海湖。由于外泄通道堵塞,青海湖是一个闭塞湖,但是风景依旧秀丽。最美之时,环湖千亩油菜花竞相绽放,碧波万顷的湛蓝外围散布着金灿灿的亮黄,高山牧场的野花五彩缤纷,如绸似锦。

经典纯粹之韵 余留丝路文化

亮点:坎儿井

在带来商品贸易的同时,这一路的文化也开始突飞猛进。坎儿井是中国新疆特殊的灌溉系统,堪与长城、京杭大运河并称中国古代三大工程。当时,人们利用山的坡度,巧妙地创造了坎儿井,引地下潜流灌溉农田。



宁夏中卫(沙坡头、高庙)、银川(西夏风情园、贺兰山岩画、西部影视城、黄河坛)、内蒙古(通湖草原)、甘肃敦煌(莫高窟、鸣沙山月牙泉)、张掖(七彩丹霞、大佛寺、平山湖大峡谷)、新疆乌鲁木齐(天山天池、大巴扎)、吐鲁番(坎儿井、千佛洞、交河故城)、青海西宁(青海湖)、延安(革命纪念馆、杨家岭革命旧址)专列13日游,2499元/人起,5月9日左右出发。

另有更多线路可选择

家天下号《南游记》:广州、深圳、珠海、香港、港澳大桥、澳门、厦门、鼓浪屿、庐山8地12日游,2299元/人起,2019年5月16日左右出发;漠河、北极村、哈尔滨、呼伦贝尔大草原、海拉尔、满洲里、吉林长白山、山海关、北戴河专列12日游,2280元/人起,5月10日左右出发。

咨询电话:4949979、18603754077

13837553695

报名地址:建设路中段平顶山日报社广告中心



风光旅行社

4月12日、19日、26日发 特价惠民→火车卧铺专列

A线:凤凰古城、桃花源、龚滩古镇、乌江画廊、苗寨 专列五日 498元起

B线:重庆、磁器口、九黎城、桃花源、龚滩古镇、乌江画廊 专列五日 698元起

C线:恩施清江大峡谷、女儿城、黄鹤桥、蝴蝶岩、桃花源 专列五日 698元起

4月24日、30日发:神农架、官门山、三峡大瀑布、三峡大坝 专列纯玩五日 698元起

“幸福老人游北京”空调火车双卧五日 平顶山起止无购物无自费 全陪导游 周二、五下午发 1480元

张家界 天子山、袁家界、天门山、玻璃栈道、凤凰古城 火车双卧六日 1880元

西安 兵马俑、华清池 纯玩三日 398元

豪华游轮 两坝一峡、三峡大瀑布三日 498元

清江画廊 三峡九凤谷 纯玩三日 498元

云台山 红石峡二日 368元

船进三峡人家 三峡大瀑布三日 598元

恩施+三峡 四日 A线 498元 B线 598元

七峰山 一日 98元

张家界 玻璃桥、凤凰古城、芙蓉镇 纯玩四日 598元

凤凰古城 桃花源、苗寨 纯玩无自费四日 398元

扬州 瘦西湖、泰州、南京 纯玩三日 周五早发 498元

风光电话:2888800 13903750515 = 微信

地址:建设路中段原平顶山饭店路南站牌(三星专卖)二楼 各县市区旅行社均可报名 许可证号:L-HEN04020

金色假期旅行社

老君山+寨沟

二日399元周六发 一早二正餐含往返索道

| | | |
|------------|-----------------|-----------------------------------|
| 宝泉一日 158元 | 南阳中国月季园一日 98元 | 亳州花戏楼二日 168元 |
| 木札岭一日 128元 | 龙潭大峡谷特价一日 138元 | 宿迁梨兰会二日 299元 |
| 八里沟一日 158元 | 洛阳牡丹+武则天一日 158元 | 张家界天子山凤凰古城四日 699元 |
| 天界山一日 158元 | 洛阳牡丹+郁金香一日 99元 | 信阳鸡公山南湾湖专列三日 498元 |
| 九莲山一日 158元 | 宝泉+司徒小镇二日 369元 | 湖南长沙张家界天门山+凤凰古城+金鞭溪+袁家界双卧六日 1480元 |
| 五龙山一日 198元 | 襄阳唐城+米公祠二日 299元 | |

浙江全景双卧七日 1880元 4月20日发

福建全景双卧九日 2080元 4月20日发

贵州全景双卧八日 2280元 4月15日发

山西全景双卧七日游 980元起

4月20日发平顶山上下车还有余位

市区劳动路0375-2551118 2996667 13083750808 13071710003 L-HEN04064

河南省中国国际旅行社

平頂山分社 五A級旅行社 许可证号:L-HEN-GJ00002

北欧四国+俄罗斯 (瑞典、芬兰、丹麦、挪威) 双峡湾+双邮轮 5月22日平顶山发团 13500元

英国+爱尔兰双飞11日游 5月20日平顶山发团 12800元

日照、青岛、福冈邮轮七日游 5月18日平顶山发团 2199元起

品质泰国双飞六日游 保证无自费 4月24日平顶山发团 2580元

| | | |
|---------------------|--------------|-------------|
| 德法意瑞荷 11400元 (一价全包) | 台湾 双飞4580元 | 朝鲜 双飞3880元 |
| 俄罗斯 双飞4799元 | 西藏全景 双卧2280元 | 柬埔寨 双飞2380元 |

电话:2155555 8951222 13837515100 中兴路万家对面金沙湾酒店八楼

携程旅游 说走就走 (体育路实体店)

4月25日平顶山起止泰国双飞六日游2580元,火热报名中!!

大皇宫、玉佛寺、东方公主号、金沙岛+沙湖岛、人妖表演、古法按摩精华景点一网打尽,特别升级富贵黄金屋+千人宴自助餐。保证白天不推自费,全程仅进四站购物,平顶山上领队小包团全程陪同,含平顶山往返机场接送。特别适合老年人!

迪拜双飞六日游 3666元起 巴厘岛双飞八天 3999元起 芽庄双飞五天 1680元起

泰新马双飞十日 4280元起 普吉岛双飞六天 3999元起 日本双飞七天 6580元起

【携程自营】昆明+大理+丽江+玉龙雪山6日5晚跟团游(4钻) 冰川大索道&《印象丽江》+传承扎染+专属VIP送机+错峰春游特惠 2680元起

【携程自营】桂林+漓江+龙脊梯田+古东瀑布+阳朔6日5晚跟团游(4钻) 【爸妈放心游】豪升2晚5钻连住【携程发团不散拼】 2080元起

【携程自营】海南三亚5日4晚跟团游(5钻)4万人出游选择!好评过万!蜈支洲岛免排队通道【清明五一五重豪礼】24h专车接送 2680元起

携程旅游线下体育路店为您提供出境游,国内游,定制游,邮轮,各国签证,自由行,机票+酒店!携程旅游做您身边的旅游专家!!!

电话:3659066 3659077 13803750466 体育路与矿工路交叉口向南二十米