哪三招让孩子快速长高?

什么方法可以让孩子快速长高?如何快速长高?在科技发展的今天已经不再是个难题。只要顺应人体发展的规律，抓住长个关键时间,把握调整机会,身体长高是很有希望的，专家通过以下三招可让你的孩子快速长高：

第一招：
骨龄检测找出孩子矮小原因

现代医学研究证实,影响孩子生长的因素是多方面的，家长仅凭肉眼观察很难准确判断孩子矮小、长得慢的真正原因。而孩子目前的生长发育情况通过骨龄检测却能看得一清二楚：如果骺软骨还没有完全闭合，就还有再长的希望;如果骨骺已经闭合,再怎么努力也没有用。参考骨龄检测结果，结合孩子最近一段时间的生长发育情况，专家能比较准确地找到孩子矮小、生长缓慢的真正原因,要长高先检测。

第二招：
制定个性化调整方案

孩子身材矮小、生长缓慢,要么是营养不均衡,生长元素缺乏;要么是受食物、环境因素等的影响,早发育骨龄偏大…… 每个孩子的生长障碍各有不同,要帮助孩子快快生长,只有在科学检查的基础上,全面分析孩子的情况,采取有针对性的个性化综合解决方案,同时在专家的指导和孩子的积极配合下,才能让孩子科学成长。对每个孩子都有效的 灵丹妙药”是不存在的,未找到原因就盲目选购增高产品的做法是极不科学的。

第三招：
补充必要生长元素

人体生长发育专家通过观察研究发现，人体身高的增长过程主要受内分泌系统所分泌的生长素调节、控制,而脑垂体中的生长素是由嗜酸细胞分泌出来的。一个人的嗜酸细胞多，他分泌的生长素就多，个子就长得快长得高;反之,如果嗜酸细胞少,分泌的生长素少，个子就矮，就长得慢。经过大量实验,科学家找到了一种细胞激活转化肽，能激活脑垂体前叶分泌足够数量的生长素,帮助青少年生长。与此同时,用于控制早发育的药物也研制成功,可延缓骨龄成熟,确保青少年有足够的生长时间。

专家提醒:孩子身材矮小,出现生长缓慢、生长暂停等现象,家长千万不能有“ 现在不长以后总会要长的”等待思想,误了孩子;处于生长发育关键期的孩子,最好一年检测 1- 2 次骨龄,以便及时发现问题,解决问题,才能帮助孩子快速长高。

周末免费测骨龄,专家咨询

为帮助身高不理想的青少年查找阻碍成长的原因,成都青少年成长中心特邀的专家为 6—20 岁身高不理想的青少年儿童免费检测骨龄，并提供一对一专业咨询、指导,在充分了解孩子的饮食、运动、睡眠等情况后,根据骨龄检测结果,科学预测生长潜力,解答家长们心中的各种问题,制定个性化长高方案,帮助孩子快速长高。

如果你的孩子身材矮小,或者发现孩子存在早发育、生长缓慢等问题,欢迎到活动现场与专家面对面交流咨询。

活动时间:12 月 19—20 日（每日限 80 名)(请提前预约）
报名热线:028- 86202682
86663834
QQ:956466558
活动地点:●成都市天府广场城市之心 22 楼(天府书城楼上)●成都春熙路伊藤洋华堂 7 楼

特别提示:重点检测对象:8—18 岁身高不理想的青少年（检测需父母陪同）

○成熟男科技术系列之一——经皮输精管穿刺技术

前列腺炎太顽固? 给它上“ 吊瓶”!

局部给药技术解决顽固男科感染

经皮输精管穿刺技术由李顺强教授1972年发明,开创了生殖道内直接用药的新篇章,打破了多年来国际上认为经皮肤直接穿刺输精管不能实现的禁区并于1986年被世界其他国家所采用。为男性生殖道疾病的诊断、治疗提供了更加便捷的方法。

顽固性感染实在难治? 专家剖析原因

顽固性男科感染指顽固性前列腺炎等慢性生殖感染，一般有不易用药,容易复发等特点。专家指出，顽固性男科感染难治的原因和生殖道的复杂性有关。男性生殖道由附睾管、输精管、精囊腺、前列腺尿道部和尿道组成。其中附睾管长度可达600cm、输精管长度可达40cm、前列腺由30—50个管泡腺组成、尿道相当较狭窄,结构复杂,很容易发生感染,还可能形成附睾肿大、附睾硬节、输精管阻塞等疾病,直接或间接的导致精液质量下降、梗阻性无精子、不育、生理功能下降等,因此治疗难度较高。

比如顽固性前列腺炎，其外部包裹着一层坚韧的脂质包膜,一旦发炎，这层脂膜就成了病菌的庇护网，使药物难以渗透进包膜直接杀菌，造成大部分治疗都变成 隔靴搔痒”,效果一般,反复多次后,病菌产生耐药性,发展为顽固性前列腺炎,治疗难度更高。

全身给药效果不佳? 单独 输液”解决问题!

李顺强教授1972年发明的经皮输精管穿刺技术开创了生殖道内直接用药的新篇章，打破了多年来国际上认为经皮肤直接穿刺输精管不能实现的禁区并于1986年被世界其他国家所采用。为男性生殖道疾病的诊断、治疗提供了更加便捷的方法。

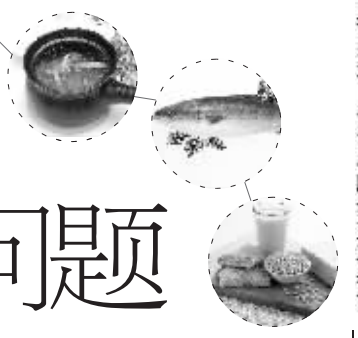
这项技术形象的说就是给男性生殖道系统 输液”。据介绍,经皮输精管穿刺技术就是把一定量的药物注射进精囊内，然后通过输精管将药物导入前列腺病灶部位,直接而持续的给药,其原理和我们熟悉的 输液”十分类似。

经皮输精管穿刺技术很好的解决了顽固性生殖感染用药难题,使药物可直达管泡腺及病灶,结合经过实验室严密筛选的药物,该项技术已成世界范围内认可的一项男性生殖感染治疗手段。

作为一种典型的局部给药治疗方式，经皮输精管穿刺技术可用于男性生殖道的造影、注射药物、生殖道脱落细胞检查等多个方面，在诊断、治疗顽固前列腺炎、血精症、输精管炎以及生殖道的某些肿瘤上都有良好的临床表现。2000年,为表彰经皮输精管技术带来的巨大社会效益，李顺强教授还被被授予首届“ 四川创新人才奖”。

欲进一步了解该技术，可拨打热线:028-85227222

冬季懂养血 寒冷就是小问题



天气一冷,大家纷纷穿上了厚厚的冬装,可即使如此,有些人还是觉得身体不够暖和。“为什么会这么怕冷呢?”原来,寒气会使血液循环不畅,气血循环不足，就会带来一系列的不适反应。同时,男女老少都可能因血液循环减弱受到影响,像频繁感冒、月经不调、胃胀胃痛、心脑血管疾病发作等。所以,养血活血是适宜大众的冬季养生之道。

血液循环不好有隐忧

气温很低时,人们最先感到的就是手脚冰冷。这个现象很好理解,天气冷了,人体血管收缩,血液回流能力减弱,就会使得手脚特别是指尖部分血液循环不畅，对此大家都不会很在意。但是,看问题光看表面还不行,除了手脚冰冷,还有很多问题会因血液循环不畅产生,切莫忽视了其中的隐忧。

此外,寒性凝滞,易致气滞血瘀,经脉不通,身体器官得不到血液的营养，疼痛则随之而来。如女性痛经及经期延长,脾胃虚弱者胃痛胃胀,以及心脑血管患者突发胸闷、胸痛、头晕、心梗、中风等,都与此相关,但常常被人所忽视。

养血活血首重食疗

羊肉能大补气血,而且温中散寒,补而不燥,是冬季大补气血的最佳食物。以下养血汤方可供参考(应该强调的是,凡阴虚火旺,体质偏热者不宜服用)———

★当归生姜羊肉汤

用料：羊肉500克、当归30克、生姜50克。羊肉用清水洗净后再用生姜爆炒，当归则以纱布包裹,再与爆炒好的羊肉一起煮汤。

此汤特别适宜气血亏虚、大病久病及产后的女性食用，对改善痛经、月经不调也有显著效果。

★党参杞子红枣炖鸡

用料:党参30克、杞子15克、红枣15克、鸡肉150克。隔水炖。

此汤既能补气血又比较平和,一周吃两次即可。适宜虚不受补的人。

运动辅助不可少

食疗进补固然好,但若吃进去的营养得不到很好的吸收,体内的垃圾不能顺畅排出体外,食疗的效果会大打折扣。运动能促进气血通畅,通则不痛,疼痛则得以缓解。同时,身体各个器官的功能也会更好地发挥。譬如肺的“吐故纳新”、大肠蠕动及皮肤毛孔排汗,这些都是人体排泄的重要管道，运动后管道通畅,排泄加快,体内垃圾排出体外越快越多。此外,运动也能促进脾胃的运化功能,使身体保持平衡的状态。 （记者 余星雨）

孕妇进补过度 妊娠糖尿病激增

冬季到了，许多准妈妈为了让胎宝宝更好的发育，也开始大补特补。但是,产科专家却说:孕妈妈们在冬季应控制好饮食,控制好体重，对妊娠期的准妈妈预防糖尿病有积极的作用。

妊娠糖尿病在攀升

32岁的吴女士身体瘦弱不爱运动，为了让肚里的宝宝长得强壮健康,她听从老人的建议,在冬季开始大补,今天是炖鸡,明天是鱼汤药膳煲。餐餐的大鱼大肉,各种补品也来者不拒。结果怀孕到六个月,体重增加了近30斤。结果,吴女士在最近和孕期检查中,被查出患了妊娠糖尿病，不得不住院治疗。妊娠期糖尿病成为都市准妈妈们的一种时尚病。

据了解,女性怀孕期间对糖的吸收能力增强,代谢能力相对减弱,准妈妈们吃饭多又不运动,就会导致大量糖分无法代谢,造成血糖升高。有的甚至在短期内摄入了大量高糖分的水果。水果含有一定量的碳水化合物、丰富的无机盐类和维生素。“准妈妈”多吃水果,可以减轻妊娠反应,促进食欲,对胎儿的健康成长有好处。然而,有些准妈妈为了生一个健康、漂亮、皮肤白净的宝宝,几乎把水果当饭吃,有的甚至一天吃下二三公斤,这种饮食对孕妇极不利。

糖尿病对孕妇胎儿都有害

据了解,我国的妊娠糖尿病患病率处在比较高的水平。母亲的高血糖状态,无论是对于胎儿,还是妊娠糖尿病女性本身都有严重的威胁。对于胎儿来说会使胎儿体重增加、畸形、流产或早产。从长远来看,妊娠糖尿病母亲所生产下来的胎儿,将来发生肥胖、糖尿病、高血压等等的风险也是要增加的。患有妊娠糖尿病的母亲本身,将来发生糖代谢异常,进一步发生二代糖尿病的危险也是比较大的。

孕前孕中体检很重要

现在许多女性在怀孕前大都不知道自己的血糖是否过高。因此,产科医生建议,计划怀孕的女士们应在怀孕前积极进行包括血糖在内的体检。若出现了血糖问题，就应该及时咨询内分泌或者产科医生医师，以获得专科医生进一步的确诊和治疗。同样,即便在孕前血糖正常的情况下,在怀孕期间也要配合定期进行血糖筛查。 （记者 余星雨）

○一周健康资讯

神奇娄氏药——专治颈腰椎

尤其对久治不愈的颈腰椎间盘突出、膨出、增生、风湿骨病等,见效快,不手术、不住院,愈后不复发。80616887

纯中药专治牛皮癣 鱼鳞病

我院 10 余年来采用系列纯中药制剂使数万例鱼鳞病、银屑病、神经性皮炎、湿疹病人康复。80616887

一针治疗 颈腰椎间盘突出症

采用高新科研成果 胶原酶溶解术”治疗颈腰椎间盘突出、膨出症。不开刀,不住院,费用低、疗效确切。来院就诊请带近期 CT。028-85437689

◆生活小百科

手脚冰凉 秋冬调治有妙方

天气逐渐越冷，体质虚弱的人常会感到手脚冰凉，反复感冒，女性朋友尤其多。这是因为，女性为气血亏之人，容易导致气血虚亏，全身可有气血不足而失养，从而造成内分泌、降糖素以及各种代谢功能紊乱。这时就会表现中医所谓的各种症状，最表现为：气虚（气短心悸、倦怠乏力、动则气促），血虚（头昏眼花、失眠多梦、面黄色斑、易脱发、月经不调）、阳虚（畏寒、肢体冰凉、下肢浮肿、肠胃不好、便秘或便溏），肺虚（虚喘咳嗽、反复呼吸系统感染、易感冒）。

这里介绍一个单方，简单有效，川芎党参茶制45天成膏滋状，每次五钱（10g），早上吃一枚核桃，晚上配两颗红枣，根据不同年龄阶段和虚症释半，一个多月，各种症状便可以得到很好的疗效，这个方子是中医大师邓铁涛老先生提供的，效果很独特，手个月气色、睡眠、胃口能、皮肤显著会有明显改善，而且可以恢复了人体本身的造血神经液生成机能，停药后不会反弹，这个方子对于孕妇、男士、小孩也同样有效，10岁以下小孩用量减半。

秋冬季节虚症高发，可以用这个方子调理。

磨牙也是病

磨牙是指睡时牙齿无意识的磨动，又叫夜磨牙，人一旦出现夜磨牙就要当心，一个刺激会导致疾病，夜磨牙会导致失眠、神经衰弱、内分泌紊乱，长期夜磨牙还会引发一系列并发症，如：耳鸣、肌肉疲劳和疼痛，脸部和头部疼痛，记忆力减退，并引发口臭、乳腺疾病，其危害多方面，造成人体生理表现上述，脏腑器官发生衰老，寿命缩短。

成人磨牙不仅会造成牙颌畸形，还会影响他们的身体发育，而夜间磨牙会影响儿童的睡眠，导致夜间生长激素分泌下降，磨牙消除了牙体身体疲劳，超声胶囊结合现代医技多种点治疗，理气健脾，安神补经，缓解精神压力，全面调节神经系统、消化系统，改善磨牙早，坚持良药一个疗程停止磨牙，2个疗程根除夜磨牙，该药适合任何年龄段的人群，儿童也可以安全服用。**成都市康众大药房（梁家巷苏宁电器楼下）绵阳市康贝大药房（人民医院正对面）有售，咨询电话：028—85175877，**

“融化渐冻的心”公益救助项目启动

日前,中国医师协会宣布了"融化渐冻的心"公益求助项目合作启动。中国医师协会殷大奎会长,卫生部医政司、人事司、民政部民间事业管理局等相关部门领导，国内近30家三甲医院神经内科专家,30多家驻京新闻媒体代表、赛诺菲一安万特代表、渐冻人患者代表等出席了本次活动。

"融化渐冻的心"社会公益活动从2005年6月至今已经开展了5年,是由中国医师协会发起的由协会、医院、医生、患者、社会志愿者、爱心企业共同参与的为帮助中国20万运动神经元病患者的一项公益救助事业。

ALS(肌萎缩侧索硬化),即运动神经元病,是一种致命的神经病变性疾病。由于患病率低,社会对该病的了解也较少。通常把这类患者称为"渐冻人"。全球每90分钟就有1个ALS患者被夺去生命。该病被世界卫生组织列为五大绝症之一,由于该病的病因尚不明确,也没有有效的治愈方法,加之病人生活相对隐匿,虽然患者非常需要他人帮助,但长期以来他们的病情与生活不被常人所知。他们一直是弱势、没有声音的一群,他们更需要关心和支持。

用按摩椅别超过20分钟

商场里琳琅满目的按摩器和按摩椅,对消除人体疲劳有一定的作用。然而,有些人一感到累了,往按摩椅上一坐就是一个多小时,其实这是不科学的。

专家介绍，按摩椅是利用滚动力和机械力挤压来进行按摩的,与人工按摩有很大的差别。按摩椅设计的接触点,只是单纯地模仿人“揉”“捏”的动作。因此,它只能部分起到放松作用,没有什么治疗作用。如果按摩椅的力度调得太大,还会造成肌肉痉挛疼痛。因此,在使用按摩椅时,要调整好按摩力度和次数,要由轻到重,由少到多。另外,按摩时最好控制在每次20分钟左右,早晚各1次即可。 （记者 余星雨）