



给血液来次深呼吸

# 大自血免疫疗法效果好

把自己的血回输，并不仅用于治癌、防癌，还可以用于心脑血管疾病、糖尿病并发症、病毒性肝炎、亚健康等诸多治疗——这就是“大自血免疫疗法”。实际上，所谓“用自己的血治病防病”，并不是说只是回输血液就有此作用，而是因为回输时，血液会经过三氧净化。

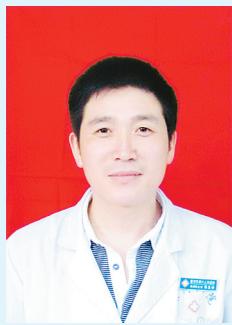
那么，如何用三氧和自己的血来治病防病呢？市六院疼痛科主任费圣坤介绍，用三氧治癌、防癌一般采取三氧自体血回输的方式。就是将自己的血抽出，经三氧化处理后再输回去，形成三氧血循环，适当浓度的三氧血到达肿瘤组织部

位，发育和代谢异常的癌细胞由于缺乏保护能力而被三氧直接破坏和杀灭，而正常的细胞有抗氧化功能，不但不会受到三氧的破坏，反而利用三氧来增强自身活力，有利于机体康复，真正达到了治疗肿瘤绿色无害的目的。市六院多年的临床实践表明，单独使用臭氧，或与放疗、化疗相结合，对癌症患者有辅助治疗价值。很多肿瘤患者通过三氧治疗后，生活质量有了明显的改善，体力增加，食欲和睡眠质量明显好转。

疼痛科是漯河第六人民医院特色科室之一，是漯河市及周边地区首家设立的治疗疼痛

专业科室，治疗颈肩腰腿疼痛为主的特色科室。利用中医中药加现代疼痛医学的诊疗手段，采取微创手术、微创介入治疗术、射频治疗技术、针刺治疗法、手法治疗法、正脊疗法、小针刀疗法、中药汽疗、透皮给药、电脑控制四维牵引疗法、经皮骨骼肌松解术、神经阻滞疗法、三氧治疗等技术，可治疗颈椎间盘突出症、三叉神经痛、骨质增生、肩周炎、各种骨关节炎、股骨头坏死、强直性脊柱炎、带状疱疹及带状疱疹后神经痛、糖尿病性神经痛及各种癌性疼痛。

王丹



## 简介

费圣坤，市六院理疗疼痛科主任，副主任医师，毕业于中国人民解放军第四军医大学，现任省疼痛学会委员，曾在第四军医大学附属医院（西京医院全军疼痛治疗中心）进修，擅长利用现代微创技术，中西医结合治疗椎间盘突出症等。

电话：0395-5966697

病房电话：0395-5962335

主任手机：15039555806

百姓看得起病的城市二级医院  
漯河市第六人民医院  
相约六院  
健康常伴  
地址：漯河市八一路东段83号  
急诊科：5962087 病人服务中心：5966002

## 如何判断体内湿气重

湿气，是万病之源，生活中许多脂肪肝、哮喘、高血压、心脑血管、恶性肿瘤疾病，都跟体内湿气密不可分。

那如何才能判断自己体内是否有湿气呢？

### 1. 四肢沉重

早晨起床时还觉得困倦、四肢沉重，尤其是小腿肚子发酸发沉，手脚冰冷，人也懒得动弹，说明你体内湿气重了。

### 2. 皮肤出疹子

皮肤总爱起疹子，有时手脚患有小疱疹甚至脱皮，脸上、头发总爱出油，黏腻不舒服。

### 3. 舌苔异样

如果舌苔白厚，看起来滑而湿润，则说明体内有寒；如果舌苔粗糙或很厚、发黄发腻，则说明体内有湿热；如果舌质赤红无苔，则说明体内已经热到一定的程度。

### 4. 刷牙恶心

有些人一刷牙就呕吐、恶心，嗓子里边总是有干不净的感觉，想吐痰也吐不出来，也是体内有湿气的表现。

### 5. 胃口不佳

没有原因的胃口不佳、胸腹闷，容易拉肚子。脾湿导致的腹泻不一定是因为病

菌，而是脾胃失和造成的，使用抗生素往往并没有效果。

当然，这些都是湿气比较严重时的表现。出现了这些症状，还是先要排除其他疾病。

那在日常生活中，我们又该如何祛湿呢？

按足三里穴能增强脾胃的消化功能，可促进食欲，经常按摩它有健身强体的作用。

按阴陵泉有运中焦、化湿滞的功效，适当按摩，可以利小便，让体内的湿邪从小便而出，从而有利于脾的气机运行恢复。

据人民网

## 痰液颜色是疾病的信号

咳嗽有痰，咳出的痰液的颜色，其实也可以告诉我们很多信息，如我们的身体可能是感染了某种病菌，也可能患了某种疾病，那痰液的颜色到底能读出哪些信息呢？

根据病情的轻重，一般痰液分为这几种，我们最常见的一些是白黏痰，然后是白色泡沫痰。如果病情再重一点，可能会出现咳黄痰或者绿痰，甚至黄绿痰。

**白痰** 一般是呼吸道受到刺激后，分泌的黏液，为了缓解不适或排除异物。如我

们炒辣椒，或者遇到粉尘等。

**黄痰** 也就是脓痰，一般代表有化脓的情况，而化脓的痰常常提示有感染，一定要就医看诊。

**绿痰和黄绿痰** 一般是绿脓杆菌感染引发的。

**血丝痰** 痰中带一点点血丝，一般出现在剧烈咳嗽后，表示出现了急性炎症。如急性支气管炎黏膜感染，结核感染或肿瘤等。

**铁锈色痰** 这种痰是我们最常见的。出现咳铁锈色的

痰，一般提示我们，您可能受到肺炎链球菌的感染导致的肺炎。

**果酱色痰** 而这种痰的形态就有点像胶冻一样，这种痰一般代表我们您受到克雷白杆菌的感染导致的肺炎。

**棕褐色痰** 这种痰常见于阿米巴肺脓肿感染，痰液成棕褐色并带有腥臭味。

**粉红色泡沫痰** 一般在心衰和重度肺炎的病人身上比较常见。有些肺泡炎的患者，初期也会出现这种痰液。

据人民网

## 血管堵塞如何“自救”

生活中，已经出现很多心脏病、脑溢血等疾病突发死亡的例子了，这些事情往往让人猝不及防。我们在感叹生命脆弱无常的同时，也要了解存在于这些人体的这颗“不定时炸弹”就是血管斑块。而这颗“不定时炸弹”，我们每个人都需要警惕。

疏通血管，医生建议这样做：

### 1. 合理用药

患有血黏度高的病人，最好在医生指导下，选择有效的药物对症治疗，千万擅自去药店买药吃。

### 2. 经常饮水

水是生命之源，血液中含80%的水，它可以起到参与人体化学反应、调节血液黏稠度、降低血脂、带走血管壁上“垃圾”等作用。饮水的时机也很重要，比如早晨起床后、每次就餐前喝水，养生效果比较好。

### 3. 重点选用能稀释血液的

### 食物

疏通血管是医学上的难题，生活中一些粗粮对疏通血管往往能起到特效。中医认为，比喝水更养血管的方式就是每天喝一点天然硒芥子茶。芦丁是芥子茶的特有成分，有软化血管、降低血脂的功能，而硒元素对心血管疾病和高血压有较好的预防、治疗作用，对控制和治疗糖尿病总有效率达93%。

### 4. 保持愉快的心态，避免精神紧张

情绪激动容易导致血管收缩，影响血液流速，让血浆黏度增高。同时，坚持锻炼身体，多做一些有氧运动，以促进身体血液循环，从而改善血黏度。

### 5. 戒烟

吸烟会让血氧量大大减少，烟中的尼古丁也会导致血管收缩，严重伤害血管。吸烟者尽早戒烟，有助于防止血黏度增高。

据人民网

## 糖尿病有哪些早期症状

糖尿病是因为人体内内分泌系统紊乱，导致糖代谢功能失调而形成的。高血糖则是指人体血液中糖的含量过高，形才成高血糖状态，所以千万不要混淆了两者。如果不及早发现治疗，把高血糖与糖尿病搞错，会耽误治疗。那么，糖尿病有哪些早期症状呢？

### 1. 尿频

尤其是夜间小便频率增多人群，一定要注意，患者机体内食物转化为糖的效率下降，会引起血液中糖含量上升，人体出于本能，就会自动开启自我保护调节功能，通过尿液来排出多余糖分，小便次数就会增多，所以糖尿病患者也就多尿了。

### 2. 饭后容易出现空腹感

慢性空腹感可以说是早期糖尿病患者最典型的症状之一，主要原因是由于胰岛素分泌过程缓慢，当达到胰岛素分泌达高峰时，餐后血糖高峰已过，就会促使大脑时常产生空腹感。如果经常发生头晕、心慌等低血糖症状时，需警惕糖尿病的可能。

### 3. 吃得多吃体重却减轻



没有刻意减肥，三餐与之前保持一致，但体重却在减轻，这说明身体肯定出现问题了，很有可能与糖尿病有关。主要原因是，早期糖尿病患者因频繁排尿会带着人体大量水分，体内的细胞难以获取葡萄糖，导致体内积蓄的能量逐渐被消耗，从而导致饮食正常而体重下降的表现。

### 4. 突然性的视力减退、视力模糊

因血液中的葡萄糖值含量异常上升，会导致眼球歪斜，进入眼睛的光线也会因此发生曲折，就会出现视力减退、视线模糊等现象，所以一定要引起高度重视。

据人民网

