

# 许多良药往往苦口 但服用中药汤剂 不可随意加糖



如果白糖加入温热药中,或把红糖加入寒凉药中,会影响药性。

中药化学成分复杂,其中蛋白质、鞣质等成分能与糖,特别是与含铁、钙等无机元素和其他杂质较多的红糖发生化学反应,有些蜂蜜还含微量重金属元素,使药液中某些成分凝固变性,不但影响药效,甚至会危害健康。

糖性属甜,可抑制某些药物,尤其是退热药疗效。

糖能降解某些药物,从而使疗效降低。

某些健胃中药之所以能健胃,就是利用其苦味或其他异味刺激消化腺分泌,加入糖后会改变这些味道从而影响疗效。

治疗咳嗽的中药不应加糖,特别是咳嗽有痰者。糖分会刺激咽喉黏膜,使痰液分泌增加,从而影响化痰中药疗效,甚至有可能使病情进一步加重。

## 掌药“不苦”有窍门

掌握药液温度。当药液温

度冷却至20℃至36℃时,宜快速服下。正常人体口腔内温度为36.2℃至37.2℃,汤药温度与舌的温度相近时,味觉神经感觉最灵敏。当汤药温度高于38℃或低于36℃时,味觉神经不太灵敏,苦味感觉就会减弱。不过,汤药高于38℃有可能烫伤口腔黏膜,因此20℃至36℃之间为佳。

掌握含咽部位。人的苦味感受器主要集中在舌头前半部,以舌尖最为突出。药液入口后,最好迅速含贮于舌根部,自然咽下,也可用汤匙直接将药液送至舌根仰头顺势咽下,但要留意往后仰不必太过强烈,防止造成支气管遭受呛水。

掌握服药速度。药液在口中停留时间越长,感觉味道越苦,因此,苦味中药的服用力求干净利落,苦味转瞬即逝。

喝适量温开水。服药后喝适量温开水,有利于胃肠道对药液吸收,又可在一定程度上缓解药液苦味。 据《中国中医药报》

## 四类人易被蚊子咬 改善体质有助应对

伏天一到,蚊虫活动更加频繁,总有一些人更受蚊子“青睐”。

出汗较多的人,血液中酸性代谢产物增多,导致排出的汗液乳酸值升高,会对蚊子产生吸引力。

蚊子的触角有一个对热很敏感的受体,只要有一点温差变化,便立刻察觉得到,体温较高的人散热较快,蚊子能够很快感知。

呼吸较快的人,呼出二氧化碳相对较多,二氧化碳气体会在头上大约1厘米左右的地方形成一股温暖潮湿的气团,对蚊子产生吸引力。

穿黑色衣服的人和肤色较暗的人往往更容易对蚊子产生吸引力。

较易被蚊虫骚扰的朋友,可多吃一些大蒜和富含维生素B的食物,如糙米、豆类、干果、水果、绿色蔬菜、奶类、水产及动物肝、肾、脑等,使汗液酸性降低,蚊子就不会再“缠着”你了。 据养生中国

中药具有苦甘酸辛咸五种味道,苦味更广泛一些。因此有些人为了掩盖苦味,在汤药中加入糖(冰糖、白糖、红糖、蜜糖)或以糖水送服。

服用中药汤剂到底能不能加糖?可遵从医嘱酌情加糖,但不宜随意加。

## 细数六方面原因

糖也是中药,多食易助热。如患者有腹胀、湿热停滞、痰积体内、舌苔厚腻等情况,一般严禁加糖。各种糖均味甘而有补虚作用,若所治病症为邪实之证,加糖不但不利于驱邪,反而会加重病情。此外,白糖性凉、红糖性温,

# 一份报纸都没看完 牙就种好了 中老年种牙认准专业机构

牙椅还没躺热,牙就种好。72岁的魏大叔神采奕奕地走出手术室,陪他来的老伴也十分惊讶,她在外面等候时,一份报纸还没看完,就可以回家了。

在杭州中老年种植牙专业机构摩耳口腔,凭借着“即拔即种即用”的技术优势和微创特色,让来种牙的市民都觉得,种牙竟然如此轻松。

## 即拔即种 少挨一刀 微创手术 不翻瓣不缝针

是什么让种植牙变得轻松简单?为魏大叔种牙的李海峰院长给大家揭秘。他说,传统种牙采用翻瓣术,需要将种植位置的牙龈切开、牙肉翻开,植入植体后,再缝针,手术时间长。微创手术既不需要翻瓣也不需要缝针,手术步骤少、时间短,大约两三分钟就能植入一颗植体。

摩耳口腔采用的是德国种植牙“即刻用”技术,它也是该项技术杭州地区的落户单位。“即刻用”顾名思义,



有着“即拔、即种、即用”的优势,拔牙、种牙一次性完成,将两个手术合并为一个,让患者少挨一刀,少打一次麻药。以魏大叔为例,他的牙槽骨条件比较好,术后无需等3个月的“空牙期”,可以马上安排戴牙。种完牙后,魏大叔看着镜子中

自己一口整齐亮白的牙齿,笑得合不拢嘴。他终于不用为了种牙来回奔波。

## 种牙好方案 费用少一半 咀嚼更有力 使用更长久

到摩耳口腔种牙前,魏大叔一直为种牙费苦恼。他说,自己一共缺牙11颗,还有2颗摇摇欲坠,外加1颗蛀牙。虽然现在种植牙比以前便宜,但几千元一颗,算下来也要好几万元。李海峰院长为魏大叔制定了“即刻用”半口种植方案,将上颌无保留价值的松动牙和蛀牙拔除,再植入6颗植体,然后安装桥架牙冠,就能恢复上半口14颗牙。少种、多镶,一套定制化的治疗方案为魏大叔节约不少钱。

值得一提的是,半口/全口种牙技术难度大,对种植的位置、角度深度都有严格要求,不能有丝毫偏差,否则会导致整个种植手术失败。摩耳口腔采用德国种植系统辅助设计方案,经过精确计算和多次模拟验证,种出来的牙齿牢固有力,而且长期稳定,经得起咀嚼和时间的考

验。想种好牙,请认准杭州中老年专业机构摩耳口腔。

记者 林乐雨

## 摩耳口腔7周年种牙特惠 一年一次,不容错过!

今年7月,摩耳口腔迎来7周年院庆。为回馈杭州市民多年来的支持和厚爱,摩耳口腔特别给70岁及以上的老年人送出一份福利,种植牙低至980元/颗。由于只开放50颗,活动开启当天便报名额满,很多市民来电表达预约不到的遗憾。摩耳口腔决定,将“980元种植牙”预约时间延长至7月31日,未报名的市民请抓紧时间拨打本版右上方专线。

●敬老援助种植牙 980元/颗(仅限70岁及以上)

●进口特惠种植牙 1580元/颗

●德国半口种植牙 18800元