

帕金森病情加重癥狀表現

帕金森病雖不致命，但會對帕金森患者的生活質量造成極大地負面影響，還會造成患者的抑鬱、焦慮等情緒。帕金森長期不能徹底治好也會誘發其它很多并發癥，這樣只會加重患者的病情，讓以後的徹底治療更加困難，那麼，帕金森病情加重的癥狀表現有哪些呢？

帕金森患者會經常有各種感染，包括呼吸道感染與泌尿系統感染，男性患者前列腺肥大者更易發生。早期患者可因免疫功能低下而罹患感冒，也可在慢性支氣管炎的基礎上并發肺部感染。飲食不潔可發生急性胃腸炎、痢疾等。一旦出現這種情況，大多數患者會表現為發熱及出現相應的臨床癥狀，診斷一般無困難，積極治療會有很好的效果。但無論什麼原因引起的發熱，都會暫時加重帕金森病的病情。

隨着帕金森病情的不斷加重，帕金森患者到了晚期

祇能卧床不起，因此就會出現多臟器功能的衰退，抗病能力降低，可發生多種并發癥而呈現發熱。其中呼吸系統的感染最為多見，吸入性肺炎、墜積性肺炎都會發生；泌尿系統感染也可因尿便障礙或留置導尿管而變得頑固頻繁。

如果帕金森病情不斷加重，不得不重視的還有皮膚上的問題。帕金森患者的皮膚可因護理不周發生褥瘡，局部創面的感染也是常見的發熱原因，甚至可造成敗血症。晚期患者出現發熱，其治療效果常常較差，甚至會危及病人的生命。

帕金森早期雖然對患者的生命并無威脅，但如果病情加重，還是會給患者帶來嚴重的危害，生活中一旦發現帕金森癥狀就要及時的治療，拖延病情祇會給患者帶來更大的麻煩。

亂排毒更傷身

春季天氣乾燥，很多人臉上長痘，深受口腔潰瘍、便秘等問題的困擾，于是求助各種“排毒”保健品，或者自己買來帶有“解毒”字眼的中成藥。因為誤用這些產品到醫院就診的患者逐漸增多，其中很多人并不了解它們的成分和功能。

在多數人的觀念裏，“毒”是很少劑量就能對身體造成破壞作用的物質。武俠小說裏高手療傷時打通經脈，還會逼出黑色的毒液，用來“排毒”。實際上，中醫的“毒”并非“毒素”，而認為“邪”就是“毒”，把所有導致疾病發生的致病因素都稱為“毒”或“毒邪”。它不是一種獨立的物質，而是某種物質鬱積在人體，呈現一種“過”的狀態（超過正常存在），便會發展為“邪”。例如大家不會將吃人參滋補和“毒”聯繫起來，但如果健康人，尤其是兒童濫用人參，會導致身體功能紊亂、出血、便秘甚至更嚴重的後果；相反，砒霜雖然有劇毒，但如果限制用量，却可以治療特定的血液病。因此，把握用藥的“度”比單純懼怕“毒”更有意義。

中醫本身沒有“排毒”概念，市面上很多保健產品裏的“排毒”成分其實是瀉藥，如大黃、番瀉葉等，主要起到促進排便、緩解便秘的作用，不一定能徹底解除病邪，還可能對身體造成危害。長期服用這些成分的產品，容易使腸道形成依賴，加重便秘癥狀，連續服用8周以上，還可能出現結腸黑變病，即結腸出現黏膜色素沉着性病變，增大致癌風險。

帶有“解毒”等字眼的中成藥，如牛黃解毒片、上清丸等，確實能起到清熱解毒的作用，但不適合體質虛寒者長期服用，否則可能引起腹瀉等癥狀。牛黃解毒片中還含有神，長期使用可能在體內蓄積造成中毒，應遵醫囑服，一般不建議連續使用超過3天。

排毒如此受人熱捧，體現了大家追求健康的願望。其實，平時注意多喝水，多吃水果蔬菜和雜糧，保持合理飲食和心情舒暢，充足睡眠、適量的運動讓身體保持代謝穩定，才能讓身體遠離各種疾病。

常喝茶5好處



有助于抗氧化 茶多酚具有很强的抗氧化性和生理活性，是人體自由基的清除劑。有實驗研究顯示，1毫克茶多酚清除對人肌體有害的過量自由基的效能相當于9微克超氧化物歧化酶，大大高于其他同類物質。另有實驗結果表明，5毫升茶多酚的抗衰老效果要比維生素E強18倍。

有助于預防和治療輻射傷害 茶多酚及其氧化產物具有吸收放射性物質的能力。有臨床實驗證實，對腫瘤患者在放射治療過程中引起的輕度放射病，用茶葉提取物進行治療，有效率可達90%以上；對血細胞減少癥，茶葉提取物治療的有效率達81.7%；對因放射輻射而引起的白血球減少癥治療也有很好的效果。

有助于提神醒腦 茶葉中的咖啡碱能使人體中樞神經興奮，增強大腦皮質的興奮過程，使人精神振奮，增強思維和記憶能力。

有助于利尿解乏 茶葉中的咖啡碱可刺激腎臟，促使尿液迅速排出體外，提高腎臟的濾出率，減少有害物質在腎臟中滯留的時間。咖啡碱還可排除尿液中的過量乳酸，有助于使人體盡快消除疲勞。

有助于降脂助消化 茶葉中的咖啡碱、維生素B₁、維生素C都能提高胃液的分泌量，可以幫助消化，增強分解脂肪的能力。茶中含有的芳香族化合物也可以溶解脂肪，防止脂肪在體內積滯。

男人應該多吃胡蘿卜

男人應該多吃一些胡蘿卜。據英國《每日郵報》報道，浙江大學的學者進行的一項最新研究發現，經常食用色彩鮮艷的蔬菜能將男性患上前列腺癌的風險降低近1/5，特別是胡蘿卜。發表在《歐洲營養學期刊》上的這項研究成果表明，每周至少食用3次胡蘿卜的男性患上前列腺癌的可能性會減少18%。

研究人員將來自世界各地的10項小規模研究匯集在一起，考察了胡蘿卜所具有的抗癌功效。分析結果顯示，食用胡蘿卜對降低前列腺癌的發病



率產生了顯著影響，即使研究人員考慮了其他影響男性患上這種疾病的風險因素(如肥胖)，上述結論依然成立。

研究者認為，胡蘿卜含有大量的類胡蘿卜素，特別是β-胡蘿卜素和番茄紅素，這兩種物質都能減輕氧化應激反應對細胞造成的損傷，從而起到抗癌的效用。

女人用對蜂蜜效翻倍

女性白天喝點鹽水，晚上喝點蜂蜜水，既是補充身體水分的好方法，又是春季養生、抗拒衰老的飲食良方。但蜂蜜水是個好東西，單單留在晚上喝太可惜了，其實有很多時候我們都需要它。

緩解疲勞，尤其是熬夜後 在所有的天然食品中，大腦神經元所需要的能量在蜂蜜中含量最高。蜂蜜中的果糖、葡萄糖可以很快被身體吸收利用，改善血液的營養狀況。

消除大餐後的積食 蜂蜜可以促使胃酸正常分泌，還有增強腸蠕動的作用，能顯著縮短排便時間。

潤肺 蜂蜜有消炎、祛痰、潤肺、止咳的功效，枇杷蜜的止咳作用最好。

解酒 蜂蜜成分中含有一種大多數水果沒有的果糖，它可以促進酒精的分解吸收，因此有利于快速醒酒，并解除飲酒後的頭痛感。

潤肺 蜂蜜有消炎、祛痰、潤肺、止咳的功效，枇杷蜜的止咳作用最好。

解酒 蜂蜜成分中含有一種大多數水果沒有的果糖，它可以促進酒精的分解吸收，因此有利于快速醒酒，并解除飲酒後的頭痛感。

消除大餐後的積食 蜂蜜可以促使胃酸正常分泌，還有增強腸蠕動的作用，能顯著縮短排便時間。

潤肺 蜂蜜有消炎、祛痰、潤肺、止咳的功效，枇杷蜜的止咳作用最好。

解酒 蜂蜜成分中含有一種大多數水果沒有的果糖，它可以促進酒精的分解吸收，因此有利于快速醒酒，并解除飲酒後的頭痛感。

潤肺 蜂蜜有消炎、祛痰、潤肺、止咳的功效，枇杷蜜的止咳作用最好。

用法：飲酒前吃50克蜂蜜或幾塊塗蜂蜜的餅乾面包，酒後飲蜂蜜水。

讓興奮的神經安眠 蜂蜜中的葡萄糖、維生素、鎂、磷、鈣可以調節神經系統功能，緩解神經緊張，促進睡眠。而且蜂蜜沒有其它藥物所具有的壓抑、疲憊、分神等副作用。蘋果蜜的鎮靜功能最為突出。

用法：每晚睡前一匙蜂蜜。
治療偶發傷口 蜂蜜去掉糖分後的酸度等同於醋，可令細菌在創傷部位不能生存。即使沒有病菌，在它的作用下，傷口的腫脹、疼痛程度都會大大減輕，還能消除死去的肌肉，加快傷口愈合。

用法：用10%~15%的蜜汁洗滌傷口，用純蜜塗抹包紮。

安撫皮膚 蜂蜜是最理想的護膚品。它能供給皮膚營養讓皮膚具有彈性，能殺滅或抑制附着在皮膚表面的細菌，還能消除皮膚的色素沉着，促進上皮組織再生。

用法：在一匙葡萄汁中加入一匙蜂蜜，加入面粉調勻後就成為葡萄汁蜂蜜面膜。

服用維生素改善性功能



隨着時代的進步，生活水平的提高，性功能障礙患者也越來越多，性功能障礙危害着男性的健康，它妨礙着男性生活的和諧，是成年男性的苦惱之一。其實服用維生素就可以解決，下面我們就來具體的介紹一下：

維生素有助提高性功能 在常日的飲食生活中，與性功能息息相關的維生素中，當屬維生素A、維生素B、維生素C和維生素E。常食富含維生素的食物，有助提高性功能。

維生素A增強性欲 維生素A具有增強性欲和維持性功能的作用，尤其是對中老年女性尤為重要。隨着年齡的不斷增長，一些中老年女性由于大小陰唇和陰道黏膜萎縮變薄，分泌物減少而導致外陰幹澀。這無疑會妨礙性生活的質量，而適量地服用維生素A，例如動物內臟和海產品等，都會起到很好的效果。

維生素B₆促進性欲 維生素B₆又被成為“女性維生素”，可見對女性來說多麼重要。維生素B₆可以緩解女性經前期緊張綜合徵導致的女性性欲低下，而常服維生素B₆可起到催情的作用。維生素B₆主要分布在食物中，其含量最豐富的要數米糠、麥麩和向日葵，其次是香蕉、玉米、魚、瘦肉、大豆、蛋類以及水果和蔬菜等。

維生素E預防性衰 維生素E又稱生殖維生素，它主要來源于麥芽、雜糧、糙米飯等食物中。現代人們常食用精米，無意中放棄了麥芽等營養物質，殊不知麥芽油能預防性衰，這實際上也是麥芽中含有豐富的維生素E。不僅如此，維生素E還能防止流產和早產，以及女性不育癥等。

女人臀部大兒女更聰明

臀部大的女人生育能力强。而大屁股的好處不僅限于此，美國匹茲堡大學公共衛生流行病學研究人員稱，女人屁股越大，養育的兒女越聰明。這一研究也揭開了為什麼女人通常比男人更胖的“謎團”，因為女性需要肥胖的大腿和臀部使子女更聰明。

研究人員稱，大腿和臀部的“脂肪存儲”會通過母乳喂養的方式為新生兒大腦發育提供營養。匹茲堡大學公共衛生流行病學家威爾·拉斯克解釋說：“臀部和腿部的脂肪是構建嬰兒大腦的營養倉庫。生成神經系統需要大量的脂肪，這些部位脂肪富含二十二碳六烯酸（DHA），是大腦重要的組成部分之一。”

通常，脂肪占到女性體重的30%。拉斯克說：“女性分娩前體內脂肪水平同冬眠的熊、生活在冰冷的北極海域的鯨魚體內相近，并一直保持，直至嬰兒出生。一般來說，女性體內多餘的脂肪會在母乳喂養期減掉，其營養成分也正為嬰兒大腦發育所需。”母乳喂養的母親每月會減去0.9公斤脂肪。

在過去500萬年人類的進化史上，人類大腦平均體積從400毫升增加到1200毫升，因此女人需要變得更胖以滿足嬰兒大腦發育不斷增長的營養需求。劍橋大學生殖生物學家大衛·班布裏奇表示，該成果可以解釋男人為什麼覺得有曲綫美的女性更有吸引力，更迷戀她們。

常吃三種食物防小兒近視

現在有很多的人都戴眼鏡，給人們的生活和健康上帶來很大的煩惱，下面介紹三種有利于預防近視的食物，希望給大家帶來幫助。

含鈣食物 鈣是我們較為熟悉也頗為重視的一種礦物元素，但大家對它的認識還是集中在增進骨骼發育、防止兒童佝僂病等方面，很少將它與眼睛的發育聯繫起來，然而醫學專家們指出，鈣的缺乏是造成視力發育不良乃至形成近視的重要原因之一。眼球如同一個盛滿清水的塑料小囊，如果鈣元素缺乏，其“液壓”就會忽高忽低，不能保持正常狀態，這種狀況就像一個正在亮着的燈泡，很容易被忽高忽低的電壓燒壞一樣。眼球如果缺少了鈣，可使發育異常而形成近視。

含鈣食物有：牛奶、豆制品、魚蝦、動物骨等，還要注意搭配動物的肝臟、蛋黃、綠色蔬菜等富含維生素D的食物，以增加鈣的吸收與利用。

含鉻食物 鉻元素也是人體必需的一種礦物元素，在眼球發育中的作用是使其滲透壓保持平衡，否則可導致晶狀體鼓出變凸，致使眼的屈光度增大，而成為近視眼。根據專家的測算，兒童每天約需鉻50-200微克。

含鉻食物有：谷物、肉類、乳酪及蛋黃等，應多給孩子安排。

硬質食物 經常給孩子吃些有一定硬度的食物，增加咀嚼力頻率與力度，可促進小兒視力的發育，日本一位名叫船越的教授為此做了專門調查，資料顯示，常吃細面條一類軟食的孩子很少使用下巴部分的咬肌，這是造成視力異常的一個重要禍根。一項研究表明，常吃不需咀嚼



力之柔軟食物的學生中，視力差的人特別多；而常吃硬食者，視力差的人很少。這是因為咀嚼力可增加面部肌肉包括眼肌的力量，使之具有調節晶狀體的強大能力，避免近視眼的發生。

比較適合兒童的硬質食物有：胡蘿卜、水果、甘藍、動物骨、豆類等。這些食物既耐吃力又富含營養，特別值得推薦。