

美容院 ≠ 美容医院

你选择的注射美容产品安全吗？

最近发布的《中国医疗美容市场分析 2017》报告显示,我国已经成为全球第三大医疗美容市场。玻尿酸填充、肉毒素瘦脸、微创双眼皮、水光针美肤、肉毒素去皱等五项微整形位列 2016 年美容项目销量前五名,其中 4 项为注射美容。然而,最受消费者欢迎的注射美容往往被“毁容”。专家呼吁加强行业自律,消费者理性消费,共同防范医疗美容风险。 ■ 据《工人日报》

60%注射美容并发症祸起“三无”

据统计,当前 60%以上的注射美容并发症发生在非医院、非医生、非正规产品的“三无”情况下。

北京协和医院整形外科王晓军主任表示,很多非整形美容从业者加入到美容团队里,进行操作。他们卖的都是一些假冒伪劣的产品,而他们的所作所为对整形美容的就医者,或者叫求美者的身心都会带来很大的伤害。

专家提醒,美容院与美容医院之间,一字之差,毁掉了不少求美者的容貌。前者是生活美容,是不能开展任何“破皮”项目的,比如肉毒素和玻尿酸注射、激光、光子嫩肤等;后者属于医疗美容,是一项由“医生”完成的医疗行为。然而大量没有医疗美容资质的会所、美容院都在进行医疗美容。部分消费者盲目选择这些非正规场所注射玻尿酸、肉毒素,皮肤出现坏死、肿胀、出血等并发症,还有人注射了假的肉毒素,导致全身肌肉麻痹,甚至呼吸和心跳出现功能障碍。专家指出,眼周神经和血管尤其丰富,是注射美容风险最大区域。

到正规机构找专业医生 购买正规美容产品

面对这种情况,专家提示,医疗美容属于医疗行为,对注射点、药物用量、注射深度都有严格要求,必须由专业的整形医生来完成。消费者一定要选择去美容医院、整形医院或是正规医院的美容、整形科等正规机构,因为这次机构是具备卫生主管部门核发的《医疗机构执业许可证》。

北京协和医院整形外科主任王晓军表示:这些医生一定是经过严格培训。他有非常好的专业技能,很好的审美标准,只有将这两者结合起来,他才能够给整形美容就医者一个整形美容的结果。消费者在注射美容前,还应验证注射产品的真伪和进货渠道。以肉毒素为例,目前我国仅批准上市了两种注射用 A 型肉毒素,其他仿冒品都是假货,包括通过其他国家走私进来的水货。

老年低头族更容易患上“手机病”

智能手机时代,人们早上起床要看手机,通勤路上要看手机,半夜醒来要看手机,甚至打车、买菜都得拿出手机。痴迷于手机的不再仅止年轻人,更多的孩子和老年人也都加入进来,而由手机引发的手臂、颈椎等疾病也多起来。北京东城中医医院针灸科主任武锋提醒,相对于年轻人,本来身体机能就偏弱的老年人患上“手机病”的风险更大。 ■ 据《北京晨报》

老年低头族更易出现胳膊疼痛

对于低头族来说,习惯不同,受损伤的部位不一样,有的是腕部,有的是肘,有的是肩部,有的还会牵引到一侧颈部,如果长期低头,还会影响颈椎。一般来说,患者最初的表现是劳损部位疼痛麻木。比较严重的某一块肌肉或韧带损伤严重,手臂和手指功能的精确性会受到影响,比如,喝水时端杯子,发现手没劲、发抖,不听使唤,端不住水杯;手抖的无法拿笔写字,没法做家务,做饭切菜都手发抖。还有的患者长期低头,颈椎出现问题,头晕头痛等。

除此之外,不少患者还会出现眼睛干涩,视力模糊,眼角分泌物增多的现象。中老年人在日常生活中如何自我判断是否患上颈椎病呢?武主任介绍了一个简单的检测方法,即自己用手从背后捏颈肩相连处,右手捏左侧,左手捏右侧,如果感到僵硬或疼痛,那么可以初步判断颈椎已出现问题。

定时定量定点看手机

老年人使用手机要遵循“定时定量定点”的原则。据了解,人体骨骼耐受力时间为 45 分钟,时间一长骨骼就容易发生损伤。老人准备看手机前最好先上个 45 分钟后响的闹表,时间一到立刻放下手机,适当活动。

同时可做 15 分钟的“10 点 10 分保健操”,做法很简单:手指并拢,双臂上举,成“10 点 10 分”指针状,头适度后仰,闭上眼睛,慢慢散步,同时感受指尖用力向上拔伸。这个保健操既适用于老人,也适用于其他经常伏案的上班族和“低头族”,每天坚持做,对颈椎、脊椎会起到很好的保健作用。

□ 荐读

为什么生活中总有些人那么在乎那几块钱？

为什么生活中,总有些人那么在乎那几块钱?或许对于你来说不至于,但是对于很多人来说,至于。你永远不知道这几块钱,对于他们来说有多重要。

我曾见过一个老奶奶,因为坐公交车投错了钱,本来是一块钱却放进去五块钱,她求了那公交车师傅一路。因为车上人太多了,公交车师傅一直推托说自己没看见,老奶奶说了十几分钟那师傅也不理不睬,老奶奶就捂着眼睛在旁边哭了起来。

旁边的一个小姑娘看不过去了,就从包里拿出五块钱递给老奶奶,说她没投错钱,钱掉在地上了。老奶奶看了一眼,握着小姑娘的手说:谢谢你丫头,这不是我的,不能要,因为我的钱没这么新。

我曾见过路边卖油条豆浆的两夫妇,在客流量最多的时候给客人找错了钱,不知道是多找了十块还是二十,夫妇俩追着那客人跑了几分钟。那客人骑着摩托车,不知道是真没听见还是假没听见,踩着油门拐个弯就不见了。最后那妇女摔在地上,膝盖都磕出血来,边哭边骂自己的丈夫是瞎子。

他老公涨红了脸不说话,过去拉她起来,重重地抽了自己一嘴巴。

曾经路上偶遇一个小女孩,背着破布书包穿着旧牛仔裤,在没有路灯的街道上低着头走了一圈又一圈,那时候已经进入冬了,小女孩被冻得脸发白。我们把车停到她旁边,女朋友问:小妹妹,你在干嘛呢?那小女孩眼眶红红的:我的钱丢了。女朋友说:快回家吧,天这么晚了,你爸妈会担心的。小女孩哽咽地说:姐姐你不知道,那些钱是我奶奶给我买资料的,她捡了一个月的塑料瓶才攒了这些钱。

在很多人看来,为了这点钱,不至于。五块钱只不过是一杯饮料,十块钱才两个小时的网费,三十多块钱不过就是一包烟钱。但对于他们来说,这些钱就是他们的希望,生活赋予他们巨大的重压,这些钱都是他们溺水后的稻草。

这个世界太喜欢以己度人了,你看惯了明星的灯红酒绿,每天路过的都是繁华的街道和高楼大厦,买的是专卖店的的东西,就会觉得那些贫穷和疾苦不存在,是博同情和搞笑。我们不仅要仰望天空,更要学会俯视尘埃。那些口口声声说几块钱不重要的人,一般都是还没长大的人。

成年人的世界没有容易二字,一旦有了工作、婚姻、生活后,他们把享受的机会都留给了别人,默默地背负着生活的重压。每个人的钱都不是天上掉下来的,是一分一毫挣来的辛苦钱,学会理解,学会珍惜,大多数人的成长,往往就是从学校踏入社会那一刻开始的。

吃香蕉心情好

心情不好的时候,吃点香蕉能让心情变好,这是真的吗?香蕉确实有一些调节心情的作用,这不仅仅是因为它好吃。

吃下第一口香蕉后,香蕉中丰富的果糖和淀粉能让人迅速获得能量。同时,香蕉中富含的维生素 B₆ 会参与人体对 5-羟色胺的合成。这种物质有助于减轻焦虑水平,恢复愉悦心情。

香蕉也是钾的重要来源。虽然钾与心情没有直接的关系,但是钾可以帮助调节液体水平,并保持肌肉的正常工作。除此之外,香蕉还含有丰富的铁,这对于生产能量和消除疲劳至关重要。

最重要的是,香蕉一年四季都可以吃到,还自带“包装”,很容易携带,实在是找不到比这更好的水果了。

不过,如果情绪一直极度低落抑郁,吃两斤香蕉也不一定有用。这个时候,请一定去寻求专业医生的帮助,毕竟香蕉再好,也只是普通水果。 ■ 据《法制晚报》