

乱补肾后果很严重

补肾,是近些年十分热门的一个话题。很多男性片面获得了一些中医知识或受到错误信息的误导,认为自己精力、体力差,性功能下降都是肾虚造成的,所以盲目购买很多补肾壮阳的药物或保健品服用。还有不少男性跑到医院说自己肾虚了,要求医生帮忙“补一补”。殊不知,这样乱补不但对健康没有好处,还可能对身体造成伤害。

中医里面所说的“肾”,是一个综合概念,首先,肾具有构成人体和维持人体生命活动的功能,决定人体的生长、发育和生殖;

其次,肾还对维持体内水液的代谢起着重要的调节作用;最后,肾还有助于配合肺的呼吸功能,让呼吸平稳深沉。所以,当一个人出现了发育迟缓、精力体力不足、性功能下降、生育能力障碍等情况时,就可以考虑这个人是不是肾虚了。不过,生命现象十分复杂,这些问题也很可能不是肾虚造成,如果以偏概全,盲目补肾,会给男性带来很多伤害。

第一,破坏体内阴阳平衡。补肾药要么补阴,要么补阳,正常人长期服用后会破坏

这种平衡,引发疾病。可能出现口干舌燥、心烦、起痘上火的表现,也可能出现食欲下降、舌苔厚、便秘等问题。

第二,容易用错药,加重病情。肾虚简单可以分为肾阴虚和肾阳虚,二者的临床表现和发病机理是不同的,所以补肾的时候首先要分清是肾阴虚还是肾阳虚。如果是肾阴虚却用了补肾壮阳的药,就像火上浇油;如果是肾阳虚却用了滋补肾阴的药,就像雪上加霜,不仅治不了病,还会加重病情。

第三,对老年人造成严重伤害。许多老

年人把自然的衰老现象归结为“肾虚”,过度地补肾壮阳。而补肾壮阳药,药性大温大燥,久服后易出现口干舌燥、口渴多饮、鼻出血、眼赤红、牙肿痛、大便干结、失眠多梦、心烦易怒、血压升高等一系列不良反应,甚至会

引起药物性中风,危及生命。如果真的出现不适症状,怀疑自己肾虚,一定要先咨询医生,辨证论治。同时,生活中要学会正确养护肾:性生活适度;坚持锻炼;保证充足睡眠;经常按摩腰部、足底。

据《生命时报》

发送方式:移动用户用本机发送“Y+内容”至10658365,电信C网手机用户发送内容至1065971991。资费均为1元/条。注意事项:短信内容不全、不符合发布要求不予刊登;一周内请不要重复发送相同短信;短信截止时间为下午3点。

短信平台

可刊登求职,求租(限住房),找保姆、钟点工、家教。
发布信息者请写明欲刊登内容、姓名、性别、电话。

求职

赵先生:有多年电气焊工作经验,求晚上和周末相关工作。电话:15926196769

求家教

王同学:西南师范大学物理系大二女生,擅长初高中数理化,有较长时间的家教经验,具备良好的沟通能力,求家教。电话:18707281277
李同学:擅长初高中数理化,注重传授学习方法,所辅导学生成绩均明显提高。电话:13733563971

张同学:汽院大四男生,擅长数学,有3年家教经验,业余时间充裕,可辅导中学数理化。电话:13972463531

王同学:有丰富的家教经验,讲解详细,通俗易懂,擅长数理化。电话:15897882013

找保姆

王先生:找不住家保姆一名,需晚上六点至十点到家里来做饭及打扫,人要干净勤劳、会做饭,家住北京南路南洋国际附近者优先。电话:13872803126

跳蚤市场

本栏目属便民服务栏目,仅限于发布个人旧物类的置换、出售、求购信息,谢绝发布商业信息。

发布信息者请写明商品名称(限单件、单套商品)、价位和姓名、性别,要求商品价值在千元以内。

求购

王先生:购九五成新山地车一辆,要有发票,车况良好。电话:18772995505

欲售

周先生:售九五成新 15 英寸联想液晶显示器一台,130 元。电话:15387256343
彭先生:售八五成新 23 英寸挂机多功能电视一台,420 元。电话:18907283043
付先生:售闲置九成新学生电脑 BOOK3(最新款),无维修史,650 元。电话:13635705656
杨先生:售九成新 24 速双碟刹铝合金山地车,800 元。电话:13593765990
魏先生:售电信原装上网猫一套,原价 300 元,现 180 元。电话:13636179564

天气预报

十堰	多云转小雨	4-9℃
竹溪	多云转小雨	4-10℃
郧西	多云转小雨	3-11℃
郧阳	多云转小雨	4-10℃
竹山	多云转小雨	4-11℃
房县	多云转小雨	4-11℃
丹江口	多云转小雨	3-10℃

天气预报早知道

拨打电话 12121
王先生:售 3 吨容量塑料桶一个,1000 元。电话:13986918210
李先生:售旗舰版电脑操作系统一套,稳定快速,15 元。电话:18772766924
(本报仅提供交易平台,供需双方自行交易,诚信为本,风险自担。)
记者 刘爽 整理

天天资讯

【700字/篇】市内免费上门服务
刊登热线:15272279400

欢迎刊登人才招聘、房屋租售、门面转让、厂房招租、招商合作、家政服务、便民电话、汽车修理、婚姻中介、教育培训、建材装修、产品促销、各种供求信息

<h3>商住地合作</h3> <p>位于十堰市东郊高尚住宅区 交通便利,环境优雅,配套设施齐全 有意者请联系: 咨询电话:0719-8889730 15307288118 杨先生</p>	<h3>人才招聘</h3> <p>快捷人才网 www.tu1000.com</p>	<h3>高薪诚聘</h3> <p>厂内诚聘打杂工,待遇优厚 有意者请联系: 电话:18972499705</p>	<h3>招聘</h3> <p>金石缘婚介 缘梦婚介</p>
<h3>房屋招租</h3> <p>出租房屋,环境舒适 有意者请联系: 电话:15272279400</p>	<h3>飞龙房产</h3> <p>房屋租售,服务周到 有意者请联系: 电话:13972463531</p>	<h3>机械喷涂抹灰</h3> <p>省工省料,市建环保,保质保量 有意者请联系: 电话:13636179564</p>	<h3>养老无忧</h3> <p>提供养老服务,保障晚年生活 有意者请联系: 电话:13986918210</p>
<h3>房屋招租</h3> <p>出租房屋,交通便利 有意者请联系: 电话:15272279400</p>	<h3>宾馆转让</h3> <p>转让宾馆,经营稳定 有意者请联系: 电话:13972463531</p>	<h3>转让</h3> <p>转让设备,价格公道 有意者请联系: 电话:13636179564</p>	<h3>龙门花苑新房急售</h3> <p>新房上市,价格优惠 有意者请联系: 电话:13972463531</p>