

很多人对“老年综合征”病名不熟悉,它是三大综合征的总称:老年衰弱综合征、老年肌肉衰减综合征;老年性营养不良。去年,我们讲了“老年肌肉衰减综合征”,也就是肌少症。今年,我们先讲“老年衰弱综合征”。

如果老是有疲劳感 你可能得了一种叫“衰弱”的病

有一种老年病叫“衰弱”

如果你已经65岁以上,年少时家庭条件不好,一生从事繁重体力脑力劳动,有抽烟喝酒史,同时患有高血压、糖尿病、冠心病、老慢支、关节炎、中风等两种以上疾病,体检没有发现新病,但就是一年比一年觉得人越来越没有力气,疲劳感挥之不去,那么,你可能得了一种病:衰弱。

它的全名叫:“老年衰弱综合征”。

“老年衰弱综合征”典型的症状包括:一年比一年瘦,走路越来越慢,手越来越没有劲,人越来越懒得动,双腿没有力气,容易摔倒,再就是疲劳感。年轻的时候,睡一觉疲劳就解除了。但上了年纪之后,早上醒来依然疲乏。专家指出,疲劳感越明显,身体就越差。

自己未来3年会怎样?“衰弱”测试比年龄更准

走路越来越慢;乏力;身体越来越不想动;疲劳感;不明原因体重下降。

这五项就是“老年衰弱综合征”诊断标准,符合1-2项,处在衰弱前期;符合3-5项,处在衰弱晚期。

华西医院老年科主任董碧蓉医生说“越来越多的证据表明,实际年龄不足以预测疾病预后或死亡,而衰弱概念的引入,可以更确切、客观地反映老年人慢性健康问题和医疗需求,预测残疾、意外伤害(如跌倒或骨折)、住院率、急诊就诊率甚至死亡发生,还可以解释疾病预后、康复效果和生活质量的差异”。

处于衰弱前期的老人,可以通过中药膏方进行

调理。去年,有一位杭州老先生,看到本报对“老年衰弱综合征”的报道,因为无力多走路,就让儿子到河坊街方回春堂购买黄氏益寿强身膏。一个月后,他自己来到了方回春堂。这位先生,就是衰弱前期的患者。

什么是“衰弱”

医学界的“衰弱”定义我们来看一下:“衰弱是指老年人生理储备下降导致机体易损性增加、抗应激能力减退的非特异性状态,其核心是老年人生理储备下降或多种异常,外界较小刺激即可引起临床事件的发生。老年衰弱往往是一系列慢性疾病、一次急性事件或严重疾病的后果。高龄、跌倒、疼痛、营养不良、肌少症、多病共存、多重用药、活动功能下降、睡眠障碍及焦虑抑郁等均与衰弱相关。”

“老年人生理储备下降”,可以理解为:中气、元气不怎么足了;“机体易损性增加”大致是身体容易得病的意思;“抗应激能力减退”可以理解为抵抗力下降。

用膏方缓解“衰弱”

对“老年衰弱综合征”,西药没有特效药。中药有吗?

“老年衰弱综合征”的五大症状,用中医学语来讲,“走路越来越慢”类似腰酸膝软,头晕目眩,导致老年人容易摔倒;“乏力”就是神疲乏力;“身体越来越不想动”近似年老体弱,少气懒言;“疲劳感”就是体虚气弱;“不



明原因体重下降”就是阴阳两虚的消瘦。

或者可以这样说,“体虚气弱,食欲不振,腰膝酸软,头晕目眩,失眠健忘,年老体弱”就是“老年衰弱综合征”症状。

现在,我们来看,黄氏益寿强身膏的说明书,其“主治功能”是:“补气养血,滋补肝肾,养心安神,强筋健骨,健脾开胃。用于体虚气弱,食欲不振,腰膝酸软,头晕目眩,失眠健忘,年老体弱。”因此,“老年衰弱综合征”患者可以选用黄氏益寿强身膏来调养。

黄氏益寿强身膏对本报读者优惠如下:6瓶一疗程,服用3个月左右,原价2388元,优惠价2000元。杭州胡庆余堂、方回春堂、北京同仁堂杭州平海路分店,绍兴市区震元堂总店,嘉兴老百姓大药房总店(勤俭路991号),嘉兴月河中医馆有售。如行动不便,请拨打本版专线咨询。 记者 寿亦萍

分类广告

订版热线:0571-85310536 85311120

学历教室

杭州计算机学校 春季招生

“一技成”技能+ 大专(本科)学历

本校始创于1998年,2004年被评为全国先进办学机构,创立“一技成,天下行”校训,针对学生天赋个性的不同,实施“包容开放、历练自信、教人做人、能技兼备”的“一技成天赋教育”,培养网站、平面、动漫、装潢、程序等设计类“技能+学历”的“一技成”专业人才。

核心专业 - [电子商务创意与设计]是年薪可以20万以上的专业。

“一技成”专业设置

- ①电子商务创意与设计
- ②程序及网络技术
- ③平面设计与广告创意
- ④装潢及景观设计
- ⑤三维建模与动画设计
- ⑥机械与模具设计

一、初中毕业生入学,学制四年
二、高中、职高学历入学,学制三年
咨询电话:86899032 400-880-0571 网址:www.hzpcs.com

资格教室

开办31年 ● 全国三八红旗集体 ● 全国劳动模范罗红英主讲

学美容美发化妆美甲到花都

杭州滨江高教园滨文路花都大楼 ● 85192888 ● WWW.ZJHD.COM

仓库厂房

招租广告 西湖区三墩镇绕城村村委有厂房及办公用房6800余方,共4层。招租文化创意、电子商务、旅游休闲、仓储物流等优质企业,价格面谈,联系电话15606510918

厂房出售、出租位于安徽省郎溪县十字工业区土地182亩,厂房18000平方米,价格面议,联系电话:13806663846王先生

出售萧山区36亩土地三证齐全工业用地有1.2万㎡厂房+办公宿舍13735569688 15988856745

好街街厂房出租8000㎡可分割13606800708

营业房

转让杭州湖滨步行街300方餐饮旺铺 13906536845、13456771888

租售:我公司位于黄山市屯溪区黄山中路3号有间商铺上下二层,1层173.97㎡二层1591.6㎡。位于市中心沿马路繁华地段,价格面议。联系人:冯先生13651651041、葛先生13901708122

出租西溪路独立用房3600方,13588795998

武林路商铺招租 15356658087

写字楼

出租仙林大厦7楼,整层出租,建筑面积约950平方米,租金3.35元/天/㎡电话:87655367,85189655

野风现代之星715室268方出租18958090678

万塘路252号计量大厦裙楼餐饮公开出租13958170137祝

住房租售

出租环丁路10号特价公寓1600元/套15168333339

招聘

杭州全动机电公司(五金工具)招聘男性50岁以下仓储打包及业务员数名待遇面议石桥路219号科奥市场15B幢3号电话13957175820章

杭州高校后勤诚聘清卫、绿化养护、音控、会务、维修员工。待遇从优,安排吃住。杭州主城区工作联系电话:88320076

万华物业招聘:保洁、物业客服、工程主管、维修工、保安,电话:13586586302

酒店装修招工程监理88389398

外贸服饰招后道组长、检验,包装、车工13588488060

招商合作

快递公司转让全部经营权及设备13372524779刘先生

收购

买卖二手注塑机13605896652

公告

诚招启事现向社会公开诚招杭州平海大厦地下室整修施工队伍。报名时间截止:2019年3月12日下午5点前。联系人及电话:何女士87030472

诚招启事现向社会公开诚招杭州平海大厦会议室地毯铺设供应商。报名时间截止:2019年3月12日下午5点前。联系人及电话:何女士87030472

杭州宝顺箱包有限公司清算组清算公告:本公司董事会已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

招冷却塔空调机房设备风机维修单位88389398

商品信息

酒店客房旧家具床上用品处理88389398

搬家家政

▲喜洋洋搬家86458170低价
▲喜缘搬家86466562拆空调
▲吉祥搬家86463296(起重)
▲采荷搬家86712180城东优

声明浙江顺莘唐诚资产管理有限公司在业务开展活动中未发生非法集资、P2P、网贷等金融业务,无违反中华人民共和国相关法律之行为,承诺以后经营过程中亦不从事以上金融业务。

拟申请注销登记公告浙江图书馆教育中心拟向事业单位登记管理机关申请注销登记,现已成立清算组。请债权人自2019年3月5日起90日内向本清算组申报债权。特此公告。

我们就1、原禾大厦家具公开招租;2、海鲜、蔬菜、水果、肉类供应商公开征集,详见 <http://www.hzqjtt.com/> 有意者请联系王女士0571-81181137

杭州市会展旅业有限公司 供应商招租:浙江新华数码印务有限公司油墨、PS版、预涂膜等材料采购及胶辊加工对外招租,联系人:凌先生0571-85155604

遗失

杭州萧山宁围建兴电机修理部税号92330109MA2BNTKK6C 遗失浙江省通用机打平推式发票(三联并联合金额限制)壹份,代码133011620329 号码00616162 声明作废。

杭州萧山鑫鑫园烤鱼店税号92330109MA28RFMH5J 遗失通用机打发票,发票代码133011830339 号码05074881 声明作废。

陈观龙遗失残疾证,证号为2029、2030号摊位王玉妹遗失33010619560820303762 声明作废。 押金发票2000元,声明作废。

杭州定起装饰有限责任公司,统一社会信用代码92330106MA2BKQ2A5E 不慎遗失由杭州市西湖区市场监督管理局2017年12月7日核发的营业执照副本声明作废。

遗失声明钟永芳不慎遗失杭州电子科技大学英语专业毕业证证书号:103361200905002500,特此声明作废。

遗失浙商财产保险股份有限公司嘉兴中心支公司交强险保单一份,流水号:P330330180031608,声明作废。

杭州四季青面料市场二区陈观龙遗失残疾证,证号为2029、2030号摊位王玉妹遗失33010619560820303762 声明作废。 押金发票2000元,声明作废。

杭州红根贸易有限公司,统一社会信用代码为91330104682938855E 不慎遗失由杭州市江干区市场监督管理局2009年02月12日核发的营业执照正、副本,声明作废。

遗失周捷的执业药师注册证丢失,编号:332214035197,执业单位:温州一正药房连锁有限公司,声明遗失。

杭州萧山农产品批发市场宏泰冷冻食品经营部,统一社会信用代码92330109MA28LDG505, 遗失发票15份,代码为04389602,04389604,04389613起至04389625,声明作废。

杭州根良贸易有限公司,统一社会信用代码为91330104682930706W 不慎遗失由杭州市江干区市场监督管理局2009年01月15日核发的营业执照正、副本,声明作废。

浙江伽汇建设工程有限公司遗失杭州市西湖区市场监督管理局2018年8月6日核发的统一社会信用代码91330106MA2B1AND6Q 公章一枚,声明作废。

楼国惠遗失杭州客运段集体户口页声明作废。

杭州市江干区滋味渊饮食店遗失公章一枚声明作废。

本人王燕美遗失专业证书一本,合格年份:2018年;考试名称:会计专业技术资格考试;专业:会计专业;级别:中级;证书编号:11821015300136 特此声明。

吴姗姗于2019年2月21日遗失身份证,证号341021198901014002 声明作废。

遗失临安奚香食品商店浙江省国家税务局通用机打发票,发票号码:10988291,10988301,10988303,09628081 发票代码133011630339 声明作废。

杭州运华科技有限公司遗失公章、财务专用章声明作废。

浙江江隆实业发展有限公司遗失杭州市西湖区市场监督管理局2018年3月6日核发的统一社会信用代码91330106MA28XXX16E 营业执照正副本,公章、财务章、孙学良法人章各一枚,银行U盾一个,声明作废。

郑元伟遗失警官证,编号0196033,发证日2018年5月1日,声明作废。

遗失杭州意法服饰城5119摊位押金收据,金额壹万元整,号码00019765,姓名赵何鉴,声明作废。

李鸿杰遗失士官证,编号士字第14706854 声明作废。