

年纪越大越没有力气的原因找到了

本报记者 郑佳颖

肌少症成为“80岁以上老人第一病”

张先生这几天心情一直不怎么好,源于长假回老家父亲的一句话。

半年没回家,大家围一桌吃饭,张先生随口问了一句:“最近身体怎么样?”

老爸说:“奇怪呢,这个脚啊,很容易酸。”

张先生心里“咯噔”一下,这顿饭就没有吃好。他马上联想到了外公,20多年前,外公去世前两年,也是这么对他说的:“这个脚啊,很容易酸,人没有力气。”

张先生是从事医药研究的,他知道,没有特别疾病,老人开始感觉到脚酸,是肌少症典型症状之一。

接近80岁,或者80岁以上的人,自己用两只手合围小腿最粗的地方,如果很松,说明腿肚子的肌肉减少了;再捏一下,如果摸上去软绵绵的都是肥肉,说明肌肉变性了。

称一称体重,减轻了,那不是“千金难买老来瘦”,那是肌肉减少引起的体重下降;没有减轻,但看上去越来越“熟”,皮肉越来越松弛,那是肌肉变性引起的。

肌少症,顾名思义就是老年人肌肉越来越少的一个病症。这个以前都不知道是病。直到1989年才第一次提出来,2018年我国颁布《肌少症共识》,我们省负责肌少症医生培训的单位是浙江医院。

大部分人进入80岁后,生命的最后10年,会失去原来40%的肌肉。山东大学齐鲁医院统计,80岁以上男性肌少症患病率58.33%,患病率随年龄增长。

到2020年,浙江11个地市的人均预期寿命已经全部超过80岁。2021年3月,杭州卫健委公布杭州2020年户籍人口期望寿命:83.12岁。据“浙江省2018年老年人口和老龄事业统计公报”,按户籍人口统计,截至2018年末,全省80岁及以上高龄老人172.3万。按老龄化规律,2021年我省80岁以上老人早就超过200万。

啥意思呢?我们生活当中,80岁以上人口占比很大,肌少症人群非常庞大。

高血压最怕是中风,冠心病最怕心肌梗塞,肌少症最怕是——摔倒。

得了肌少症,是一种什么体验

中医说,肌少症就是痿证,人老了,像树木一样枯萎了,肌痿,肉痿,足痿,脉痿,骨痿。足痿就是走路没有力气,摔倒;骨痿,就是骨质疏松。

张先生的老爸81岁,容易脚酸,腿感觉到很重,他摸了一下老爸的腿肚子,憋进去了,摸到的是骨头,体重下降,明显瘦了。

张先生之前一直在给老父亲买补品,发现父亲出现肌少症,回到杭州,立即去老字号买了一种补品寄回去。

肌少症对症药物是老年人自己发现的

从2017年开始,杭州胡庆余堂、方回春堂、种德堂、北京同仁堂平海路分号,每天进来一些七八十岁的老人买“黄氏”的这个膏方,到后来,只要这样的老人进来,店里的老药工就会主动地帮他们到专柜前。

买“黄氏”膏方是6盒一个疗程,老人家拎起来不方便啊,保安就来帮忙,结果保安都知道,这个药,

卖得蛮好的,年纪大的人,吃得蛮多的。问他们为啥跑那么远的路来买?他们说,这个膏吃下去,脚轻一点,人有力气一点。

“黄氏”膏方后来在业内也产生了一定影响力。一些在老字号坐堂的名中医,家里人要吃膏方,本来都是自己开膏方的,现在懒得开了,既然有中成药膏方,方便又实惠,自己就不麻烦了。关键是,内行看门道,这个“黄氏”,就是黄氏响声丸的那个“黄氏”,同一个品牌,“黄氏”起源于清乾隆年间(1710年前后),传到今天11代,是我国中医界的金字招牌,有300多年历史了。“黄氏”的这张配方,不多不少22味药,基础方是益气补血的八珍汤,再加减补肾的六味地黄丸、活血化瘀的血府逐瘀汤、益气健脾的补中益气汤多张名方,配伍很老辣。

那么,为啥来买“黄氏”膏方的,会是一些平时不大来店里的80岁以上长寿老人呢?

很长一段时间,大家都不知道所以然。

直到2018年底,一位浙江医院在老字号坐堂的名中医偶然听到,这个“黄氏”膏方,很多年纪大的人在买,说吃了感觉到精神好不少,人有力气,夜起减少,腿脚感觉到轻了。名中医听了,拿“黄氏”膏方配方一看,“啊呀”一声:这些来买“黄氏”膏方的,是肌少症患者啊!

因为2014-2015年,她负责做过一个减少症的临床实验,证明八珍汤对减少症的有效率可以达到93.3%。而这个“黄氏”的膏方,是在八珍汤的基础上再增加了14味补五脏的药,膏方的分子链很短,口腔直接可以吸收。她感叹,我们中医都没有找到合适的中成药,倒是老年人自己找到了解决的办法。

杭州公益性人才招聘会预告

10月22日(周五) 杭州市综合类人才公益性招聘会

10月25日(周一) “智汇武林,才聚运河”2021拱墅区秋季综合性招聘会

主办单位:杭州市人才管理服务中心(杭州市人事考试院)

地址:杭州市东新路155号四楼

承办单位:杭州江南人才服务有限公司

网站支持:杭州人才网(www.hzrc.com)

招聘

招物业维修工,6000保底

15382359794

搬家

喜洋洋搬家 86458170 低价

分类广告 热线:0571-85310536 85311120

微信:13957109893 QQ:59997182

仓库厂房

转塘 1000 方 仓库 出租

17767171303 王

因企业拆迁,求购工业厂房土地

电话 13116758555

乔司出租厂房 13805732084

商品信息

诚让古董藏品

70年代集古玩精品三百件,已经文物部门鉴定,因土地原因和股东国外定居,特极低价诚让或可全权委托懂行者。联系:15867350376 陈

营业房

梅地亚宾馆旺铺招租

北八楼 530 平米 宜棋牌瑜珈办公等,联系电话 13857122492

城北高级酒店一楼 640 方 经营场地招租,有意者联系周女士 0571-88003888-8808

整幢房旅馆出租转让 85228090

公告

杭州伊芙星耀服饰有限公司吸收合并杭州锦欧时装有限公司公告

经本公司股东会(出资人)决定:杭州伊芙星耀服饰有限公司与杭州锦欧时装有限公司合并。合并前杭州伊芙星耀服饰有限公司的注册资本为100万元;合并前杭州锦欧时装有限公司的注册资本为500万元。本次合并的形式为吸收合并,杭州伊芙星耀服饰有限公司存续,杭州锦欧时装有限公司注销。合并后,杭州伊芙星耀服饰有限公司的注册资本为100万元。杭州伊芙星耀服饰有限公司和杭州锦欧时装有限公司的债权债务由合并后的杭州伊芙星耀服饰有限公司承继。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,有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保,逾期不提出的视为没有提出要求。特此公告。联系人:焦新,电话:0571-86195819 杭州伊芙星耀服饰有限公司

遗失

杭州吴山名风书画院遗失开户许可证,核准号: J3310067584101 声明作废。

董玲于2021年06月01日不慎遗失由浙江省人力资源和社会保障厅颁发的浙江省专业技术人员资格证书,专业为中药学,编号:1996010158(身份证号码330124198206230645),声明作废。

收购

画廊收购旧字画 15057101609

启事

认尸启事

无名氏,男,约53岁左右。2015年7月20日,该无名氏在淳安县千岛湖镇供电局门口樟树下被发现,之后一直在淳安县康宁黄锋医院救治。于2021年10月16日因病情严重,被送往淳安县第一人民医院重症监护室抢救,19日9点50分,因病医治无效去世。望知情者于本启事刊登之日起30日内前来认领,逾期将作无名尸体处理。联系电话:0571-64813022,联系人:朱永军。

淳安县救助服务中心

2021年10月22日

福彩双色球

第2021120期

全国销量:355818694元

浙江销量:28821736元

重号球(★)

01 07 08 12 13 18 05

奖项	中奖条件	中奖注数	奖金
一等奖	●●●●●●	49注	5248563元
二等奖	●●●●●●	496注	27072元
三等奖	●●●●●●	3968注	3600元
四等奖	●●●●●●	135456注	300元
五等奖	●●●●●●	1958845注	10元
六等奖	●●●●●●	12381899注	5元

本期共中2注一等奖(台州2注),29注二等奖(杭州13注,温州、湖州、台州各2注,宁波、绍兴、衢州、丽水各1注)。

2021年10月21日

福彩3D

第2021280期

中奖号码: 2 7 6

销售总额 92616480元

奖项	浙江中奖注数	每注金额(固定)
直选3	1463	1040元
组选3	0	346元
组选6	2893	173元

其他投注方式中奖 4407元

浙江销售 4940808元,返奖 2026416元。

2021年10月21日

福彩“15选5”

第2021280期

投注总额 527694元

中奖号码(无需排序): 01 02 07 11 15

奖项	中奖条件	中奖注数	奖金
特等奖	中5连4	0	0元/注
一等奖	5个号全中	71	2554元/注
二等奖	中任意4个号	4004	10元/注

2021年10月21日

中国体育彩票浙江20选5第21280期开奖公告

开奖日期:2021年10月21日

本期销售金额:152,362元

本期开奖号码:05 09 10 12 18

本期出球顺序:12 18 05 10 09

奖项	本地中奖注数	单注奖金
一等奖	4注	5,978元
二等奖	449注	50元
三等奖	5,659注	5元

0.00元奖金滚入下期奖池。

2021年10月21日

中国体育彩票足球胜负平第21124期开奖公告

开奖日期:2021年10月21日

本期全国销售金额:39,150,624元

主队	客队	结果
布鲁日	曼联	0 3 0
里昂	切尔西	3 0 3
阿森纳	利物浦	3 3 3
皇马	热刺	3 0 3
拜仁	尤文图斯	0 1 0

奖项	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	12,588注	1,393.00元	17,535,084.00元
二等奖	130,003注	57.00元	7,410,171.00元
合计	142,591注	---	24,945,255.00元

0.00元奖金滚入下期奖池。

2021年10月21日

中国体育彩票排列5第21280期开奖公告

开奖日期:2021年10月21日

本期全国销售金额:13,955,938元

本期开奖号码:8 6 8 3 9

奖项	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	137注	100,000元	13,700,000元
合计	137注	---	13,700,000元

2021年10月21日

中国体育彩票排列3(浙江省)第21280期开奖公告

开奖日期:2021年10月21日

本期全国销售金额:26,218,690元

本期开奖号码:8 6 8

投注方式	全国中奖注数	本地中奖注数	单注奖金
直选	9,612注	905注	1,040元
组选3	13,267注	780注	346元
组选6	0注	0注	173元

2021年10月21日

中国体育彩票足球6场半全场胜负平第21124期开奖公告

开奖日期:2021年10月21日

本期全国销售金额:1,833,286元

主队	客队	结果
布鲁日	曼联	0 0 1
里昂	切尔西	0 0 0
阿森纳	利物浦	0 0 3
皇马	热刺	3 3 0
拜仁	尤文图斯	3 1 0

奖项	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	71注	3,171.00元	225,141.00元
合计	71注	---	225,141.00元

0.00元奖金滚入下期奖池。

2021年10月21日

中国体育彩票足球4场进球第21124期开奖公告

开奖日期:2021年10月21日

本期全国销售金额:1,383,286元

主队	客队	结果
布鲁日	曼联	2 3*
里昂	切尔西	0 3*
阿森纳	利物浦	3* 3*
皇马	热刺	2 0 1

奖项	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	23注	38,491.00元	885,293.00元
合计	23注	---	885,293.00元

0.00元奖金滚入下期奖池。

2021年10月21日

不要 让手机 充斥餐桌

钱江晚报