

用新鲜活细胞抵抗衰老

当今社会中,人们要面对工作和生活大大小小的事情,因而过多的消耗了自身的精力以至于多数人面临着亚健康威胁,未老先衰成为人们身体的危险信号,很多年轻人士并不关注自身健康,导致年纪轻轻的就力不从心,这种心态存在于社会中的各行各业,大到名人政客,小到普通百姓,出现问题时往往已经非常严重,所以如何使身体长久保持一个充满活力的状态,延缓衰老,已经成为多数人迫切的需求。

现代科学认为:衰老是不可抗拒的自然规律,人的衰老和死亡是绝对的。但是,通过科学方法,完全可以延缓人的衰老,推迟生老病死的时间和提高人体的生命质量。让人们在足够长的时间里保持好的精神状态和美丽容颜,让人类在现有生存条件下最大极限的长寿,这些确实是我们能够做到的。

上世纪 30 年代,“细胞疗法之父”保罗·尼翰医学博士在一次手术中为了补救同事的手术意外,将动物新鲜细胞注射到病人的相应器官上,发现不仅不会引起免疫反应,而且疗效持久,比任何一种人工合成激素、任何一种外科手术移植疗效要长久。“活细胞疗法”正式诞生,并将医学发展导向生物性的自然医学。

发展至今,利用新鲜活细胞来抵抗衰老已经成为一种非常高效的疗法:德国四季医院,一家拥有新鲜活细胞治疗中心、内科、妇科、泌尿科、眼科、检验科和细胞科研等多种科室的综合性医院。医疗、科研设施具有世界一流水平,拥有世界最先进的细胞图像分析系统、化学发光免疫分析系统和细胞遗传工作站等,病人可享受到最高端、最周全、最科学的抗衰老和疾病治疗服务。院长克劳斯·马丁博士从事新鲜活细胞治疗已经有 40 余年历史,并有自己的封闭羊源饲养场及新鲜活细胞制作室与诊室,他主要从事于临床,预防医学以及生物再生疗法暨抗衰老的研究与实践。他的研究成果及医术得到国内外行家的公认。同时马丁博士还是许多国际与欧洲专业医学会的成员及德国政府的医学顾问,联邦德国新鲜活细胞疗法医生协会会长,是当代新鲜活细胞科研领域权威专家及基因工程专家。

衰老在生物学上的定义是:生物随着时间的推移,自发的必然的过程,它是复杂的自然现象,表现为结构和机能的衰退,适应性和抵抗力减退。因此每个人都会衰老,人们不可能永远处在 18 岁的花季年龄,随着年龄的增长,衰老不可避免,而马丁博士为了研究出可以使人们能够抵抗衰

老、延缓衰老的方法,在活细胞抗衰老领域进行了长达 40 多年的治疗和研究,最终根据相同体帮助相同体的原理,从绵羊的胚胎中提取鲜活细胞,直接注射到人体,这样保证了我们接受注射的细胞是 100%鲜活,而且无任何冷冻和化学添加剂,防腐剂和激素,接下来就是我们等待自己的身体识别这些细胞,从而让我们已经衰老的细胞得到重生,达到延缓衰老的目的。这些生长在阿尔卑斯山脉的绵羊,帮助我们实现了想要留住青春的愿望。

这些新鲜的活细胞在我们体内,帮助我们各个器官恢复它应有的机能,我们还要做好积极的配合。首先就应该有积极的心态,好的心态让我们看到这个世界更多美好的一面,而心态不好的人,则每天怨天尤人,满脸的惆怅,积极的心态让我们在雾霾的背后体会这座城市带给我们的朦胧感,消极的人则看到的都是今天又吸了多少的毒,我的肺又遭受了怎样的毒害。作为每天都面临着极大的压力的工作人群,尤其是女性群体,一直在追求着延缓衰老的秘诀,这也是人类共同的追求,新鲜活细胞疗法作为当今时代最先进的活细胞延缓衰老的疗法,必将成为一种健康保养的好方式,也必将改变人们的健康状况,为人类发展做出更多的贡献。

中广网 2013.8.13

活到 120 岁？多数美国人说“不”

如果能活到 120 岁,你愿意吗?这是美国皮尤研究中心最近一项调查提出的问题。调查发现,美国人对此持矛盾与怀疑的态度,尽管他们的确希望更长寿一些,但大多数人还是认为,活到 120 岁对社会可能并非好事,并对此说“不”。

一些未来学家认为,新的医疗技术可能会延缓人类的衰老过程,有望使人类寿命发生根本变化,普通人也能活到 120 岁。

美国皮尤研究中心今年 3 月到 4 月就这一问题对 2000 多名 18 岁以上美国人进行了电话调查。6 日公布的调查结果称,当被问到是否愿意接受医学治疗以延缓衰老并活到 120 岁以上时,56%的被调查者的答案是“不”。不过矛盾的是,68%的被调查者认为其他人应该愿意活到 120 岁。

多数美国人认为,通过医疗技术使普通人活到 120 岁短期内不会成为现实。近四分之三的被调查者表示,普通人活到 120 岁在 2050 年之前“可能或绝对”不会发生,只有约四分之一的被调查者认为这有可能发生。

即便认为将来能通过医学技术延长寿命,但美国人对享受医学进步的公平性也持怀疑态度。约三分之二的被调查者相信,实际上只有富人才能通过医疗延长寿命。

对活到 120 岁对整个社会的可能影响,超过一半的被调查者认为这对社会不利,41%的人认为这是一件好事。此外,对寿命延长对经济是否有益这一问题,美国人的观点也存在分歧。44%的被调查者认为有益,而 53%的被调查者则持相反观点。

调查报告写道:“许多美国人对活得更长看上去并不乐观。他们从生物医学进步中看到希望,也看到危险。更多的美国人认为,如果人们能比现在多活几十年,那对社会是一件坏事而非好事。”

那么,美国人到底想活多久呢?超过三分之二的被调查者回答是 79 岁至 100 岁之间。理想的中位数为 90 岁,比目前的平均寿命高出约 11 岁。只有 9%的被调查者选择想活到 100 岁以上。

随着出生率降低和预期寿命延长,美国人口结构正在迅速老化。目前美国 65 岁以上老年人口达 4100 万,占总人口的 13%,而 1900 年这一数字只有 4%。美国人口普查局预测,到 2050 年这一比例将上升至 20%,届时估计至少 40 万美国人超过 100 岁。

新华网 2013.8.7 文 / 林小春

康产生重要影响。尽量选择自己热爱的职业,如果对工作产生厌恶的情绪,会增加心脏病

危险。

4.不要忽略小习惯。笑口常开,保持乐观,睡眠充足,性爱正常,从不欠债,与人为善,宽容豁达。另外,保持年轻也很关键。研究者发现,看上去比实际年龄更年轻的人也更长寿。

5.不断改进生活方式。有益长寿的生活方式与保持快乐的生活方式在很大程度上具有重叠性。因此,应该坦然接受生活方式的改进。另外,多与希望改善健康的人群交往。与健康人群为伍,最能让自已改变吸烟酗酒等不良生活习惯。

《生命时报》2013.8.6 文 / 李泽晟

5 件事看你能否活过 80

作后的存活几率是其他患者的 9 倍。

2.心态积极,有责任感。对衰老有正确态度的老人可增寿 7.5 岁。在百岁老人的调查中,总能发现他们积极对待生活的品质:外向,乐观,随和。此外,研究显示,与长寿最相关的品格是责任心。责任心不仅是在童年时预测长寿的最好指标,也是成年后预测的最好指标。

3.愉快地工作。工作对长寿的重要性远远超过人们的想象。研究显示,做积极有意义的事并勤奋工作的人活得时间最长。下岗失业、工作不稳、工资过低等都会伤害健康。与同事和老板的关系也会对比健

众所周知,健康饮食、积极运动和遗传基因堪称长寿三大主因。此外,长寿还有更多的关键因素。美国维基百科网最新载文,总结出“五个要素预测你是否可以开心活过 80 岁”。

1.拥有良性的关系。“在你的生活里没有一个人,你可以在早晨四点告诉他你的麻烦?”哈佛大学一项涉及 268 名男性参试者的研究显示:生活中最重要的是关系。这种关系包括夫妻关系、朋友关系等。保持关系并帮助他人比坚持大量的运动更为重要。适度饮酒者比滴酒不沾的人要活得久,原因是酒精意味着有社交。关系并不单指人 and 人之间的交往,养宠物有助于改善健康状况,养宠物的人在心脏病发

高温谨防中暑 注意六大事项

近期,多地持续高温天气,“高温热浪”给广大市民生活带来许多影响。相关专家表示,高温天气是身体疾病、安全事故等的高发期,需要广大市民从生活点滴做起,消除各种安全隐患。建议高温天气注意以下事项:

适当减少外出时间。卫生专家建议,当气温达到 35℃以上,建议爱好运动的朋友要停止运动,并保持充足的饮水,同时,应随身携带一些仁丹、风油精、清凉油、藿香正气水等常规的防暑药物。

行车注意四大事项。一是切忌拖鞋驾驶车辆,导致踩刹车不及时,极易造成交通事故;二是汽车在酷暑、高温条件下行

驶,发动机水温上升较快,容易出现冷却水沸腾现象;三是行驶中发现水温表指示故障灯闪亮时,应立即停车并打开应急灯,等待救援车辆;四是高温天气会使轮胎温度上升、胎压增高,从而容易造成爆胎。

注意生活细节,避免室内外温差过大引发空调病。从冰箱取出的食物切勿直接食用,应放置几分钟后再食用,尤其是小孩和在生理期的女性。注意不要让空调直吹头部,室内外温差不宜太大。

注意多吃果蔬及时补水。高温天气时不能等到渴了再喝水,应适当喝一些盐水。日常饮食要补充足够的蛋白质,鱼、肉、蛋、奶和豆类,多吃能够预防中暑的新鲜蔬

菜和水果,像西红柿、西瓜、苦瓜、桃、乌梅、黄瓜、绿豆等。

轻度中暑现象不能忽视。若发现中暑病人应立即将病人转移至阴凉、通风处休息,有利于散热。用风油精或清凉油涂于病人的头部太阳穴;口服人丹、十滴水、藿香正气丸等药物。重度中暑病人应立即转送医院救治。

户外工作人员需要穿宽松、透气性能良好、色浅的衣服。高温户外工作需采取必要的防暑降温措施,携带必要的遮阳工具,避免阳光直接照射,并要缩短工作时间,保证充足睡眠,一旦感到不适就应立即休息。 新华社 2013.8.2 文 / 傅勇涛

近视度数高低 遗传因素决定

日前,中山大学中山眼科中心副主任、广州市双生子眼病研究项目负责人何明光教授公布了一项有关近视的研究成果——学习压力会增加近视的患病率,但近视度数的高低主要由遗传因素决定,它起到的作用和影响占 80%以上。

何明光教授介绍,由中山大学中山眼科中心率先发起的“广州市双生子健康普查项目”,主要研究影响青少年的近视、斜视、色觉异常等复杂性眼病的遗传易感性和致病基因,中国科学院和北京大学生命科学院等专家也参与其中。参加该项目的孩子每年都进行免费的眼科检查。“从 2005 年开始,我们对广州市的双胞胎进行登记,至今已对 1300 多对双胞胎进行了 7 年的科研随访,其中大多为 7 岁至 15 岁的双胞胎。”

研究发现,同卵双胞胎不仅相貌相似,就连是否得近视也相似。一个有近视,往往另一个也难逃戴眼镜的“命运”,甚至连度数也惊人相似。例如,同卵双胞胎中,一个近视 300 度,另一个近视度数也差不多,因为他们的遗传基因完全一致。根据对这些双胞胎眼部数据的分析,发现遗传因素在儿童屈光状态的重要作用,对于近视的深浅,遗传因素的作用和影响占 80%以上。而是否得近视,则更多与学习压力等环境因素有关。《大河健康报》

2013.8.13 文 / 胡菁 魏春福

常喝酒的人要多走路

美国研究发现,常做有氧运动,如慢跑、散步等,能减轻饮酒引起的大脑损伤,还能避免脑白质受到老化和疾病的损伤。

研究人员选取了 60 名参试者,让他们报告自己的喝酒量、酗酒程度和参加有氧运动的频率,并检测这些因素对他们大脑相关区域的影响。调查结果显示,喝酒对脑白质的影响取决于参试者的有氧运动量。对于那些有氧运动量较少的人来说,喝酒会损伤脑白质;对于经常做有氧运动的人来说,喝酒对脑白质健康状况的影响就没那么明显。研究人员认为,喝酒对大脑神经的损伤类似老年人的大脑功能衰退。有氧运动能缓解老化引起的神经和认知功能衰退。

《广州日报》2013.8.14

白领穿短裙 当心空调腿

脚趾位于人体末端,远离心脏,足尖部的血液循环本身就较差,长时间处于低温环境中,极易因末梢血管收缩、血液循环不佳,造成脚趾又疼又麻。专家介绍,这是典型受寒加久坐引发的。如待在温度无法调节的办公室里,最好别穿拖鞋、凉鞋及短裙、短裤。 健康网 2013.8.2

男人裸睡易诱发肠胃病

炎炎夏日很多男人在家里都喜欢赤裸上身,当然睡觉的时候更是如此,但是如此裸睡却对身体的健康产生很多不良影响。医学专家介绍说,气温升高到 28℃至 30℃时,人体皮肤水分蒸发会加快,并随着气温的升高而增加。当气温高于皮肤温度时,人就会从外界环境中吸收热量,如果此时光着膀子,皮肤吸收的热量会更多,而皮肤排出的汗水也会迅速流失掉,起不到通过汗液蒸发散热的作用。 《健康报》2013.8.2