

配备纯天然中草药自制驱蚊香包

中医提醒 孕妇和过敏性体质的人慎用

日前,网友茉莉花开吐槽,一早上醒来,她的胳膊上、腿上被蚊子叮咬出十几个包,惨!

天气热了,蚊子渐渐多起来,有类似烦恼的市民很多。尤其是家里有小孩的市民,使用驱蚊剂、蚊香、驱蚊液又怕对孩子的健康产生影响,希望找到更健康的驱蚊方法。对此,山川大药房常年应诊名中医项葛霖介绍,可用纯天然的中草药来制作驱蚊包,市民不妨一试。



记者 施美园

驱蚊包由石菖蒲、金银花、丁香、薄荷等中成药配制而成

俗语说:戴个香草袋,不怕五虫害。香草袋就是人们常说的香囊或香包。项葛霖介绍,一些中草药能散发出天然的香气,这种香气属中药学理论中的五嗅范畴,有散风驱寒、健脾和胃、防蚊防病的作用。在农村很多人会

焚烧艾叶、石菖蒲来驱赶蚊虫,也就是这个道理。

驱蚊中药包可由石菖蒲、金银花、丁香、薄荷、藿香、白芷、艾叶等中成药配制而成。

其中艾叶含有挥发油成分,能产生特殊气味,这种淡淡的中药味

是蚊虫不喜欢的,藿香能驱蚊,也在于它的气味,石菖蒲的叶和根有化湿之效;白芷有香气,又具有化湿的作用,陈皮既有驱蚊功效,又有驱除湿气的作用,薄荷,有发汗、解热、清凉之效;丁香独特的气味能驱湿浊,避开蚊子的攻击。

十多平方房间,放一个100克左右的驱蚊包即可

蚊子闻到驱蚊中药包的气味后会远远躲开,而且变得不怎么灵活。项葛霖说,驱蚊中药包可以挂在纱窗上、床头、饭桌下、汽车内、衣橱里,使蚊虫远离。

驱蚊的效果受到很多因素影

响,比如药包大小、药材配比、药材质量等。

一般10平方米至18平方米的房间,在床头或枕边放一个100克左右的驱蚊包可以起到驱蚊效果。如果房间小可以减半,如

果是20平方米以上的房间,则要放两个驱蚊包。同时,驱蚊中药包要注意防潮,防止影响功效。

此外,项葛霖提醒,芳香类中草药并不适合所有人,孕妇和过敏性体质的人慎用。

驱蚊中药包的配方与制作方法

项葛霖介绍了驱蚊中药包的配方与做法:

取丁香、艾叶、白芷、苏叶、薄荷、石菖蒲、藿香、金银花各买10克。建议到正规药店购买地道药材。

制作步骤:以上中药材称量完毕以后混合在一起,用透气性较好的棉布或者亚麻布缝制成内胆包,将混合好的中药材装入内胆包即可。如果希望更美观,可

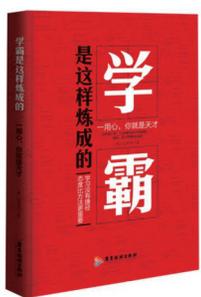
以用棉布或者亚麻布缝制一个精美的外包。

一两个月后,中药包的香味变淡了,驱蚊的功效会减弱,这时可以重新放进中草药。

专家顾问团QQ:892262844 项葛霖坐诊时间:每周三

新华书店好书推荐

记者 施美园



《学霸》

本书讲述华裔神童凯尔孝虎8岁即考入大学,成为美国有史以来考入大学年龄最小的学生,且各科成绩名列前茅,获奖无数。这是凯尔孝虎的第一部作品,既有作者及其父母的经验分享,又有作者从小到大的生活学习照片及获奖奖牌、证书等图片。



《赢在家风》

怎样立家规,孩子才乐于接受并能严格执行?哪些是家长必须给孩子确立的原则和底线?营造良好的家风有哪些方法和技巧?上海犹太母亲沙拉分享了她营造良好家风获得成功的教子经历,她不仅吸取了犹太家风的精华,同时创造性地把中国传统文化的理念用于教育。



《白领这样吃》

吃零食都有些啥禁忌,水果到底应该怎么吃?如何变应酬为享受?如何烹调才能最大限度地保留食物中的营养?本书是专为广大白领量身打造的科普读物,书中对困扰白领的诸多问题做了精辟的阐释、分析,并从多方位、多角度给予针对性的指导。



延长种植牙使用寿命

除了选好医生 还要注意保养

记者 施美园

种植牙究竟能活多久?不少缺牙患者提出了这样的疑问。康美诺口腔医院特邀种植专家浙江省口腔医院种植博士杨国利介绍,种植牙在形态和功能上接近真牙,但是具体到每个人的种植牙能使用多久,与当初种植牙的许多因素和种植后保养是否得当有关。目前临床应用病例中,种植牙使用时间最长的已有40多年,5年的成功率在98%以上,10年的成功率在95%以上。

种牙的技术和材料很关键

种牙就像做衣服,裁缝的技术水平不同,做出来的衣服款式、舒适程度也不一样。杨国利形象地打了个比方,强调种植牙的使用寿命,跟医生技术有直接关系。种植牙医生必须接受过专门的学习和培训,且具有一定的临床经验,这样才能正确完成牙种植的每一个步骤,从而保证种植牙的长期使用效果。

患者对种植牙系统的选择也会对种植牙的寿命产生影响。选择适宜的种植材料,以及先进的植入方案,可增加骨界面的生物学结合度、生物力学强度及促进骨结合形成,使种植体与骨界面有更强的抗旋转、抗拉、抗压稳固性。

杨国利介绍,在种植牙之前,医生要给缺牙者做全面口腔检查,包括拍口腔全景片、口腔CT等,根据不同的情况制定最佳治疗方案。如果患者有较严重的牙周病,应建议患者先治疗、控制牙周病,如果患者的牙床骨骨量不足,需要做植骨手术,先补充一定量的骨粉,才能保证种植成功。

把种植牙当作真牙来护理

杨国利介绍,延长种植牙的使用寿命,还要做到以下几点:

第一,要定期复诊。种植牙各个结构之间是靠螺丝或黏结剂连接的,如果连接部分出现松动,患者应及时到医院就诊,调整咬合,重新固定种植牙。

第二,要做好日常的口腔清洁和护理工作。建议使用软毛牙刷和微磨料的牙膏清洁牙齿,刷不到的地方可用牙线、牙缝刷或牙签来清洁。同时要定期到医院用专用的器械对种植牙清洁,必要时也可以请专业医师对机械部分拆卸清洁,以防止滋生细菌引发口腔疾病,影响到种植牙的寿命。

第三,要保持良好的饮食习惯。由于种植体与骨直接接触结合,没有天然牙的牙周膜所起的缓冲作用,过大的咬合力及不良的侧向力都会导致牙槽骨的吸收,使用过程中应避免咬硬物和韧性特别大的食物。如果发现种植牙松动、牙龈发红、疼痛、刷牙出血等异常情况,应及时就诊。

据悉,浙江省口腔医院杨国利博士每月都在康美诺亲诊,本次亲诊时间为6月13日(本周六),有种植牙需求的市民可预约。



扫一扫 获取更多护牙知识

菇尔康 浙江省灵芝专家
GUERKANG 倡导健康养生新理念
灵芝破壁孢子粉、养胃猴头菇、食用菌粉
浙江菇尔康生物科技有限公司
Tel: 87035316 13626795758(615758)