

尊重 温暖 健康

# 新天地

NEW HORIZON

光明日报 报业集团主管主办 原《老人天地》

2016

9

邮订 2-290

- 4 | “互联网+养老”切不可虚拟
- 5 | 追梦的老唐，一直在路上
- 8 | 郎平：王者无敌
- 50 | 警惕“异位”心绞痛



## 尊师崇德 书法启蒙

ISSN 1673-7857



www.laobm.com

总第438期 月刊·上 定价：5元

万方数据

## 大视角 | FOCUS

- 4 “互联网+养老”切不可虚拟
- 14 创新模式,让助老融入互联网
- 16 “佘太君”坐镇家族微信圈
- 18 老人玩微信,有喜也有忧
- 20 血脉之争——代孕纠纷案终审

## 看人生 | FIGURE

- 5 追梦的老唐,一直在路上
- ⑧ 郎平:王者无敌
- 10 大器晚成:“老年写、写老年”

## 名家秀 | FAMOUS

- 12 感悟书之妙道

## 新史说 | HISTORY

- 22 中国女排 金牌记忆
- 25 明月有情照古今

## 情感吧 | EMOTION

- 26 排球名宿李安格和开心果女儿
- 28 妈妈鼓励我在哈佛讲“中国故事”
- 30 伺候岳母20年 好家风一脉传
- 32 世上最疼我的人走了
- 34 “警察儿子”一诺千金



8

图为中国女排战胜塞尔维亚队后,登上最高领奖台。



## 快乐坊 | OUR LIFE

- 36 梁炳光与芦笙不解缘
- 38 耿留栓66岁当律师
- 40 我和“石头娃”
- 41 小书店 大舞台
- 42 神奇的养生山村
- 43 储蓄有技巧
- 44 鸽子情缘
- 45 如何清理微信内存

## 自助医 | HEALTH

- 46 医患和谐,助我战胜病魔
- 48 养护膝关节:休养还是锻炼
- 50 警惕“异位”心绞痛
- 52 养心护心,用药需注意
- 53 秋季防腹泻 老人重保暖
- 54 “月饼新规”出台 吃起来更放心
- 55 洋水果怎么吃最养生



**46** 在住院的日子里,我亲身感受到了医护人员的精心治疗和亲切关怀。如今回想起来,心里依然暖暖的。

## 心驿站 | PSYCHOLOGIES

- 56 别让爱好成偏执
- 58 凭什么老人必须带孙子
- 60 每天更新自己

## 观天下 | NEW KNOWLEDGE

- 62 政策速览
- 63 新知岛
- 64 里约奥运会上的老年人

### 征订启事

邮发代号: 2-290,可到各地邮局破季订阅;可汇款至杂志社邮购,每本5元(含邮资)。  
汇款地址:北京东城区和平里7区16号办公楼6层《新天地》杂志社。

### 免责声明

稿件凡经本刊使用,即视为作者同意授权本刊代理其作品在互联网的传播,如无电子版方面的特殊声明,本刊支付的稿费已包括上述使用方式的稿费。

### 征稿启事

养老助老政策解读、心理情感追忆抒怀、养生休闲好办法、小窍门,均在欢迎之列。  
投稿邮箱: xtd2013@sina.cn  
联系电话: 010-84258035



# 膝关节疼痛、肿胀、椎间盘突出 股骨头坏死 喜遇良品

★ 60年治骨大品牌 ★ 穴位疗法 ★ 治骨更养骨 ★

## 关节疼痛， 你是否正在遭遇？

### 膝关节疼痛、僵硬，走路成了大问题！

膝关节退行性病变、软骨磨损如今已经成为中老年朋友的常见疾病，多数患者关节不灵活，蹲不下站不起，上下楼疼痛费劲，走路打软腿，站立不稳、走路蹭地、久坐站立僵硬迈不开步，弯曲时咔咔作响，上厕所费劲，膝关节内绞索着疼……

### 腰疼腿麻、脖子疼痛，睡个好觉成奢望！

腰椎3-4-5突出、滑脱、腰5骶1膨出……刚开始是腰痛，没多久臀部和腿上传发麻发酸发胀，像过电流一样，双脚无力如同踩着棉花，晨僵，腰疼腿疼，弯不下腰，逐渐发展到走不了几步路就得停下休息；颈椎病患者，头晕耳鸣，刷牙洗脸抬不起胳膊了，上肢无力发软，严重影响日常生活。

## 喜遇良品，关节健康

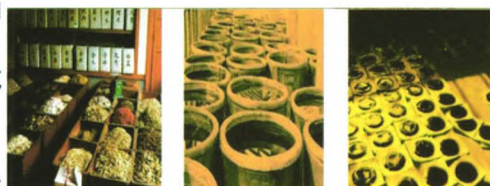
很多骨病患者确实在进行着积极的治疗，但简单的以止痛、补充营养物质为目的，没有深入治疗，所以才导致骨病久治不愈。

千年活骨膏（远红外活血止痛贴）是以“跳伞员腰膝关节病”为课题，在古方《腰膝断续膏》的基础上，精选川续断56克（盐焗，续筋接骨）、鹿筋63克（醋泡，补骨生髓）等36味地道中药材为原料，结合中老年人的体质、关节吸收、用药安全等因素，最后确定以传统的黑膏药为药品成品，药品不脏不流不过敏，按特定穴位贴敷之后，有效成分直达病灶，针对颈腰椎、膝关节病，被广大患者称之为“**不流血的中药手术刀**”！

## 恪守古方，精益求精，步步用心，环环相扣

在制作工艺上，千年活骨膏完整传承了古法炼制的精髓，严遵传统工艺，选料、浸泡、提炼、升华、炼油、下丹、去火毒、去燥邪、启封、摊涂，步步考究……在细节质量标准上更是精益求精：

- 1、坚守薛氏“五斤药材一两膏”的祖训；
- 2、选用最适合熬药的香油浸泡12个时辰；
- 3、桑柴火全程熬至滴水成珠，黑如精炭；
- 4、膏药贴敷药力透肤而入，似手抓筋骨，把膏药的药用价值发挥到极致；



- 5、现为国家二级保密配方，因其香油熬制，被很多患者亲切的称为“香油膏”。

## 千年活骨膏“穴位疗法” 对症“选穴”

● **1号贴**——针对颈腰椎间盘突出、膨出，椎管狭窄、骨质增生、坐骨神经疼、肩周炎、颈椎病。有助于神经水肿，椎管受压疼痛缓解。坚持使用一段时间后，多数人活动能力逐步好转。

● **2号贴**——针对膝关节退行性病变、滑膜炎、骨刺、骨质增生、髌骨软化、半月板损伤、风湿类风湿、跟骨刺。贴敷膝眼、复溜等穴位，其有效成分促进骨骼营养物质生成，帮助修复受损滑膜、半月板，有助于消除炎症积水，逐步好转。

● **3号贴**——针对股骨头缺血性坏死、骨小梁断裂、塌陷、疼痛、髌关节扭挫伤行走困难、下肢肌肉明显萎缩、肌无力等症。



**研发人提醒：**病非人体素有之物能得亦能除。【千年活骨膏】的问世，揭开了骨病的神秘面纱，让活动受限、生活不能自理的患者受益。有疑虑患者可对比使用前后CT片，更能说明问题。

免费咨询热线：010-63269328 400-090-1008

指定专销：北京市海淀区空军总医院旁本草堂医药部 全国免费邮寄 药到付款 用药期间可拨打咨询热线提供一对一指导用药

请仔细阅读产品说明书或者在医务人员的指导下购买和使用 禁忌内容或注意事项详见说明书

陕食药监械(准)字2013第2640077号 陕医械广审(文)第2016040010

《新天地》定价：5.00元 通讯地址：北京市东城区和平里7区16号楼办公楼6层 邮编：100013