



云南白药集团

YUNNAN BAIYAO

传承文化 · 超越自我 · 济世为民

内部资料 免费交流

云南白药集团股份有限公司 主办 ●云新出（2013）准印连字第Y00256号 总第242期

2013年6月

越南副总理武文宁一行到访云南白药



6月8日,越南副总理武文宁一行在云南省委常委、省纪委书记辛维光等省级领导的陪同下到访云南白药。云南白药控股有限公司党委书记、总裁王明辉,党委副书记路红东,云南白药集团总经理尹品耀,党委书记、副总经理王锦陪同参观考察了云南白药博物馆,并详细介绍了云南白药的发展历程、社会各界对云南白药的关爱、产品功效以及云南白药实施“新白药·大健康”战略,不断推陈出新,完善产业链等重要举措。武文宁副总理一行对云南白药不断开拓创新,实现跨越式发展留下了深刻印象。(本报)

云南白药再获中国制药工业百强称号

6月18至19日,第八届中国制药工业百强年会暨第七届全国药店博览会在云南玉溪召开,会上揭晓了“第八届制药工业百强”榜单,云南白药再次入选。

“中国制药工业百强榜”评选活动是由国家食品药品监督管理局南方医药经济研究所和医药经济报社共同组织评选的,每年开展一次。评委会对中国境内注册(不含跨国制药企业在华子公司)、且以医药制造业为主营业务收入的制药企业进行为期5个月的密集式调查后进行评定排序,以求能够客观、深入地反映我国领先制药企业的发展规模和结构状况。

“白药·茶缘”茶友会再聚全国新朋旧友

五湖四海来相聚、共品香茗便是缘。从2013年5月至8月,云南白药集团药品事业部十七场第七届“白药·茶缘”茶友会在全国十七个地市陆续召开。

白药人从彩云之南出发,用一颗诚挚的心去向社会展示白药的文化和白药的风采,并籍此对一直以来关心、支持白药的医药界同仁表示衷心的感谢,也借这样的机会,通过交流和沟通,了解医生们在救死扶伤之余的生活常态,更及时快捷地促进医药界人士的跨区域交流,更好地增进医生专家

们之间的沟通、交流和能力的发展,更有效地建立白药人与医生专家们的情感纽带。

此届茶友会的专项课题为《中医药组方及用药安全》。北京中医药大学的吴嘉瑞教授、北京广安门医院的杨响光教授、北京友谊医院赵奎君教授、原云南白药集团研究院高崇昆院长等应邀对课题进行了深入的分析与讲解,从中药学概念针对目前中医药界对乌头碱有毒以及水分超标事件进行了深入解读。高院长详述了云南白药的基础药理、临床药理,并结合多年来对白药的研究数据,运用详尽的试验结果和统计资料为在座的各位专家老师们分述了云南白药的各个功效及运用情况,同时客观、详实地针对白药的使用方法以及用药安全性进行了阐述,便于今后各位专家老师正确指导病患用药。参会的老师们对高院长的课题表示了浓厚的兴趣,就临床实践用药情况积极展开探讨并在会后与高院长进行了更深层次的互动

讨论。

亦学亦乐,紧张的研讨之余,第七届“白药茶缘·茶友会联欢晚会”也顺利举办。此次联欢会得到了集团公司刚成立的艺术团的大力支持,先后派出了多位能歌善舞的队员奔赴各地,较好地展示了白药风采,得到了医生们的广泛认可。医学专家老师们的节目也是精彩纷呈,将晚会的气氛推向高潮。晚会闭幕时,主办团队的所有成员在舞台上集体合唱《难忘今宵》,专家老师们依依不舍惜别现场,专家老师们对白药的历史、文化以及白药人有了更深的认识和理解,也让白药的一线人员更深入、更全面地体会到专家老师们工作的艰辛与压力,这个相互沟通、学习、认知、了解的过程,更加夯实了双方今后合作的基础!专家老师们对白药以茶结缘的茶友会平台给予充分的肯定,同时纷纷表示期待下一届学术会议和晚会能够再相聚!

(药品事业部)

行业瞭望 / INDUSTRY OUTLOOK

云南打造中国生物医药产业高地

6月21日,云南省发改委副主任海文达在云南生物医药价值投资峰会上表示,在未来医药行业巨大需求的带动下,把云南建设成具有国际影响力的生物医药技术研发、生物医药产品生产和出口基地。到2015年,云南省生物医药产业经济总量要实现1000亿元目标。

生物医药作为国家重点培育的战略性新兴产业,已进入一个加速发展黄金时期,有统计表明,近年来在全球上市的创新药物中,越来越多的新药都在不同程度上利用了生物技术开发手段,生物医药具有广阔的市场。

云南拥有良好的生物资源禀赋,种类多、分布广。经过多年的培育发展,生物产业已经成为云南的重要经济产业,产业规模不断壮大。2002年至2012年的10年间,云南生物医药产业保持了年均25%以上的高速增长,2012年,全省生物医药总产值已达到418亿元。

云南生物医药产业显著区别于全国其他地区、最具潜力和特色的地方就在于云南丰富的天然药物资源、民族医药资源优势,随着政策环境和投资环境的改善,云南生物医药产业将越来越成为国内外企业、投资机构投资云南产业的热点。

未来,云南生物医药产业发展的重点领域将是化学药、生物生化制品;中药、民族药、天然药;植提物以及天然健康产品;中药材种植及饮片加工等,同时与旅游产业及科研资源相结合。

健康制造部众志成城再创订单新纪录

4月底,健康制造部共计收到牙膏生产订单共34个品规1937.7956万支,原极限产能1400万支,差额538万支,近40%!5月份促销装共计17.75万件,总量堪比今年前四个月总和!

量,是巨量,如何完成?资源,设备产能,人员调度,几近极限,如何再调配?我们还能绷多紧?如何挤尽海绵中的最后一滴水?一场与时间赛跑,与极限对抗的“战争”在健康制造部,乃至整个健康产品事业部上上下下无声的展开。

人是所有资源的关键。健康制造部召开了确保市场订单誓师大会,提出在已连续作战三个月的基础上再拼搏45天全力保障前方市场不断货,强调用细致的管理来挤尽最后一滴水。从设备产能再挖掘、人员安排再调度、班组时间再利用、生产调度再合理、设备维保再确认、食堂就餐再优化、后勤保

证再放心、安全生产再保证等各方面充分讨论提出行动方案,并布置实行。

4月20日起,车间行政人员每人必须保证有半天时间参与一线生产,日常未结工作靠加班完成;一线管理人员必须加强生产现场巡查,除日常管控要点外,重点是安全生产保证,避免因疲劳导致设备伤人;需手工装箱的半成品,由行政人员替换车间员工吃饭来节约每一分钟。

4月27日起,采取每隔十分钟一个班次停机吃饭,避免排队等待浪费时间;食堂在此特殊时期,不允许做鱼,避免鱼刺伤人,无效减员,也避免剥削占用时间;并特别为中、夜班生产人员增加营养餐。

5月,成立了党员突击队,使每个党员都肩负起促生产,抓安全,保质量的重担,为快速、高效、优质、安全完成公司任务提供了有力保障。

5月5日,事业部销售支部的同仁们听到制造部的弟兄们“拼上了刺刀”,部份党员、入党积极分子和群众在事业部副总经理钱金莲的带领下,利用周末一起来到车间,到一线顶岗,战斗,助威帮忙!

面对巨大的订单,我们挺住了,因为我们身体里流淌的白药基因——永不言败,健康产品事业部言必行、行必果、战必胜的传统,支撑我们挺过来了!

(健康制造部/王昌卫)



老党员带领突击队仔细检查新生产线

一线风采

立足本职默默奉献 积极探索勇于创新
——记云南白药生产制造中心工程装备部技术中心

在云南白药集团,有这样一支团队,他们承担着整个集团的设备管理工作,包括固定资产管理、技术文件管理、解决设备疑难问题、技术攻关、技改合理化建议及实施、技术培训、设备日常巡检、设备故障处理、设备使用情况的统计分析、设备维护维修计划制定及组织实施、备品备件的管理、外协加工及维修等一系列工作……在千头万绪的繁杂工作中,他们克服了时间紧、任务重、人手少等问题,扎根本职默默奉献,积极探索勇于创新,解决了一系列生产线中急、难、险、重的设备难题,为各条生产线稳定正常运行,保证各项生产经营任务得以顺利完成立下了汗马功劳,他们就是云南白药集团生产制造中心工程装备部技术中心。

今年 5 月,工程装备部技术中心被省总工会授予“工人先锋号”的称号。以下几个数字足以证明他们无愧于这一荣誉:2012 年,这个团队的 14 个人共完成设备改造工作约 51 项;完成设备的故障处理约 232 项;完成外协机加工 496 种规格 10861 件,非标件采购 675 种规

格 14826 件……这些仅是他们工作的一部分,他们通过不断完善各项规章制度,严格设备备件管理,把设备突发故障所造成的生产停工损失减少到最低程度、把设备计划修理的停歇时间和修理费用降低到最低限度、把备件库的储备资金压缩到合理供应的最低水平。每当有新购设备需求时,工程装备部技术中心都对集团所有同类设备的现状进行实地摸底调查,本着既充分利用现有设备,满足生产需要,又不让公司现有设备浪费的原则,逐台评判、研究和讨论,帮助车间做出较合理又切实可行的方案,确保新购设备技术先进,更加贴近公司生产的实际情况,充分发挥生产效率。既保证了对设备的需求,又尽量避免了重复采购造成的浪费,为公司节约了大量资金。

工程装备部技术中心就是这样一支充满活力及战斗力的团队,团结进取、敬业忠诚、务实高效,推动公司设备从规划、设计、制造、选型、安装、使用、维修、改造、报废直至更新进行科学管理的工作上了一个新台阶。(工程装备部技术中心)



学无止境

资产财务中心举行“营改增”相关政策培训

为做好“营改增”相关的税收宣传,确保“营改增”后集团各纳税主体能依法纳税,充分享受“营改增”带来的税收福利。继 3 月份举办了第一期“营改增”的培训后,资产财务中心 6 月 21 日又邀请了深圳市国税局税政处刘国洪副处长来公司为集团财务系统进行了第二期“营改增”相关税收政策的培训。

今年 8 月 1 日起,“营业税改征增值税”试点将在全国推开。届时,交通运输业、研发和技术服务、信息技术服务、文化创意服务、物流辅助服务、鉴证咨询服务、有形动产租赁服务、广播影视服务(1+7 行业)将由以前征收营业税改为征

收增值税。
(资产财务中心 / 赵雪梅)



七花公司开展《精益生产管理》专题培训

5 月 28 ~ 29 日,云南白药生产制造中心制造管理部的杨文云到文山七花公司,为全体班组长及中层管理人员进行了《精益生产》管理的专题培训。

培训一开始,一段《THE SECRET》的视频,让大家了解上行下效的重要性以及如何将思想转变为行动。随后,杨文云通过实例分析讲解了约束理论的概念、企业所面临的挑战、生产部门要经常面对的九大难

题、企业目标与评价体系、骰子游戏与步行军、TOC 的五大步骤、DBR 介绍及约束理论的原则和思维流程。最后,他通过集团的一些实例分析分享了精益生产之改善十法:打破固有观念;寻找可行的方法;不要分辩,否定现状;不要追求完美,50 分也好,立即实施;错了马上就改;先从 not 花钱的改善做起;穷则变,变则通;追求根源,反复五次问为什么;十个人的智慧比一个

人的智慧高明;改善无止境。接下来,培训学员共分成 8 个组,以分组讨论、实例分析形式,有效地提高了学员的思考和能力分析,老师与学员的互动,实际的案例分析,让学员认识到管理的本质不在于知,而在于行,其验证不在于逻辑,而在于结果,其唯一的权威就是成就。

通过培训,学员们深刻领悟到了“收获 = (理论 + 案例) * (思考 + 讨论) / 行动”。
(文山公司 / 刘连芳)

安全为了生产 生产必须安全

Safe production must be safe for production

雨花分厂进行电梯应急预案演习



生产制造中心雨花分厂综合办近日组织了电梯应急专业知识培训,并举办了自雨花分厂首场电梯应急预案演习。综合办管理人员和部分操作人员及工程装备部共计 20 余人参加了演习。

在认真学习了电梯应急处理相关知识后,演习正式开始。首先,排出 3 名员工进入“故障”电梯,模拟电梯

故障突然停止的情况。3 员工遇到电梯故障时,保持清醒的头脑,果断按下电梯中应急通话按钮,向有关部门求救。在收到求救信号后,综合办和相关部门即刻派人赶往事故现场,联系厂家,安抚被困人员情绪,并在电梯入口摆放明显警示标志,遏制事故态势进一步扩大。救援人员先用三角钥匙打开电梯厅门,确认当前电梯具体位置,然后赶往电梯停靠的最近楼层,按相应操作流程打开当层楼电梯厅门,并派专人负责到控制房手动升降电梯到适当位置后,被困人员安全救出,演习圆满成功。

(雨花分厂综合办 / 刘周阳)

颗粒剂 OU 开展“火灾”应急扑救及疏散演练

6 月 5 日,雨花分厂颗粒剂 OU 联合金银花班、制造管理部举办了主题消防演练活动。上午 11:00,此次演练总指挥,颗粒剂 OU 主任王开疆宣布消防演练正式开始,一厂房三层东北模块电梯口突然发生“火灾”。“火灾”发生初期,现场当班救火小组成员第一

时间对起火点进行扑救。其它人员有序疏散,随着火势蔓延,消防扑救小组人员紧急撤离,到达指定地点。

结束了实战演练后,安全管理办公室邹昆宁现场为大家讲解了灭火器的种类、适用火情。并现场让大家实际操作了干粉灭火器及消防栓的连接使用。通

过理论和实践的结合,使大家对于灭火器材的使用有更深的认识 and 了解。

(颗粒剂 OU)



大理公司开展应急演练活动

6 月 6 日,大理公司组织开展综合应急演练活动,并特邀大理市消防大队和大理卫校的专业人员进行现场指导。此次综合演练历时半天,活动涵盖预防和应对公共突发事件的全部内容。在启动卫生应急响应救助伤员模拟现场:卫校的老师从简易可行的止血、骨折处置、伤口包扎到搬运伤员的技巧,从确保伤员生命安全的细节处理到对仿真昏迷伤员的人工复苏救治的实作要领,边做细致讲解,边做动作演示。在场的所有人员,不论是公司领导,还是职能部门人员;不论是应急队员,还是一线员工,都

听得专心,互动演练积极,规定动作做得认真。在扑灭厂区火灾模拟现场:消防战士为大家讲解和演示消火栓与水带、水枪的联结使用和相关注意事项,大家踊跃参与,按照教官的言传身教,一个个轮番上阵,迅速地打开消防栓开关,接好水带卡扣,扯开水带边跑边联接水枪头,抵达地点,摆出标准姿式,规范连贯地完成一系列战术动作。在模拟扑灭初始火情的现场:面对烈日下翻腾的火焰,模仿着消防战士使用灭火器扑灭大火的标准动作,两三人一队,手提灭火器,从顺风方向靠近火点并保

持有效距离,一手按动开关,一手把稳管口,拉开架式,对准熊熊烈火的根部喷洒干粉,高效扑灭了大火。在应急状态下生产人员紧急疏散模拟现场:火灾初起,警报声骤响,制剂车间二楼三楼的生产一线员工,服从工作人员的疏导和指挥,冷静及时有序地向疏散通道和安全出口方向逃生,迅速地统一集中到安全地带。

通过开展内部的消防实战演练,加强员工的消防安全意识培训,营造了良好的消防安全氛围,在一定程度上提升了员工的消防安全意识和消防技能。

(大理公司 / 何润明)

小链接: 企业如何有效遏制火灾

一、防患于未“燃”

1. 加强消防安全意识培训,营造安全生产氛围,不断提升全员消防安全意识和消防技能。
2. 注意消防器材的维护保养,确保器材完整好用;时刻保持防火门、消防安全疏散指示标志、应急照明、播报等设施处于正常的工作状态。
3. 确保疏散通道、安全出口的畅通。
4. 全员全过程参与排查整治消防火灾隐患,不断加强学习和防范,共同营造安全的生产和工作环境,规避火灾的危害。

二、突发火灾,逃生“三要诀”

1. 要保持冷静,先观察火势,再选择正确的逃生方式。不要惊慌失

措,应及时向疏散通道和安全出口方向逃生;疏散时应当服从工作人员的疏导和指挥;注意分流疏散,避免争先恐后朝一个出口拥挤而堵塞出口。

2. 要学会利用现场一切可以利用的条件逃生。如将口罩、毛巾、衣服用水浇湿作为防烟工具,捂住口、鼻。
3. 要采用低姿行走姿态,以减小烟气的伤害。

(大理公司 / 何润明)





春暖一线

再铸美好

Spring

warm a ray casting fine again



继 3 月 8 日药品事业部范围女职工举办了“三八”节庆活动后,根据集团党委安排,药品事业部以片区为单位,院店部承办,精心策划组织了不同主题的职工团队活动。

活动像一场春风,温暖人心,不但展现了片区个性,更有效传递企业文化、彰显人文关怀、加强了团结协作精神,让整个药品事业部人心凝聚、士气鼓

舞,表现出极大的集体荣誉感。

活动形式异彩纷呈:广东片区采摘赏花、广西片区踏青郊游、安徽片区歌声嘹亮、吉林片区孤儿院慰问、山西片区理疗瑜伽、江苏片区“做业务,我有绝招”……每场活动,都被药品事业部战斗在一线的员工们妆点得五光十色,他们不但业务能力过人,组织活动也一样有声有色。

白药总部地处祖国西南边,平时多以远程管理为主,难以时时关注一线员工。而作为基层,一线员工一直都是企业发展的“基石”,是冲锋陷阵的前线士兵,更是解决问题的专家。为此,公司也不断地加以改善,比如,提升一线员工待遇、改善考核方法,通过提升物质保障,满足员工基本生理安全需求。再如,从组织架构上设立强大的后勤平

台,市场部、人资部、综合管理部、客户服务部均进行对口支持,通过加大职能部门的服务力度,提升员工满意度。再如,开放药品大学、组织员工培训、管理岗位公开竞聘,通过提升员工综合素质,增加员工晋升机会,满足一线员工自我价值实现需求等等。此次系列活动的成功举办,白药更把关注一线员工的意识传递给身边的每一个基层员

工,并保证了传递过程的顺畅和效率不衰减。

类似这样的活动,不只是开始也决不会是结束。毕竟,一线员工始终是公司向前发展的动力,关注一线员工,让员工产生归属感,认可公司的企业理念与企业文化,真正融入白药大家庭,实现企业与员工的共同进步,共同铸就云南白药更加美好的明天!

(药品事业部/林海军)



六朝古都南京 浓缩中国历史



南京,江苏省省会,人口607.2万,地处长江中下游平原,具有悠久的历史。自公元3世纪以来,先后有东吴、东晋、宋、齐、梁、陈以及南唐、明、太平天国等6个朝代和10个政权相继在此建都立国,留下了璀璨的民族文化遗产。

秦淮河是古老的南京文化渊源之地。从东水头至西水关,全长4.2公里的内秦淮河两岸,从六朝起便是望族聚居之地,商贾云集,文人荟萃,儒学鼎盛,素有“六朝金粉”之誉。历史变迁,十里秦淮昔日的繁荣景

象早已不复存在。

1984年以来,国家旅游局和南京市政府对秦淮风光进行复建和整修,恢复了明末清初的江南街市风貌,沿河景观集古迹、园林、画舫、市街、民俗于一体。很多中外游客为之陶醉。

位于秦淮河北岸的夫子庙,原是祀奉孔子的地方,始建于宋代景佑元年(公元1034年),是就东晋学宫旧址扩建而成。元代为集庆路学,明代为应天府学,清代将府学迁至城北明国子监旧址,这里便成为江宁、上元两县县学。咸丰年间毁于兵火,同治八年(公元1869年)重建。夫子庙是前庙后学的布局,气势磅礴,庄严肃穆。

坐落在南京市东郊的中山陵是中国近代伟大政治家孙中山先生的陵墓,西邻明孝陵,东毗灵谷寺,傍山而筑,整个建筑群依山势层层上升,气势宏伟。中山陵拱门上刻有“民族”、“民权”、“民生”的横额,花岗石上有孙中山“博爱”的手书,陵门的门额上有孙中山先生“天下为公”的手迹。孙中山先生虽然与世长辞,但他的博大胸怀和崇高理想依然浩气长存,为世人所敬仰。

在南京城的中华门外,有一座高约60米,宽约2公里的小山岗。岗上风景秀丽,松柏葱郁。相传南朝梁武帝时,高僧云光法师常在此设坛说法,内容生动绝妙,感动了佛祖,天上竟落花如雨,因此得名“雨花台”。岗上盛产的彩色玛瑙石,也因此得名“雨花石”。就是这么一处风景绝佳的地方,在国民党统治时期,却成了屠杀共产党人和革命志士的刑场,先后有近十万革命

先烈惨遭杀害。新中国成立后,党和政府在雨花台建造了占地87公顷的烈士陵园。耸立于雨花台顶的历史纪念碑,高42.3米,寓意1943年4月23日南京获得解放。纪念碑上,邓小平同志题写的“雨花台烈士纪念碑”几个字赫然醒目。我顿时感悟到,缅怀先烈,要珍惜今天,更要创造明天。

侵华日军南京大屠杀遇难同胞纪念馆是南京市政府为铭记1937年12月13日日军攻占南京后制造的南京大屠杀事件而建的,位于南京城西江东门茶亭东街原日军大屠杀遗址之一的万人坑。在持续6周的大屠杀中,我国遇难同胞达30多万。一张张照片,一件件物证,让人触目惊心,再度警醒。列宁说:“忘记历史就等于背叛。”只有自强不息,永葆国家实力,才能在世界之林中立于不败之地!

(省委第七巡视组/孙保荣)

路

毕业后,完成了很多任务,处理了很多事情,越来越多思考自己的存在。

渐渐的,开始重新梳理内心,试着解读生活的主旋律。

时间没有长短,只有密度。而它的密度是超厚重的那种。

喜欢的东西,总是摆在目光可及的地方。书籍,CD,零食,小毛毯,遥控器,足球,鱼缸还有电脑。

现在开始喜欢那种线装本,那种苍老的蓝色封面,抚摸着有种温润、遥远的感觉。看了很多遍的,可是还是喜欢随便地翻翻,一点点地拎起慢慢飘散的记忆,缓慢的,温柔的感觉。

今天收拾书柜,在一个角

落里发现那本日记,确切地说是日记本的残页,里面只有一些凌乱的撕痕和扉页上模糊的字迹,翻开这些记忆,看到的是更多的距离,遥远的模糊和朦胧,那些的那些儿,渐渐地走远。不是环境,那从来不可能决定一个人和一件事,而是思想,内在的东西,缓慢地走到了一种认为需要沉淀的拐角,需要再次提升情商,再次审视自己的世界,再次修葺美学、艺术、色彩、音乐、文字……构建的心灵小筑。也许有些记忆是无须文字作证的,也无须文字来提醒,这些参差不齐的撕痕中有多少少年的激情与迷茫,又有多少幼稚的偏激与过往,尽都湮没在岁月里,慢慢地随着手中泛黄的纸张在火焰中卷曲与消亡……成长是一个不断变化的过程,关于成长的记忆,也是一种纪念吧,缓缓将它放回心里

原来的角落。

每天,推开门,看见同样的风景,我变换着自己的着装,一如变换着自己的心情。走在上班的路上,遇见同样的人,我甚至开始报以浅浅的微笑,没想到能得到回应,平平淡淡地擦肩而过,像手边的玻璃杯,纯净而透明。

你会发现虽然窗外的景色还是固定的那几棵树,可是望向它们的眼光却是一种成长。角度如此变幻而迷人,每一种树叶都在努力地展现自己的美丽,即便是同一棵树上的两片叶子,也因为阳光和风的缘故而有着不同的光彩,阳光和风会让我们发现生活原来还有另一种模样,生命也可以有不同的色彩。我说,我要去那个地方,在那里,空气被阳光染成金色,心灵让雪山映成透明。



“明天我一定会想出一个绝妙的主意。无论如何,明天总是新的一天了。”多年前米切尔用有着如此旺盛精力的文字,敲打着每一个用心阅读的人。

顺着脚下走,也许就在明天,也许就在明天的明天……

一定是一个完全不同的世界,新鲜的,充满诱惑的崭新世界。

若是多年后,在灯下翻寻我的心事,希望自己还会明白,或许还会明白在那些脉络里我曾经为自己种下的所有期待。

(技术质量部/李懿)

善养小方



健康减肥 美姿相伴

吃、不吃、都是肉缠身。

动、不动、还是汗淋漓。

穿、不穿、总是圆滚滚。

想藏没地儿藏,夏天的“胖纸们”分外忧愁!

美与否还在其次,关键在于肥胖是一种疾病,是身体不健康的表现,而且肥胖还是糖尿病、冠心病、心脏病、高血压、癌症等多种疾病的诱发因素之一。

血循环系统与胃肠道系统中“热量摄入过多,剩余脂肪积聚”、“有害物质沉积”均是引发肥胖的重要原因。今夏,在“新白药·大健康”理念指导下上市的保健品“千草美姿”,可谓肥胖者的福音。

“千草美姿”甄选四大绿色药材草本——“道地的文山三七”、“生态的普洱绿茶”、“纯净的抚仙湖藕节”、“高原山林的魔芋”,历时十年研制,从肥胖与高血脂产生源头入手,让“三七中的三七皂苷”、“绿茶中的茶多酚”、“藕节中的鞣质”、“魔芋中的膳食纤维”等有效成分,充分发挥黄金复方的功效:降低血液粘度,调脂抗栓、清除有害物质,让血液循环畅通无阻,使气血充盈,同时,清理肠胃垃圾,抑制血糖转化为脂肪,针对性调理血循环系统与胃肠道系统,达到健健康康降脂、减肥,自自然然美容、修肤的保健功效。

肥胖者减肥、常态者健美所追求的,一如千草美姿外盒上那一简洁的曲线所诠释的:丰润的胸姿,曼妙的腰身,健美的翘臀……。小肚腩坚挺、腰部呼啦圈横行、医院化验单上宣判了高血脂的“胖纸们”、还有在美食和身材之间左右摇摆、难以抉择的爱美人士,就在今年夏天,千草美姿相伴,把不该凸出去的曲线凹回来!

(中药饮片分公司/汤丽晶 文蒋云波 指导)

健康小贴士

风湿痛 冬病要夏治

风湿痛,酷爱冬春

从中医的角度看,风湿是风寒湿邪侵犯人体,滞留在肌肉经络,导致气血闭阻;气血不通则痛,从而引起关节疼痛、麻木、屈伸不利等症状。而从西医来看,风湿性关节炎、类风湿性关节炎、骨关节炎、痛风等疾病,均属于风湿

病的范畴。

冬春季节,气候寒冷潮湿,此时寒邪、湿邪较盛,且久而不散,致使风湿疾病缠绵反复;而春季气候多变,忽冷忽热,阴雨连绵,更助长了湿邪作恶,使风湿痹痛发作更厉害。

冬病,为何要夏治

“风湿疼痛发作,四处寻药止痛”,这成了很多风湿病病人的治疗之路。但实际上,这种做法并不可取。因为风湿痹痛并非一朝一夕所致,治疗不可能一蹴而就,而应该有的放矢地进行。

由于风湿痹痛是风寒湿邪

致血气不通而引起的,因此,治疗也应抓住祛寒除湿、活血通络的原则进行,方能见效。

值得一提的是,用药并不能只局限在病痛发作时,而应提前预防。

对于风湿痹痛,祖国医学提倡冬病夏治。夏季气温较高,人体循环代谢旺盛,此时通过药物或其他治疗手段调整人体的阴阳平衡,扶正祛邪,治疗疾病事半功倍。夏日治疗风湿痹痛,可达到更好的疗效。

所以,身患风湿痹痛的病人应抓紧时机治疗,及早调理。

内外夹攻,巧治风湿

云南白药酊是值得推荐的一种广泛应用于治疗风湿痹痛的药物。它可以通过祛风除湿、温经散寒、活血通络,达到消肿止痛的效果。

或许很多人还不了解,云南白药酊分口服和外用两种剂型。外用药能加速关节局部血液循环,尤其在夏天时,人体毛孔开放,更有利于药物渗透直达患处,从而迅速起到消肿止痛之效。

而口服药能促进全身血液循环,再借助夏季高温,并配合酒的发散作用,可使药物迅速达到关

节处,有效祛除风、寒、湿邪,使身体充满热气,经气宣通,从而为关节过冬提前做好保卫战,令关节感觉“下个冬天不太冷”。

值得一提的是,风湿痛非一日之寒,治疗要有耐心,并要坚持科学规范的治疗,才可能把病治好。(药品事业部)

