

中医药研究院操作办理注册时间

产品名称	中医药研究院操作办理注册时间
公司名称	海南省发展经济商务部
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	全国
联系电话	17710294288 18010425516

产品详情

北京中医学研究院注册·北京医学研究院转让医学,中医,中医学研究院注册转让流办理医学中医研究院转让 北京研究院注册条件中医学研究院注册条件 北京研究院注册条件医学,中医,中医学研究院注册转让流程

有些人觉得上了岁数钙流失是正常的，补了也不吸收就算了。其实不然，补钙是我们一生坚持的过程，也是减少我们衰老的过程。年龄大了补钙，不是补回以前所有丢失的钙，而是做亡羊补牢的事情，防止钙再流失。随着年龄增长，及时有效地补钙，骨密度缓慢下降，一般不会出现骨质疏松的临床症状。而不补钙，则会加速钙的负平衡，出现骨质疏松。年纪大了，钙还能补得进去吗？用对方法就可以。

钙补多了肾结石？正相反

临床工作中发现，不少人在补钙问题上存在误区，以下两个就很典型。

误区一：补钙短期可见效

55岁的王阿姨门诊看病问医生：“医生您看，我已经吃了两个月钙片了，怎么查了骨密度还是骨质疏松啊？”

这种短期补钙不会改变骨量，只能对血钙短暂调节。钙的补充有疗程，一般按年计算，严格按照规范补钙，一年后才能观察到骨密度的改善，坚持数年可以达到比较好的巩固效果。

误区二：补钙多了会得肾结石

正规文献报道，缺钙的人发生肾结石的概率是正常人的6倍。人每天从食物中摄入大量草酸，如果一部分草酸和肠道中充足的钙结合，经肠道排泄，则血液中草酸浓度下降，不容易在肾脏内产生高浓度草酸，否则就会极易产生草酸钙结晶析出形成肾结石。