



精致生活 少不了粗粮

——超天苦荞挂面 吃出健康来

现代人的生活越来越讲求精致,穿衣打扮,精挑细选;居家摆设,精雕细刻;日常饮食更是越来越精细,但是现代人的身体素质却不如上辈人那般结实,各种疾病频频找上门。明明生活越来越精细,健康却频频亮起红灯。

常吃粗粮 才是精致生活

在我们吃多了大鱼大肉之后,很多人对此也是越来越不感兴趣。粗粮还是细粮,是我们生活中的两个选择。从前的人生活过于窘迫,总是希望可以吃的好一点,精细一点,所以对于细粮的追求成风。然而到了现代,由于我们的饮食生活大为提高,精良白面早已经不被人所希望,而且过于精细的食物对我们的身体没有想象中那样好,所以很多人又重新兴起了多吃粗粮的饮食习惯,成为人们改善和调整饮食结构的第一选择。

苦荞,药食同源,营养丰富,符合中国传统文化天人合一的理念,契合现代生活绿色健康的观念,受到越来越多都市人的青睐和追捧。

现代研究表明:苦荞麦含有19种氨基酸,且含量高、组分好、结构优、易吸收;含有丰富的微生素B1、B2和人体重要的微量元素;还含有丰富的蛋白质、脂肪和淀粉,尤其是芦丁、叶绿素成分为苦荞所独有。

苦荞麦 上天赐予人间的宝贝

我们中华民族先祖早在上古时期就发现了苦荞的营养价值和特殊功效,我国古代农业典籍《神农书》里记载:苦荞“乃五谷杂粮之王也”。苦荞的独特功用在我国古典医学《本草纲目》、《齐民要术》、《图经本草》、《备急千金方》等典籍中早有记载,如《本草纲目》中说“实肠胃、磨积滞、除百浊、益气力、续精神……”

在日本,人们称苦荞为“长生不老的保健食品”、“21世纪人类自己能种植的灵丹妙药”,更是把苦荞食品当做健康长寿的一大秘诀。韩国



◀ 苦荞专家在家帝豪苦荞麦基地查看苦荞生长情况

人称苦荞为“神仙的粮食”,相互馈赠苦荞食品已成为韩国上层显贵最时尚的礼仪。德国人认为苦荞是东方高原生长的一种神秘植物,是东方草药中尚不多为人知的一颗璀璨星辰,更有“东方神草”的美誉……

然而国外的苦荞产量不足,供不应求。中国是世界唯一的苦荞麦起源国和大面积种植国,凉山是中国苦荞麦主要发源地和最大主产区。所以说,“世界苦荞在中国,中国苦荞在凉山”。

凉山州地处东经100°15'~103°53';北纬26°13'~29°27',17个县市在海拔1500~3500米的区域,春、夏、秋三季均可种植苦荞,常年种植面积上百万亩,可开发利用面积300万亩,有着巨大发展潜力。凉山苦荞年均产量12万吨,占全国总产量的一半左右。凉山是世界苦荞麦资源最丰富、种类最多样、分布最集中、种植最广泛、产量最领先、品质最优良、历史最悠久的主产区。凉山被誉为“苦荞麦之乡”,是名副其实的“世界苦荞之都”。

超天苦荞挂面 美味健康又养生

在海拔2800米的高山村,人烟稀少,空气清新,没有一点污染。特殊的地理位置和气候条件,让这里生长出的荞麦质量格外好。这也是上海帝豪电子商务有限公司选择这里作为原料

超天苦荞挂面推荐食用方法:超天苦荞麦挂面、青菜、虾皮若干、鸡蛋1个。

调味料:油、盐、鸡精、豆豉酱

做法:将挂面放入六倍于挂面重量的沸水容器中,边放边用筷子把面搅开,可适量放点油。强火煮一分钟后,加入适量的冷水,改用中火煮沸,再放入青菜(放紫菜也很好吃)、虾皮、盐、鸡精等调味料,稍煮一会即可出锅。出锅后可放入事先煎好的荷包蛋。根据个人口味加入老干妈豆瓣酱,风味更佳。

温馨提示:若选用煎炒吃法,将挂面煮至七成熟捞起来并用冷水冲凉后再加工,口感更佳。

基地的原因,让产品质量得到充分的保证。

超天苦荞麦挂面精选产自四川省凉山彝族自治州海拔2000米以上高寒山区,营养丰富。以凉山苦荞粉、小麦粉为主要原料,自然光晒制而成,具有耐煮、不断条、不浑汤的特点,拥有苦荞麦特有的黄色和独特的清香,既满足都市人对于粗粮的追捧,又不像其他粗粮食品一样口感粗涩。

超天苦荞麦挂面煮的时候加水不要太多,煮好后汤会稍微显绿色,请放心食用,超天苦荞麦挂面不添加任何染色成分,汤中富含超天苦荞麦挂面的精华成分,建议喝掉面汤。

量、无机矿物质等身高,营养关键参数进行综合测评,制定均衡营养、增加生长动力、延缓年龄等个性身高改善方案。

服务点:

北京西路1701号静安中华大厦三楼 T: 61700398

建国西路427号(中国科学院边门) T: 64314770

南京东路459号置地广场1107室 T: 63528000

特别声明:中科衡通医学成立于1993年,由中国科学院、上海生理研究所创办,享有中国科学院强大科研背景,目前有不法商家冒用中科名义欺骗消费者,特提醒消费者认准“中国科学院科技网络成员单位”认证,若发现有假冒或欺骗行为,请向工商部门或我单位举报,举报电话:800-820-8727。

肿瘤患者最怕过度治疗

日本20年临床应用技术促进肿瘤细胞休眠

肿瘤患者是过度治疗的重灾区,多数患者并非死于肿瘤本身,而是死于过度治疗。上海中科医学与日本免疫治疗学会、AHCC研究会就肿瘤免疫治疗达成合作,共建免疫疗法技术合作新平台,并于2012年4月19日由中科医学主办在上海举行“国际肿瘤免疫治疗交流会”,届时将有国内外肿瘤免疫专家出席交流与患者互动答疑解惑。

常规治疗对进展或晚期肿瘤仍束手无策,患者多死于耐药和转移。《癌症的免疫疗法》(ISBN978-7-81121-195-5 上海中医药大学出

版社)指出:肿瘤治疗一半靠药力,一半靠自身免疫力。免疫疗法不仅能增加手术成功率;帮助顺利完成放化疗;更能及时清除放化疗难以杀灭的残存肿瘤细胞。有助于阻止肿瘤复发转移,延长生存期。

由于肿瘤患者普遍存在免疫缺陷,早在20年前,欧美日就开始把免疫疗法贯穿肿瘤治疗始终,将人体免疫力维持在正常水平主动抵御并排除肿瘤细胞,根据肿瘤免疫指标调整治疗方案,比单一采用化学药品治疗更科学更安全。

上海中科医学与日本免疫治疗学会、日本AHCC研究会合作,于本周六、日上午9:30-10:30进行肿瘤免疫专题讲座,赠送书籍并提供指导!

地址:北京西路1701号静安中华大厦2楼(近静安寺)

电话:021-61700366、61700377。

2012世界旅游形象大使华东区比赛开幕

届,受到了国际与国内同行业及承办地政府、旅游部门和社会的认可、好评及赞扬。华东赛区活动由中国十大策划师黄鹏人担任

总策划,将采取开放式、新视觉新发展创新开发旅游新景点,充分体现先进文化在新时期的展现。



生活小常识

哪些算粗粮?

一般人对粗粮的认识还不多。那么,我们就向大家介绍几种主要的粗粮。

■ 高粱类

玉米黑窝窝头、大饼子、锅贴、大煎饼、玉米粥、小米粥、高粱米粥、黑米粥、玉米面面条、玉米面糊糊、黑麦馒头、黑麦花卷、黑麦锅贴、大黄米黏豆包、玉米面萝卜条包子。

■ 野菜类

山婆婆丁、野苣荬菜、山野黄瓜香、老家心里美大萝卜、山刺嫩芽、野蘑菇、山水萝卜、野水芹等各色鲜野菜及山野桔梗、各种野菜干。

■ 蘑菇类

蘑菇的品种很多,常见有香菇、平菇、兰花菇等。

粗粮细吃尤其适于处在生长发育阶段的儿童和体弱多病的老人。

粗粮小食谱

燕麦片粥

原料:即食燕麦片小半碗、牛奶一原碗、鸡蛋一个、白糖少许。

制法:

1、鸡蛋打匀。
2、即食燕麦片加一碗牛奶放入奶锅中煮沸(边煮边搅拌)。
3、倒入打匀的鸡蛋,加白糖起锅。

特点:香甜可口、营养丰富。

适合人群:尤其适用于儿童和老人。

口干、口臭要治好 阴虚内热是关键

很多人认为:口臭、口苦、口干、牙龈肿痛仅仅是因为“上火”而造成的,甚至认为是便秘引起的。实际上是阴虚内热的原因。传统医学认为阴虚内热导致胃失和降。气机不能正常循环,不仅影响食欲,而且浊气上蒸出现口臭、口干。胃气上逆,还可见恶心、口舌生疮,牙龈肿痛,胃灼热痛。同时,阴虚津亏不能滋润咽喉,故口干舌燥,肠燥便秘。进而郁热上蒸,谷食善饥,胃灼热痛。所以简单清火助消化不能有效治疗口臭、口干等症状,要用滋阴、生津、养胃的药物治。口臭、口干不仅影响您的工作和社交,还是体内病症的信号。治病求医,对症下药,方不延误。

贵州万顺堂药业生产的苗药养阴口香合剂,独创云贵高原药材金钗石斛鲜品入药,使天然药物有效成份充分保留,既能够治疗体内湿毒热邪,又能滋阴生津,养阴口香合剂是治疗口臭、口干、牙龈肿痛、口舌生疮、胃热烧心的专业良药,老少皆宜。建议坚持用药以巩固疗效,逐步达到康复目的。养阴口香合剂名牌产品,滋阴生津、清胃泻火、行气消积三管齐下,深受信赖。全市各大药房有售。电话:62041665

批准文号:国药准字 z20025095 黔药广审(文)第2011090132号 上海备案号:2011年9月28号 请按药品说明书或在药师指导下购买。

STC 上海新检测实验室大楼落成启用



玛西尔 电动车 诚招经销商加盟
联系 | 021-57546553
热线 | 400-885-3980
上海东裕电动车有限公司
上海东裕·肇庆·深圳

2012年4月8日上午,“2012世界旅游形象大使中国华东总决赛发布会”在上海隆重举行。世界旅游形象大使是一个集自然、人文、绿色、和谐、发展为主题的综合类选美大赛活动,自开办以来已经成功举办了五