

青少年减肥免费讲座开始报名

去年夏天,新民晚报活动专版部联合上海巅峰减重共同举办了首届青少年减肥夏令营,帮助百余名肥胖青少年健康减肥,获得学生和家长的认可。今夏,第2届减肥夏令营将于暑假开始。

夏令营将于6月16日举办运动减肥专题讲座活动,由上海体育学院博士生导师陈文鹤教授主讲,限100名学生及家长;预约参加讲座前50名家庭,将免费获赠陈文鹤教授主编《运动减肥》一本。免费预约热线:021-35321918。

儿童少年肥胖危害大:
上海体育学院巅峰减肥中心陈文鹤教授认为成人肥胖症多始于儿童,婴儿出生后头9个月,体内脂肪增加较缓,9-12个月脂肪增加迅速,此后脂肪增加缓慢。到7岁以后又开始明显增加,青春期又一次激增。据



■ 首届夏令营营员在游泳训练课上

此,7岁至青春期是预防肥胖症的良好时机,对有肥胖症趋势的儿童,应进行医学检查,排除内分泌因素致胖的可能性,并根据发胖原因采取相应措施。陈教授的另一项研究表明,肥胖儿童少年血液检查发现,50%以上的肥胖青少年存在高胰岛素血症,反映大多数肥胖儿童少年已经存在胰岛素抵抗现象。此外,脂肪肝、高血压等慢性疾病的患病年龄也呈低龄化



■ 陈文鹤教授录制《世纪讲坛》

趋势,而肥胖是罪魁祸首。(资料来源:《运动减肥》陈文鹤教授主编,人民体育出版社出版)

儿童少年减肥要科学、健康、有效和可持续:

由于儿童少年肥胖症发生的最重要的原因是热能摄入超标和体力活动严重缺乏,肥胖症的预防和治疗最有效和最简单的途径就是养成健康的生活方式,即合理的饮食和

合理的体育活动。采用何种减肥方式是非常重要的,既要兼顾到儿童少年生长发育不受影响,又要让脂肪以合理的方式消耗。科学的运动锻炼结合合理的饮食及健康的生活方式是WHO推崇的健康减肥方式。

讲座内容:
1.免费肥胖度测试和判断;
2.夏令营减肥专家陈文鹤教授担纲主讲,与家长面对交流,答疑解惑。

参加流程:
1.全场仅设100个家庭席位(必须由家长带领7至22岁学生同行);
2.需预约,拨打电话:021-35321918 预订席位。

3. 减肥夏令营报名咨询热线:400-880-2005

时间地点:6月16日(具体时间另行通知) 上海市杨浦区恒仁路350号上海体育学院科技园

珂兰钻石 520 求婚浪漫登场

520 临近,求爱、求婚行动花样百出,珂兰钻石发起的“520 求婚圆梦行动”活动令求婚一族为之倾心。5月20日在上海名人购物中心一楼中庭正在进行一场求婚记——而且还是一对特殊的袖珍情侣,珂兰钻石相信每个人都有追求爱情的权利,赠送“天使之爱”戒指给袖珍情侣姚彩萍和陈银松,也专门为此对袖珍情侣策划了一场浪漫的求婚仪式。据悉,珂兰钻石在24个城市的体验店助求婚者免费策划及执行一场浪漫、盛大的求婚仪式,让甜蜜感人的幸福伴随着他与她走向人生新的旅程。

大乾茗轩茶城 盛大开业诚挚招商

2012年5月21日,大乾茗轩茶城于龙茗路平吉路交汇处的古美生活广场盛大开业。大乾茗轩茶城的开业给家庭一站式购物的古美生活广场,开拓了新的经营空间,同时给茶商企业主们提供了一个更加专业化的融资平台。为庆祝大乾茗轩茶城的正式开业,商铺分三期出售(每期100家左右)。茶城拥有完善的配套设施,底楼有零售等物品的配合销售,上层有各大电器商的通力协作,有效地解决顾客形式单一的缺陷,这将给茶商企业主们带来更为丰富的消费人群。

第十一届上海大学生广告节圆满落幕

日前,第十一届上海大学生广告节闭幕仪式暨全能广告人大赛决赛在上海大学方润华大讲堂落下帷幕,本届大赛作为上海大学生广告节迈向国际化的重要一步受到了万众瞩目和多方支持。本届大赛集中体现了上海大学生广告节的核心价值即培养全能型实干型的广告人才。据了解,本届大学生广告节共设置全场大奖、公益广告大奖、麦当劳视频大奖、相宜本草策划大奖、爱居兔品牌大奖、腾讯微博视频大奖、最佳网络人气奖、优秀指导教师奖和优秀组织奖共九个大奖,分别涉及了平面设计、影视广告、广告策划案等主要广告类型。经过两个多月的作品收集,共收到来自各个国家及地区高校的417幅作品。

口腔溃疡就是俗称的“口舌生疮”,中医认为:反复发作的口舌生疮,多由思虑过度、熬夜、烟酒肥腻等饮食不节,引起胃火偏盛,肠胃食积,气郁化火,导致阴虚津亏,即体液、腺体分泌的阴液亏虚,上不能滋润口咽,下不能濡润肠胃。虚火上炎于口腔而使口腔糜烂溃疡,牙龈咽喉肿痛,口臭等;积热郁结于胃肠则胃灼烧心,肠燥便秘,消化代谢紊乱。

医学研究表明咽干口燥会降低口腔黏膜的抵抗力,容易滋生细菌,发生口腔溃疡、牙龈炎(牙周炎)。欲除口腔之痛,必先滋补阴液,清除虚火郁热,行气解郁,由贵州万顺堂药业依据苗族千年古方,精选鲜品金钗石斛等12味药材,制成纯中药制剂“养阴口香合剂”,独有滋阴生津、清胃泻火,行气消积三管齐下的作用。对反复发作的口腔溃疡、口臭、牙龈肿痛疗效良好,对于肠燥便秘、及体弱多病患者阴虚火旺引起的口腔糜烂也有很好的疗效。“养阴口香合剂”药液能充分接触溃疡面,药力直达病灶。建议患者服用时可在口中含服3-5分钟,然后缓缓咽下,按疗程坚持服用一般可有明显效果。

“养阴口香合剂”贵州万顺堂生产,全市各大药房有售
批准文号:国药准字Z20025095 黔药广审(文)2012040039号
上海备案号:2012年4月18日
请按药品说明使用或在药师指导下购买
电话:62041665

肿瘤患者最怕过度治疗

研究表明:肿瘤在免疫监管下可长期休眠。肿瘤患者是过度治疗重灾区,多数患者并非死于肿瘤本身,而是死于过度治疗。免疫疗法在欧美日等医疗发达国家占据着肿瘤治疗的主导地位,是不能手术及中晚期患者“带瘤生存”得以长期存活的出路!

常规治疗对进展或晚期肿瘤仍束手无策,《癌症的免疫疗法》(IS-BN978-7-81121-195-5 上海中医

药大学出版社)指出:肿瘤的发生发展通常10到15年,机体免疫保护功能远大于肿瘤扩散能力。由于肿瘤患者免疫系统存在缺陷并受抑制,进行综合免疫疗法能增加手术成功率;帮助顺利完成放化疗;更能及时清除尤其放化疗难以杀灭的残存肿瘤干细胞。这有助于阻止肿瘤复发转移,延长生存期。

肿瘤治疗一半靠药力,一半靠

高血压书籍免费发放

事实证明,高血压现已成为我国在疾病控制领域的重灾区,并被确认为是导致中老年人致残、致死的“头号杀手”。专家指出:高血压治愈率低、易反复的主要原因是人们不重视和盲目用药,以致治疗效果不理想。

如何在治疗过程中减缓药物毒害及避免错误治疗,安全、有效、平稳的降压,就成了患者和医务人员

关注的焦点。

北京出版社出版的《不用药物降血压》ISBN 978-7-2000-7232-7介绍:只要有效地防治高血压,就能够大大降低并发症发生率和患者的死亡率。错误的药物治疗病不仅会导致各种药源性疾病,而且还有可能加重某些相关疾病,因此,非药物治疗已越来越受到人们的认可和接受。

孩子体质弱,大多缺“锌”惹的祸——补锌可以提高抵抗力

每当遇到体质弱易生病的孩子,医生往往会建议家长给孩子查微量元素,看看是否缺锌。为什么孩子爱生病要考虑是否缺锌呢?

《国外医学地理分册》(2002年6月第23卷第2期)曾发表研究结果:缺锌可导致重要免疫器官胸腺、脾以及淋巴结的萎缩,重量减少20%-40%。《日本医学介绍》(1991年12月)也研究指出:缺锌会使免疫T细胞功能下降。人体90%的疾病与免

疫力有关,锌是促进免疫器官发育的重要因素。充足的锌可提升胸腺、T淋巴细胞攻击、歼灭病原微生物等免疫功能,从而减少孩子感染多种流行性疾病的可能。那么,如何科学补锌呢?专家提示,锌的补充有其特殊性,锌不可与钙、铜、铁等元素同补,科学的方法是补锌与补钙要间隔30分钟以上。而在补锌产品种类的选择上,建议选葡萄糖酸锌,“葡萄糖酸锌为一有机锌盐药物,具有其他锌盐的补

锌作用,而无其他锌盐的副作用”,《药学情报通讯》(1987年3期)指出:“代谢物葡萄糖酸对人体无害,且副作用小,安全可靠。此药既可制成各种制剂,又可做为儿童食品添加剂。”而在补锌产品的剂型上则首选的是液体葡萄糖酸锌,因为液体锌更适合儿童的肠胃代谢和吸收。



黑黛,轻松解决您的脱发形象!
拨打电话到公司咨询 4000-890-900
享4大免费体验,再送500元增发抵用券

金诺康出品

安立清

对待脂肪肝酒精肝刻不容缓

保肝卫士护全家

安立清软胶囊,原料100%加拿大原装进口,引进德国科技,高提纯,高品质。国家食药监部门批准的专业对化学性肝损伤有辅助保护功能的保健食品,富含独特的肝细胞脂质分解因子,有助于清除肝脏多余脂肪,恢复脂肪代谢平衡。

世界卫生组织上海健康教育与健康促进合作中心脂肪肝防治科普教育基地

各大药房均有销售 咨询:400-821-3659 轻松点击健康到家

安立清

百度一下

保健食品
国食健字G20110274

浙食健广审(文)第2012040045号

清肝养肝
远离酒精肝
摆脱脂肪肝

本品不能替代药物

适宜人群:有化学性肝损伤危险者 不适宜人群:儿童、孕妇、乳母
小贴士:脂肪肝、酒精肝、药物性肝损伤等统称化学性肝损伤。

重要通知: 脂肪肝、酒精肝危害和防治讲座开始报名: 400-180-0808