

帮瘦健身会馆是中国封闭式运动减肥开拓者和领导者——巅峰减重旗下时尚连锁品牌，是一家创新型健身瘦身机构，致力于帮助客户通过“了解自己+科学运动+健康饮食+优质生活+拒绝反弹”帮瘦五步瘦身理念达到健康健身瘦身目标。

帮瘦健身会馆实行会员制管理,会员卡分为普通健身卡和VIP瘦身卡。普通健身卡可享受到的服务有:体质测试、运动营养配方、有氧器械、力量器械、动感单车、有氧操类课程、普通瑜伽课程、营养公开课、桑拿、淋浴、健身顾问跟踪服务等;VIP瘦身卡会员除了享受普通健身卡的内容外,还享有更多全方位、立体化、多层次的高端尊享瘦身服务。

帮瘦健身会馆全球首创的步点

★怎样才能多长十厘米？

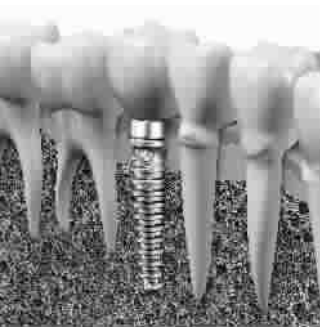
一、首先检查骨骼生长状况,这是需要专业性的机构才能做到的,只有骨骼端面的骺软骨还呈开放状态,才有可能长得更高。

二、直接从体外补充对身高生长有决定性作用的“生长元素”,而后在专家的指导下,从饮食、睡眠、运动等诸多方面进行配合,才能让孩子每年比正常情况下多长出3~5厘米。

据介绍,通过运用高科技成果,

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



许多人在到了一定岁数之后就感觉自己的牙齿越来越脆弱，不敢吃硬的东西，生怕一不小心就折断本就所剩不多的牙齿。当然，拜尔齿科也始终在关注这一点,针对中老年人的牙齿缺损问题,我们一直力争用最好的诊疗技术服务患者。

如果放在以前,中老年牙齿缺损的话只能依靠装烤瓷牙,一般来说,用烤瓷牙修复牙齿有助于帮助人们恢复良好的咀嚼功能,颜色和硬度都与真牙相差无几,具有良好的生物相容性。但是烤瓷牙最大的坏处就是在修复过程中要将两边的牙齿磨小以固定烤瓷牙。这样对牙齿的损伤是不可逆转的。若使用非金属合金的烤瓷冠,因为非贵金属在高温下容易被氧化,抗腐蚀能力相对较弱,尤其在湿润的口腔环境中,易析出金属离子,有可能导致牙龈的灰染变色。

年过60岁的人就经常遇到这样的问题,有长期吸烟史,虽然过了甲子之年,但因为平时生活中对于牙齿的问题并没有太多关注,牙齿缺损的非常严重,剩余的牙齿也有了明显的松动,已经到了无法咀嚼食物的状态,很多人曾请医生做过烤瓷牙的手术,虽然撑过了一段时间,但也好景不长,而制作烤瓷牙更

开放式运动减肥中心——帮瘦健身会馆即将开幕

系统(Walkpoints)能直接计算出消耗食物所需要的运动时间。让您的减肥过程更轻松、快乐、有效、易于执行。步点具有个体差异性。您只要记住常见食物和运动的步点数，您就能对食物作出正确而明智的选择。

帮瘦健身会馆不同于常规的健身会所。帮瘦健身会馆已经做到：

- 1.源自上海体育学院,成功运作八年的上海体育学院巅峰运动减肥中心强大的运动减肥专业技术支持；
- 2.全方位健康体质监测,其中包括：身体成分测试、肥胖程度判

怎样让孩子长得更高？

补充身高生长的原动力，身高将得到提速生长。研究表明:补充生长元素的孩子，比不补充的孩子一年内可多长3~5cm。随着科技的高速发展，经过长期的研究发现，发育迟缓、营养过剩、遗传矮小等情况都跟体内生长元素的分泌相关，影响人体长高的关键因素是人体内“生长

不用药物降血压——高血压书籍免费发放

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

断、心肺功能运动性评估,健康问卷调查,围度及皮脂厚度测试等；

3. 中国超大在线瘦身指导平台--帮瘦网(bangso.com)线上指导；
4. 云瘦身服务:iPhone、iPad、android手机客户端帮瘦减肥小秘书的立体全方位服务；健康体重导师一对一的沟通和指导；
- 5.在帮瘦健身会馆,中厨师、西点师面对面教你制作或烹饪好吃又健康的美味菜肴和西点，让你成为家庭的营养师；
- 6.您在帮瘦健身会馆成功减重

元素”的分布量及活性。因此,如何设法提高体内生长元素含量、延缓骨骺闭合时间,就成了长高的关键。本次活动中专家将详细展示高科技成果的运用,并提供各种证明。

据悉从本周五开始至周日(9月7-9日),南京东路800号市百一店东楼19楼J座(六合路58

后可成为业余健康减重导师，您不仅可以享受免费的健身服务，还可以帮助更多人远离肥胖！

帮瘦健身会馆通过网络在线指导,手机客户端服务平台、邮件、短信提醒及电话指导等云瘦身服务指导方式，而且还可以在实体健身会馆内面对面为会员提供运动干预、营养干预及行为方式干预等综合干预计划,真正成为会员贴身的健康减重顾问。

加入帮瘦健身会馆，让肥胖永远成为历史,终身拥有健康美丽!咨询电话:021-35321918 网址:www.bangso.com 会馆地址:中原城市广场3号楼4-5层(杨浦区民庆路76号,近五角场);会员卡预售地址:上海体育学院科技园西座一层（杨浦区恒仁路350号）

号),将举行身高检测活动。该活动运用CHN标准测定生长发育状况,分析孩子骨骼生长差异,评估生长潜质,制定科学的助长方案,全程跟踪定期复测,实现追赶性生长,挖掘已停长但骨骼还未闭合孩子的最后生长潜力。

更多内容请参考网址:www.chnqsn.com

预约电话:33310708,33310709

接待人数有限,请提前预约。

为普及高血压疾病防治知识,天地仁医药科技面向全国高血压患者免费赠送该书。书中全面阐述了近年来高血压科研领域的全新成果,主要针对长期大量吃药、盲目用药、并发症不断出现并且日益严重的现象进行深度剖析。本书将告诉您一套全新针对高血压的方法,让您尽早摆脱病魔,走向康复。

免费送书热线:400-062-3199

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、养胃的药物治疗。

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,对症施药,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。

批准文号：国药准字Z20025095 黔药广审（文）2011090132号 上海备案号：2011年9月28日 请按药品说明书或在药师指导下购买。 全市各大药房有售。电话:62041665

年过花甲也能拥有一口好牙

让原本就脆弱的牙齿摇摇欲坠。

是否存在更先进的方式使得花甲之年的老人也能拥有一口好牙呢,一次偶然的机会,我们了解到微创种植牙项目,这是一种在传统种植牙的基础上用特殊的方式和技术(Graftless solution)来完成种植牙的植入,只须利用微小切口(3~4毫米)将人工牙根“种”入口腔内,摆脱了传统种植牙切开翻起肌肉、缝合、拆线等步骤，将创伤降低到最小程度，大幅度缩短了种植过程所需的时间(种植过程仅需15~30分钟),而且减少了感染的风险。同时,因为手术切口小，出血也可以得到控制,非常少,术后疼痛和肿胀得到极大缓解。恢复愈合时间短,对生活工作影响小。

据拜尔齿科种植总监王建文介绍,相当一部分中老年患者,通过一系列精细全面的检查，口腔内状况确实不是很理想，严重的牙周疾病造成牙龈的炎症，这是很多患者牙齿逐渐松动的主要原因，而通过合理系统的诊断，一些患者只能保留上颌可用的部分牙齿，其余的牙齿须全部拔除，并用种植固定义齿来恢复上、下牙列。

目前先进的种植方式是将无菌处理过的，与人体软组织能结合良好的纯钛金属牙根，并加装二氧化锆烤瓷冠，这样的处理方式不仅使许先生重新拥有如同真牙一样的咬合力,更恢复了美观,几乎和自然牙完全一样。

不仅如此，为了确保手术过程的精确性和安全性，王建文还介绍说，在手术前应当为患者免费拍摄



一张口腔CT。区别于传统的平面全景片，口腔CT通过三维影像使成像效果更清晰、精确,可以从各个方向立体地观察牙齿和骨头的形态，能够准确模拟种植体植入的部位、角度，为临床制定牙种植方案提供足够准确的参考资料。这样做出的种植牙将非常精确完美，完全符合患者的口腔比例,免除后顾之忧。

有些患者整个手术过程用了较长时间，因为首先治疗下颌因炎症而出现的几处较明显的骨缺损,决定拔牙三月后再行种植。当口腔内的状况比较好后,将种植体通过微创种植放入牙龈，随后等待种植

体与牙龈完全结合在安装链接基台和固定烤瓷冠，整个修复过程才能圆满结束。

通过种植手术，患者不仅恢复了患者口唇的丰满外形及正常的咀嚼功能,美观上得到明显改善,更让消费者一下子感到年轻很多。

对于采取种植术的患者而言,需要注意如下几点：

- 1.做了种植牙后吃饭一定要漱口

平时应该保持口腔卫生，进食后及时漱口。漱口能洗出附着疏松的软垢，暂时减少口腔中微生物的

数量。但漱口还不足以维持良好的口腔卫生,应和刷牙相配合进行。

2.刷牙是种植牙口腔卫生维护措施中最有效的方法

刷牙是种植牙口腔卫生维护措施中最有效的方法之一。牙刷应选择刷毛较柔软,末端为圆头的牙刷。使用的牙膏要选择含软性摩擦剂的。在清刷种植体基桩周围时,动作要轻柔,避免牙刷直接刺激、损伤其周围的软组织。

3.使用特殊器具清理种植体牙垢

每天用特制的牙线或小棉条清理种植体基桩上的牙垢，以防止牙结石形成。清洗基桩时,切忌用硬质工具搔刮,以免基桩表面被刮粗糙,应保持基桩表面光洁。

4.做了种植牙后不要连续食用过硬食物

种植牙在咀嚼功能上有着传统假牙无可比拟的优越性，患者可以像正常人使用天然牙一样使用种植牙,但是,切忌不可以连续食用过硬的食物，以防止金属过度疲劳而引起不必要的麻烦。

5.防止对钛金属种植体的腐蚀

患者应尽量少吃含碘、含酸的食物，以防止其对钛种植体表面造成腐蚀。患者在日常生活中要防止种植体受到强烈的碰撞，如有外伤侵害时，应及时到专科医院进行检查和处理。