

CLUB 健康指南

胡阿姨已经吃了十多年的破壁灵芝孢子粉。前不久邻居张阿姨说可以通过熟人买到非常便宜的破壁灵芝孢子粉,胡阿姨于是托张阿姨买了一些来。吃了几包后觉得口感有些不对,再看看孢子粉的粉末比以前要干燥的多。胡阿姨有些搞不懂,便宜的灵芝孢子粉究竟是否合算,消费者如何去判别破壁灵芝孢子粉的优劣?

# 如何辨别破壁灵芝孢子粉的优劣?

## 怎样判别灵芝孢子粉破壁率

消费者购买破壁灵芝孢子粉时一般都会关心破壁率究竟有多高,因为大家都知道灵芝孢子粉如果不破壁,或者破壁率低就不易被人体所吸收,很难达到服用效果。不少消费者希望了解如何用简便的方法来判别灵芝孢子粉的破壁率。

判别灵芝孢子粉破壁率的办法其实非常简单,因为灵芝孢子粉破壁以后是一种油性的物质,有点像芝麻被磨成芝麻酱一样。你只要用手轻轻地捻一下,凡是感觉粘滑潮湿的灵芝孢子粉一般破壁率都会比较高,反之干燥的灵芝孢子粉破壁率就很难保证。

手轻轻地捻一下,凡是感觉粘滑潮湿的灵芝孢子粉一般破壁率都会比较高,反之干燥的灵芝孢子粉破壁率就很难保证。

## 购买灵芝孢子粉还要看纯度

特别要提醒消费者注意的是,购买灵芝孢子粉时不仅要看破壁率,更要看其纯度,质量有保证的灵芝孢子粉在加工过程中都要将泥土和杂质给过滤掉,而一些价格便宜的灵芝孢子粉往往会省略这道工序以降低成本。因此,您千万不要贪图

便宜去买一些泥土或杂质含量比较高的灵芝孢子粉,否则将得不偿失。

## 灵芝孢子粉有免疫调节功能

近日在市场上受到消费者欢迎的百菌健灵芝破壁孢子粉不仅破壁率高,杂质含量低,而且粗多糖的含量非常丰富,是具有“免疫调节功能”的保健食品。

生产百菌健灵芝破壁孢子粉的安惠生物科技有限公司,装备了国内最先进的自动化提取车间,和符合药品生产要求的10万级洁净厂房,为

一流的产品质量提供了可靠保障。

即日起百菌健灵芝破壁孢子粉起在童涵春堂、蔡同德堂、北京同仁堂、余天成堂、养和堂、雷允上药城、雷允上连锁、雷西大药房、雷北大药房、华氏大药房、国大药房、一德大药房等上海市各大药房买4盒送1盒优惠促销。

国食健字:G20040165

【适宜人群】免疫力低下者

本品不能替代药物

咨询热线:51610161,51610006

苏食健广审(文)第2012080098号

CLUB 天天向上

# 如何科学预测孩子身高?

## 怎样解读骨龄与身高的关系?

### 如何正确了解孩子所处发育阶段与身高的关系?

假设有一对10岁的女孩,身高相同,都是145厘米,其他条件也相同,但一个骨龄与生理年龄相符,说明骨骼愈合还有相当时间,今后可以长到165厘米以上,另一个骨龄却已达12岁,且已来初潮,身高增长不会有更大的潜力,今后身高大约在150厘米左右。通过例子,我们可以发现,同样年龄,同样身高的孩子,因为骨龄不同,存在很大差异。

骨龄,即骨骼的生长周期,是国内外专家一致公认能精确反映人体发育成熟度、骨骼生长状况的一个重要且可定量计数的指标。它不仅可以帮助确定孩子的生物学年龄,还可以了解孩子的身高潜力以及骨骼成熟趋势。人体的身高生长时间有限,骨骼生长区(骨骺)一旦闭合,将失去调整身高的空间和可能。

## 生长板中可能隐藏了10厘米的身高

以往医院骨龄测试的主要目的是确定孩子是否病理性矮小,而对于大部分正常范围内偏矮的孩子来

说,如何获得优势成长,才是更重要的。韩国科学家研究发现,生长板是人体骨骼发育的营养源和动力源,生长板越厚,骨骼纵向生长动力越足,长高潜力越大;反之潜力就减小。结合生长板厚度进行骨骺形态分析,能准确判断身高潜力和生长阶段,对制定正确的身高调整方案至关重要。如果孩子已经失去长高潜力,任何努力都是徒劳;如果孩子处在发育的早期阶段,而以发育中期的标准,错误地制定身高调整方案,无疑浪费了应有的身高潜力。

## 体内生长关键物质的活性及分布是关键

影响孩子长高的关键因素是体内生长元素的分布量及活性。因此,设法提高孩子体内生长元素含量及其活性程度就成了关键,中科院所属研究院最近在这一领域取得了巨大的突破,采用生物技术,培养出小分子多肽类生长物质,成功克服了该物质口服后,其活性被胃酸破坏的难题,同时能提升自身的分泌量。

——引自《身高的奥秘》IS-

BN7-81010-920-0 上海中医药大学出版社

本周末,衡通生物医学特邀专业人士为身高不理想或有早发育现象的孩子进行专业评估,让家长共同参与,结合生长板厚度来测评孩子的身高潜力,为非病理性矮小孩子的身高调整提供依据,制定个性化身高干预方案并签订约定,同时进行1-2年的长期跟踪及调整服务。更多孩子成长方面的研究新进展、新动态可查询www.591gao.com

中科院服务点:T:54920700

南京东路459号置地广场1107室(南京路步行街)T:63528000

北京西路1701号静安中华大厦二楼(静安寺)T:61700398

特别声明:衡通生物医学由中国科学院、上海生理研究所于上世纪九十年代共同创办,享有中国科学院强大科研背景,目前不法商家冒用中科院名义欺骗消费者,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。

CLUB 众里寻TA

前几周我在家长会上,我们顾老师接待了一位家长,张阿姨的女儿小郑27岁,其实这个年龄来说,并不算很大,但是张阿姨十分着急,并不是说她的女儿不优秀,她的女儿长得十分漂亮,读书工作都十分出色,可是唯一缺憾,她觉得自己的女儿太内向,不愿意与人交流,生活中不乏优秀男士,可是都一一错过,家长又觉得其他的男孩子配不上自己的女儿,这个问题相当困扰张阿姨,于是她自己尝试着走进爱多,和我们顾老师交流了很多,认可了我们公司,带着她的女儿加入了我们会员。小郑很内向,和我们心理老师做过几次沟通后,慢慢打开心扉,尝试着与男会员交流,现在慢慢地已经有合适的男士在发展中。张阿姨十分的开心,非常感谢我们的顾老师。

每周四下午2点,家长会准时举行!

爱情热线:4008213518

爱多婚恋 诚信认证 安心相亲

地点:浦东新区浦东大道288号4层,轨道交通4号线浦东大道站

# 爱多婚恋——父母永远都为孩子好



## 龙佑天下

一帆风顺壶是庆祝党的十八大大礼品壶。设计理念为飞龙在天。半球体的壶身象征地球,而壶盖上的帆船意味着我们在新时代下各行各业一帆风顺。壶的设计者为新人文精神艺术倡导者朱怀成。他的成名联书法被各界精英们所收藏,壶制作者为宜兴资深紫砂艺术家潘介芬,她的老师是中国工艺美术大师吕尧臣先生,她的紫砂壶作品被中国宜兴陶瓷博物馆永久收藏。壶料为宜兴紫砂清水泥眼。(陈文)

CLUB 银发无忧

# 免费赠阅《祝您健康·益寿》(增刊)

由凤凰出版传媒集团主管的《祝您健康》杂志创刊于1980年,是一本面向中老年读者的医学保健类科普期刊,曾多次荣获优秀期刊等奖项。2009年开始,祝您健康杂志社倾力打造专业养生杂志《祝您健康·益寿》(增刊),首次由江苏亨佳健康管理有限公司开创免费赠阅先河,累积发放380万余册,受到全国各地中老年读者的一致推崇。

最新出炉的《祝您健康·益寿》(增刊)(江苏省期刊增刊许可证2012/046

号)名医讲堂栏目特邀国内知名健康专家范志红教授撰稿,是热爱健康的中老年读者不可或缺的健康大餐。该刊包含养生有道、名人养生、小病不求人、吃出健康等20多个栏目,16开64页,信息量大,现在拨打400-710-2818电话申请,即可免费获赠该刊,给自己、给父母、给家人一份真诚关爱。

加入读者俱乐部另送全年健康期刊,详情拨打400-710-2818电话咨询。

CLUB 战痘信箱

问:我是一位本市高中女孩的家长。孩子从初中开始脸上长青春痘,越发越厉害,她变得很自卑,不太愿意说话。我带她一直在看医生,都不太有用,前后花了不少钱,心里很着急。我很困惑,到底该怎么办?

答:为什么长期“战痘”,依然没有成效?依我之见,主要因素不外有三:其一,体质判断性错误,不了解您孩子的身体体质,而人的体质各有不同,有的是寒症,有的是热症,有的则是混合性的。关键是

# 有了青春痘 家长要重视

找准孩子的体内问题出在哪里,里面解决好了,脸上也就不发了。

其二,平时吃的东西,该吃的不吃,不该吃的乱吃,一些民间偏方也不是适应所有人的。如何忌口有很大的学问和讲究。

其三,脸部祛痘外用产品的滥用,非但没有用,反而把皮肤角质层破坏掉了,引起过敏、红血丝、皮炎等症状。为了避免给孩子

生理和心理同时带来伤害,家长要抓紧给他们治理是关键。我们已积累长期的祛痘经验,逐步创立了一套因人而异的科学方法,祛痘效率高,痊愈快,来我们这里祛痘的人往往都担心而来,开心而归。(余兰)

专家热线:61220588

静安区昌平路667号3楼杰丽专业祛痘

# 第十七届上海国际美发美容化妆品博览会

The 17th Shanghai International Beauty, Hairdressing & Cosmetics Expo

时间:2012年11月14-16日

地点:上海新国际博览中心  
龙阳路2345号N1

展出产品:美容、美发、养生保健、  
化妆品、彩妆、整形、  
美甲、化妆品包装、纹绣等

欢迎免费参观

展会热线:021-64329288 64329266

上海美博会经过17届的发展,已经成为业界知名的专业品牌展会之一,是众多大型美容企业每年必选的贸易盛会,为广大行业同仁搭建了一个由数百家知名企业组成的高质量贸易平台,同时现场设“美容、美发、养生、整形科技知识普及讲座”。2012年11月14日至16日,我们期待与您一起共创辉煌!