

For Me 复美 Pharmacy

大药房

国大复美大药房会员节暨膏方节即将开幕

复美优惠活动多 双节送礼送健康

11月7日上午9点,上海超大的医药零售连锁品牌国大复美大药房,将在梅川路步行街举行盛大的“2015年会员节暨膏方节”庆典活动。届时,国大复美大药房将携手200余家医药生产及供应商,为广大会员、市民奉上一道包括养生保健讲座、专家健康咨询服务、膏方熬制、礼品放送、有奖互动、休闲娱乐为一体的健康文化大餐。

名医专家面对面 免费健康咨询

冬季养生主要通过通过饮食、睡眠、运动、药物等手段,达到保养精气、强身健体的目的。我国中医认为冬季是匿藏精气的时节,冬令进补以立冬后至立春前这段时间最为适宜。

11月7日现场,复美将邀请数十位名中医专家为广大市民进行养生咨询,市民不但可以询问日常健康、保健求医、问药事项,更可以一对一地向专家咨询符合自身特点的冬令个性化滋补建议,更可现场体验国大复美大药房膏方配制煎熬服务,让健康保养变得专业又便捷。

复美健康小讲堂 市民健商大提高

明代名医张景岳说:“春应肝而养生,夏应心而养长,长夏应脾而变化,秋应肺而养收,冬应肾而养藏。”而随着人口老龄化、不健康生活方式和紧张压力,以糖尿病、高血压为首的慢性病发病率也呈逐年上升趋势。本着“重养生,强保健,治未病,善预后”的理念,国大复美大药房长期积极致力于提升市民群众健商HQ。11月7日,到梅川路现场,听专家畅聊季节养生保健经,日常更可以到复美门店享受免费血压测试和专业药师咨询服务。

药学专业服务普及 金牌药师评选启动

专业药事服务离不开专业药学人员,国大复美大药房拥有各级各类药师超过1500名,辛勤工作于全市528家门店。为体现专业价值、激励药师更好地服务顾客,复美将启动“第一届金牌药师评选活动”,欢迎广大市民到场并在后续到国大复美大药房门店为自己心中的复美金牌药师投票。

弘扬养生传统 复美“胶”香申城

冬令进补是我国传统的自我养生良法,膏方更是为广大大市民所接受的主要滋补方式,为弘扬中华养生传统,倡导科学的膏方进补理念和方法,11月7日,国大复美大药房还将携手多家阿胶品牌,在梅川路步行街为您提供包含阿胶在内的超值优惠冬令滋补商品和免费熬胶服务。

举手之劳有大爱 慈善公益乐捐血

作为服务上海市民过十年的本土品牌,国大复美大药房的公益形象深入人心,继10月19日11位复美人义务献血后,11月7日,复美还联系了献血车驶临梅川路现场,方便市民献血献爱,国大复美大药房将为义务献血的爱心人士准备热腾腾的人参鸡汤和天美健蛋白粉一筒。

食补新“煮”意 健康生活多乐趣

民以食为天,如何将一日三餐与传统食补融合?如何用现代炊具烹饪出低脂低盐的美味佳肴?11月7日,国大复美大药房将联手国内著名炊具上市公司,在梅川路活动现场与您一起开煮开聊,侃侃吃货的健康经。



专业的复美中药师



亲和的收银员工



积极参与社区服务



为顾客进行微伤轻处理



秋冬季节熬制膏方

冬季养生小贴士

■ **防寒:** 冬季气候寒冷,寒气凝滞收引,易导致人体气机、血运不畅,而使许多旧病复发或加重。特别是那些严重威胁生命的疾病,如中风、脑出血、心肌梗死等,不仅发病率明

显增高,而且死亡率亦急剧上升。所以冬季养生要注意防寒。

■ **养肾:** 冬季,人体阳气收藏,气血趋向于里,皮肤致密,水湿不易从体表外泄,而经肾、膀胱的气化,

少部分变为津液散布周身,大部分化为水,下注膀胱成为尿液,无形中加重了肾脏的负担,易导致肾炎、遗尿、尿失禁、水肿等疾病。因此冬季养生要注意肾的养护。

冬季食补推荐

■ 当归红枣参鸡汤

【主料】鸡 150 克

【辅料】党参 5 克、当归 2 克、枣 15 克、枸杞子 12 克、牛膝 5 克、桃仁 5 克、盐 3 克、水适量、大葱 2 段、姜 2 片

【做法】将准备好的食材用清水洗净,清水浸泡约 10 分钟,放入陶瓷煲,把事先准备好的土鸡加入适量姜葱进行焯水处理,沥干水分后放入陶瓷煲,最后 20 分钟加入红枣、枸杞继续煲煮,出锅前根据个人口味加入适量食盐调味即可。



11月7日
梅川路步行街
复美与您 健康相约