

健康 最贴心的健康专家 周刊 Health

这个充满诗意的秋季,不知不觉中,现代快报迎来了九岁生日,健康周刊也陪伴读者一起走过六年的风风雨雨。为了庆祝生日,健康周刊怀着感恩与祝福的心情,推出《秋季保健手册》特别策划,希望读者与我们一起来分享秋日保健知识,祝福读者在秋天中收获的,不仅仅是果实,还有健康和快乐。

健康是金 秋季保健手册出炉

多事之秋保健第一

健康周刊在现代快报创刊9周年之际,奉上秋日保健实用手册,期盼用文字和版面报答读者的深情厚谊,不知此刻的你是否已经感受到我们的真心。不过,也许有读者会问,追踪热点、做出读者喜爱的健康新闻,眼下可供选择的应季选题应该很多,为什么首先想到《秋季保健手册》呢?这是因为中国古代就强调秋季防病养生,譬如老百姓耳熟能详的养生观有“春捂秋冻,不生杂病”、“薄衣御寒”,这

旨在提醒人们要适时增减衣物,防止感冒,提高抵抗力,又如“秋风秋雨愁煞人”,这句话指的是人们在这个季节容易产生悲秋情绪,提醒大家注意调节情绪,保持乐观豁达的心境,有助于身体健康。

对于现代人而言,听得较多的词就是“多事之秋”,人们都说秋天是多事之秋,秋天,季节从炎热的夏季逐步转换成寒冷的冬季,人体难以适应,所以要注意自身的保健。又由于秋天容易得病,所以很多老年人向晚辈传授经验,提醒他们在秋天里要特别

注意防病。在这个美丽的秋季,让我们关爱健康、关注养生,显然它已成为一个不得不做的选题。

收获健康收获快乐

立秋已有一段时间,秋季保健手册究竟做哪些内容呢?连日来,记者在各大医院了解到,呼吸科、内科、消化科门诊数量明显增多并相对集中,夏末入秋或秋末入冬这种季节交替的时候感冒和一些“老毛病”就会特别容易复发。以呼吸科为例,来就诊的患者近70%都是由于季节交替而引起慢性支气

管炎等旧病的复发,秋风乍起,哮喘和过敏性鼻炎也找上门,于是很多人秋冬季节开始与抗过敏药物为伴。

最近由于气温时高时低,加上常常突如其来的秋雨,给一些抵抗力较差以及长期患慢性病的人们带来些麻烦。感冒发烧、心脑血管疾病复发以及一些病毒感染疾病还是会较多。这个时期如果您经常熬夜加班,过于劳累的话,带状疱疹、水痘等皮肤病往往乘虚而入,击垮您的身体防线。于是,我们决定从呼吸、消化、心血管等多

个角度,全方位分析疾病成因,若在闲暇之时阅读我们的《秋季保健手册》,便能帮您化险为夷,避免被疾病侵袭。

带着健康的身体去欣赏秋丰收的景象,你会更轻松,心情也会更美丽。这个收获的季节,我们希望您收获更多的是健康,因为健康是金,是一切都不可取代的财富。《健康周刊》祝愿每个朋友都在这个“多事之秋”收获健康,收获快乐!

快报记者 金宁

SIRRIM® PLASTIC & AESTHETIC HOSPITAL
江苏施尔美®整形医院

贺《现代快报》9周年!

www.jssem.com

Mentor Magic Peach 定型S曲线 全胸壁曲线管理

管理方案(一)丰胸 D是符合中国女性的尺寸,适合自己的才是最好的...

分层式动感隆胸——是施尔美推出的新技术,将一部分假体放在乳腺下,另一部分放置在胸大肌下,是将两种传统隆胸方法优点相结合的精致丰胸方式。

- 术前** 根据顾客身形、胸廓、乳房发育程度设计乳沟、乳房及胸部弧度
- 术中** 无痛麻醉,采取隐蔽切口放置假体,绝不损伤乳房其他组织
- 术后** 手感真实,动感自然,宛若天生,具有良好的充盈度

施尔美整形国际部
美丽天使 国际巨星
하리수河莉秀

管理方案(二)吸脂 捍卫S曲线是女性的天职,给臃肿的体形降个调吧...

双层紧肤溶脂——360°环向定位,均匀乳化溶解深浅层目标脂肪,经过国际权威临床安全检验,负压溶脂无痕微创,恢复期比其他技术缩短30%。

- 术前** 根据顾客身高、体重、体形确定吸脂部位与抽脂量
- 术中** 吸出多余深层脂肪瘦身减肥,吸出多余浅层脂肪紧致皮肤,瘦身紧肤,双效合一
- 术后** 性感腹部、纤细臀部,正如你所想象



经典项目 面形修改 五官整形 面部除皱 隆胸美胸 吸脂塑体 OPT嫩肤美白 祛胎记 冰点激光绝毛 口腔美容 青春痘 医学纹绣 祛色斑 妇科整形等百余种

美丽热线:(025)84488400 8008289950 864137847 地址:南京市龙蟠中路215号 美丽时间:8:30-17:30