

夏季养生宜以热除热

面对骄阳似火的夏天,很多人都喜欢躲在空调房间里,偶尔出去一趟,回来也喜欢冲个冷水澡,让身体迅速凉爽下来。事实上,这种做法不可取。专家认为,在高温季节运动或劳动后头部易出汗,这时血管扩张,如果用冷水冲洗,有可能引起颅内血管功能异常,发作时会有头晕、眼发黑、呕吐的现象,严重的可能会引发颅内大出血。夏天气温接近人体的温度,人体散热方式以汗蒸发为主,用热除热才是比较好的养生方法。

喝热茶,出出汗挺好

夏季气温高,不少人觉得喝冷饮才解渴爽口,但是中华传统中医学认为,热茶才是最佳的解暑饮料。营养科专家认为,溶在热茶中的咖啡碱、可可碱、茶碱和芳香物质,可兴奋大脑神经,有利于对体温中枢进行调控,并能强心利尿,促进血液循环,增加肾脏血流量,加快代谢,使体内多余热量随尿液排出体外。喝热茶可促进血液流向体表,汗孔洞开,汗腺舒张,促进汗液排出,散发热量。有人测定,喝热茶9分钟后可使皮肤温度降低1℃~2℃,降温可维持15分钟以上。患有肥胖症、高脂血症、心脑血管病等慢性病人,在三伏天易发生中暑,茶中的茶多酚、维生素C、酯多糖等成分,具有保护心血管健康,降低胆固醇和血脂的作用,并能保护造血功能,升高白细胞,增强抗病能力,因而饮茶对强身防中暑极有益。

出汗是人体散热的方式,所以夏季不能一味贪凉。以热制热,出

出汗才是凉爽的好方法。人的身体分布着300万左右的汗腺。汗液的排出,有调节体温的作用,同时也排出部分代谢废物。如今,空调的高度发展及其应用日益普及,长期处于温度稳定环境中的人群,汗腺几乎被闲置起来,即使到了该出汗的季节——夏季也不经常出汗,这对健康是有害而无利的。按照我国古代名医张子和的学术见解:内毒外排,祛邪安正,疾病自愈。汗腺不畅就丧失了一条重要的排毒管道,也就失去了一道免疫防病的重要防线。从顺应四季节律和生命规律出发,该出汗时就出汗。济南市中医院主任医师崔文成说,现在都市人群白天晚上长时间呆在空调房内,虽然享受到清凉却导致阳气发散受阻,阴阳失衡最终导致免疫力下降。生姜具有发汗解表、温胃止呕、解毒三大功效,处在空调环境中的人们应该经常喝点姜汤,可有效防治空调病,而喝姜汤最好在早上服用。

热水泡脚,胜吃补药

夏天不少人喜欢把脚直接放在水龙头下冲一冲,觉得凉爽、舒服又方便。更有人认为冷水洗脚还能促进脚部的血液循环功能,提高机体的御寒能力。其实,这是一个误区。俗话说:“寒从脚底起。”因为人的脚是血管分支的末梢部位,容易发生末梢血液循环障碍,加上脚底缺少皮脂腺,因而对寒冷也就非常敏感。有人做过实验,若将双脚放在4℃的冷水中,可反射性引起鼻黏膜血管收缩,三分钟后就会出现流鼻涕和打喷嚏等症状。即使在炎热的夏天,也要注意别让脚受凉,脚部保暖对预防感冒、流感、鼻炎、哮喘、心绞痛等诸病皆

有良好功效。对年老体弱者及小孩更应如此。每天晚上睡前用热水洗脚,洗脚水温度高于体温,水量以齐踝关节为佳。如果坚持每天用温水洗脚,还可以起到调整气血、消除疲劳、增进食欲、舒筋活血的功效,对失眠、神经衰弱、关节酸痛、消化不良、腰痛、胃痛及冻疮等全身或局部疾病都有一定的治疗和预防作用。民谚中“热水泡脚,胜吃补药”亦是这个道理。另外,暑天最好选择洗热水澡。西安交大二附院皮肤科主任

医师刘庆生说:人浸泡在温水里,毛孔会很快张开,体内的热量就能释放出来,通过反复浸泡,可以完全消除身体的闷热,治标治本。相反,如果人直接泡在凉水里,毛孔受到刺激会马上闭合,尽管皮肤会感到凉爽,但体内的热无法完全排出,过一会儿依然会感觉很热,达不到真正降温的目的。这也是为什么夏天洗热水澡比洗凉水澡更能解暑的原因。专家还建议加强耐热锻炼,耐热锻炼能提高体温调节功能,使热适应能力增强,不但可增强体质,还可有效防止中暑。 据《三九健康》



老爸 10 年灰甲 差点害了儿子

一位姓李的读者给我们来信说,他已经和灰指甲“斗争”了10年,非常痛苦,到处寻医,却始终没有取得胜利。

这位先生无奈地告诉笔者,一开始的时候,他只有一个脚趾甲患病,后来自己买了一种治疗甲癣的药水,谁知用过后另一只脚也被“拖下了水”,最终双脚共有5个脚趾甲还有手指甲都患上了甲病。于是李先生又到当地的一家医疗机构开了

一种口服的药来吃,连续吃了三个月,没有见好转,李先生向医疗机构的人员咨询了一下,后来又让加服了一个月,却始终没有收到明显效果。就这样又拖了两年,他还是不死心,再次用了很多药,还是没有得到很好的治疗,然而到现在将近10年多了,却始终没有把灰指甲彻底根除。

不幸的事情降临了整个家庭,结果发现孩子也传染上灰指甲了,一个家庭就

这样被甲病而困扰,现在的我无法自拔,朋友也慢慢的离我而去,都怕被传染那该死的灰指甲,最苦恼的是我害了孩子,孩子在一家名企上班才一年,干的很出色,平时为人也好,同事都很喜欢他,自从我把灰指甲传染了他,每次去上班就好像刚换了个新的企业,非常冷清,看到孩子无奈的样子,害怕害了他的一生,看着眼里真是痛在心里啊!

一次偶然的机会看到了康甲100的介绍,说是由美国加州期间生物实验室研制,只需轻轻一涂,瞬间成膜,2分钟后即可洗手,洗脚,无需包扎,脱甲也不痛,太简单方便了,于是我就买了4盒,用了后,果然是那么简单,一个月后我的手指和脚趾都长成了新甲,现在都快2年了也没有见灰指甲再长出来,这次我真的与灰指甲告别了。孩子用了一



个月就长出了新甲,现在工作非常努力,在企业里领导也很重视他,我非常感谢康甲100把我10年的痛苦都解决了,让孩子有了更好的发展。

告 别 灰指甲 就像涂指甲油 一样简单

什么是灰指甲

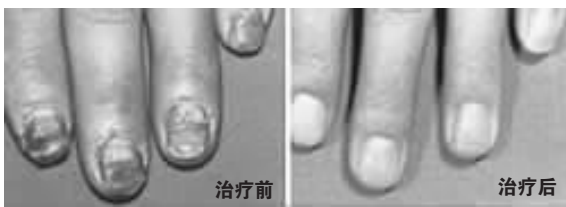


“灰指甲”是真菌感染引起的传染性疾病,如不及时治疗,就会由一个病甲传染多个指甲,引发头癣、股癣、花斑癣、手足癣、丹毒等严重皮肤病,女性患者会传染成难以治愈的妇科疾病:严重灰指甲患者,可导致手脚枯萎、变形、截肢;甲真菌中含有比巨毒毒氧化钾还毒几十倍的致病毒素,可以侵害大脑导致死亡。

传统治疗方法:对单一性真菌感染有一定效果,对两种以上真菌混合感染效果极差。吃药严重损害肝肾,化学拔甲疼痛难忍、多次浸泡包扎烦琐。药液腐蚀造成肌肤红肿发炎等诸多弊端,令患者无法坚持用药和治疗,所以治愈率低,副作用大,且极易复发。

独创植物成膜不拔甲 不溶甲 不包裹 不疼痛!

美国康甲100采用世界名医Farbey(美国)和H.C.APOHOB(俄罗斯)首创的,上海期润生物科技有限公司荣誉出品,应用于美国和俄罗斯的皮肤渗透和缓释技术,软化一溶解病甲,使病变的指(趾)甲与甲床彻底分离。美国康甲100涂在病甲后,药物能与病甲紧密接



触,使药膏病甲的软化、溶解、抑菌作用可以持续48小时,这对真菌的杀灭是具有决定作用的。美国康

甲100是国内唯一用植物成膜剂型治疗灰指甲的产品,就其效果而言,相当于外科手术去除病甲,但整个过程无痛感、用时短,而其他产品如口服药、酊剂、软膏等效果往往不如植物成膜剂型。一个月即可将病甲轻松清除干净,露出洁净甲床。

脚气要与灰甲同治

美国康甲100每天1-2次,轻松告别脚气;同时真菌膏中含有灭菌剂,可深层杀灭多种顽固活跃真菌,抑制真菌扩散,杜绝在治疗过程中的扩散。只用10-20天便可把所有真菌连根拔,确保灰甲不复发。

养甲 护甲 促生长

美国康甲100中的含有能加速细胞再生的成份,可促进细胞的分裂,使甲板生长。每天只需涂一次,促甲新生,30天长出健康的新甲。用药时间短,不会给患者的生活和工作带来太大的影响。

15天叫停灰指甲 30天造就新指甲

1. 领先世界科技前沿的美国第二代植物成膜技术;
2. 能真正铲除灰指甲,并杜绝复发;
3. 对肌肤无任何刺激、腐蚀及毒副作用,使用者无任何疼痛感觉;
4. 使用方法简单方便,使用两分钟后既可洗手、洗脚、洗澡,无需包扎,只需轻松一涂,可持续48-72小时强效封闭杀菌;
5. 国家权威部门检验和近万名使用者效果反馈,对灰指甲真菌杀灭菌高;
6. “中国消费者满意名特优品牌”。

康甲 100 瞬间成膜封闭长效杀菌

原价:168元/盒 特购价:99元/盒 活动仅限5天 每人限购4盒

康甲热线:400-710-3923

经销地址:

- ★南京:华江药店(山西路宏因三院对面)
- 汉中门药房(虎踞路3号,21路公交车站旁)
- 大华中药房(汉中中路138号省中医院对面)
- 苏鲁大药房(太平南路四川酒家南侧)
- 中央门国盛大药房(南京商厦东50米)
- 华悦大药房(新街口南站羊皮巷口)
- 天悦大药房(向西路红十字医院旁)
- 天使药店(珠江路291号百脑会旁)
- 下关药店(热河南路幼儿园对面)
- 雨花药店(雨花路139号老火车站)
- 光华门大药房(御道街74号)
- 嘉伦光彩药店(长乐路百瑞洲公园对面)
- 和燕路药房(晚庄车站旁)
- 颐丰堂大药房(南湖路二中医院南80米)
- 雨花新村嘉伦光彩大药房(二村联华超市内)
- 栖霞药店(龙蟠路177号,锁金村车站旁)
- 利普药店(虎踞北路84号丁山宾馆对面)
- 尧化门:悦和药房(栖霞医院对面)
- 江宁:颐年堂药房(新马路15号劳保局对面)
- 大厂:经久连锁药房(新华路260号)
- 经久药店(农贸市场旁)
- 经久药店(西厂门车站旁)
- 六合:泰山路药店(县人民医院对面)
- 江浦:祥瑞药店(中圣南街环保局楼下)
- 浦口:康福米药房(原服装城一楼)
- 麒麟镇:鑫仁堂药店
- (步行街西锦麟大酒店隔壁)
- 溧水:健民药店(县实验小学对面)
- 高淳:富山药店(崇恩路38号原皮防所对面)
- 马鞍山:和谐大药房(湖北路市政府对面)
- 滁州:光明大药房(定远路交通菜场对面)
- ★苏州:0512-69626790
- 从草堂药店(文化宫北100米)
- ★无锡:0510-83157795合康大药房(中山路167号梁溪饭店大门口五星电器对面)
- ★常州:0519-81899290
- 明仁堂药店(新丰街大洋百货对面)

市内4盒免费送货

郑重声明

“目前在国内如果有人发现任何一种比康甲100根治灰指甲整体效果好的产品,经本公司核实,有重金奖励。”