

“牛郎织女”情侣必读——寻找这个七夕最好的情感润滑剂

# 两人针灸,一同享瘦

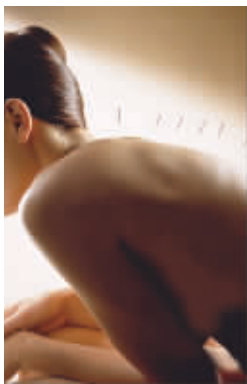


## Step By Step:

张小姐和老公小严是一对“胖夫妻”。结婚前,张小姐就对自己的“救生圈”和“大象腿”很不满意了,婚后身材继续走样。平时运动减肥太辛苦,小张很少能坚持下来,于是掉头就“虐待”自己,吃减肥药、节食,忙活了大半天,肥肉只增未减。小严虽然一方面监督老婆,另一方面却把持不住自己“啤酒肚”的膨胀。张小姐一直很想找一个能让自己和老公一起减肥的地方,“他减他的啤酒肚,我减我的救生圈。”

这个七夕,胖夫妻、胖情侣牵手投入瘦身大战是个实在而浪漫的选择。诺宇针灸的两人针灸养生减肥项目正好符合张小姐的要求。 本版撰文 实习生 蔡欣

**Step1问诊:** 医师首先会进行“望闻问切”。导致肥胖的原因有很多种,男女之间更有差别,比如脾虚浊阻、胃热湿阻、肝气郁结、脾肾阳虚、阴阳平和等等。了解每一位顾客的不同特征和肥胖原因,才能选择适合的针灸穴位和减肥方法针对性地为顾客瘦身。



**Step2测量:** 顾客的体质指数、腰围、腹围、大腿、手臂都在测量项目之内,还要看客户想减什么部位,比如男士想减啤酒肚,女士想减大腿,以便对症下药下“针”。

**Step3针灸:** 传了千年的针灸在减肥上很有“一套”:能使糖分解代谢加速、促进甲状腺激素分泌、促进脂肪运动,从而增强基础代谢率并消耗多余

脂肪,以达到减肥的目的。另外,通过调整下丘脑的饥饿信息还能够抑制饥饿感,不饿了自然也就吃得少了。医师会根据之前问诊和测量情况选择穴位进行针灸,比如五里穴、大巨穴、血海穴、气海穴等。

## 两人针灸小贴士

1. 针灸之后顾客可以休息25分钟,这时候也方便情侣夫妻们谈感受、话家常了。医师会向顾客介绍一些饮食和生活方面的注意事项,比如吃什么才不会有高热量,怎么吃才不会突然反弹,还会为顾客推荐一些配合的运动手

段,养成一种长期的习惯。  
2. 据诺宇的医师介绍,一般10次针灸后,可以成功瘦身3-10斤。诺宇近期推出的优惠项目是单人针灸99元/10次,双人(夫妻和朋友不限)一起来只需要188元,该活动截至8月16日哦!



单身“织女”必读——培养诱惑力 让自己色、香、味俱全

# “色之篇”



## 大饼脸,就不能拥有爱情?



张芳芳 27岁  
国企财务主管

说出来也许你不信,因为脸型原因,我不仅求职的时候屡遭不公平待遇,谈恋爱也一直不顺利。

我,圆鼓鼓的脸蛋,像蒲宁笔下的特产苹果,大饼脸也会让别人误以为我比实际身材要胖很多。之前交男朋友我没有发现相貌的重要性,年纪不小相亲了之后才发现,现在的男人要求也太高了。

一次,朋友介绍我和一个男人在餐厅见面,30岁不到的年纪,长得不错。他仔仔细细地观察我,我们像普通朋友一样边吃边聊,没有任何异常,我心底暗暗觉得有戏。吃完饭,他并没有送我回家,我有点小失望,后来一直没怎么联系。我一直想着他,就去问我朋友。朋友支支吾吾地道出了原委。原来是因为长相,原来是因为脸型,原来是因为这么简单又伤人的问题。我很受伤,决心要改变脸型,让那些注重外表的男人不再看轻我。

### »小记推荐

面部的肉是很难减的,因为普通运动很少会“动用”面部脂肪。以局部瘦身见长的瘦狐体雕,有专门针对面部的手法和“雕刻产品”。它的原理和身体雕刻是一样的,为面部增加脱脂转化酶组合,给脂肪堆积部位外源性补充LPA,不仅可以雕琢脸部,还能让多余的脂肪转化为营养和热量,供给皮肤和脏腑组织,让皮肤充满光泽。

### STEP BY STEP

**Step1消脂原液:** 体雕师会你脸上涂消脂原液时感觉热热的,有些发烫,就



像面部脂肪在燃烧一样,它可以溶解面部多余脂肪,为瘦脸打好基础。

**Step2信号肽酶:** 信号肽酶靶向作用非常强,能够识别脂肪,让脂肪回归到原位,比如脸部脂肪回脸部,颈部脂肪回颈部。

**Step3能量精华:** 这一步也就是传说中的“排油”。与之前的烫形成鲜明对比,这一步感觉凉凉的,可以将不能用的脂肪排出来,能用的脂肪转化为营养和胶原蛋白供给皮肤。

### »美丽小贴士

据参加快报S曲线大赛的张茜说,每次舒服地做完后,总会发现下巴又尖了一些。不过脸上的肉不是一朝“练就”,因此也无法让肉在一夕之中消失,只有坚持,疗程持续在一个月以上才会有明显效果。像张茜是经过瘦狐45天的脸部雕刻,从原来的“面包脸”变成现在尖下巴的小脸女生哦!

**南京红十字医院协作医疗门诊**  
荣获2009年度最受胖友信赖医疗机构奖

**产后康复专家**  
**专业纤体**

两周年庆  
劲爆体验价  
**99元**  
**10次**

- 中医美容、乳房提升、药物熏蒸、腰腹收紧、子宫复旧、妊娠纹修复、产后调理等项目,打8折

✓ 产后康复 催乳、乳腺管疏通、断乳、乳房提升、妊娠纹修复、腰腹收紧、子宫复旧、卵巢保养、产后发汗、中药熏蒸、产后头痛、便秘、月子病调养

✓ 美体瘦身 无痛针灸减肥、经络瘦身、全身塑形

✓ 面部美容 瘦脸、黑眼圈、黄褐斑、青春痘

✓ 特色服务 小儿推拿: 腹泻、便秘、咳嗽、发烧

本院的瘦身方法不仅对熟肉实行中医穴位定向减肥,而且根据每个人的身体状况做经络疏通、调养五脏,促进毒素排出,从根源上解决问题!让您由内到外的焕发出健康的美!

门诊地址: 石鼓路42号建华大厦6楼B06室  
门诊热线: 84292316 15312985948

유교정외발  
源自韩国教练体验式纤体美胸机构  
5曲线大赛指定塑形单位

- 07年, 南京消费者评为“最佳塑形”奖
- 08年, S曲线大赛荣获“最佳形体机构”奖
- 09年, 曲线拓展大赛获得“最佳形体卓越机构”奖
- 10年, S曲线拓展大赛“塑形优胜品牌机构”奖

# 7天纤腰翘臀美腿

削背、提臀、丰胸、平小腹, 减重、塑型美不胜收!

此数据由现代快报时尚专刊全程监督提供

沈妍希: 要求瘦胳膊和臀部		
雕刻部位	雕刻前	雕刻后
右胳膊 上面最粗点	33cm	25cm
臂膀	32cm	23.5cm
肘横上2寸	25cm	19cm
臀部 脐下四寸	89cm	85.6cm
臀中间处	94cm	89.5cm
臀横纹	95cm	81cm

## 专减7大肥肉 轻松塑身美体

人体的脂肪可以分为四大板块, 分别为胸部、肩部、腰部、臀部和腿部。瘦狐体雕科学减肥, 针对脂肪不同的板块, 对胸部的脂肪加强营养, 使其更丰满, 对肩部、腰部、臀部和腿部的脂肪进行靶向消除, 针对不同身体问题, 度身定制纤体方案, 真正实现局部减肥, 塑造完美曲线。

★ 全南京唯一——个体外排油减肥塑形机构

山西路店: 66613838 66613839 新街口店: 66628708 66628709  
地址: 金山大厦B楼21层C座(苏宁电器楼上) 地址: 新街口国贸大厦27层A4座 | 大众书局楼上 |

龙江店: 86269037 86269038 瑞金路店: 52645146 52645156  
地址: 草场门大街中胃大厦A座601室(金润发斜对面) 地址: 龙蟠中路318号金龙湖家苑(金润发向南50米) |

江宁店: 52191107 51192503 地址: 上元大街与金箔路五星电器后面招商街24号

拒绝注射 拒绝假体  
拒绝激素 拒绝口服  
拒绝仪器 拒绝反弹