

世界杯后,轮到国足抢镜啦

今晚热身对阵巴林,高洪波大打年轻牌



改造国足,高洪波任重道远

今晚8点30分,中国男足将在广西南宁体育中心迎战来访的巴林国家队。世界杯的硝烟刚刚散去,国家队有机会抢镜了。在远离球迷视线多日后,国足再次走上战场,为亚洲杯练兵。

年轻帮抢戏

世界杯硝烟散去,巴林来了。巴林强吗?高洪波戏言,“你去看看排名就知道了。”原来,巴林的世界杯排名比国足高12位。当然,国人有足够的理由相信,国家队并不惧怕巴林。自高洪波上任后,国足参加了21场正式比赛,仅在两场热身赛中告负,分别输给沙特与葡萄牙。其余比赛,国足胜伊朗、平德国都展示了和以往不同的面貌。此后,国足又以3:0完胜韩国,打破困扰中国足球32年之久的“恐韩症”,并获得了东亚四强赛冠军。南非世界杯前,国足3:0战胜德甲劲旅勒沃库森,客场1:0战胜法国。

可这一次,与以往不同,高洪波大刀阔斧,进行了人员调整,韩鹏、周海滨、曲波、郑智、郜林、孙祥等一批国家队常客被剔除在了国家队的大门之外,取而代之的是一批年轻球员,包括像冯仁亮这样从未进过国家队的球员。

打年轻牌,是高洪波的理念,也是他未来的建队思路,高家军将追求更快速、更简练的打法,充分突出中国球员的灵动快速。效果怎么样,巴林是最好的试金石。

中国比利时

没前锋,缺前锋,一直困扰着这支高家军。其实,放眼整个中超,国产前锋都是稀有品种。这一

次,高洪波突发奇想,要把在德甲沙尔克踢球的蒿俊闵,打造成中国的“比利时”,要知道他在马加特的体系下踢的可是边后卫。高洪波的想法,有些大胆。

不过,高洪波有着自己的看法,“小蒿特点明显,而且在前场攻击欲望也比较强。作为单前锋,站在全队最前面,前后左右都是防守球员,处理球的第一个要求就是要快。小蒿在沙尔克踢后卫,回国打前锋肯定需要一个适应的过程,不过我相信小蒿有这个能力。”

事实上,高洪波在前锋线尝试多种组合后,到目前为止还没有找到最理想的。除了蒿俊闵之外,他还想试试杨旭与于汉超这两位来自辽宁的攻击手,

其实于汉超同样不是前锋出身。高中锋谈杨也一直在接受高洪波的特别训练。这名1.96米的高中锋作为国奥适龄球员,已不是第一次入选高洪波的国家队,此番对阵巴林,他有望出场得到重用。

高氏新班子

教练太少,这是很多中超球队主帅抱怨最多的一大问题,以往国家队也是如此,四五个人却要管理接近30个人的队伍,很累人。这一次,足协花了大力气,强调组建“复合型教练团队”,这支短期集训的国家队教练班底多达13人,其中有3名队医、1名技术分析人员和4名科研人员,是国足历史上人数最多的教练团队。

对此,主帅高洪波颇感欣慰,在此之前,他从来没有享受到如此待遇,这么多人配合他的工作。与巴林热身,正好可以看看,新教练团队,究竟有多大能耐。

对高家军来说,比赛的另一个意义是适应新的国际足联比赛日节奏。中巴之战后,与伊朗和巴拉圭的交手分别在周五和周二,而不是以前的周六和周三。国际足联作出这样的调整,是为了让参加国家队比赛的球员在回队参加联赛之前有更多的休息时间。2011年开始的20强赛都要按照新的国际足联比赛日进行比赛。国足也相当于提前一年适应这样的比赛节奏。

快报记者 吕远

短消息

前深圳外援猝死

昨天,据多哥媒体证实,去年效力于深圳队的多哥籍外援昌盖因心脏病突发于8月8日病逝,终年32岁。巧合的是,这位曾征战世界杯的外援是在其生日当天因病猝死。有当地媒体报道称,昌盖的死与毒品有关,但昌盖的家人对此消息进行了驳斥,并称这是向昌盖的身上泼脏水。

帕托离婚损失大

今年4月,AC米兰前锋帕托和结婚仅九个月的妻子斯蒂芬妮离婚,但是双方在财产分割问题上迟迟未达成一致,只能诉诸法院。据西班牙《每日体育报》昨天报道,法官上周已经作出终审判决,结果对AC米兰球星十分不利:离婚后帕托每月都要支付给斯蒂芬妮5.5万欧元的生活费。

小贝要开夜店了

对于贝克汉姆来说,现在的他在足球圈已经没有太多的目标。昨天,据美国媒体报道,贝克汉姆将和自己的朋友一起在洛杉矶开家夜店。夜店的名字叫Queen Vic,按照字面的意思来看,这是“皇后维多利亚”的缩写。从目前的进展来看,贝克汉姆的未来很可能投身商场。

国米续约俩功臣

阿根廷双雄米利托和萨内蒂昨天与国际米兰续约,两人在上赛季均为国际米兰成功加盟“三冠王”立下了汗马功劳。现年36岁的队长萨内蒂与国际米兰的合约本应在下赛季末结束,此次续约将现有合同延长两年,萨内蒂可为球队效力到39岁。“我很高兴,也很骄傲,”萨内蒂说。

冬虫夏草什么吃法最好?

冬虫夏草是一味非常名贵的中药材,含有丰富的虫草素、虫草多糖、虫草酸和超氧化物歧化酶等功效成分,具有抗肿瘤、调节免疫、调节性功能、保护肝脏以及呼吸系统和心血管系统,被誉为“中药之王”。但这样有效的名贵药材,许多人并不知道吃法不对吸收率很低,会直接影响到药效的发挥。

中国协和医科大学特聘教授、《冬虫夏草研究》的作者柯传奎说,我不主张将冬虫夏草泡水喝,因为冬虫夏草表面会附着很多寄生虫、真菌孢子,把这些东西吃下肚,会影响人体健康。”

而且,这些物质用普通方法水洗,并不能去除干净,只有经过长时间的煮或者高压处理,才能真正保证卫生。而用开水泡,并不能满足这个“消毒”条件。

此外,有些人喜欢把冬虫夏草磨成粉末装成胶囊服用,这也是不卫生的。”柯教授说。

天津药物研究所副研究员李红珠则认为,冬虫夏草的很多有效物质属于大分子,比如蛋白质、核苷等,用水泡只能有少部分溶解到水中,所以药效并不理想。”北京中医药大学基础医学院副教授胡素敏表示,冬虫夏草跟茶叶、西洋参、枸杞等不同,后者均为植物,其中的有效成分在水中较容易溶出。”胡素敏还打了个比方:就像把肉泡在开水里,你说肉中的有效成分能出来多少?”胡素敏提示,一般冬虫夏草每天的服用量在3-9克之间为好,低于3克则基本无效。

现在虫草有了更好、吸收

率更高的吃法,那就是服用从优质虫草中萃取提纯有效成分再加以浓缩制成的胶丸。中科院的科学家们经过多年的试验攻关,终于成功研制出富含虫草有效成分的浓缩制剂——中科院虫草浓缩胶丸。它对虫草中的虫草多糖、虫草酸、虫草素等有效成分加以浓缩,其中虫草素是普通虫草的60多倍。更重要的是,因为虫草浓缩胶丸中微小的颗粒,经过高科技分离萃取,极易被人体吸收,中科院虫草浓缩胶丸的人体吸收率达到90%以上。每天服用4粒虫草浓缩胶丸即相当于服用9克虫草。

中科院虫草浓缩胶丸——浓缩精华 臻于至善

1. 优质菌种 系出名门

中科院虫草浓缩胶丸之菌种源自青藏高原3000~5000米高寒山区,提自野生的名贵药用冬虫夏草。每一株菌种都经过层层筛选,杜绝以次充好。菌种均经中科院微生物所鉴定。

2. 高度浓缩 极易吸收

中科院虫草浓缩胶丸以先进的萃取浓缩技术精提而成,对虫草中的虫草多糖、虫草酸、虫草素等有效成分加以浓缩,其中虫草素更是原子实体的60倍之多。科学实验证明,虫草之萃取精华极易为人体吸收。

3. 阴阳双补 入肺下肾

虫草是自然界中唯一的动物与真菌的结合体中药材,“入肺”是针对肺阴不足之咳嗽、哮喘、气管炎等症,“下肾”是针对肾阳不足之阳痿、遗精、腰酸酸痛等症。经浓缩而成的中科院虫草浓缩胶丸对人体的作用更胜一筹。



中科院虫草浓缩胶丸和普通虫草的有效成分对比

	虫草素	虫草多糖	虫草酸	必需氨基酸	超氧化物歧化酶
普通虫草	0.007%	1%	6.5%	19.9mg/g	54单位/毫克
虫草浓缩胶丸	0.47%	25%	12.7%	168mg/g	844单位/毫克
对比倍数	67.1	25	1.95	8.5	1.56
主要功能:	抗肿瘤	提高免疫力 降血糖、血压、血脂 保护心脏	保护呼吸系统 (气管、肺等)及肝肾	调节 新陈代谢	延缓衰老

4. 服用、携带方便

中科院虫草浓缩胶丸是胶囊包装,便于外出旅游携带和服用。一般冬虫夏草每天的服用量在3-9克之间为好,低于3克则基本无效。中科院虫草浓缩胶丸,一日服用4颗相当于服用9克虫草。

金贵的冬虫夏草,您吃对了吗?

泡水喝 吸收率:3~5%
首先卫生不能保证,因为冬

冬虫夏草表面会附着很多寄生虫、真菌孢子,把这些东西吃下肚,会影响人体健康,只有经过先进的消毒技术处理,才能真正保证卫生。而且冬虫夏草跟茶叶、西洋参、枸杞等不同,后者均为植物,其冬虫夏草属于昆虫动物和真菌的混合体,很多有效物质属于大分子,很难溶解。

磨成粉喝 吸收率:4~7%
现在还是有很多人喜欢把冬虫夏草磨成粉末,然后冲水服用,这也是不卫生的,而物理

粉碎对冬虫夏草的物质结构没有实质性地改变,所以吸收效果不佳。

水煎 吸收率:5~10%

水煎,就是熬中药,时间一般为40分钟-1小时,冬虫夏草中的有效成分会溶于其中,但处方中还有其他中药,其有效成分易被药渣吸附,那么人体的吸收量也就微乎其微了。

炖汤 吸收率:25~30%

炖汤,一般将冬虫夏草和老鸭一起用小火炖,时间为1-2小时。这是一种传统的食用方法,但其中有效成分还是以大分子的形式存在,所以人体的吸收量还是达不到要求。

泡药酒 吸收率:3~5%

泡药酒,将冬虫夏草放入白酒或黄酒中浸泡一段时间后饮用。冬虫夏草的活性成分只有4%溶于乙醇,如果泡酒,真是太浪费了。

虫草专家鉴定:

不管上述哪种方法,冬虫夏草的营养成分都不能被完全释放出来,即使把冬虫夏草实体吃掉,被人体吸收的有效成分也很有限。食用浓缩类胶囊,因为胶囊中微小的颗粒,经过高科技分离萃取,很容易被人体的肠胃

吸收,中科院虫草浓缩胶丸的人体吸收率达到90%以上。

相关文献>>>

冬虫夏草对人体益处甚多,而副作用甚微,随着医疗保健事业的发展,人民生活水平的不断提高,对滋补保健品的需求越来越多,内销和出口均将不断增加。近年来人们不断地对冬虫夏草功效进行开发研究并积极拓宽其用途,其中在抗疲劳、强身延年,延缓衰老、增强常压耐缺氧能力、抗肾损伤、抗病原微生物、镇静、解毒、抗菌、免疫调节、平喘及祛痰、抗癌及对心血管、血液系统等方面有较为显著的作用。

——《中药药理学》

适用人群:

- 各类肿瘤患者
- 患有急、慢性肾炎、肾衰、肾虚、尿毒症、糖尿病的人
- 肺炎、肺结核、肺气肿、哮喘、慢性支气管炎患者
- 患有心肌梗死、心律不齐、脑中风、脑血管、血管硬化、高血脂、高、低血压的人
- 急、慢性肝炎、肝硬化患者
- 病后体衰、产后体虚者
- 年老体弱者
- 亚健康人群

中科院虫草浓缩胶丸 专卖地址:中央路131号
订购热线:025-83223131

友情提醒:由于中科院虫草浓缩胶丸备受消费者欢迎,经常出现刚上柜就被抢购一空的场面,请提前致电订购热线预订数量,团购50瓶起,精品礼盒装现已上市,欢迎订购!
全国统一零售价:1280元/瓶(一个月服用量)

好消息:8月16日前买6送1 买10送2