

母乳,其实也可以“免费喝”

我能网中医能人提供十位免费催乳试用名额

“儿子生下来已经三天了,可老婆一直没奶水,儿子饿得哇哇哭,我这个当爸的是干着急没办法。急寻催奶能人啊!”网友“鹤彤雨”在我能网“谁能”中发帖询问。如今,随着奶粉问题的曝光,人们普遍意识到母乳喂养的重要性,但不少妈妈经受着奶水不足、下奶不畅的困扰,却又不懂得如何正确地催乳。为了普及健康的催乳理念,快报便民网会员同时也是我能网的中医能人“苹果妈妈”特提供10个免费催乳名额,如果你或是家人、朋友正有催乳需求,就赶快来申请吧!

催乳是门大学问

“没有奶水或者奶水不足怎么办?当然是催乳啦!”刚刚生完宝宝的殷女士说。不过她也坦言只有方法得当才有效果,她说,当初自己就是因为不懂,听信了家政公司月嫂的话,请她们来催乳,不仅没有作用,还因为月嫂揉得太用力,结果使自己的乳房受了伤,导致了轻微的乳腺炎,最后只得找了专业的催乳机构。

对于殷女士的情况,我能网中医能人“苹果妈妈”表示:“乳汁是否充足与产妇的个人体质、心情、睡眠以及营养搭配都有关系,因此,催乳也要区分不同的情况。如果产妇是由于乳房结块、腺管堵塞等原因出现奶水不畅,就需要适当按摩。如果是其他原因,则要对症下药。”

如何选择催乳机构呢?“苹果妈妈”说:“目前市场上正规的乳房护理机构主要提供两大类服务,一类是孕期乳房护理,这一服务主要是为成功母乳喂养做准备;另一类是产后疏通乳腺管及催乳。”

申请试用就有实惠

我能网中医能人“苹果妈妈”是由国家

认定的健康管理师、高级营养保健师李红萍亲自培训的南京第一批有资质的职业催乳师团队。这些专业的催乳师在4年的从业经历中,已经帮助上万名产妇成功实现了母乳喂养,得到了广大产妇及乳病患者的广泛认可。

“苹果妈妈”提供的专业产后催乳服务技术结合了中医理论和中医点穴按摩、食疗、心理疏导等方法,可迅速解决产后无乳、乳少、乳胀、乳汁淤积、乳头凹陷、急性乳腺炎等乳房问题,并协助产妇进行日常乳房保健护理等。

为让更多的妈妈远离哺乳的苦恼,中医能人“苹果妈妈”特提供10个催乳服务试用名额。申请试用但未选中中的爆米花,登录“苹果妈妈”能人席位或者拨打96060预约催乳服务还可享受5折优惠。

网友申请路径:登录我能网(www.wonengw.com)-->我能试用专题-->申请试用商家合作通道(团购、试用):1.网络:注册登录我能网(www.wonengw.com)-->我能试用专题-->试用用品提供商报名入口;2.热线:固话:96060、84783474(江苏省以外请加拨区号025) 手机:18602550340 QQ:69556470

空调制热差 可能是“假想故障”

我能网维修能人在线答疑,随时候命

近日气温骤降,空调、油汀等取暖电器纷纷派上用场。随着使用频率的增加,不少家电出现了罢工现象。快报便民网24小时热线96060电器维修的报修量开始“升温”。

我能网空调维修能人顾晋从事了20多年的空调维修,他向小编介绍,大多数空调的制热效果要弱于制冷。所以在冬天,不少空调功率与房间大小不匹配。此外,灰尘堵塞也会影响空调的制热效果。像这些问题并非空调真正的故障,而是空调“假想故障”,只要稍作设置调整或清洗一下就能解决问题。

南京交电行业协会主任提醒消费者,遇到空调“假想故障”不要担心,一定要选择管理规范的家电维修组织和单位上门检测,往往街头游击队在维修过程中故弄玄虚,把一个毛病说成几个毛病。如果您家中空调出了故障,或是家中电视机等家电“罢工”,可随时拨打96060,快报便民网会立刻派专业维修人员上门维修。同时,也可登录我能网(www.wonengw.com)谁能页面提出问题,专业的维修能人将及时给予回复。

本版文字均由我能网提供
撰文 蔡正虹 钱坤

一分钟自查男性疾病

- 是否有尿频、尿痛、尿道灼热的症状
- 是否有尿急、尿等待、排尿不畅的症状
- 是否有尿不尽、尿分叉、尿滴白的症状
- 是否有下腹、腹股沟、腰骶疼痛的症状
- 是否有会阴、耻骨上部、睾丸精索疼痛的症状
- 是否有尿道口流脓、红肿、分泌物增多的症状
- 是否偶尔感觉尿道像蚂蚁咬感并伴有微痒等症状
- 是否有会阴及阴囊潮湿、瘙痒的症状
- 是否有生殖器红疹、丘疹赘生物、起水疱的现象
- 是否有阴囊肿大、疼痛的症状
- 是否有头晕、乏力的症状
- 是否有阳痿、早泄、射精痛的症状
- 是否有逆行射精、血精的症状
- 是否有性功能减退、神疲乏力的症状
- 是否有腰膝酸软、房事过快的现象
- 是否有阴茎短小、尿道畸形、隐睾
- 是否有包皮过长或龟头不能外露的现象

注:如果您已发现上述症状的1-2项,说明您的健康出现问题,如果已有了3-4项,请您及时到专业男科医院接受科学规范检查,尽早治疗。

摘自《男性健康周刊》

幸福别被“腺”制

第三代智源肽通导技术 治疗前列腺疾病

前列腺疾病诊疗中心汇聚国内男科医学领域享誉盛名的资深专家,率先引进国家五部委联合推荐的治疗前列腺疾病权威、先进、成熟的“第三代智源肽通导技术”、“数字程控腔道靶向技术”、“太空热光源定位治疗技术”等,突破传统,全方位、多侧面治疗,标本兼顾,彻底解决了因尿频、尿急、尿不尽等前列腺症状反复发作、迁延难愈给自己和家人带来的烦恼,享受快乐人生。

实力铸就品质
全国“十佳”男科医院
中国名家协会理事单位
南京市消费者协会评为“诚信单位”
中国性学会(江苏)唯一男科科研基地
全国男科疑难病专家会诊中心

网络咨询 / www.jg91.com

南京建国男科医院 院址/南京市长乐路238号 电话/025-52238888
门诊时间 / 8:00—21:00 无假日医院

“峰”采 唤醒完美呈现惊艳一刻

EBASE 伊贝丝 专业目标明确 全心全意服务 我们只做美胸 所以更专业

- 自然美胸:增大、提升、饱满、紧致、集中
- 自然舒缓:经痛不烦、缓解酸胀感、润泽肌肤
- 针对人群:扁平、松弛、萎缩下垂外扩不集中
- 安全健康:远离医疗药物激素、进行专业保养

浪漫节日 倾心之礼 美胸护理 买一赠一

南京店:新街口金轮国际广场11楼1103室(金轮国际对面) 电话:025-83375115 83377571 全国免费预约热线:400-820-7718

现代快报买报抽奖活动中奖公告

12月15日零售报纸抽奖喷码号在B25《汽车》版报脚,经系统自动摇号产生12月15日一等奖、二等奖中奖号码公告如下:

一等奖 现代快报特供酒一箱(4瓶装,价值约600元)(5名)
BH409702 BH413345 BH430019
BH444050 BH462137

二等奖 食用油一桶(价值约35元)(200名)
BH400367 BH400731 BH400855
BH402433 BH403216 BH403354
BH403668 BH403791 BH403928
BH403985 BH404099 BH404135
BH405334 BH405453 BH405874
BH406066 BH406648 BH407404

BH407852 BH408279 BH408297
BH408551 BH409703 BH410532
BH411059 BH411931 BH412071
BH412555 BH413335 BH413343
BH413608 BH413826 BH413988
BH414009 BH414044 BH416574
BH416620 BH416744 BH417314
BH417565 BH417899 BH418182
BH418284 BH418577 BH418623
BH419238 BH419540 BH419848
BH420029 BH420266 BH420391
BH420643 BH420808 BH420921
BH420940 BH421682 BH421738
BH421777 BH422123 BH423869
BH423955 BH424012 BH424051
BH424406 BH424462 BH424682

BH424995 BH425435 BH426228
BH426292 BH426591 BH428701
BH429368 BH430023 BH430327
BH430380 BH431151 BH431417
BH431589 BH431908 BH433217
BH434064 BH434071 BH434332
BH434860 BH436213 BH436425
BH436451 BH436617 BH437538
BH438469 BH438470 BH438870
BH439332 BH439934 BH440141
BH440277 BH440494 BH440817
BH440827 BH440911 BH440933
BH441426 BH441432 BH441603
BH441757 BH442137 BH442520
BH443055 BH443709 BH444039
BH444093 BH444153 BH444351

BH445633 BH445643 BH445701
BH445972 BH446308 BH446513
BH446599 BH446796 BH447187
BH447451 BH447760 BH448532
BH448897 BH449036 BH449422
BH449777 BH451180 BH451307
BH452618 BH453300 BH453349
BH453415 BH453766 BH454065
BH454164 BH454247 BH454471
BH454906 BH455859 BH456110
BH456227 BH456261 BH456304
BH456379 BH456727 BH456884
BH456959 BH457018 BH457958
BH457971 BH458284 BH458375
BH458412 BH458454 BH459100
BH459554 BH459682 BH459694

BH460295 BH460375 BH460524
BH461210 BH461492 BH461744
BH461748 BH461982 BH462208
BH462556 BH462603 BH462793
BH463057 BH463541 BH463583
BH464302 BH464607 BH464653
BH464867 BH465243 BH465649
BH465844 BH466019 BH466204
BH466473 BH466937 BH467209
BH467367 BH467502 BH467775
BH467913 BH467997 BH467998
BH468654 BH469023 BH469607
BH469702 BH470196
兑奖咨询电话:84783697、84783679。本轮抽奖活动12月15日结束。