

# “产后恢复体验沙龙” 打造快乐新妈

对于我能网的产后新妈妈们来说, 这炎炎的骄阳带来的烦恼不仅仅是酷暑, 最让人头疼的是“水桶腰”等情况出现。我能网和美丽妈妈产后恢复中心联合举办的“新妈妈”产后瘦身沙龙体验活动日前如期举办, 30多位新妈妈参加了现场体验项目。

YOUYU(我能网ID), 今年30岁, 宝宝2岁半。虽然产后形体恢复得不错, 但腰腹上的赘肉松弛没有弹性。30分钟的体验之后, YOUYU腹部感觉一直在燃烧, 效果很明显。我能网能人“美丽妈妈”的专家称, 从中医来看, 腰腹松弛的最大原因就是宗筋松弛。女人在怀孕十月的过程中, 腹部承受很大的重量, 本次体验专家结合中医原理, 以通、调、排、补的方法, 养肝经调气血, 分解腹部脂肪, 排出毒素, 活血化痰, 独特的

淋巴引流手法与特别研制的祛脂塑形配方结合, 令腰腹结实而有弹性, 恢复孕前纤细小蛮腰。

活动结束后, 还有新妈妈不断来电咨询, 得知错过活动遗憾不已, 不要紧, 有问题的新妈妈们可以登录我能网我能成长“孕妈无忧俱乐部”发帖提问, 我能网能人专家将不定期在线给予您最专业的答复。

专家提醒: 产后想瘦身的妈妈们, 不要只单纯信赖减肥机构和减肥产品, 若没有平日的锻炼和合理的饮食习惯, 再好的专家也只能起到叮嘱你的作用, 上面这位妈妈还有一段时间的瘦身路要走, 完美身材的恢复取决于坚持不懈的锻炼。

互动路径: 登录我能网(www.wonengw.com)→我能成长→孕妈无忧

# 母乳喂养难题, “我能”来问诊

近期, 快报热线96060接到多位新妈妈来电咨询如何正确母乳喂养事宜。很多新妈妈因母乳不足, 不畅而心急如焚, 在没有专业催乳师的指导下而盲目处理的新妈妈会更加手足无措。

家住开源小区的李小姐致电96060称自己乳腺不通, 也未及时去医院治疗, 在奶胀时只能依靠拔奶器。连续一星期奶胀后开始发烧, 挂水两天依然没有退烧, 李小姐开始着急了, 向热线求助, 现代快报我能网便民服务专业催乳师第一次上门为李小姐进行乳腺疏通, 缓解其高烧不退的现象; 第二次上门通过中医手法按摩疏通乳腺管, 使乳腺的淤积、乳房的肿块有了明显改善; 第三次上门对李小姐进行了心理方面的疏导和

饮食方面的调理, 帮助李小姐和宝宝健康地度过月子期。现代快报我能网便民服务专业催乳师强调称, 新妈妈在母乳喂养过程中无论出现何种问题都要及时上医院, 要相信医生的专业性, 不能盲目地自行处理。特别是在月子里, 产妇和婴儿都比较虚弱, 母乳喂养的宝宝抵抗力更强, 新妈妈应坚持母乳喂养宝宝6个月。

若您现在还在为产后乳腺不通, 奶水不足而烦恼, 可以拨打快报24小时热线96060或登录我能网(www.wonengw.com)预约催乳服务。专业催乳师会根据您的实际问诊情况进行上门进行问诊。同时还将为您提供一套食谱帮助更好的泌乳。

本版文字均由我能网提供 撰文: 张芊 殷文

# 100个祛疤套盒免费送疤痕市民

## 8月寻疤, 全国启动, 快来报名参与!

### >> 烧、烫伤疤痕 20名

烧烫伤目前是疤痕成因中最多种的一种, 大都伤及真皮。据统计, 60%的烧烫伤疤痕会在6个月内出现增生, 且以儿童为主, 多与儿童皮肤比较幼稚有关。

### >> 青春痘痤疮类疤痕 20名

青春痘痤疮等遗留在面部的疤痕严重影响着疤痕者的身心健康, 尤其是成长期的孩子和青春期的青年。欣奕除疤专家称, 痘疤多为青春痘发炎作期不当操作所致, 除面部外, 前胸后背等油脂分泌旺盛部位也可能出现。

### >> 妊娠纹、剖腹产疤痕 20名

妊娠纹和剖腹产疤是产后女性最头疼的问题, 因剖腹产疤而引发疤痕炎性增生占到了75%的比例。专家称, 妊娠纹应补充细胞养分, 激活成纤维细胞链接使其逐渐恢复。而剖腹产疤则应按照具体的疤痕类型来进行分类与修复。

### >> 手术疤痕 20名

术后留疤的几率高达90%, 而疤痕体质人群在术后的则会发生炎性增生。据了解, 夏季手术疤痕中最多的是腋下手术疤, 多形成挛缩状, 严重者甚至会影响到胳膊的正常的功能。

### >> 外伤疤痕 20名

外伤是所有疤痕成因中最常见的一种, 多见于平时无保护的如面部、胳膊、腹部等。欣奕除疤专家称, 外伤疤痕的严重程度与皮肤损伤程度有关, 伤及其表皮层的外伤均会在皮肤上留下疤痕。

### 活动参与城市:

欣奕除疤祛疤月活动将在重庆、成都、沈阳、天津、太原、长春、哈尔滨、郑州、南京、苏州、杭州、无锡、武汉、昆明、福州、济南、保定、石家庄等22省200余服务中心同时举行, 更多服务中心查询: www.xinyichuba.com

### 免费活动详情:

- 1. 拨打电话报名者可享受免费疤痕检测、配药、修复3天。
- 2. 对中、重度疤痕者再免费送除疤套盒一个, 本期限100个。

### 活动报名电话:

中山北路服务中心: 025-58780075  
白下区服务中心: 025-85566093

有疤痕不用再担心了, 欣奕机构8月份共同启动寻疤行动, 在全国22省近200个服务中心同时举行。



# 利众 免费评估 现金收购

52665307

聘业务员 底薪+提成+午餐+带薪旅游 13952040468

<b>商业地产</b> 秦状元里 1F 40+50m² 106万 连家店 84637005 丰富路连锁店 1F 59m² 108万 门面已开 86980821 来凤街 303m² 400万 年租22 正规门面 85761871 大明路 222m² 500万 纯一 楼营业中 85761871 玛斯兰德 独栋 540+900m² 1700万 最大 户型最大院子 13813966947 珠江路门面 1F 51m² 142万 正规 门面市口好 52665387	<b>雨花台区</b> 七彩星城 1F 94m² 59万 新空 价低多套 86980815 益居园 4F 74m² 109万 精装 双南地铁 52244625 雨花新村 4F 52m² 64.8万 全明 特价 52244625 福润雅居 5F 90m² 56.8万 三室 精装 52232802 东升山庄 6跃 7F 175m² 82万 5室 新空 52232802 七彩星城 8/34F 106m² 63.8万 新 空管气地铁 68862877 七彩星城 3F 94m² 60万 双南 管气新空 52205223 七彩星城 16F 94m² 62万 双南 管气新空 52205223 油坊桥 4F 94m² 56.5万 精装 三房拎包 68862877 油坊桥 12/12F 72m² 43万 新 空全明急售 68862829 东升裕园 4F 102m² 63.8万 全 明精装边户 52232802 龙凤佳园 3F 94m² 53.8万 双南 新空 68862877 春江新城 1F 99m² 94万 / 产 全明双南 52205223 雨花小区 3F 60m² 73.8万 双南 两室一厅 68862829 康润园 3F 64m² 96万 豪装 送设地铁 68862829 邓府山村 5/7F 65m² 84.5万 三 南全明急售 68862829 梅欣小区 1F 53.5m² 53万 精 装双南大院 68862829 晨光巷 3F 50m² 60万 两 房阳光好 52665387 普德村 6/6F 113+70m² 165万 简装 三室 52665327 龙福花园 1F 80+40m² 103.6万 双 南阳光好 52665327	<b>秦淮区</b> 02集庆路 28/33F 110m² 141万 精装 三室 86980815 长乐公寓 5F 67m² 89.5万 特 价三室 86980815 98转龙车小区 6F 40m² 48万 特 价南户 86980856 怡馨花园 4F 115m² 185万 精 装三房 86980856 97铜坊苑 3F 49m² 72万 南 北全明 86980856 仙鹤里 4F 51m² 75万 精 装边户 86980815 扇骨里 5F 58m² 74万 精 装双南 84637005 98扇骨里 4F 35.5m² 49万 南 北全明 84637005 雅居乐花园小区 12/26F 150m² 295.8万 豪 华社区会所 1338205501 凤游寺 6F 47m² 56.5万 全 明南北 52205223 晨虹小区 7/7F 87+5m² 106万 双 南全明地铁 68862829 春光里小区 7/7F 46+14m² 56.8万 南 北 13851874570 2F 107m² 155万 三 房 全明花园 52665376 集庆门多套 5/6F 51m² 60万 南 北精装 68676221 铜坊苑 3F 49m² 71.6万 南 北精装 68676221 来凤街 2F 54m² 60.8万 南 北简装 52230337 琵琶小区 6/6F 50m² 54万 南 北加盖一间 68676221 三山街地铁口 6/7F 82m² 118万 南 北 68676221 皇册家园 2F 108m² 239万 新 空高档花园 68676221 新姚家巷 3/8F 129m² 192万 双 南全明价廉 68676223 长乐公寓 5/6F 73m² 95万 南 北精装 68676221 扇骨里 4F 41m² 55万 精 装南北 52665357 龙翔隐园 1F 133m² 320万 三 南精装 52665387	<b>白下区</b> 评事街小区 1F 49+15m² 75万 全 明一中有院 52244625 老友记 5F 30m² 43万 朝 南精装 86980856 光大路 5F 50.14m² 55万 简 装 84637005 大地豪庭 2F 38.14m² 55万 好 房朝南 84490865 4F 103m² 197万 精 装无税 84490865 香格里拉 6F 48m² 93.5万 青 英会 84490865 尚书里 5F 58.2m² 73.5万 急 售南北 84490865 中和桥 2F 78.14m² 94.5万 精 装无税 84490865 砂珠巷小区 1F 49m² 73万 价 低全明 86980821 御水湾花园 4F 124.31m² 230万 2 期 毛坯小中 84637005 万达新村 3F 83m² 109.8万 精 装双南 52205223 5F 29+10m² 55万 南 装 52205223 20F 184m² 375万 精 装房型 52232802 新街口 5/5F 49.28m² 65万 南 北全明 52205223 30/33F 113m² 340万 双 南豪装 68862829 1F 29+10m² 42.8万 送 院子 15094306891 4F 72.16m² 150万 三 室全明 85761871 2F 138m² 330万 精 装稀 少 15951820590 11/30F 69m² 142万 双 南精装 52665387 西一村 20/30F 58m² 90万 双 南全明 52665387 马府新村 7/7F 42+19m² 61万 急 售全明 52665376 五星年华 8/18F 128m² 280万 幼 童高档楼 68676223 莫愁路 4F 43.5m² 51万 精 装单室 68676223	<b>鼓楼区</b> 3F 60m² 85万 双南 精 装环优 52230337 4F 39m² 50万 精 装 酒店公寓 68676221 3F 45m² 60.6万 南 北精装 68676221 5/7F 91m² 133万 00 高 档豪宅 84724986 2F 136m² 295万 花 园洋房 52665376 3F 109m² 180万 东 航 房改房 52665376 2F 75m² 110万 急售 三房全明 52665376 3/30F 57m² 91万 精 装全 套设施 13952040468 2F 98m² 163万 三 室双 南 13770585786 5/7F 53m² 82万 小 区郑 和公园旁 13814533330 2F 59m² 280万 精 装和 公园旁 13951958724 12/25F 133m² 285万 豪 装观月 13951958724 6/6F 72.5m² 102万 三 室精 装加盖 10m² 13814533330 7/7F 42+19m² 61万 精 装全明 52665376 16F 92m² 203万 新 空环优 86980815 3F 102m² 148万 精 装送 设地室 86980856 11F 117m² 203万 精 装全 明急售 52244625 8F 141m² 266万 豪 装地铁 52244625 4F 103m² 155万 精 装四 房 86980815 11F 43m² 86万 精 装送 设设施 86980821 3F 68m² 96万 全 明精 装急售 68862829 5/11F 106m² 230万 三 南全 明豪装 68862829 15/18F 86m² 205万 税 费 各付 13813966947 4F 60m² 71万 南 北 精装 多套 68676221 5/9F 143m² 182万 03 房 豪装 52230337 1F 65.1m² 87.5万 精 装院 20 价 廉 68676223 5/5-6F 110m² 145万 跃 层 精装 车位 13770585786	<b>栖霞区</b> 11/12F 39m² 42万 单 室 价低 15305175787 4F 64.04m² 64万 03 房 双南 简装 66920008 2F 80m² 82万 09 房 双南 毛坯 66920008 3F 146m² 165万 双 南地 室 15m² 13913999503 4F 90m² 65万 豪 装地铁 52642107 3F 67m² 80万 双 南无 税 13338637211 23/30F 116m² 132万 新 空 价低 各付 13338637211 5/6F 94m² 125万 豪 装学 区各付 13338637211	<b>玄武区</b> 7F 70m² 99万 双 南 全 明 52244625 2F 112m² 146万 精 装双 南 86980821 6F 59m² 130万 双 南 精 装学 区 85761871 30/33F 71m² 135万 双 东 16全 明 85761871 6/11F 143m² 288万 精 装湖 景满 5年 15951820590 2F 131m² 275万 紫 金山 脚地铁 旁 15951820590 11/12F 38.5m² 42万 价 低 单 套宜 老 15305175787 4F 40m² 78万 精 装新 空 价低 84724986 1/11F 85m² 140万 精 装即 住多 套 52665357 5/6F 40m² 49.8万 朝 南 环 好 价低 13770585786 7/7F 53m² 78万 精 装两 室 价低 13770585786 3F 108.7m² 195万 精 装 双南 双 13770585786 4F 40m² 78万 精 装特 价学 区 13814533330 2F 72m² 128万 九 中 大 露 台院 30m² 13951958724 2F 49m² 85万 九 中 大 露 台院 15m² 13951958724 4F 56m² 100万 精 装学 区 13814533330	<b>江宁区</b> 3F 146m² 165万 双 南地 室 15m² 13913999503 4F 90m² 65万 豪 装地铁 52642107 3F 67m² 80万 双 南无 税 13338637211 23/30F 116m² 132万 新 空 价低 各付 13338637211 5/6F 94m² 125万 豪 装学 区各付 13338637211	<b>现金收购 专业销售 江北房 86980843</b> 江岸水城 4F 84m² 64万 房 主急售 58660027 江岸水城 4F 90m² 68万 刚 需首 选 58660027 江岸水城 5F 73m² 58万 特 价急售 58660027 江岸水城 4F 85.1m² 69万 地 铁急售 58660027 江岸水城 11F 86m² 65万 地 铁急售 58660027 江岸水城 8F 117m² 85万 三 房急售 58660381 江岸水城 4F 103m² 75万 夫 妻最 爱 58660381 江岸水城 7F 78m² 59万 地 铁急售 58660381 江岸水城 7F 93m² 69万 低 总 价首 选 58660381 江岸水城 11F 102m² 75万 经 典三 房 58660213 江岸水城 10F 84m² 73万 地 铁急售 58660213 江岸水城 7F 80.41m² 61万 黄 金地 段 58660213 江岸水城 3F 101m² 50万 毛 坯 交便 地铁 52642107
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------