

白露后秋分前 谨防秋膘贴着贴着就胖了

2012秋季时尚发布之

养生减肥趋势关键词:防寒防燥

“苦夏”一过,很多市民胃口大开。而专家提醒说谨防秋膘贴着贴着就胖了,是典型的秋冬“开源节流”式肥胖。尤其是秋天很多水果都纷纷上市,秀江南的中医专家陶慧提醒说:“由于水果里面的糖分非常高,而且多为凉性,建议在选择的时候可以丰富一些品种,但对量要进行控制。”此外,秋燥也会明显,人容易便秘,积累大量的垃圾、毒素,进而发胖。

□倪晶

白露过后 不宜再露胳膊露腿了

“人的理想体温36.7℃是美丽的分界线,体温每下降1℃,基础代谢量就减少12%,更容易‘沾’上脂肪体寒的人,脂肪会盖上一层厚厚的‘被子’,起到保暖作用。”陶慧提醒说,虽然民间有“春捂秋冻”的说法,但女性、小孩和上了年纪的人最好不要贪凉,建议早晚出门带件外套。“白露为霜”,过了白露,就一夜冷过一夜,也不宜再露胳膊露腿。此外,寒从脚底起,还要加强足部保暖,睡前宜用温热的水泡脚,加强血液循环。

养肺之际在于秋

俗话说“春养肝,夏养心,秋养肺,冬养肾”。秋天到来后,市民容易感到气候比较干燥。肺主皮毛,因此混合型皮肤以及偏油性皮肤,在秋季更是会出现痘痘大爆发的情况。陶慧表示,中医上讲肺喜润而

恶燥,喜“湿”不爱“干”,因此要少食辛辣,多选择一些白色的食物润肺。有内热的人,养肺的关键在于清热化痰解毒,可以吃些苦瓜、芥蓝、白菜、萝卜来泻火。

除食补外,也可以选择一些更为专业的手段进行调养。比如秀江南秋季特推的“58元肌底深层排淤”体验卡。据了解,肌底深层排淤的面部护理不仅可以将面部藏污纳垢的地方“打扫”得很干净,还能有效改善色斑问题,促进面部血液循环,帮助快速分解色斑。同时配备生态蛋白和珍贵的中药材同步护理,而且一次体验后,毛孔会明显收细,皮肤变得很嫩滑。如果先体验半边脸,再做另半边脸的话,会有一边是“没剥的鸡蛋壳”,另一边是“剥完壳的鸡蛋白”的明显对比。



相关链接

秀江南新街口旗舰店 大行宫店盛大开业 “38元减3天” 感恩回馈持续进行中

初入秀江南新街口旗舰店和大行宫店,你会被全新柔美的江南风格所吸引:别有情致的江南水乡画背景,柔美的纱幔轻盈晃动,满眼尽显田园碎花的温馨烂漫……整个疲倦的身体一下子放松和温暖起来。

虽然服务提档升级了,但特惠价格并没有水涨船高——“38元减3天”的特惠养生体验活动还将持续进行中,养生调理的内容依然是“亚健康咨询+360°专用服装+360°美容养生纤体仪+推拿按摩+淋浴”。3天体验完后,最直观的感受是每次减重1斤左右,尺寸减得比体重还快,皮肤表面变得非常细滑、紧致。最养生的改变是,睡眠由原来的浅度、多梦、易醒转变到了深度睡眠,精神状态变得越来越好。

鉴于各家分店纳客人数有限,“秋季特惠”体验约满为止。咨询电话:025-85637177。



首届美国 塑美极三代紧肤除皱

中国地区临床推广高峰论坛交流会在宁召开

9月10日,“首届美国塑美极三代紧肤除皱中国地区临床推广高峰论坛交流会在宁召开。美国Thermage官方全球首席技术科研专家琼斯博士、美国Thermage中国区首席授权培训专家刘娜等抗衰老医学精英出席本次会议。

汇聚全球塑美极专家

会议就美国塑美极三代(Thermage-CPT)紧肤除皱原理及临床治疗效果等进行分析和交流,同时推动了江苏独家美国塑美极三代临床基地——维多利亚国际整形美容在紧肤除皱与抗衰老方面的发展。美国Thermage中国区首席授权培训专家刘娜表示:“利用先进的非手术除皱紧肤抗衰老设备实现肌肤年轻化并长久保持治疗效果是医疗美容发展中的重要课题,也是整形美容行业发展必须要面对的崭新领域。”

塑美极临床效果国际瞩目

在会议中,维多利亚以经典案例——网络红人“蔷薇老妈”的治疗效果为例,进行美国Thermage-CPT紧肤除皱临床治疗解析,赢得与会专家的高度赞誉。专家们对于医院根据亚洲人特有的肤质,创新性地加入了SGD活氧休眠等多项技术大大提高了治疗效果表示高度认同,并对临床治疗所取得的骄人成绩表示祝贺。



更多美国塑美极三代(Thermage-CPT)紧肤除皱信息,可拨打咨询电话:52258888。

- 国际减肥行业协会会员单位
- 现代快报调养减肥科研机构
- 国际减肥行业协会百家名店

秀 | 江 | 南
XIUJIANGNAN

- 现代快报调养减肥科研机构
- 360°“非接触式”养生减肥疗法
- 国际减肥行业协会优秀养生减肥机构

咨询QQ: 1903529594 516869345

西祠讨论版: <http://www.xici.net/b1366882/>

热烈庆祝秀江南大行宫店、新街口旗舰店 盛大开业

减肥关键看效果

38元 不口服 不痛苦 不节食 不创伤 不运动 减三天 现征集380名终结肥胖者

抹平小肚腹 照亮秀肚皮

秀江南全球首创380°“非接触式”养生减肥新疗法,采用360°养生纤体仪以高科技减脂方式,尤其减小肚腹效果特别好,盛夏来临之际,抹平你的小肚腹,照亮肚皮秀出来。

打造性感臀 紧俏更迷人

年纪增大了,皮肤变松了,臀部松弛垮塌,穿什么漂亮衣服都难看,选择秀江南一疗程,臀部紧了一大圈,紧俏结实,身材自然无比迷人。

精雕小蛮腰 年轻好几岁

选择秀江南,躺着躺着肉一点点往下掉,信心一点一点点起来,一早惊人重了5公分,身材曲线立刻显现出来,对着镜子,怎么都买不穿,更为神奇的是在减脂的同时还能轻松解决女同胞们最为烦恼的妇科问题。

瘦穿超短裙 赶紧减大腿

选择秀江南养生减肥,腿围一天一个变化,大腿一圈一圈迅速减下来,腿线更修长,再也不用穿“萝卜裤、大象腿”称号,天然了,正好赶上穿超短裙秀出你的性感美腿。

现代快报《时尚周刊》全程监督并报道 [报名热线] 85637177

大行宫店: 太平南路2号日月大厦801室 86648377 **更多实惠 更多选择** (详情请致电咨询)

瑞金路店: 瑞金路瑞金大厦A座1505室 84514577 山西路店: 山西路68号颐和商厦13楼C座 83322857 黑龙江路店: 黑龙江路5-9号(天正大厦) 82276377

珠江路店: 珠江路新世界中心A座2802室 84798577 新街口店: 石鼓路42号建华大厦1901室 84718577 龙江店: 江东北路305号滨江广场2幢8-E座 86276377