

高频激光捕猎机:机芯片内存野生物物信息,发射该信息可使动物产生定向信号源,靠近该机20至100米内发射激光声将其打昏,可捕野猪、兔、山鸡、飞鸟等一切野生动物。至尊捕猎王8千米3800元,特大型5千米2300元/台,大型3千米1250元/台,2千米750元/台,超声激光捕鱼机:可捕水中一切鱼类,浮鱼范围深宽:25米680元,70米1300元,120米2800元等五种型号。产品三包两年。将地址、姓名发到15707581616即免费寄资料 VCD 光盘供你参考。0610各县市代理商厂家直销 货到付款 广东省肇庆市鸿兴电子厂 厂长:覃国海 电话:0758-2281860 手机:15707581616 网址:www.hxp538.com [本广告长期有效]

开春五件事, 一年少得病

当“开春”和“新年”两个词碰在一起,就意味着新一年的生活即将开始。春节刚过,我们如何修整假期里负担过重的身体,如何为自己下一整年的健康打下良好的基础?专家给我们支了几招。

第一招: 排毒喝花茶

冬季天冷,人就偏爱吃熟食。特别是春节假期,大鱼大肉、辛辣口味,再来一两盅酒,能让整个人都暖暖的。但正因为冬天热性食物吃得过多,到了春天,就必须给自己的肠胃减减负,清肠排毒了。

早上喝杯淡盐水,能利小便、助排毒。血压偏高的人,可以换成温开水;血糖不高的人,就来杯蜂蜜水,同样有效。春天讲究喝春茶,不管是绿茶还是花茶,都能起到排毒、提神养气的作用。特别是茉莉花茶,气芳香,提神效果更好。

要想给身体排毒,必须保证大便通畅。建议大便不好的人适当多吃萝卜、白菜、土豆、红薯,帮助排便;也可以进行自我按摩,每天绕肚脐顺时针揉按至少36次,按压肚脐左右三指宽处的天枢穴至有酸胀感,均有通便作用。

第二招: 晨练拉拉筋

古人提倡在春天晨练,他们认为这是一年四季中锻炼效果最好的时期,可以彻底放松禁锢一冬的身体。年纪稍大的人,最适

合散步,还可以在空气较好的公园做个深呼吸,伸伸腿、拉拉筋。有句话说,“筋长一寸,寿延十年”。这说法虽然有些夸张,但适当拉伸韧带确实有助身体气血流通,甚至可起到祛痛和排毒的效果。春天要养肝养胆,所以锻炼时,不妨拍打一下两肋外侧。这里是中医所指的肝胆区,以掌心适度拍打,可通畅气血经络,达到养肝养胆之效。

一年之计在于春,除了户外锻炼,更应该多外出踏青旅游。可以在年初制定一套旅行计划,按照假期长短、季节特点等规划四季旅游,并在接下来的一年中身体力行。

第三招: 春吃酸甜口

唐代孙思邈《千金方》记载,春季饮食宜“省酸增甘”,因为春天吃过酸性食物会使肝火过旺,从而损伤脾胃,应多吃些性温味甘的食物以助消化,如糯米、南瓜、大枣、山药、银耳等。从另一个角度看,在五脏和五味的关系中,酸味有收敛作用,不利于阳气的生发和肝气的疏泄,吃得过酸就会损伤肝气。但所谓少酸多甜也只是个相对概念,不能走极端,更好的方法是,多吃点酸甜口味的东西,水果、饮料均可,更有助于平衡体质。

春天是生发的季节,按照“天人合一”的原则,同样具有生发之气的芽菜蔬菜,很适合春季食用。比如,豆芽、豆苗、春笋、蒜苗、芽菜等,可清炒、煮

汤、作馅,以清淡、温热为宜。韭菜、生姜、鸡汤有助养阳,可以多吃点;草莓、橙子、猕猴桃也可适当多吃;重点推荐枸杞菊花泡水,能养肝明目。此外,蜂蜜是春天一大补品,除了喝蜂蜜水外,还可以在热牛奶中分别对上一勺燕麦和蜂蜜,口味更好。

第四招: 太阳下梳头

古人养生,讲究“夜卧早起,广步于庭,被发缓形”,也就是说,古代的人们在春季晚睡早起;到宽阔的地方散步运动;散开束发、宽松衣带,不让身体受到束缚。这一原则现在也很适用。

春季要养阳,所以应多晒太阳,特别是早起的时候,边晒太阳边梳头,或者按摩头顶的百会穴,能帮助人增加阳气,滋润五脏。春天还要养肝,而“肝开窍于目”,所以,养好眼也能护肝。建议人们全身放松,面对太阳,闭上眼睛,让玻璃窗和眼睑滤去过于强烈的太阳射线,同时转动眼珠,先顺时针再逆时针,每天坚持十几分钟。人们还可以每天回到家用清水清洗眼周、眼睑,并按揉眼睛周围,以促进血液循环。

春天风大干燥,需特别注意补水,防爆排毒;因气候变化大,需按天气随时增减衣物,有慢性病的老人尤其要做好保暖工作,后背、腰腿都是重点。春捂的原则是:如果日平均气温在15℃以下,或日夜温差大于

8℃,就最好不要脱棉衣。

第五招: 心理倒时差

春天养肝最重要的是保证心情顺畅,但春节刚过,多数人在突然转变生活方式的过程中,都会产生不适反应,进而影响到心情。因此,建议人们尽快倒倒“时差”。

上班族花一点时间回顾节前的工作,拟定新年计划,就会以比较主动、有准备的心态来应对工作,不会显得手忙脚乱。节后应迅速恢复日常作息习惯,清淡饮食,白天尽量把注意力专注到工作上,提高工作效率,更有利于迅速倒回“时差”。

从亲情满满的家乡回到大城市的年轻人,也许会重新感觉到孤独和寂寞。这类人不妨尽量频繁地跟家人、朋友保持联系,以此帮助自己度过“过渡期”,也不妨把家乡带来的特产分发给同事和邻居,也许就能在身边经营出新的友谊。

老人在看到孩子短暂陪伴后的又一次离家,心里难免空落落的,这时,不妨转移一下注意力,比如约上老伴或好友去踏踏青,或者投身到自己的爱好中去。另外一种方式就是以“活到老,学到老”的心态来迎接改变,比如试着学习使用微信、飞信等新的通讯方式和孩子交流,或拟定新年的生活规划,比如到孩子所在的城市去看看,实现某些从未实现的梦想等。

(吕静)

宝宝的睡姿哪个最安全

1、仰睡宝宝

优点:宝宝的口鼻不会被棉被等外物遮掩而导致窒息,安全性较高;不会对宝宝的心、肺、胃肠和膀胱等器官造成压迫;父母可以一目了然地看到宝宝的睡眠状态,随时给予呵护。

缺点:影响头型。长期仰睡,头型易睡扁。阻碍呼吸。仰睡可能会使已经放松的舌根后坠,有阻塞呼吸道的顾虑。如果宝宝感冒鼻塞,仰睡会使呼吸比较费力,引起小呼噜。

喂奶后,不要马上让宝宝(尤其新生儿)平躺睡觉,可先右侧睡。

2、俯睡宝宝

优点:富有安全感,胎儿在子宫里就是这种姿势,有自我保护意识;俯睡时,胃溶物不宜留在食道及口中而引起呕吐;有利于宝宝进行翻身和爬行的训练。

缺点:容易窒息。宝宝在翻转时易被枕头、毛巾堵住,引起窒息,危及生命。不易散热。腹部紧贴床铺,易致体温升高,汗液散发不及时,容易引起湿疹。

俯睡时,床或枕头不宜太软,否则宝宝的口鼻可能会陷入去影响到呼吸,甚至危及生命。

3、侧睡宝宝

优点:万一发生呕吐,右侧卧可使口腔内的呕吐物从嘴角流出,不会流入咽喉,引起呛咳、窒息;如果宝宝有打鼾的现象,可以试着把他的身体侧过来,小呼噜就可以停止了,呼吸也会更顺畅。

缺点:影响耳型。长时间侧卧,会使宝宝的耳廓轮廓经常受压,可能导致变形。

长时间同一侧睡也会使孩子头型歪偏,最好每3-4小时翻身一次。左右侧卧时要注意宝宝的耳廓容易变形。(艾梅)

诚信放款

为响应国家号召,本公司有大量扶持资金外放,100万内无需抵押担保(月息1.5%),户籍及用途不限,凭身份证即可办理转账手续。诚信可靠,当天到账。

手机: 15588862500 联系人: 马主任

诚信贷款

青邮(银行)信贷服务中心;专业办理个人50万内小额贷款,凭身份证当天放款。(5-50万信用卡快速代办)此广告在2013年内有效。

电话: 0532-86789986、18660293343 青岛市市南区香港西路79号

快速低息贷款

可为企业、个人解决资金短缺问题,100万以内无需抵押担保0.8%利息,全国范围内我方均可为您直接办理转账,手续简便下款快!

156 5218 9318 张经理

本报敬告:本报所刊广告读者请慎重考察和咨询后再签订合同,以免发生纠纷,本报广告不作为签订合同的法律依据。

遗失声明

济南宏盛物流有限公司,鲁ABX903中华人民共和国道路运输证备案记录(鲁交运证济字370126312238)丢失,特此声明作废。

王传伍身份证不慎丢失,身份证号:37132219820222341X,特此声明作废。

秦高军身份证不慎丢失,身份证号:37132219941005343X,特此声明作废。

樊加领身份证不慎丢失,身份证号:372822196305203410,特此声明作废。

欢中 迎缝 刊广 登告

加盟、招商、合作及各种分类广告,各类证件挂失,公司执照遗失,企业注销公告等。有意者请洽: 联系人:米老师 电话:13296440051 邮箱:ncdzzfgg@163.com



20万胎记患者迎来美丽新生

17年胎记专业, 10分钟无痛去除青/红胎记、血管瘤、咖啡斑、雀斑、纹身等各种皮肤疾病

A 成立时间最早 我国首家专业胎记诊疗中心

1996年,经过精心筹备后,我国首个专业胎记诊疗中心在济南现代皮肤病医院成立。专科发展的专业化和细分化,使医生能更好地对各种胎记进行更加专业的诊断和治疗,我国胎记诊疗由此掀开了新的一页。

B 17年临床专业 “胎记专家团队”技术精湛

济南现代皮肤病医院胎记诊疗中心,云集了国内治疗胎记的精英。他(她)们经验丰富,技术精湛,在国内有着很高的知名度:如“齐鲁胎记第一人”李妮主任、“激光色素分离”技术创始人刘家珍主任、国内胎记“无痕技术”治疗第一人孙丽主任、毛痣皮下组织扩张器以胎记治疗专家何茂文主任等等。

C 设备国际尖端 荟萃大批国际先进激光设备

济南现代皮肤病医院,巨资引进了全套国际领先的胎记治疗设备,如美国色素分离仪、血氧蛋白凝固仪、赛诺秀755翠绿宝石、美中华和595脉冲染料、德国点射激光系统等30余套总价8000多万元以上的国际顶尖设备,能更全面、更好地为胎记患者进行检测和治疗。

D 技术国内领先 首创胎记治疗“无痛无疤”技术

济南现代胎记诊疗中心,独创自己治疗“无痛无疤”技术,该技术色素分离、血液凝固、激光爆破、表皮修复为一体,治疗时“不流血、不出血、不留疤”,安全、快速、无痛,只需3-5次即可彻底去除各种青/红胎记、血管瘤、雀斑、纹身等,谱写了我国胎记治疗新的传奇!

E 疗效追求第一 青胎记100%康复 红胎记100%有效

经过中心不断临床研究,中心胎记患者的治疗有效率、康复率也在逐年上升。终于,在2011年底,一个喜讯在胎记诊疗中心传出:经过将近20000名青/红胎记患者3年跟踪证实,中心青胎记康复率已经达到100%,红胎记有效率达到100%,胎记不能治愈的历史从此被改写,为无数胎记患者带来了康复的希望!

F 康复患者最多 20万青/红胎记患者美丽见证

1996年起,至2012年7月,济南现代皮肤病医院已累计接诊胎记患者20余万例,月门诊量达10000例以上,其中青胎记康复率达到100%,红胎记有效率达100%,无论是接诊率还是康复率,都在国内遥遥领先,被患者誉为“中国胎记权威医院”。

告别胎记 拥有未来

“齐鲁万名胎记患者爱心救助”报名中 >>>

主办:中国胎记基金会 协办:济南现代皮肤病医院

活动内容:1. 所有胎记患者,活动期间,享受国家胎记救助基金20%补助; 2. 特困、重症胎记患者,最高享受国家胎记救助基金30%专项补助。

救助范围:青胎记、红胎记、血管瘤、咖啡斑、毛痣、雀斑、纹身、疤痕、痤疮以及各种色素性、血管性皮肤病患者。

治疗特色:安全、无痛、不流血、不出血、不留疤,10分钟轻松去除各种青/红胎记,愈后不复发! 郑重承诺:青胎记患者,如不能治愈,全额退款! 红胎记患者,如治疗无效,全额退款!

温馨提示:活动期间免专家挂号费、咨询费。