

春夏季泡汤好处知多少

消费者普遍认为,秋冬季节是泡温泉最好的时机,其他季节泡温泉没有太大效果,其实并不然。春季是各种疾病的多发季节,泡温泉浴,既舒筋活血,又解春困。而不同的温泉,其矿物成分和矿物含量不同,疗效也因此不同,随着气温的上升,非常利于身体的健康。

春夏季节泡汤好处多

泡温泉,多排汗,更健康

别以为春夏泡温泉是件多么不合时宜的事情,其实春夏泡温泉的好处多多。据专家透露,春夏季皮肤更容易吸收温泉中的养分,而且略高的温度能令肌肤的毛孔在极短时间内迅速张开,排除体内多余的水分、脂肪及毒素,更容易达成塑身美容的目的,还有助于提高体质,提高免疫能力。

“温泉比较适宜平时缺少运动量,排汗不多的男女白领、高薪阶层,这类人由于平时缺少锻炼,很少能够适应大面积的排汗,温泉既能够排出体内汗液,同时又能吸收大量微量元素。”

在这些微量元素中,硫化物能增强肾排除金属和尿素质物质的能力;偏硼酸、氢均有消毒消炎作用;氢还能改善内分泌腺功能,加快细胞代谢,分解血液中多余的胆固醇和毒性物质并排出体外,促进血液循环。另外,温泉的pH值也有锦上添花的妙用。

温泉水里含有氡气、偏硅酸、硫化物、氟、锶、锂等。在洗温泉过程中,这些物质经吸收后部分渗透到体内,进而使血管扩张,改变皮肤的酸碱值,经常泡温泉的人,皮肤也会显得特别健康。



春夏季泡汤,可消身体内火

在温暖的气候下,人浸泡在热温泉里,毛孔会很快张开,体内的热量就能释放出来,通过反复的浸泡,全身就像吃了薄荷糖,可以完全消除身体的火气,治标治本。

相反,如果人直接泡在凉水里,毛孔受到刺激会马上闭合,尽管皮肤会感到凉爽,但体内的热无法完全排出,过一会儿依然会感觉很热,达不到真正降火的目的。这就是为什么高温天气洗热水澡比洗凉水澡更能解暑的原因了。

(专刊记者 化强)

春游冠山

正值清明假期,相约几个好友畅游了一把自古被誉为“第一仙山”的冠山。沿着山路,进入山门里,先往东竹林去。此处栗树如盖,两侧翠竹青青,环境十分清幽。在竹林下方,有两处泉水:翠竹泉和珍珠泉。滴滴的泉水犹如珍珠洒落玉盘。冠山景区的地下水资源十分丰富,景区内冷泉36处,一年四季,从不干涸,听之叮咚作响,饮之甘冽清甜。

经中记载:“蒹葭苍苍,白露为霜,所谓伊人,在水一方。”亦不过如此吧。

长春观是一座古老的道观,留下了几千年的历史沧桑。整个长春观景区由灵官殿、七真殿、三清殿等七重院落组成。王灵官常塑在山门之内镇守道观,相当于佛教中的韦陀。在离开之前,我不得不对这位让人畏惧的灵官深深一拜,以示尊敬。

穿过竹林来到了望仙亭,放眼望去,树林茂密,层次分明,颜色各异,风送清香,春看棠棂花开,洁白如雪,养眼怡心。往西看,“仙人洞”在此处看的最为清楚。往下看,更有田畴、村庄,一派田园风光。

冠山风景区的“三清殿”是以奇石而出名的。著名的因形似《江山如此多娇》而得名的“石头画”,让我们看的目瞪口呆的同时,不得不让我们感叹大自然的鬼斧神工,惟妙惟肖!“山不在高,有仙则名;水不在深,有龙则灵;斯是陋室,惟吾德馨。”汇聚人文自然之精华,承载千年道教文化的冠山,真是不虚此行。(专刊实习生 马晓燕)

来到九曲栈道,导游提醒我们要慢行,好充分体味水上栈道的味道。水中都是柳树和芦苇的奇异景象。诗

编辑:化强 组版:郭冬梅

靓唐温泉 | 国家AAAA级旅游景区 华东首席精品温泉

春天里·泡温泉 陪家人·去下汤

为了你,这温泉流淌了千年

- 1. 20+1000人会议厅及多功能厅共6处;
- 2. 全楼会议策划与服务;
- 3. 专业拓展培训中心;
- 4. 会议专线:0539-8018888/258

专业承接企事业单位会议 山东·临沂·汤头 0539-8018888 www.sdgtwq.com

神农山 皇城相府 黄河三峡 黄河小浪底 焦作影视城 济渎庙五一纯玩专列双卧五日之旅

五一精选推荐

河南·洛阳

神农山 皇城相府 黄河三峡 黄河小浪底 “自然与文化结合”五一纯玩专列双卧五日之旅

——4月29日晚8点发团5月3日早抵达临沂,一点不会影响你五一劳动和休息

震撼 本次不是你去了以后还要再去的地方, 别有洞天! **惊喜** 五天全价包680元/人起!

特别与景区协调开辟专列通道减少您排队时间让您的旅游更轻松

烟花三月下扬州 扬镇精品2日游

扬州瘦西湖、镇江金山寺三日游

扬州瘦西湖一日游

黄河小浪底 国家AAAA级旅游景区

“完美云南”昆明、大理、丽江双飞六日游 | 华夏假期荣誉地接 | 五一、节假日有更多境内、外精选线路详细点击

逍遥海南阳光海岛魅力蜈支洲岛双飞六日游 | 逍遥海南荣誉地接 | www.sdlyct.com或travel.ly169.cn在网上直接预订获得

长沙、韶山、张家界双卧七日游 | 易程天下荣誉地接 | 参团如下品牌旅行社旅游 您的生活更精彩

山东中国旅行社临沂分社: 8133925 8308448 8315229 | 山东中国旅行社临沂分社: 13605398997 | 泰安新世纪旅行社: 8132195 8132196

临沂假日旅行社: 8131288 3129668 8131266 | 临沂康辉旅行社: 8132195 8132196 | 临沂妇女旅行社: 8131909 8131969

天马旅行社第一分社: 8022447 8022448 | 临沂神州旅行社: 8116668 8315398 | 蒙阴国际旅行社: 4810699 4812699

罗庄春秋旅行社: 3105666 8250737 | 临沂职工旅行社: 8118039 8112398 | 临沂绿茵旅行社: 8209156 8209157