

●行业资讯

年前 祛痘要抓紧!

佐康专业祛痘中心——二十天治好重度痤疮



六年来,烟台第一大道1106-2室的佐康专业祛痘中心神奇的治疗效果让众多痘友一致称赞。它的专业背景是一家全国连锁的专业祛痘机构,有着十年治痘经验,落户烟台六年来,已为港城数千位痘友治好了顽痘。由于她家从不宣称“无效退款”,而是郑重承诺“不能治愈,全额退款”,以100%效果和专业的服务,赢得了痘友的一致好评。

夏女士说:“以前孩子性格可外向了,自从脸上长痘痘,性格都变了,还时不时发脾气。”在佐康专业祛痘中心治好了,我心里的石头落了地。看来痘痘对孩子的影响很大!真是后悔当初没有重视孩

子长痘的的问题,让孩子多遭了不少罪。

小编提醒:过年时不正常的饮食习惯会刺激炎症加重!

秦媛主任说:“现在生活条件好,家长溺爱,放任孩子摄入大量油炸食品,而油脂长期堆积就会引发炎症!另外,环境的污染,熬夜上网及电脑辐射,升学压力、炎症会随着时间逐渐加重等情况,导致孩子长痘后无法自愈。”

相关链接:佐康采用仪器疏通、秘方调理、技术修复巩固的方法,真正治好痘痘不反弹。专治重度囊肿、脓疱、激素痘以及反复治疗失败的患者。针对青春痘、粉刺、痘印,有奇效。

99元3次特惠活动正在进

行中!

每天前三名进店新顾客,当日包治按程度起价算。

老顾客购买指定产品可享受折上折优惠政策,详情咨询店内。

芝罘区佐康店:6263931
芝罘区第一大道大厦1106-2室(大润发南门西行50米)
开发区佐康店:6398791
开发区海诺大厦1315室(长江路彩云城南门正对面)
莱州佐康店:15854536160
莱州市慢性病医院向北300米路西
烟台网站
www.yantaiqudou.com
全国加盟咨询:
18604606080 张经理

●减肥瘦身

趣味健身减肚子

想要小腹性感平坦,有多种方法能够帮助你,如睡前做体操、丹田呼吸等等。下面为大家一一详细介绍。

睡前做体操

身体平躺在床上,然后两只手交叉放在胸前。注意背部要与床紧贴,双腿微微曲起。接着头部和上身向左侧转动,而双腿向右侧转动。上身和下身的这两个动作是同时做。重复这套动作,坚持2分钟左右,如此一周内就可以明显见效。

用丹田呼吸

丹田位于小腹位置,而运用丹田进行呼吸,也就运动了小腹上的肌肉,从而促进脂肪燃烧。另外,用丹田呼吸,还可以加快肠胃蠕动,有效预防便秘。

用丹田呼吸时,鼻子同时慢慢吸气,但腹部慢慢隆起时,屏住呼吸几秒后,再缓慢从口中呼气,到腹部下陷为止。利用丹田呼吸时,每分钟控制在5到6次左右即可。只要坚持每天这样做,一个月下来就可以见效。

坚持吹口哨可以减肚子

吹口哨不仅仅是一种娱乐方式,还是一种简单的减腹部赘肉的方法,其原理是持续并且有力的腹式呼吸,燃烧腹部脂肪。

吹口哨能减肥是因为它需要持续进行腹式呼吸,一方面有助于刺激肠胃蠕动、促进体内废物排出;另一方面也能使气流顺畅,增加肺活量。这种方法简单易行,如每日坚持下去,能消除腹部脂肪、排除腹部废物、改善腹部血液循环等。

无时无刻缩小腹

平常不管走路或者站着,要记得用力缩腹,再配合腹式呼吸,也许刚开始会觉得很辛苦,但习惯就好了,经过一段时间会有意外的惊喜,你会看见自己的小腹的肌肉变得紧实,不知不觉中就能甩掉小肚子。

●健康美牙

宠爱你的牙齿 数码冠三步曲

娱乐圈美女如云,身材窈窕,五官精致是基本要求,更多的影视明星表示一口靓丽洁白的牙齿更是不可或缺的,漂亮与否似乎已定,但自信美丽的笑容人人可以获得,明星如何拥有自信靓丽的笑容呢?国际影视巨星刘晓庆御用形象大师用美牙三步曲,让您的牙齿和笑容一起美丽。

Step1.牙齿整齐 笑容才自信

美丽的牙齿首先是整齐的牙齿,比起孩子,如果成年人仍选择传统的美牙方式是很难达到理想化的美牙效果。随着高科技美牙的出现,数码冠美牙越来越受到人们的追捧,鹏爱(曹博士)数字口腔中心美牙博士为您量身定做个性化美牙方案。

数码冠每颗牙齿都通过CAD/CAM设计,一次改变不整齐牙齿,其层次、色泽最接近于真牙。另外,又因为它对光线通透性良好与真牙接近,超出真牙的强度、达到最佳的美齿效果及与软组织的最舒适接触。

Step2.牙齿美白 让笑容如花

牙齿整齐了,但黑牙、四环素牙、氟斑牙等也会让牙齿的美观度大打折扣。有什么方法可以解决呢?数码冠美牙能有效地解决这些牙齿问题,牙齿美白有一定的适应症,这是大家需要了解的。

鹏爱(曹博士)数字口腔中心在牙齿美白上具备独特的技术,对于数码冠的美学效果而言,它几近完美。德国

VITA比色技术,32次牙色层次化类比,选择的颜色,且色泽稳定,可提供美观自然、富有活性的修复效果,并可以根据每位美齿患者自身条件和需求进行选择,达到个性化美齿的最佳效果。

Step3.美牙一次 收获靚白

牙齿伴随着我们大半个个人生,无论吃饭说话都离它不行。生命不息,牙齿就要“奋斗不止”,在此需要指出的是,牙齿有问题一定要尽早修复,牙齿长时间“离岗”会造成自身咀嚼功能减退,牙槽骨萎缩、影响到美观及发音,更有甚者会影响下颌关节的生理功能。烟台鹏爱(曹博士)数字口腔中心美牙博士团队美化您的牙齿,让



您的牙齿更加闪耀动人。

数码冠美牙7天即可扮靓你的牙齿,其采用德国最新技术,导热性能极低,更有利于牙髓的保护,经无数次临床验证,在牙齿的形态、色泽、功能、结构、生物相容性等各个方面完全比照真牙研究而成,与您的口腔实现完美融合,终身有保障。

了解更多美牙咨询请拨打美牙热线:13954555093

中国首席形体管理专家罗丹女士为您解读

如何让您十年保持迷人身材

□专刊记者 朱桂杰



您是否在镜子前站上5—10分钟,认真地看过自己的身材,像审视自己的脸是否又多了一条皱纹一样来审视自己身材的每个部位的变化,如:胸是否变小了、下垂了,胸是否空了,没有以前饱满了……出现了这些情况应该怎么办呢?

罗丹女士是中国首席形体管理专家,形体管理创始人,中国女性身材多项美丽指标的创建人。她多年专注于女性身材的长期保持,长期保持身材不变形是世界性难题,现在有了突破性进展。

漂亮身材的20个标准数值

初见罗丹老师,优雅的气质,一头乌黑干练的短发,得体的连衣裙,给人一种成熟的知性美。罗丹老师说:“其实我的个子也不是很高,但我现在120斤,看起来更匀称更协调,凹凸有致就是女人该有的姿态。”

罗丹老师告诉记者,漂亮的身材是有数值的,盲目减体重是不科学的,对身体造成的伤害是无法估计的。身材漂亮的标准是根据年龄和身高有一个最漂亮的胸、腰、臀等接近20个数据的漂亮数值,只有

接近这个数值以及形状的时候,您的身材是最漂亮的,穿衣服最有效果,整体气质最漂亮。

身材比例协调才是真正的美

罗丹老师说:“形体管理观念和其他减肥观念是有着本质性的区别,导致身材变形的原因多种多样,如压力、甲状腺运转不畅、炎症、线粒体运转不畅、食欲系统不能控制等等,找不到真正的原因,所有人都只用一种方法,一味减体重,极不健康,也不安全,不懂得整体协调美。通过形体管理,可以让您的胸不再变小、下垂、不再成为布袋胸,上下身比例更协调,最大限度增加视觉美感。如果您的身材做到及时管理,即使到了60岁也依然一样迷人。”罗丹老师提醒众多还在盲目减肥的女性朋友,其实很多女士体重并不超标,别让自己身材没有了曲线,胸也被残酷地减空了。作为女士,身材是需要凹凸有致更漂亮,更有女人味,而不是简单的“瘦”就漂亮。

打造专属你的身材管理方案

很多女性朋友为了身材漂亮,都有过长期或多次的减肥经历,却很难达到理想的效

果,这让她们苦不堪言。其实,这都是因为没有找对地方,应该到专业的身材管理机构。但是究竟什么机构专业,很多女性朋友很难分辨。罗丹老师建议,解决身材的问题应该到做身材的专业机构,而不是到做美容也做养生又做美体,什么都做的地方去,这就像看病需要去专科医院一样。

“相信我,把您的身材交给我来管理,我会根据您的年龄、身高、体重,测试您目前身材的数据差及新陈代谢测评,准确检测出变形的原因,并为您设计一套科学合理的管理方案,前期这一系列服务都是免费为您提供的,无需手术、节食,帮助您修复变形身材并解决您的着装气质难题,长期保持自信身姿,我们只用心关注客人的身材漂亮和保持,不推销任何其他的产品和项目。”罗丹老师诚恳地说。

现罗丹形体招募20名追求完美身材的爱美女性,由罗丹老师亲自为您测量专属您的20个身材标准数据值,给您提出变美建议,为您打造完美身材,提升优雅气质。

咨询热线:40000-234-11

●相关链接

案例:张女士,年龄40岁,身材169厘米,体重是63公斤,自己感觉胸部不够丰满和不够漂亮(胸容量比漂亮值小了6厘米),腰围78厘米(腰围比她自身漂亮数值多了10厘米),在身材管理期间,体重增加到67公斤,胸容量增加了4厘米,腰线瘦了5厘米,腰臀比例为达到0.7(原来腰臀比例为0.73,漂亮腰臀比例为0.69-0.75),后背尺寸比原来薄3厘米,虽然体重增加了几斤,但是整体身材看上去年轻了15-20岁。为什么在体重增加的同时,身材还能看上去比以前更漂亮更年轻。原因是管理后的身材比以往身材的比例更协调,各个部位的数据比例更能接近自身的黄金比例。从身材管理到现在,已经有数年的时间,张女士一直保持着迷人的身材,天天充满喜悦。