

夏季饮奶好处多,酸奶赶走亚健康(五)

天热没精神?小心肠道毒素

精力衰退不仅是睡眠不足

许多上班族时常感到疲惫,精力衰退却没放在心上,总以为是睡眠不足引起的,但是经过双休日的赖床之后,反而会发现精神没有得到改善,相反总是感觉身体沉甸甸、晕晕乎乎,照镜子一看气色不佳,满脸疲惫……

抗疲劳类药物管用吗?

多数上班族身边都会备几盒抗疲劳类的保健品,遇到精力不济的时候就服几粒,但多数人坦言,这类药物对心理的安慰作用远大于实际作用。经论证,65%的精力衰退是由毒素不能及时排除致使的,睡懒觉延误了排便的最佳时间,致使毒素在体内停留时

间过长,因此不但不能缓解疲劳,反而容易使疲惫加重。而服用抗疲劳类药物不管用的原因也不是药物本身有问题,而是肠道根本无法吸收这类营养物质。

如何解决肠道问题

活性乳酸菌有调理肠道的保健功能。各种研究证明,在调理肠道过程中,起保健作用的益生菌主要是“活”性菌。益生菌需经过胃液的强酸环境才能到达大肠,为保证更多的活性菌能“活”着到达大肠,除了对菌种质量有要求外,菌种的数量也是很重要的。其次,益生菌要保持活性,其保质期、保存条件也是有严格要求的。一般说来,保质期规定最长不超过1个月,时间太长,“活”性将降低;保存温度应在低温4℃-7℃。

单一酸奶菌种已经对日趋恶化的现代人肠道越来越无能为力,因此利用酸奶调理肠道还需要综合菌群来实现。例如保加利亚乳酸杆菌的特定工作对象是小肠,嗜酸乳杆菌的特定工作对象是大肠,只有同时摄入两种菌,才能综合调理肠道。此外,还需要两种高级益生菌来做肠道的“开路先锋”,才可以使得传统益生菌顺利抵达他们的工作地点。有了这四种活菌还不够,因为现代人的饮食特点、不良生活方式会对这些活菌具有强大的杀伤力,我们还需要益生元来作为活菌的培养剂。最近亚奥特乳业推出全新产品,两种传统益生菌,两种升级益生菌和一份益生元按照黄金比例2:2:1搭配,调节肠道功能比普通酸奶提升200%。

2:2:1 亚健康自测问卷

你知道嘛?肠道被称为“身体健康的第一道防线”。所以想要身体健康,首先保证肠道健康。想知道自己的“健康防线”是否坚固?通过下面的10道测试题,你就能快速了解自己的肠道健康程度,赶紧花上半分钟时间来找一找吧。

1. 欧洲杯期间,经常熬夜看球,喝啤酒,吃宵夜。
2. 因为早上忙,兼顾节食,常常不吃早饭。
3. 脸色晦暗,身体不通畅。
4. 是“食肉动物”,很少吃或

几乎不吃水果蔬菜。

5. 工作繁忙,没空吃正餐,经常光顾快餐店。
6. 一直坐办公室,不怎么运动,越来越趋向于梨形身材。
7. 工作压力大,烟瘾更大,经常抽烟。
8. 夏季日照时间长,办公室经常开空调,空气干燥,皮肤粗糙。
9. 经常感冒,感到乏力,没有精神。
10. 时常感到无聊,对生活失去目标,对工作失去了兴趣。

2项以下,恭喜你!你的肠胃状态良好。
3-4项,要注意咯!你的肠道有些小状况,不过不用担心,及时调理你的饮食生活习惯。
5项以上:当心了,您身体已经处于亚健康!马上考虑调整饮食生活习惯。

优质甄选,健康加分

2:2:1 复合益生菌:两份升级益生菌与两份传统益生菌再加一份益生元按照黄金比例调配,有益菌群数量、菌群存活时间、肠道调理功能比普通酸奶提升200%。

本品选用来自泰山脚下第一牧场优质奶源,自然、纯净、无污染。从源头做起,确保了奶源品质的安全,对消费者负责,请消费者放心。

+

+

=

“报”到有礼

凭此报花持本人身份证到指定兑换点,可免费换取亚奥特2:2:1优酪乳1板,换取时需登记个人信息(姓名、住址、联系电话、身份证号码)。

每天限领100板(每个兑换点各50板),先到先得,送完即止。

本次活动,每人限领一板(不可代领),报花仅当日有效。

兑换点

1.老厂门市部 地址:虎山东路10号 联系电话:6110419 联系人:张先生

2.迎胜奶站 地址:擂鼓石大街西首路南(市计生服务中心对面) 联系电话:6877724 联系人:田先生

泰安银座商城真诚到永远

经过11年多的发展,泰安银座不断扩张,目前已经拥有东岳店、新泰店、东湖店、齐鲁店、花园店、新汶店、岱宗店、新泰二店8家大型现代化商场;奥特莱斯泰山店也即将开业,名品折扣业态将为泰安市场注入新的血液。质量是企业的生命。立定凭靠质量打天下的信念,泰安银座商城以名优新特

战略为先导,突出“新品领先、品质领先”的经营特色,响亮地提出了“不是名优不进店”的口号,同时作出了“买真货,到银座”的质量承诺。环环相扣、层层把关,使得“身份不明”者望而却步,“假冒伪劣”者原形毕露,投机取巧者枉费心机。严格的管理,铸造了银座以亲切、自然、体贴、随和的服务为立店之本,以顾客真正满意为每一位员工的服务准则,视顾客为朋友,为顾客提供超微笑服务和知识型服务,尽力为

顾客创造一种自如、舒适、典雅的购物环境的服务理念。突出“以文兴商”、“以节造势”的文化促销特色,银座商城将文化活动与商业经营相结合,积极倡导休闲购物娱乐于一体的时尚文化。如果在节假日去银座购物,现场进行的音乐会、时装秀、美食节等文化活动时常给消费者一个惊喜。优美的音乐,富丽的店堂,柔和的灯光,独具

特色的商品布局,时刻展现出高贵、典雅。站在新起点,实现新发展。泰安银座将以开展继续解放思想推进科学发展学习教育活动为契机,坚持“又好又快”的发展理念,科学决策,稳扎稳打,步步为营,既要多开店、快开店,又要开好店、开优质店。即

将开业的奥特莱斯泰山店将成为泰城西南部商圈新亮点。成为泰城首家名品折扣店,同时集名品折扣、健康美食、休闲娱乐、配套服务设施于一体的多元化购物中心。

诗尼曼缔造最美家居空间

家是心灵栖息的港湾,家是生活品味的展现,时尚个性的家居会让你与众不同。诗尼曼整体衣柜让你的生活处处充满诗情画意。当你拖着疲惫的身躯回到家中,迎接你的不仅有娇妻的笑脸,还有诗尼曼那无微不至的关怀,让你的身体与心灵得到休憩,神采奕奕的去迎接每一个朝阳。诗尼曼整体衣柜强大的ERP系统让每一个渴望“No.1”的客户成为现实,每一个经过标准化生产的家居,

最终却又迥然不同,这就是诗尼曼整体衣柜公司的科技与人力厚度。她可以让你在7-10天的时间内拥用最适合自己的整体衣柜,实现梦想。崇尚人性化设计的诗尼曼也不放过产品的每一个细节,点滴之处无不体现出细致入微的关怀和以人为本的理念。从挂衣来讲,除了普通的挂衣杆、衣架之外,诗尼曼还设计开发了旋转衣架、下拉式衣架、具有照明功能的挂衣杆。除了专业的裤架,还有领

带架、皮带架,用方块分隔的内衣屉、带有挂钥匙及小饰品的抽屉面板……,细致入微的设计,让你的宝贝衣衣适得其所,也让你的心境在淡定中时时充满小小的喜悦。起步于2003年的诗尼曼,迅速跻身于中国整体衣柜十大品牌榜。这是消费者对诗尼曼的厚爱,更是诗尼曼整体衣柜追求卓越、永不满足的结果! (李莉)

居然之家 用服务开拓市场

在居然之家,国内外各类知名品牌应有尽有,市民不用再满城风云地舟车劳顿,这里便拥有最丰富、最便捷,最轻松的家居采购方案,让家居建材的选购变得简单愉快。除了家居建材产品比较集中,购买方便外,老百姓最喜欢的还是放心和安全。现在老百姓家喻户晓的“先行赔付”承诺,就是出自居然之家。作为在全国各大城市拥有超过60余家分店,年销售额过200亿的超大型家居连锁机构,居然之家以客户满意度为最高标准,以诚信为企业运营的基本保证,从提出先行赔付的概念起,并执着坚守12年——不论客户在全国哪一家居然之家卖场,

一旦遇到了服务、质量问题,均可要求居然之家先向其进行先行赔付。除先行赔付外,居然之家还承诺“一个月无理由退换货”“绿色环保”“同一产品同一价”等多项措施,既保证产品质量,有保证装修的环保、还保证价格的真实性,从多方面维护消费者的利益,真正完成“向消费者倾斜”的服务理念。让客户真正能买得放心,装得安心。近两年,居然之家泰安店已经融入了泰城市民的生活,在泰安人心目中,居然之家就是家居建材产品的品质保证。同时,我们也可以明显看到,居然之家泰安店正在带动着整个家居行业提升,为市民送去更周全的服务。 (李莉)