

百花园

花城资讯, 一网打尽

28日生活指数

Weather



旅游:
适宜

风稍微有点大, 适宜旅游。



穿衣:
冷

天气冷, 建议着棉衣等冬季服装。



感冒:
易发

易感冒, 注意增加衣服。



晨练:
较不宜

风力稍大, 不宜晨练, 室外锻炼请注意避风。



舒适度:
较舒适

早晚会觉得偏凉, 午后舒适、宜人。

止咳、催眠、缓解疼痛 除了取暖, 热水袋还有这些功能

有了暖气、空调, 热水袋这样的“老物件”渐渐地被人们遗忘了。其实, 除了取暖, 热水袋还能缓解病痛。

敷背止咳

热水袋灌满热水, 外用薄毛巾或布包好敷在背部。可使呼吸道、气管、肺等部位的血管扩张、血液循环加速。

这主要是因为背部循行的膀胱经主一身之表, 外邪侵袭, 则恶寒, 发热, 鼻塞; 而督脉主一身之阳, 一旦受侵则阳气虚衰, 抵抗力变低; 而位于背脊上的肺

腧穴有主治肺气不宣的功能。

因此常用热水袋敷背, 不但可使膀胱经和督脉正常运行, 而且能让肺腧穴积极站岗, 对止咳、治感冒以及提高抵抗力都有好处。

敷颈催眠

颈部有安眠穴, 主治失眠眩晕。在睡觉前将热水袋放在后颈部, 会感到温和舒适, 先双手发热, 慢慢脚部也感觉温暖, 能起到催眠作用。

此外, 用热水袋敷颈部还能作用到大椎穴, 因此对治疗颈椎

病也有不错效果。

缓解疼痛

在受伤24小时后, 肿胀开始逐渐好转时, 用热水袋热敷局部疼痛, 每次20分钟左右, 每天1—2次, 可有效促进血液循环, 加速淤血和渗出液的吸收, 起到温经散寒活血通络的作用, 并减轻局部肿痛。

此外, 脚上循行有脾经、肝经、肾经、胃经、胆经和膀胱经6

条经脉, 60多个穴位, 热敷脚还能起到疏通经络、活络穴位并最终达到暖身的效果。

热水袋中水温不宜太高, 一般以60℃—70℃为宜。使用前一定要检查塞子的密闭性, 外面最好用毛巾包裹后再使用。

(综合)



菏泽新世纪电影城推荐

一场宴, 王者归来 《王的盛宴》明日上映

《王的盛宴》不仅涵盖了“鸿门宴”这一耳熟能详的典故, 更再现了刘邦与项羽、韩信三位历史人物波澜壮阔的一生。

“鸿门宴”、“成也萧何, 败也萧何”、“霸王别姬”等经典典故, 在《王的盛宴》中, 将以崭新的历史视角作出全新诠释。

此外, 《王的盛宴》不是对《史记》中鸿门宴等段落的简单翻拍, 而是依据近年来最新的考古资料, 对这一段史实的重新演绎。



雅姿再获两项美容大奖

本报讯 近日, 素有美容化妆界奥斯卡之称的“2012年COSMO美容大奖颁奖典礼”在上海隆重举行, 安利旗下“雅姿抚痕紧致精华乳”以其全球独家专利“胶原精导科技”, 重塑紧致、抗皱

黄金标准, 荣获2012时尚COSMO美容大奖“年度抗皱精华产品”。

同时, 雅姿另一款明星产品“雅姿焕肤精华面膜”, 亦凭借其精粹自天然菌种的“智能PH精华”及8分钟唤醒肌肤潜能力的卓

越功效, 荣获2012瑞丽美容大奖“年度金牌抗老面膜”。

作为安利公司旗下国际高档美容化妆品品牌, 雅姿品牌英文“ARTISTRY”本身就意味着“ART(艺术)is(就是)TRY(探求)”。对艺术

的探求鼓励着雅姿不断创新、探索、超越、精益求精以及成就完美。自1968年至今, 雅姿已由最初的37个产品发展到千余款产品, 行销全球80多个国家和地区, 成为享誉世界的高档美容化妆品品牌。(综合)

JOVEAR 景逸 快乐随心演绎

风行汽车

约惠景逸 惊喜无限

跨年回馈优惠到底

单身贵族 · 两情相悦 · 全家齐欢

2012年11月~2013年1月

带上你最想一起跨年的人, 和景逸约惠吧! 重重惊喜优惠到底!

★凡在活动期间, 购买 **景逸1.5XL** 舒适型 享惠民补贴**3,000**元, 再送**3,000**元现金, 仅售**5.99**万。

★购买 **景逸1.5XL** (不含舒适型)/**景逸1.5LV**/**景逸SUV1.6** 享惠民补贴**3,000**元, 再送**5,000**元大礼包! 关注新浪官微@东风风行景逸, 获取更多优惠信息。

风行汽车菏泽利通4S店 地址: 菏泽市黄河东路车管所东邻路北
销售热线: 0530-5108855/6227222
服务热线: 0530-6226058/6226059

鄆城风行: 15315693118 定陶广润: 0530-2227999 巨野宝源: 0530-6578278 曹县诚意: 0530-3212338
成武万达: 0530-8777788 东明昌达: 13385307130 单县安达: 0530-4365555 鄆城吉利: 0530-2439000

东风汽车公司 敬请登陆: http://www.fxauto.com.cn 服务热线: 4008877668 0772-3281111

全新悦翔「芯」动

5.59万元 喜从「芯」动

长安悦翔 幸福首选 好车好开好省油

悦目·越芯·全新悦翔携长安新动力节油科技强势登场! 整车27项技术升级, 配备DOHC、D-VVT, 带来最大功率94kw及最大扭矩145N·m的优秀表现, 配备四轮碟刹, 更为您带来安然无虑的行车保障, 更搭载NVH静音技术, 让您随时随地畅享于移动的“度假天堂”中。全新悦翔, 新悦驾驭体验, 焕然幸福人生路。

大气前脸 H15发动机 NVH静音技术 四轮碟刹

年底销量大冲刺, 现购买长安新悦翔均可享受超低价**55900**元。

菏泽市金圣达汽车销售有限公司
销售热线: 0530-2078777 服务热线: 0530-2078555
地址: 菏泽市黄河东路1666号 (电厂路口东30米)

长安汽车股份有限公司 客户服务热线 400-888-6677 传真 023-67595100 24小时救援电话 400-678-0012 网址 www.changan.com.cn