

纽崔莱动力新干线 近享健康关爱 引领健康生活

匆匆忙忙的生活节奏,忙忙碌碌的工作事业,是不是在连轴转的生活中迷失了自己?不妨在此时放慢脚步,将关注的目光投给自己。关注自己的一日三餐,关注自己的精神心灵,更重要的还要关注自己的身体健康。

与你一同关注身体健康的还有纽崔莱。纽崔莱不但以优质的营养保健食品为你的身体健康加油充电,还以移动式的新型健康测试车——纽崔莱动力新干线,为全国各地的消费者送去近在身边的健康关爱。

6月6日,这辆承载先进健康检测设备的纽崔莱动力新干线,不远千里,穿州过省,连续第三次来到了我市,必将在我市再次掀起一股关爱健康、追求健康的绿色新风潮。“纽崔莱动力新干线”活动中心设在泰山大街奥特莱斯广场,每天上午8:30至下午18:30点开放。只要您持有纽崔莱动力新干线的健康测试票,就可以亲自来到现场,体验先进的健康测试、专业的营养咨询及一系列丰富活动。

3项高精检测,助您掌握健康

高压力的时代,人们为工作、为房价而负重。一方面,身心在长期的重压下容易产生健康隐患,另一方面,耽于工作的人们又很难有时间和心情留意自己的健康状况,例如定期体检。不关注健康,也就不会有强烈的健康意识,不了解自己的健康状况,也就谈不上在生活方式上树立更加健康的行为习惯。

纽崔莱动力新干线的移动式健康体验中心,正是针对现代城市人的生活与身心健康状况而精心设置。动力新干线采用先进的

车辆改装技术,配备先进、专业的健康测试仪器,为消费者提供快捷、方便的身体测试服务。测试服务主要分为三项:骨密度测试、人体成分测试、动脉健康状况测试。骨密度测试可通过测量人体骨密度值,进而反映骨质疏松罹患风险;人体成分测试仪器用来测量人体的主要四大成分(水分、蛋白质、无机物、脂肪)的总量以及腹部脂肪的比例,帮助人们了解自身的基本体质状况;全自动动脉健康状况测试仪可以帮助人们评估自身的动脉健康状况。

3项延伸体验,让您收获更多

除了先进的健康检测,作为贴心服务的举措之一,安利公司还在现场设立了健康咨询区域,帮助测试者解答疑难。当测试者集齐完整的测试结果(骨密度测试、人体成分测试、动脉健康状况测试和营养自测),健康咨询区的纽崔莱专业人士会针对测试报告进行分析并提供详尽的解说和有针对性的建议,帮助测试者更深入了解自己的健康状况和营养需求。这种近在身边的先进健康检测及有针对性的专业咨询服务大受参与者的好评和欢迎,让受测人士更加清楚地了解自己的健康状况及以后关于健康的努力方向!

同专业健康检测项目严谨的氛围相比,国民体质测试项目则充满了欢乐和活力,血压测试、握力测试、耐力测试、背力测试、反应速度测试、柔韧性测试,每个项目都是能吸引众人参与的人气王,能准确地帮助参与者了解自己在体质和体能方面的有关数据。

即使参加完所有的现场活动,纽崔莱动力新干线活动仍有精彩大戏还在后面等着参与者,知名专家的健康巡讲将在后续安排中隆重登场,为消费者还来更权威、更深入的健康资讯和知识。

4年百余城市,延伸健康里程

纽崔莱作为全球营养保健食品的领导品牌,一直把致力大众健康作为自己的事业使命,奉献优质健康产品,积极传播健康理念,引导民众投入健康活动,于2009年纽崔莱75周年之际推出的“纽崔莱动力新干线——健康体验中心”,正是这一健康使命的创新杰作。近年来,它跨越大江南北,行程西至甘肃,北至黑龙江,

东至江苏上海,南到广东,行程10.2万公里,为22个省、108个市20多万追求健康的市民,送去了纽崔莱的健康关爱,为各地消费者提供了关注健康、了解健康、体验健康的先进平台和互动体验模式。

纽崔莱动力新干线,关爱健康永不停步,在未来的旅程中将不断展,掀起更多更广的健康大潮。



志愿者协助市民进行营养测试问答。



营养健康专家解读报告。



人气爆棚的营养讲座。

粗粮果蔬里的秘密

便秘和膳食不科学有直接的关系。在经过一阵对精细粮食的追逐后,人们又倡导饮食的“返璞归真”——多吃粗粮、杂粮和果蔬。这是有科学依据的,因为粗粮、杂粮以及蔬菜、水果等植物性食物中含有丰富的膳食纤维,它被称作“人体清道夫”。在维持肠道健康方面,膳食纤维扮演着重要角色,它的真实身份是一种不能被人体肠道吸收,但对人体有健康意义的碳水化合物。

膳食纤维除了维持肠道健康外,还能起到降低血脂、降低血糖、预防癌症、控制体重等作用。《中国居民膳食指南》建议正常成年人每天应摄入膳食纤维25g-30g。如果日常饮食无法满足,可以补充富含膳食纤维的营养补充剂,如安利纽崔莱果蔬高纤维咀嚼片。

膳食纤维知多少

在膳食纤维的诸多作用中,最显著、最直观的是通便。其实,膳食纤维也分为不同种类,不同的膳食纤维在通便上起到的作用不同。

按照水溶解型,膳食纤维又分为可溶性膳食纤维和不可溶性膳食纤维。

可溶性膳食纤维对通便的作用机制是刺激肠粘膜,促进肠道蠕动,加快粪便的排出速度,可溶性膳食纤维在燕麦、大麦、水果和豆类等含量比较丰富。而不溶性膳食纤维起到的作用在于增加粪便的重量和体积,使粪便柔软、易于排出、加速排便,不溶性膳食纤维在麦麸、全谷粒、蔬菜和坚果类含量丰富。

所以,在日常饮食中,这两种膳食纤维都要摄入,才能更有效的保持肠道健康。

小测试》》

- 1.平常在家就有便秘的困扰吗?
- 2.出差两三天,由于环境的变化及饮食的变化,在外几天都不能顺利排便吗?
- 3.工作忙碌,一日三餐时间不规律,为了让自己体力充沛,多选择肉类食物,对于青菜水果不屑一顾吗?
- 4.想控制体重,可又不想挨饿?
- 5.工作压力大,造成肤色不均匀吗?
- 6.你对于食物总是精挑细选,很少吃粗粮吗?

上面几个选项中,如果你选了3个以上YES,那么您就需要补充膳食纤维、增加运动,如果您日常的饮食达不到足够的膳食纤维或者缺乏运动,可以选择补充富含膳食纤维的营养补充剂,如安利纽崔莱果蔬高纤维咀嚼片等。

膳食纤维 打响肠道健康保卫战

现代快节奏的生活,繁重的工作压力,越来越多的人出现肠道问题。王媛就是其中之一,33岁的王媛,是某企业白领,上班一直对着电脑,除了倒杯水喝外,几乎没有闲暇起来活动活动。上班久坐不说,加班更是家常便饭。偶尔按时下班,还要约上几个好友吃饭、K歌。长此以

往,王媛的身体发出了警告,经常出现便秘,她的身材也愈发臃肿。

其实王媛的问题,安利营养师问柏咏翔说,便秘在很多人看来是小问题,实际不然,出现便秘就需要及时进行调节饮食,否则长期便秘容易导致痔疮,严重者甚至增加直肠癌的发病率。



先进健康科技 关爱以您为本
创新移动式健康体验中心 了解健康状况和营养需求