

快来报名,变身时尚健康美厨娘

“超级辣妈17秀”主题沙龙本周六举办,即日起免费报名

本报记者 张颖

你关注并了解基本的健康常识吗?你会定期运动吗?你在饮食上会兼顾健康与营养吗?新时代女性,推崇内外兼修的美丽标准。想要做人人艳羡的女神,不仅要调理饮食睡眠等生活方式,拥有健康的身体;还要注重美容养颜,展现出最亮丽无暇的形象。如何才能通过饮食改善自己的状态,吃出健康又收获美丽?本周六,本报“超级辣妈17秀”主题沙龙将带您了解自我,教你如何变身时尚健康美厨娘。

在本报4月份组织的“轻食派”主题沙龙上,来自玫琳凯山东分公司的健康导师与参与嘉宾共同分享了时下流行的“三养”生活理念,带领大家学习了简易养生操,一起动手制作了美味又营养的健康餐,还从专业角度指导了大家如何科学管理餐盘。活动结束后,大家对于健康饮食对身体的影响有了更深入的认识,也希望能早日成为内外兼修的“三养”女神。

据报道,目前许多中国女性的健康状况令人担忧,不健康的饮食及生活习惯导致许多疾病的过早到来,且发病率逐年上升。而“营养”、“休养”、“保养”一个都不能少的“三养”生活理念,就是调整亚健康状态的很好方式。为了让更多注重自我成长的女性分享到健康“三养”的



美好,掌握“三养”生活的要领,本报将于本周六再次联合玫琳凯山东分公司举办“超级辣妈17秀”主题沙龙活动,为您带来更多关于饮食调理及餐饮制作的知识及互动,手把手教你变身时尚健康美厨娘。

活动中健康导师将带领大家体验健康秤,并对数据进行解读,同时为您讲解健康饮食的原则及“三养”生活方式,带领大家一起动手制作健康餐、学习简易瘦身操,并通过分享“三养”女神们的蜕变心得、分组竞赛、欢乐抢答等环节为女性朋友们答疑解惑,让大家在轻松愉悦的氛围中度过一个健康美丽的周末。

本次活动全程免费,参与



齐鲁孕婴童二维码

嘉宾还将每人获得由玫琳凯山东分公司提供的精美伴手礼一份。即日起招募活动嘉宾20名,名额有限,欲报从速。

活动时间:2017年6月10日 9:30-11:00

报名方式:拨打电话0531-85196137,85196566或关注“齐鲁孕婴童”微信公众号留言姓名及联系方式报名。

想体验哪家月子会所? 你投票就能定

月子会所体验活动近期启动



本报记者 张颖

续推出走进月子会所体验活动,带领大家实地探访心仪的月子会所。

齐鲁孕婴童微信公众号于今日同步启动“最期待体验的月子会所”投票活动,欢迎有体验意向的准妈妈们扫码关注公号,点击查询往期系列报道,选出自己感兴趣的月子会所,我们将根据准妈妈们的“呼声”,综合票选结果确定体验活动花落谁家。

同时,欢迎有意向参与体验的准妈妈们在投票微信下方及后台留言或拨打活动热线电话0531-85196137/85196566报名。体验活动全程免费,参与即赠送精美孕产礼品。提前感受女王般的月子生活,快来报名吧!

口臭口苦口干对因治疗是关键

口臭口干是病,早治疗少无奈

经常熬夜、烟酒过量、饮食油腻、精神紧张、年老体弱的人群可能会出现口臭、口干、口苦、口腔溃疡、胃灼热痛、肠燥便秘等症状,让人尴尬而又身体不适。这大多由于人体胃中积热,或是气郁化火,久而灼伤津液,使津液代谢失衡,即中医常说的阴液(血、精、津液)亏虚,胃液、肠液、唾液等内分泌不足,出现反复发作的上述症状,影响身体对糖脂等营养消化代谢,应加以治疗。

养阴口香合剂,国药准字产品,精选贵州鲜品石斛、善补阴津,强阴益津,配以十余味药材,具有滋阴生津、清胃泻火、行气消积三大功能,每次30ml,量足地道,主治:口臭口苦口干、口腔溃疡、牙龈肿痛(牙周炎)、肠燥便秘、胃灼热痛等症。有糖尿病患者代谢功能患者请按说明书【注意事项】使用。建议按疗程使用,4天一疗程,一般1-2疗程,重症可增加用量,延长疗程,调整生活习惯,效果更佳。

请按药品说明书或者在药师指导下购买和使用。本品可刷医保卡【禁忌】:【不良反应】尚不明确批准文号:国药准字Z201205095生产厂家:贵州万顺堂药业有限公司黔药广审(文)第2016060060号联系电话:4000809577 15553148500经销商地址与伊甲相同 网址:www.gzwst.com

伊甲®复方聚维酮碘搽剂治疗灰甲有信心 灰甲不灰心,治疗有方法



力,对病原真菌具有杀灭作用。涂擦本品于患甲,保持干燥通风,不要包扎,坚持使用至新甲长出。早治疗,少无奈,简单又方便,每天一次,在局部形成长效药膜,坚持治疗有良效。

本品也适用于手足癣、甲癣、体癣、疖子、蚊虫叮咬、手足多汗等症,并发细菌感染也可使用。

请按药品说明书或者在药师指导下购买和使用。

【禁忌】尚不明确

【不良反应】偶见皮肤刺激如烧灼感、或过敏反应如皮疹、瘙痒等。

批准文号:国药准字H52020539

生产厂家:贵州万顺堂药业有限公司

黔药广审(文)第201600095号

联系电话:4000809577 15553148500

经销商地址与伊甲相同 网址:www.gzwst.com

长期腹泻(慢性肠炎、功能性腹泻)有危害 安场®鞣酸苦参碱胶囊——安肠止泻的胶囊

贵州万顺堂药业生产的安场牌鞣酸苦参碱胶囊,质量标准起草单位,治疗:急慢性肠炎,功能性腹泻、肠易激综合症引起的腹泻,加强机体免疫力而抗菌消炎,不干扰正常肠道菌群,肠道内形成保护膜,保护肠黏膜,收敛止泻、缓解肠道刺激紧张应激反应,降低炎症透彻物。老年少儿均可使用,长期患者应坚持用药,巩固疗效。

请按药品说明书或者在药师指导下购买和使用。中成药【禁忌】尚不明确【不良反应】:少数人有头昏、嗜睡、恶心等症状。网址:www.gzwst.org

批准文号:国药准字H20120688

生产厂家:贵州万顺堂药业有限公司

黔药广审(文)第201609008号

联系电话:4000809577 15553148500

经销商地址:济南:漱玉平民连锁、三九、平蓄、海洲、青岛:医保诚、利群、丰颐堂、海王星辰、国风、保康;济宁:广联、新华鲁抗;烟台:立健、燕喜堂;威海:燕喜堂、环翠楼大药房、颐和堂;淄博:华信宏仁堂、新华大药房;潍坊:金通连锁、远东连锁、力生源连锁等各大连锁均有售。

宝宝秀



宝宝名字:石俊雅 年龄:3岁

父母寄语:爸爸妈妈希望你能健康、快乐地成长。

“齐鲁孕婴童”邀您“晒宝宝”!

关注微信公众号“齐鲁孕婴童”,上传您宝宝的照片和相关资料,我们将定期在微信公众号和齐鲁晚报刊发!不要忘了配上爸妈寄语哦!

好丽友“儿童关爱计划”六一访桑庄

六一期间,好丽友员工代表来到曲阜和尼山镇桑庄小学,送上贴心礼物,和这里的师生共度欢乐节日。

自2012年儿童关爱计划第一站落地孔孟之乡山东曲阜后,好丽友已经连续五年来到这里。据介绍,2012年,好丽友不仅为桑庄小学援建了篮球场、快乐体育园地,还协助翻修了校舍并赞助了多台现代化电教设备;2013年,好丽友继续为学校完成修翻新,并建立仁文化图书角;2014年,给孩子

们开展想象力绘画课堂,捐赠蘑菇大礼包;2015年,为全校师生更新桌椅,开设蘑菇大制作及营养安全知识培训课堂;2016年,好丽友员工代表和孩子们开展“无梦想,不远方”的主题班会……

据悉,好丽友儿童关爱计划系列活动始于2012年,目前已在广东清远、四川崇州、山东曲阜、安徽宿州和福建长汀五地开启关注留守儿童成长健康的公益活动。