

食疗古方 对付老便秘

便秘看似小问题，实际暗藏大病。便秘堵塞肠道，毒素侵害全身，引发、加重多种慢性病。大黄、番泻叶、芦荟、决明子等泻药损害肠道神经，诱发黑肠病变、肠道息肉、肠癌。用力憋气排便，极易猝发心脑血管意外。泻药伤身，便秘烦人，怎么办？

此方源于民间，传说当年乾隆下江南，因舟车劳顿而便秘，御医怕伤龙体不敢滥用泻药。一老方丈欣然开方，效果奇佳，乾隆龙颜大悦，遂御赐此方“御膳通”，将古方收归御藏。

军事医学科学院专家整理医学典籍，发现此食疗通便古方，遂潜心研究科学调配，最终确定以“黑豆皮、马齿

苋、芹菜叶、金银花、山楂、海藻、菊花、绿茶”8种纯食疗原料，研制成食疗通便奇方。经国家批准，在北京生产，品名“御品膳食通”无毒副作用，老幼及孕产妇皆可服用。

温馨提醒：只要在晚餐后服用御膳通，且每日用量可逐步减少，逐渐恢复人体自主排便功能。

为严防假冒伪劣，御品膳食通产品仅在【御品膳食通专卖店】有售。专卖店庄严承诺：专家咨询、无效退款！咨询电话：87160402

御品膳食通专卖店地址：【瑞康堂】海曙苍松路586号（环城西路农工商超市东面、海怡花园边）

神奇雪蛤 专“吃”坏、痒皮肤

俗话说：疼不死人痒死人。奇痒难耐，心烦意乱，用了各种方法就是止不住，有时真想把皮给揭了心里才解痒。痒得揪心刺骨，彻夜难眠……

中医认为：痒是外邪侵袭或是肌肤失濡，血不能营养皮肤，或是脏腑内毒流窜至皮肤所致。所以痒在表皮，根在内毒。止痒不如断痒，根除痒痒，必须内毒外脱。

《本草纲目》记载：长白山雪蛤，独含不饱和脂肪酸，低温提炼、快速渗入皮肤，迅速止痒，排出毒素，快速恢复健康好皮肤。

雪蛤和五味子、百癣皮、苦参等30多味天然药材配伍，提炼雪蛤素，提高皮肤免疫力，雪蛤素每天抹2—3次。健康肌肤光滑细腻、有弹性。

寻找湿疹、牛皮癣、神经性皮炎、荨麻疹、脚气、手足癣、股癣、花斑癣、脚蜕皮及瘙痒等皮肤问题的朋友，认准“雪蛤素”商标，指定药店购买，谨防假冒。2014年8月20日前：买五盒送二盒，买十送五，买十五送十。品质经宁波顾客三年验证，值得信赖。

●解放南路55号（外运大厦南100米）信谊药房 ●槐树路万和药房 ●三院百姓药房 ●江东儿童公园西门越丰堂 ●北仑新大路432号新城药房 ●慈溪人民医院北门利民药房 ●余姚杜义弄31号和通物 ●象山天安路益民药房 ●宁海气象北路10号华泰中西药房 ●奉化老电影院广平药房 ●镇海车站路86号太和堂药店 ●柴桥新城大药房 ●石浦金山路148号利民大药房 ●邱隘镇中路136号邱隘中西大药房 ●姜山华山路10号春蕾大药房 ●轻纺城广场健康药房 ●洪塘卫生院对面益沐堂药店 ●观城市场路80号兴玲大药房 ●周巷兴业北路170号余慈大药房 ●溪口经堂南路30号老百姓大药房

详情咨询：82850016（全市免费送货）

夏秋之交，护肤要少用化妆品

防晒护肤品不是用得越多越好，防晒霜也不是防晒指数越高越好，而是根据实际需要、个人情况、防晒霜的性能选用。

眼下天气炎热，日照时间长，过度日晒或不科学使用护肤品，都可能造成皮肤损害。如何在夏秋之交保护好我们的皮肤呢？



一、皮肤清洁剂应减少刺激性

尽量使用刺激性小的皮肤清洁用品。因为当下天气依然炎热，皮肤毛细血管的通透性增加，皮肤毛孔充分开放，水液散发比较大。如果使用刺激性较大的清洁剂，皮肤容易受到伤害。特别是油性皮肤者，往往爱用洁力强的洗面乳去污，但过强的洗面乳也会带走脸上的水分及皮脂。所以，夏天最好选用不含泡沫、性质较温和的洗面乳洗脸。如果面部皮肤油脂较多，每天晚上可以适度使用洁力较强的洗面皂或洗面膏洗脸去污，随后应用保湿产品。每次洗澡之后，适度用润肤乳液，但不可过度使用。如果使用不当，会使皮肤毛孔不能充分开放，不能发挥皮肤的散热及代谢功能，给皮肤造成损害。

二、化妆品宜少用

夏秋之交天气很容易导致毛孔扩张，皮脂腺与汗腺的分泌液会大大增加，以加快体内热量的释放。所以，女士使用化妆品时，应该以简洁为原则。夏天应尽量减少化妆，如需要化妆切忌浓妆艳抹，提倡清新简洁的裸妆，上妆时间最好不要超过8个小时。尽量减少过多地使用化妆品，特别是含油脂成分较多的化妆品，以免影响皮肤的散热和代谢功能。

三、户外护肤品因人而异

夏秋之交阳光仍然充足，紫外线强烈，对皮肤伤害很大，尤其会加深雀斑、黄褐斑。所以，户外活动时一定要做好防晒措施，在暴露的皮肤上涂抹防晒霜。需要注意的是，防晒护肤品不是用得越多越好，防晒霜也不是防晒指数越高越好，而是根据实际需要、个人情况、防晒霜的性能选用。比如，到海滨浴场享受日光浴，应该用SPF指数较高的防晒霜；朝九晚五的上班族，用化学防晒为主的防晒霜就可以了；油脂皮肤的人，应该避免再使用含油脂较多的防晒霜。尽量避免选择混合护肤用品，夏季宜选择二合一的护肤用品。在保护皮肤避免受到日光损害的同时，最大限度地保障皮肤的功能。

四、饮食清淡有助于皮肤保养

夏秋之交皮脂腺分泌油脂更多，皮肤自身的新陈代谢也加快，皮肤角质层增加，皮肤被污染的情况时有发生。夏季食用过多的肥甘厚味，可能会加重皮肤油脂的分泌。因此，夏季饮食宜清淡少油，避免煎炒烹炸等制作复杂、热量较高、脂肪较多的食品，多吃凉拌蔬菜，特别是一些具有“清心、去火”作用的果蔬，有利于生津止渴、清热去火、排毒通便。如苦瓜、黄瓜、生菜、芦笋、番茄、芹菜等，都属于凉性蔬菜，可以经常食用。

任敏

百年祖方 骨伤、骨病患者的福音

梅家世代以治骨而盛名，历经300年传承，改良后的骨伤贴采用世界先进巴布剂作为有效物质载体，其有效成分含量更高。钕铁硼永磁片定向刺激特定穴位，让有效成分完全能渗透皮肤肌肉组织直达病灶，快速起到消炎止痛、激活细胞、改善微循环、促进骨痂生长等功效。

梅氏骨伤贴用于：骨折、骨折术后恢复、颈椎病、腰椎病、肩周炎、骨质增生（骨刺）、关节炎、强直性脊柱炎、股骨头坏死、半月板损伤、滑膜炎等。

温馨提醒：骨伤贴为特制产品，贴

一贴管3天，不伤皮肤，不易过敏，请按疗程放心使用，梅氏骨科团队将全程跟踪服务。

咨询电话：0574—88157715

专卖店推出梅氏祖传手法与梅氏骨伤贴相结合，疗效更明显，疗程更加短。（每天前30名免费体验）

专卖店地址：海曙前丰街41号（乘地铁1号线到泽民站下，地铁出口南面，前丰桥进来100米）。可乘12路、16路、238路、301路、512路、528路到天一家园站下车，前丰桥进来100米。

注册证号：苏食药监械（准）字2012第2260207号 苏医械广审（文）第2013110233号

腰间盘突出 颈椎病 有妙方

畅销宁波7年，回馈新老顾客8月14日~17日买5送2,7送3,10送5

郑州寸草心生物科技有限公司生产的远红外腰椎痛消贴特别适用于腰椎退变引起疼痛等症的辅助治疗，畅销宁波7年，良心品质，老产品经得起考验和对比，在专业人员指导下按疗程使用更有利于康复不易复发。

第六医院对面莱多特专销（中山东路1080号），电话：27857004

第一医院新大楼南镇明药房（镇明路424号），电话：27859198

特别提醒：请认准【仙草活骨膏】

到指定药房购买或者拨打骨科热线66891820，有专业人员免费送货上门，全程指导使用。该产品为外用黑膏贴剂，上市7年来受到广大顾客好评，心存顾虑患者可先买5盒体验，有效再按疗程使用，对于无效患者均可立刻无理由退货退款！

【注册号】豫食药监械（准）字2011第2260216号

请仔细阅读产品说明书或在医务人员指导下购买和使用！豫医械广审（文）第2013100036号

白发不用染，一梳变黑发

卖疯了，特方便，每月仅需梳黑一次，无效全额退款

传统染发剂只能做表面功夫，就像刷油漆，虽然表面上是黑了，其实里面依然是白的，几天时间白发又长出来，总是不停地染发，长时间使用化学染发剂，会直接导致白发越染越多，造成脱发，甚至危害身体健康。因此，解决白发问题，不能像割韭菜一样，白了染，染了再白，关键是从根源上解决白发问题。

水晶首乌王黑发素（生态型），是以天然名贵中草药何首乌、五贝子、人参、灵芝等为原料，含一种“首乌酶”的物质和多种天然中草药有效成分，具有自然黑发、长久黑发和滋养黑发的作用。适合于中年须发早白、老年性白发、青少年白发、花白发等各种原因引起的白发。

广大白发朋友可到宁波首乌王黑发中心免费试用，先试后买更放心。

订货热线：87894396 如遇电话忙，敬请耐心等待。

宁波首乌王黑发中心地址：江东宋家巷176号（兴宁桥东，日月星城东门）。

海曙：信谊药店（解放南路55号），宏昌参药店（解放南路311号）；江东：越丰堂大药房（中兴路893号，儿童公园西大门），民安大药房（民安路521号）；江北：万和大药房（槐树路102号）；鄞州：邱隘中西大药房（邱隘中路136号），姜山老百姓大药房（明山路115号）；慈溪：九九大药房（三北大街295号）；余姚：东方大药房（阳明东路214号）；镇海：太和堂药店（车站路86号）；依萍化妆品（清川路168号）；北仑：新城大药房（新大路432号）；柴桥：新城大药房；奉化：欧亚化妆品（广平路40-5号）；宁海：得生堂大药房（气象北路57号）。

全大市免费送货，货到付款。



联想控股成员企业



世界冠军 田亮

和田亮一样自信笑

暑期矫正 低至 30元/天起

预约热线：0574-87061306

ADD: 宁波市江北区槐树路58号钻石广场1号楼 TEL: 400-0616-333