

美苑有约

# 美白补水 祛雀斑 黄褐斑很红火

“水娃娃”美白补水火啦！祛雀斑的“玄磁”红啦！祛黄褐斑的“白佳人”也当仁不让地火啦！为什么女人爱美白补水，怕长斑长皱？让我们打开《美苑有约》信箱，倾听一下求美者的心声。

## 美白补水用水娃娃

李女士：也许是年龄的关系，今年皮肤很干燥、黑黄、暗哑、有皱纹，请给指导。

美苑专家说：岁月如梭，不经意间，时光与环境给皮肤造成无数伤痕，皮肤变薄，胶原降低，肌肤失去水分和弹性，皮肤干燥长皱。美苑“水娃娃”是专为女性研发的美白补水精华，一次护肤=10次玻尿酸面膜，其独有的浓缩水和美丽因子脂质体，缓缓破壁释放出精华水和美丽素，促进皮肤喝足水分，从里到外层层吸收，锁水紧致长效保湿。让每一寸肌肤超滋润水嫩，白皙柔滑有弹性。

## 祛雀斑用玄磁

胡女士说：我从十几岁脸上开始长雀斑，现已40多岁，雀斑不但没少，皮肤反而变黄变黑，想快点祛雀斑让皮肤白点。

美苑专家说：雀斑为家族遗传，和皮肤共同生存，我认为玄磁祛雀斑安全快捷效果不错，其矢量技术，靶向定位，一吸一提雀斑祛除干净，皮肤还能白嫩细腻更美丽。

## 黄褐斑分类分层祛干净

葛女士：脸上的黄褐斑长了3年多，今年夏天面积变大，颜色加深，非常难看，我也花大钱祛过斑，脸上反而脱皮干燥，发红，发痒，敏感，怎么办？

美苑专家说：黄褐斑生成原因复杂，既有内因，也有外因，所以黄褐斑的祛除要分类分层，一味地追求美白，反而破坏了皮肤的保护膜，使皮肤脱皮，变薄，发红，敏感变黑等。我认为“白佳人”祛黄褐斑，修复皮膜更科学，其外敷内调从里到外分层祛斑，配合“金粉佳人”的水合作用，在祛除黄褐斑的同时又能使肌肤白嫩水灵更健康。徐益霞

瑞士当红水娃娃惠顾甬城：11.18—11.30日买10次送10次再赠10次。

如果你有美白补水、雀斑、黄褐斑等烦恼，可扫描目下方二维码关注美苑微信平台或直接致电下属单位：

宁波美苑美容保健研究所  
热线：87282006 87364799  
鼓楼公园路12、9号

- 总院：87282366 中山西路366号
- 江北店：87383311 人民路114号
- 江东店：87707019 东海曙光大厦二楼
- 镇海店：86280868 胜利路鼓西小区（计生委旁）

网址：  
www.nbmyr.cn  
咨询QQ：  
756686361



美苑微信



马肖琳美丽工作室

## 冬日护肤，绕开三大误区

皮肤是人体的第一道免疫防线，可以防止病原微生物、化学物质等体外物质的侵入，皮肤的健康问题不容忽视。冬日护肤，要绕开三大误区——

### 潮湿地区才会出现湿疹

很多人误以为湿疹就是潮湿的地区才会出现的疾病，相关医学专家表示，实际上湿疹的发生不仅仅与天气相关，还与过敏、精神压力大、胃肠疾病、胆囊炎等疾病相关，因此，湿疹并不是潮湿地区的专利。可以每天在全身涂一层护肤油预防湿疹；洗澡的时候要注意水温，不要太热；日常生活中少接触洗衣粉、洗涤剂化学制品。婴儿预防湿疹主要在辅食添加方面细观察，给宝宝添加辅食时，一次只添加一种，一旦发生过敏可以尽早发现。

### 雾霾天只伤肺不伤脸面

很多人知道雾霾天会伤肺，但却不

知道这样的天气也不利于皮肤的健康。PM2.5不仅会对呼吸系统产生不良影响，对皮肤的健康也会产生不良影响。雾霾中的粉尘包括花粉等会吸附在皮肤表面，引起皮肤过敏。因此，雾霾天一定要及时清洗皮肤；同时，还要注意维护好皮肤的屏障功能，使用护肤品。

### 空调房使用喷雾剂保湿

皮肤护理有三大要素：清洁、保湿、防晒。专家指出，日常护肤要注意保持脸部清洁，洗脸时可以用温水，每天洗脸三到四次，但不必每次都使用洗面奶。在不同的季节要选择不同的润肤保湿剂。现在市场上有很多喷雾剂，不少白领喜欢在空调房里使用这种产品来做面部保湿。使用这类产品时，皮肤在短暂的湿润之后，水分会迅速蒸发，这样就使得皮肤原本的水分与喷雾剂一起蒸发掉，皮肤反而变得更干燥。晓宏

## 常见食材中，藏着护发食品

**核桃** 核桃中富含omega-3脂肪酸及多种维生素，能从DNA和紫外线源头保护发根细胞。并且由于核桃中含有铜，可预防脱发及白发。如果觉得核桃不好吃，可以在烹饪中使用核桃油。

**地瓜** 人体内富含能转化为维生素A的胡萝卜素，这种抗氧化物质能产生保持头皮健康和减少头屑所必需的油脂。地瓜中富含胡萝卜素，因此能有效保持头皮健康。除此之外，胡萝卜、南瓜、杏和芒果等食物也有同样功效。

**鲑鱼** 鲑鱼中富含维他命D和蛋白质，这类成分能有效保持头发健康光泽，还能维持头皮和毛发中的水分。除此之外，青花鱼、沙丁鱼、鳕鱼和南瓜子等也有同样功效。

**鸡蛋** 鸡蛋中不仅含有大量蛋



白质，还富含铁、硫磺、锌和硒等矿物质。缺铁是造成脱发的重要原因之一，同时铁也是为毛囊供应氧气的重要元素。海鲜和鸡肉中也同样富含铁。

**菠菜** 菠菜中富含维他命C、铁、叶酸和胡萝卜素，同时含有适量的油脂有利于减少头屑保持毛孔及头皮的健康。除菠菜之外，花椰菜和紫甘蓝等叶茎蔬菜也有同样功效。于飞

## 关爱肿瘤病友 中科灵芝免费体验计划 1440元孢子粉免费申领!

本月27日，第9期免费体验计划现场申领活动即将开始，即日起开始接受电话预约报名！

● 报名条件：2013年3月1日后确诊的肿瘤病友。

● 申领内容：中科破壁灵芝孢子（100粒装）3瓶（市场零售价1440元）。

### ● 注意事项：

(1)每位肿瘤病友终生限领一次，不重复赠送。(2)领取时请携带个人病历资料及身份证明。(3)领取前请务必电话预约，我们将在每月指定时间内统一办理申领手续，谢绝配合。

● 报名热线：(0574)87237115 87237117

## 中科灵芝孢子油 专注灵芝研究28年



科学带来健康



南京中科药业出品

本品不能代替药物  
不适宜人群：  
少年儿童  
国食健字G20100316  
苏食健广审(文)  
第2013120145号

### 中科灵芝10项核心专利

- 一种富含灵芝孢子油的中药抗肿瘤制剂及制备方法 (PTC国际专利) 201108586-7
- 一种增强灵芝孢子油抗肿瘤疗效的中药组合物 ZL 2004 1 0014120.3
- 一种抑制肿瘤的中药复方制剂及制备方法 ZL 2004 1 0065736.3
- 一种抑制肿瘤的复合真菌中药口服制剂及制备方法 (AT) ZL03 1 12703.7
- 一种灵芝孢子的超临界加工方法 ZL 99 1 23952.0
- 一种灵芝三萜类成分的提取方法 ZL 2009 1 0024957.9
- 一种灵芝孢子多糖的提取方法 ZL 03 1 31837.1
- 一种灵芝孢子多糖的精制工艺 ZL 2006 1 0097229.7
- 一种富含三萜类的灵芝孢子油类制剂加工方法 ZL 2006 1 0086075.1
- 灵芝孢子粉片及制备工艺 ZL 2006 1 0040558.8

宁波总店：中科宁波健康服务中心（开明街396号平安大厦11楼1101室，中山东路与开明街交叉路口）。

垂询热线：87237116 87237118

## 腰间盘突出 颈椎病 骨质增生 颈、腰腿“疼痛、僵硬、麻木”有妙方

郑州寸草心生物科技有限公司生产的仙草活骨膏远红外腰腿痛凝胶特别适用于颈腰椎退变引起疼痛等症，该产品为外用黑膏贴剂，使用方便且不易过敏，畅销宁波8年，经得起考验和对比，在专业人员指导下使用效果更好，按疗程使用更有利于康复不易复发。

特别提醒：请认准【仙草活骨膏】到指定药店购买，一个疗程15天根据病情轻重需5-10盒，心存顾虑患者可先买3盒体验，有效按疗程治疗，无效退药退款！

畅销宁波8周年，回馈新老顾客本周特大优惠，买5送2,7送3,10送6,20送13,按疗程购买另送价值158元磁疗护腰一副。

市区免费送货，外地免费邮寄，货到付款 骨科热线：0574-66891820

特约经销：宁波市第六医院对面莱多特专销（中山东路1080号），宁波市第一医院新大楼南镇明药房（镇明路424号）

【注册号】豫食药监械(准)字2014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

## 孕妇冬季应适度接触日光 合理搭配饮食

立冬节气过后，不少市民选择“宅”在家中。医学专家提醒，孕妇可适度进行户外活动，接触日光照射，同时合理搭配饮食，及时补充新鲜蔬菜，保证均衡摄入各类营养物质。

通过日光照射，人体可自行产生维生素D，从而促进钙质吸收，对孕妇等人群有积极作用，同时坚持适量运动有助于舒展身心，保持开朗心态。

孕妇及家属需形成孕期合理饮食观念，营养过剩与不足都易加重孕妇与胎儿的负担，带来长期消极影响，孕中晚期

应根据孕妇实际情况控制孕周体重增幅，防止出现巨大儿与低体重儿两个极端。

孕早期妇女膳食应清淡适口、少食多餐，可选择饼干等小食品保证足够碳水化合物摄入，同时多摄入富含叶酸的食物，并戒烟禁酒；孕中晚期则适当增加鱼、禽、蛋、奶类、瘦肉、海产品的摄入，多食含铁丰富的食物，保持体重适当增长，并继续戒烟禁酒、少食刺激性食物。

除及时补充叶酸外，对那些不能在体内合成的必需脂肪酸，如α-亚麻酸等，也应注意适当补充。陈洲

央视CCTV《影响力对话》合作伙伴

# 隐形无痕一根根“植入式”增发

一根根“植入式”增发，少多少，增多少。可做小平头，前发际，往后发头。女发增密，增发遮白发，物理方法变黑。www.tangfc.com

增发前

增发后

白发时

增发遮白发

热线电话 28813806 地址：宁波市鄞州区天童北路1501号麒麟大厦北座903室  
(0574) 28813803 (万达广场对面，贸城中路/天童北路交汇处光大银行楼上)  
地址：杭州市朝晖路钛合国际A座12楼1201室(土塘高架朝晖路交汇) 0571-86771142 85090403