

今天世界卫生日 主题为“城市化与健康”

城市健康 从我做起

今天是世界卫生日。每年的这一天，世界各地的人们都要举行各种纪念活动，来强调健康对于劳动创造和幸福生活的的重要性。随着城市排放导致的温室效应的增强，地球平均气温每年都在升高，许多科学家预言：地球温度升高，将使海水膨胀和冰山消融，造成海面上升，居住在距海岸线60公里内、占世界人口1/3的人们受到威胁，许多城市和港口将遭受灭顶之灾。鉴于城市化对全球公共卫生和个人健康所造成的影响，今年世界卫生日的

主题为“城市化与健康”。

城市卫生是城市范围内个人和群体生活卫生、生产卫生及环境卫生的总称，其实是人民健康。城市化给卫生工作带来诸多挑战，涉及水、环境、非传染性及其他危险因素，如吸烟、不健康饮食、缺乏运动、有害使用酒精及相关疾病暴发的风险。城市卫生个人与群体的划分，仅在管理中具有相对意义，但是个人卫生的获得与保障，无论是在生活过程还是在劳动场所，甚或在一般意义的环

境中，都必须以群体卫生为条件。如家人、同事、公共场所中的人群的卫生状态，或社区中病毒、传染病的存在和环境质量的恶劣等。因此，爱护城市，拥有一个健康的身体，应从我做起。日常良好卫生习惯的养成，如饭前便后洗手，勤剪指甲，勤刷牙、洗脸、洗头，勤洗澡、洗头、换衣，不随地吐痰、大小便，不乱扔垃圾，在公共场所咳嗽、打喷嚏时掩口鼻等公共卫生行为，都会为我们的个人和群众健康加分。

亚飞

维护人民健康权益
创建和谐平安医院
读者互动平台

就医维权热线：67655039 67655015

在线交流QQ：1376863600

读者来信反馈：郑州市陇海西路80号郑州晚报健康部
本报将在第一时间通过每周《第一健康》专刊为读者反馈的相关问题作出圆满答复，敬请留意。

郑州晚报 健康部

2007年10月1日，赵茵和丹尼幸福的结合在一起，他们的幸福生活却缘自一次善意的欺骗。

一次“欺骗” 却换来终生幸福

赵茵是我大学密友，在一家连锁美容院做总监。她不仅是男人的梦中情人，也让所有女人羡慕。年过40仍然风韵妖娆，皮肤细腻，总是神采飞扬。

说来奇怪，我们年龄一样，可赵茵看上去要比我年轻五至七岁。前几天，我们4个闺蜜一起去泡温泉，身心特别放松，大家有一搭没一搭聊着生活琐事。突然，最爱闹腾的王雪一把抱住赵茵。像发现新大陆一样，摸着她身上的皮肤，说：“几天不见，这个女人的皮肤怎么又升级了？你看，又白又细，我要是男人啊，肯定也迷死了。”

那个美国佬比她足足小了8岁

年龄，似乎对所有女人都是噩梦，可在赵茵哪里却是笔财富。自打我们认识，追求她的人一年比一年多。前天，她兴冲冲地跑来，一脸得意地说：“丹尼向我求婚了！”

“什么？那个比你整整小8岁的美国男孩？小

茵！昏头啦，你可不是25岁！”

一阵沉默，赵茵欲言又止。不过，还是她先笑了，在我脸上狠狠掐了一把，说：“我认真考虑过，也对丹尼进行了全方位的考验。他就是喜欢我的成熟，而且特别迷恋我光滑的肌肤。并且还说他只有东方女人才能给他如此享受。我太了解丹尼的性格，他绝不会一时冲动。”可那个美国佬，高大帅气又带着邪邪的坏。他能给赵茵幸福吗？“你们到底怎么认识的？”“其实我一直在骗他，第一次见面，丹尼陪一个女朋友来这里做护理。我正好没事，就给她做。不知为什么，看他第一眼，就有种异样的感觉，有说不完的话。后来，他问我几岁？问完又马上道歉‘女士的年龄可是个秘密’。我笑而不答。结果，这个秘密一直保守到他求婚前。这段时间，很多小事让我非常感动。”

婚前透露秘密

赵茵结婚前，闺蜜们彻夜长谈，又聊回老话题。“你究竟怎么保养的？皮肤这么好，精力

这么旺盛”王雪说着，还在她大腿上掐了把。

经不住盘问，赵茵终于招供：原来她一直在用一种法国最好的美容抗衰老品碧萝芷。“坚持不懈很重要，好东西要当回事。碧萝芷是个完全来自的天然植物的美容品，你们那些皮肤问题、生理问题，我以前也有，吃了碧萝芷之后，都好了。”

听完赵茵的介绍后，得知碧萝芷在咱郑州也有销售，我们姐妹几人各买了12盒开始服用，三个月后的聚会谈感受，王雪说“碧萝芷真的太神了，我服用1个月的时候就不失眠了，不便秘了，再也没有黑眼圈了，现在你们看我脸上的色斑和皱纹都没有了，皮肤也变得滑滑润润的，精力也特别的充沛。就连我老公都夸我年轻了好几岁呢。我们都有同样的感受！”

王雪说完掐了一把赵茵说“这么好的东西，你居然保密你真有一手！”四个女人混作一团。



法国碧萝芷® 流行欧美40年的女性“保鲜伴侣” 科学界公认最强的美容抗衰老品 活血、清毒、养巢、护肤 全效阻击女性早衰综合症

为什么有的同龄人比我们都显得年轻？
为什么我们不停得吃这抹那总不见效？
为什么18岁女孩不用化妆品、营养品却依然水嫩？
女人当心女性早衰综合症！比第三者可怕1万倍！！

女性28岁之后，身体会出现骤然滑坡，此时衰老便会加速。医学界把这种变化称之为“女性早衰综合症”：先是便秘，色斑就来了；紧接着失眠，皱纹就深了；如果还不引起重视，到了30多岁，经期开始紊乱，皮肤松弛下垂；40多岁，抵抗力突然下降，病1次，老3年。

1971年，世界上研制出了第一个改善女性早衰综合症的国际专利产品法国碧萝芷，集“活血、清毒、养巢、护肤”四效于一身。一问世，即风靡欧美，畅销36年，经久不衰！让无数女人远离了早衰综合症的苦恼，她们正在体验年轻！享受美丽！

早晚两片碧萝芷

活血、清毒、养巢、护肤、四效合一
相当于同时吃40种天然果类；
相当于周身浸泡天然温泉30分钟；
相当于做一次2小时的全身美容护理；
相当于让女性生理机能恢复到5年前。
早晚两片，活血清毒，90天变回鲜女人！
早晚两片，养巢护肤，10年保鲜不老化！

90天变回鲜女人

30天：睡眠好，通便畅，全身皮肤有湿润感，气色见好，眼袋和黑眼圈开始消失，经期综合症开始好转。

60天：血液流通顺畅，新陈代谢加快，重度黄褐斑开始变淡，深皱纹变浅，皮肤有种被拉起来的感觉。痛经、月经不调症状改善。疲劳感消失，有活力。

90天：活血、清毒、养巢、护肤；浅色斑和幼纹消失，松弛下垂改善；皮肤细腻紧致；卵巢年轻，女性魅力充盈；免疫力增强，不易患病；更年期大大推迟，健康年轻有活力。

碧萝芷护肤科学试验

1. 防止紫外线伤害试验：芬兰、德国的两位博士进行的研究中，证实“碧萝芷”能将紫外线辐射对人体的伤害降低了2/3还多，可以阻止和消除皱纹、色斑、皮肤老化及紫外线照射导致的过敏现象。

2. 拉皮试验：美国科学家把一块布满皱纹、松弛下垂的皮肤泡在水里，当往水里加入“碧萝芷”时，奇迹出现了，已经松弛变形的皮肤竟然绷紧而且不可思议地恢复了原来的弹性，回到年轻状态！

3. 祛黄褐斑试验：北京中医研究院进行的碧萝芷祛斑功效试验：70位有黄褐斑的女性连续服用“碧萝芷”30天（日服3片）后，脸上斑的颜色明显变淡，面积显著缩小、直至消失。不仅如此，试验者的皮肤变得光滑和有弹性，显得更加年轻和健康！因此，卫生部将“祛黄褐斑”功效授予碧萝芷。

内外兼修 养体嫩肤

养体——全面清除肌体内的衰老因子“氧自由基”年轻血管，彻底改善睡眠、便秘、月经不调、卵巢早衰、精力不足等老化现象。

嫩肤——清除皮肤组织内氧自由基，减少色素沉淀，修复被氧化的胶原蛋白和弹性蛋白，恢复皮肤弹性和韧性。保护皮肤细胞，增强皮肤抗紫外线和辐射能力，消除皱纹、眼袋、使肌肤变得紧绷、有弹性、细腻、有光泽。

作为最强的美容抗衰老物质
碧萝芷被写入中国研究生教科书

“碧萝芷是目前各实验室研究和科学文献中发现的最强的天然抗衰老复合物。”

第372页

健康查询：0371-66393268 市内免费送货 外地免费邮寄
专卖：紫百大楼医药部/金博大负一楼药品区/中牟：绿岛时尚保健品店(官渡大街新湖影院西50米)/荥阳：绿岛时尚(万山路司法局楼下)/巩义：绿岛时尚金好来超市负一楼