

种植牙“美食品鉴团”盛大招募,一口好牙任性吃喝

# 联想控股:拜博种植牙1岁省100元,仅剩40名

温馨提示:请在本报其他版面查询报名电话

**牙缺失=老年疾病=消磨健康**  
**种植牙=放心吃喝=美味人生**

夏季来临,各种各样的时蔬、水果、海鲜都出现在餐桌上,刺激着每个人的食欲。可是这对于缺牙人群实在是一种折磨,想吃吃不了实在是太痛苦!缺牙不仅仅影响吃饭,还会引起其他病症。美国口腔健康研究机构发现:缺牙越多对寿命的影响越大。许多老人都选择种植牙来修复牙齿,种植牙的牙根深植入牙槽骨

内,对牙槽骨有功能性刺激,能保护牙槽骨结构,避免萎缩,同时也不损伤缺牙部位临近的健康牙齿。种植牙媲美真牙,让你放心吃喝,营养丰富、体魄健康。

**联想控股全国连锁大品牌**  
**年龄当钱花最后40个名额**

5月份“年龄也能当钱花,1岁=100元”的优惠活动备受追捧。很多缺牙老人想种牙又怕贵,都想趁着优惠活动把

牙给种好。有些性急的顾客甚至等不及电话预约,直接冲到拜博口腔当场抢名额。一时间,拜博口腔接待大厅人头攒动。金水区王师傅说:“我来拜博种植牙最看重的并非价格,而是‘终身质保’的品质保证。”二七区舞蹈队的张阿姨说:“队里很多姐妹都说拜博种牙安全好用,还是联想控股成员企业,大品牌有保障,我也来了。”老军医戴先生说:“拜博口腔种植牙不肿不痛,轻松快速,下回再掉牙我还来拜博种。”

**预约种牙免费参加“美食品鉴团”**  
**一口拜博好牙吃遍郑州美味大餐**

来拜博口腔种牙,除了有“年龄当钱花”优惠活动以外,更有免费吃遍郑州城。现在拨打电话报名就能加入“美食品鉴团”,种上一口好牙,拜博帮你“组团”免费品尝河南各色美食。缺牙、戴假牙不适、烤瓷牙失败的中老年朋友,抓紧机会报名,在拜博重启你的美味人生。

蒋晓蕾

## 初夏爱出汗,多半是脾胃失调

偏方治汗脚不简单,调脾胃不妨多吃酸

近日,持续的高温让人一下子感受到了夏的“生猛”,汗流不止多少都会让人有点儿烦。对此专家称,出汗是人的体温调节方式,天热或活动的时候,机体通过汗液的蒸发把体温降低到正常水平。但是,汗出得太多也不是件好事。从中医角度来看,汗是津液的代谢产物,血汗同源,因此出汗过多会耗气,伤及津液而损心血,尤其是老年朋友,夏季常有出虚汗的症状时,就需要警惕了。

郑州晚报记者 蒋晓蕾



■相关链接

**偏方治汗脚不简单**

**明矾泡脚**

用明矾泡脚可以短期抑制汗脚。除了明矾以外,也可以改用枯矾(药店有售)。方法是:每天临睡前在泡脚水中加入3~6克枯矾,待枯矾融化后泡脚10~15分钟。一般来说,使用枯矾泡脚时水温不宜过高,以30摄氏度为宜;次数也不宜过多,每两天一次或者每周一至两次即可。

**白醋泡脚**

白醋不但有局部的收敛、杀菌的效果,而且醋本身就能改变皮肤的酸碱度,软化皮肤的角质层,滋润肌肤。经常用白醋清洁皮肤,能够达到美白嫩肤的效果。但是,用白醋护肤一定要掌握好比例。泡脚时,白醋与水比例最好是1:10,以脚放进去不会感到刺痛为原则。

**盐水泡脚**

盐水能杀菌消毒,每天洗脚时在水里撒点盐,可以防治脚气,使双脚皮肤变得光滑。但是,在洗脚水里加盐也要掌握好比例,一般在一盆热水中加入一小匙盐,水温不可太高,以温水为宜,洗泡10~15分钟。

4种异常出汗 要警惕

**头面部出汗多** 老人和产后身体虚弱的女性,会有头汗过多的情况,多属于气虚。适当吃一点百合粳米粥,可以润肺止汗。

**手心脚心出汗多** 平时手心容易出汗,脚汗、腋窝汗也出得厉害,一般是脾胃、肠道不适的表现。河南中都皮肤病医院皮肤科专家毛虎提醒,如果伴有口干、牙龈肿痛,可服用清胃热的牛黄清胃丸、清胃黄连丸等。如果伴随腹部胀满疼痛、

大便不通,多属于肠道内有积粪的热证,可服用通便药。

**白天动一动就大汗** 白天不活动或轻微活动的情况下,就汗出不止。这些人常有身体虚弱、说话语声较低、食欲差、易感冒等特点,中医认为是气虚的表现。饮食上多食用山药、豆浆、牛羊肉、扁豆、栗子、核桃仁等,也可用党参或黄芪炖鸡以补益机体,缓解气虚。还可通过动作舒缓、动静结合的运动增强体质,

如太极拳、八段锦等。

**半夜出汗多** 这种情况多见于50岁左右的中年人和65岁以上的老人。入睡后,在半夜或黎明时分,胸部、背部、大腿等地方出汗,汗量较多,睡着出汗,醒来汗止,中医称之为“盗汗”。这些人常有失眠、手脚心热、心烦、两颊潮红、口咽干燥等特点,多为肾阴虚而肝火旺所致。应禁食辛辣动火食物,切勿饮酒,并多吃一些新鲜蔬菜,注意劳逸结合。

爱出汗调脾胃 多吃酸

郑州市中医院消化内科主任白广欧指出,脾虚的人湿气重,比别人更容易出汗,特别是手和脚。这是因为人体内的湿气是往下走的,所以四肢尤其是脚部更易出汗。脾胃与消化有关,如食物在胃肠道吸收不好,会导致

脾气不足,进而引起心气不足,故而爱出汗。

从中医的角度来讲,酸味能敛汗止泻、生津解渴、健胃消食。夏季适当吃酸味水果,如番茄、酸枣、葡萄、山楂、柠檬、草莓、乌梅、菠萝、芒果、

猕猴桃等,可起到敛汗生津的作用,预防流汗过多而耗气伤阴。除此之外,在日常烹调中加点醋或喝点柠檬水,也能起到敛汗止泻的作用。不过,胃溃疡和胃酸分泌过多的人应该少吃酸。

拜博口腔全国连锁  
BYBO DENTAL NATIONAL CHAIN

联想控股成员企业

# 舌尖上的拜博

拜博口腔“美食品鉴团”开吃啦!

种一口好牙,免费吃遍郑州美食!

仅限50人

符合右边症状  
领取门票方可参团

✓ 牙齿缺失 ✓ 假牙不适 ✓ 烤瓷牙失败  
✓ 牙齿松动 ✓ 牙齿受损 ✓ 牙周炎

报名热线  
0371-

5599 3333

门票领取地址:  
紫荆山路与东里路交叉口

