



## 男人眼袋黑的治疗方法

每个人都特别看重自己的外部形象,一旦外部形象出了问题,就会给我们自身带来很大的困扰,很多女性都想尽快治愈出现的眼袋黑的这种情况,帮助我们更好地提升自身的外部形象,下面就让我们一起了解一下男人眼袋黑的治疗方法吧。

### 1. 西医治疗

先天性眼袋保守疗法效果不好,可进行手术矫正。

### 2. 中医辨证施治

对获得性眼袋,中医采用健脾益气的方药,以便从根本上消除眼袋产生的土壤。

方药:参苓白术散。组成:莲子肉10克,薏苡仁10克,缩砂仁10克,桔梗10克,白扁豆15克,白茯苓20克,党参20克,甘草20克,

白术20克,山药20克。功用:益气健脾,渗湿之泻。

方解:方中的党参、白茯苓、白术、甘草是为君药:可补脾胃之气。再配合白扁豆、薏苡仁和山药的健脾渗湿功用,可使体内多余的水气尽快排出。而缩砂仁的辛温芳香,能促进精微的运化,彻底断绝水肿生成的可能。

上述方药一帖煎成两剂,每天早晚各服一剂。不仅能有效去除眼袋,还能消退皮肤的湿气,从而减少红肿、瘙痒等过敏症状发生的几率。

3.去眼袋常见的手术方法:抽脂法(负压法)去眼袋、开刀法去眼袋、激光法去眼袋、射频消融法去眼袋、超声法去眼袋。而超声法去眼袋是目前唯一的无创无痕去眼



袋手术,该方法去除眼袋无创口没有任何后遗症。是目前最先进的最受消费者青睐的去眼袋方法。超声法去眼袋官方网里有详细介绍。

男人眼袋黑的治疗方法确实需要我们引起注意,同时进行很好调养,才能够减轻这种疾病给我们带来的负面影响,尽量减少熬夜的次数,不能因为工作压力大就长时间熬夜加班,应该以自身的身体健康为重,保养好自己的身体健康,才能够更有效率地工作。

健康小知识

## 喝酒前吃什么不易醉

### 1、牛奶

喝酒前半小时,喝瓶牛奶,最好是纯奶或者含糖的牛奶,可预防酒醉性胃炎和脱水症。饮加蜂蜜的牛奶最佳,既可促进酒精中乙醇分解,又能保护胃黏膜。

### 2、淡盐水

喝酒前喝一些淡盐水,利尿,可以在喝酒时不断排尿,让酒精尽快排出去。同时,由于喝酒导致身体脱水,会使盐分丢失,可适量饮些淡盐水补冲盐分。

### 3、面类食物

喝酒前应该让胃里有点东西可以消耗,这样才能避免酒精对胃的直接伤害。喝酒前吃面包、蛋糕、馒头,不会那么容易醉。

### 4、维生素B

饮酒多时,提前服用维生素B可以千杯不倒,很多解酒药主要成分也是维生素B,喝酒伤肝,维生素B可以最好的保护肝脏。

### 5、黄豆

喝酒前吃点水泡过的生黄豆能防醉,或者吃些加工过的豆制品(如:卤制过的豆腐干、鱼干干丝派、黑豆干丝派、醋泡黑豆等)因为这些食物本身含高植物蛋白,经过水泡、卤制或醋泡后,使蛋白质迅速变性,可大量消耗酒精,减少酒精的伤害,可以瞬间让你变成“酒神”。

## 冬季老人吃什么水果好?

一般来说,老人多体质寒凉,可以选择生吃一些温热性水果,如荔枝、桂圆、石榴、金橘、红枣等,而梨、柚子、香蕉等凉性水果,以及苹果、葡萄、甘蔗、木瓜等中性水果,则最好加热再吃。

煮汤水:梨、苹果、山楂,都可以与冰糖一起煮汤喝,但由于山楂较酸,胃酸偏多的老人要少吃或慎吃。

熬粥:可以与粥同煮的水果一般有桂圆、干红枣、葡萄干等。

炖肉:荸荠、桂圆等可以加入肉汤中同炖,还能增加肉的美味程度。

上锅蒸:山楂、红枣、苹果具有很好的补中益气、养血安神作用。特别是蒸熟的枣,相对于生枣更易消化,脾胃功能比较弱的人可以适量多吃。

微波炉加热:橙子、梨、苹果等都可以切成小块,用微波炉加热后食用,也可将其榨成果汁,然后微波加热饮用。

做菜:水果做菜最常见的是拔丝。水果切块,用白糖熬成糖浆后,将水果裹上糖浆,拔成丝。如拔丝橘子、拔丝香蕉,拔丝苹果、拔丝梨等。



## 老年散步需要注意事项



### 1、远离斜坡

由于身体衰老,就要格外注意运动时的安全问题。老年人比较容易出现老年骨性关节炎,这也与不当散步有关系。爬坡或是爬楼梯会导致膝关节负荷过重,加重关节磨损。

### 2、环境悠远

现在大家对于健康的生活环境都有很强的愿景,假如您生活的环境达不到这样的要求,就可以选择环境比较好的地方散步。人体在运动时,需氧量高。空气清新,草木茂盛的地方含氧量高,对全身有益。

### 3、姿势正确

运动时有各种各样的讲究,

即便是散步也不例外。有的老人喜欢背着手走路,其实背着手走路不能充分活动身体各部位,也不利于身体放松,因此不能达到最好运动效果。要是遇上石子,坑洼路面,背手走路不能迅速平衡身体,很容易摔倒。因此,散步时要保持正确的姿势,抬头、挺胸、摆臂,有利于全身运动和身体协调。

### 4、强度适中

散步的根本目的是为了身体的健康,而要想取得实际效果,就要达到一定的运动量。健康的老年人,可按“3、5、7”原则散步,就是每天走3000米,30分钟内完成,一周走5次,心率控制在(170-年龄)/分钟内。比如一位65岁的老人,用170减去65,那他散步的心率应保持在105次为宜,最高也不过在125次/分钟范围内。运动时出点汗,呼吸顺畅,就达到了锻炼效果哦。

## 关于香肠的三个问题

香肠是很多人都爱吃的食材,无论蒸香肠还是炒香肠味道都很不错,而且香肠出油和好坏没什么关系,在制作香肠中会经常遇到什么问题?

### 香肠晒出油是好还是坏

和香肠好坏没有直接关系。一般香肠的好坏取决于原材料以及肠衣的品质,而香肠出不出油并不影响香肠的好坏,因为香肠出油主要受天气的影响,如果环境温度较高,并且还出太阳的话,那香肠就会容易出油。

而如果环境温度较低,那香肠就很难出油,香肠中的脂肪就会固化成白色的状态,所以说香肠出不出油是受天气的影响,和腊肠品质并没有直接关系。

### 香肠出油了怎么办

不需要处理。一般香肠在环境温度较高

的时候会有出油的现象,而这一现象是正常的,并不需要特别处理,直接等香肠风干就可以了,如果晾晒好了,就可以收起来用保鲜袋密封装好,放进冰箱冷藏或者冷冻保存。

但是香肠不管是在风干还是保存期间,都是不能沾水的,不然香肠容易变酸、起霉、变质。

### 香肠煮多久才能煮熟

需要煮15-20分钟左右。

香肠主要是由猪肉绞碎之后灌进肠衣中制成的,在灌进去之前,会加很多的香料,这样才不会使香肠发臭变质,香肠口感香,质地软,在生活中是很受欢迎的。

一般将香肠腌制好之后,质地会变的比较硬,这时候再去煮香肠,需要的时间会比较长一些,至少需要15-20分钟左右。

## 分类信息

一事一登  
简单明了

小投入大回报  
30元/1期  
100元/4期

## 证件挂失

挂失声明 方便快捷

地址:恩华大药房对面  
广播电视台广告部  
电话:13852014090

## 挂失声明

胡纯纯展业证丢失,百年人寿保险业务员工号:1320303845,展业证号码:00013832030000002020002671,声明作废!

李洋洋丢失丰县碧桂园悦府一期8号楼一单元1601室购房发票三张,发票号:63474937,金额404092元;发票号:63474938,金额52276元;发票号:63736154,金额60000元,声明作废!