

報章
Press

頭條日報

刊登日期
Publish Date

2019-10-31

標題
Title

滋潤養顏花膠燉牛奶

相關德國寶產品
Related Product(s)

蟲草燕窩煲 Deluxe Delicacy Cooker



每日一片瑞典護肝片 排毒瘦身

瑞典製成的New Nordic 護肝片，每日只需一片，溫和地利用公認有效的草本萃取物促進身體排毒瘦身，並沒有任何副作用。此產品榮獲「2019亞洲食藥品牌大獎」。

產品含高濃度的草本萃取物，如奶蓟，能保護肝臟和減少重金屬毒性；薑黃，它是公認的兼具消炎作用及保護性的抗氧化劑食品；以及納鮮鹹，它是幾世紀以來一直被用於增加膽汁分泌，而膽汁係結合毒素和脂肪，將其排出體外。



每瓶14天量 \$227元
零售處：屈臣氏門店及藥店、屈臣氏堂藥房、康健堂、藥食以上八八折、每盒得數227元
延遲註冊網址：www.newnordic.hk

珮夫人鼻爽貼 讓寶貴安全通鼻

從風寒感冒鼻塞、令嬰幼兒不能安睡、0至3歲是腦部發展的黃金時期、腦細胞互相聯繫及傳遞訊息、寶貴腦考及學習發展包括語言、專注力、規劃、解決問題及記憶力，擁有充足睡眠是寶貴腦部完整發育的主要關鍵。



市面上一般通鼻藥膏都含有樟腦，患有百日咳的寶貴絕對不能使用。樟腦是中等毒性物質，避免塗抹於鼻及附近位置，如寶貴眼鼻，應盡快吐出，如皮膚出現發熱及紅腫，立即停止使用，情況嚴重時，即時各醫生求診。嬰幼兒的皮膚比較幼嫩，貴安全通鼻，可選用意大利製造、不含樟腦、外貼於衣服上，一點通鼻8小時的佩夫人鼻爽貼。

經久鼻爽貼 銷售處：萬寧、屈臣氏、華匯堂、惠康超級市場、Sasa莎莎、卓悅、各大藥房及藥行

救肺 補氣 清咳湯 食療講座

「肺」主氣、主血、主寒、跟心同氣連枝，喜與共，凡先天不足或後天傷身者，必出現鼻癢、鼻塞、鼻癢、喉癢、氣喘、氣短、氣逆、氣順、喉癢喘咳、哮喘如水、瀉風即咳及氣管痙攣劇烈等。

治未病、防感冒、聽講座學習古法救護湯水「救肺 補氣 清咳湯」，即喝試飲、民間古法良方，每週一次，救肺氣、補中氣、化虛痰、收寒痰、止咳喘、救氣管、萬事易美、立竿見影，保健養生、承傳食療醫藥、機會難逢，勿失良機。



名師主講：救肺 補氣 清咳湯 食療講座
主講：亞洲食療協會主席-吳賢明先生
日期：11月6日及10日下午3:00至4:30
11月8日晚7:30至9:00
費用：全免 (額滿即止、先報先納)
地點：亞洲食療協會「演講廳」
九龍彌敦道215號美蘭中心二樓2101室
報名方法：致電3480 3208或whatsapp 6376 1078
網址：www.asianota.com
Facebook專頁：亞洲食療協會

滋潤養顏 花膠燉牛奶

秋季接近尾聲，冬天緊接而來，補身養生當然不能放緩腳步。品嚐含豐富膠原蛋白及多種維生素的花膠，滋潤養顏、強壯機能，絕對是秋冬養生佳品！德國寶德參紐紐標牌內置多項真材珍貴而設的烹調程式之外，煎、燉、蒸、煮、燉、燉、燉、燉，即樣樣皆精，使用自定烹調方式即可輕鬆製作百變家常菜式。而全密封式蒸氣設計，絕無蒸氣滲漏，亦能保持食物原汁原味，鎖住營養，更讓更美味、更香、更健康！



寶德參紐紐標牌 (LIRC-34)

花膠燉牛奶 材料：花膠半斤、紅棗5粒、牛奶1公升、冰糖適量
步驟：
1. 將花膠先用滾水焗軟，取出，加入滾水及水，打開蒸氣，釀上蒸氣及煲，按「花膠燉牛奶」鍵
2. 倒數完成後，打開煲蓋，取出花膠切碎
3. 將牛奶、紅棗及冰糖一段段放入煲內
4. 將參紐紐標牌內放入滾水，把湯液蒸氣蒸上(滾水不可煮乾)
5. 關好煲蓋並鎖好及鎖上排氣閥，按「煮牛奶」鍵燉5分鐘，關蓋後
6. 將倒數完成後，待5分鐘自然透氣，確定浮子已上，打開煲蓋即可



香港伸展運動治療中心 THERAPEUTIC STRETCH EXERCISE HK Website: www.StretchHK.com

零副作用 No Side Effect
無痛無傷 No Pain No Drugs

痛症講座

痛是工作壓力過大、工作過長及生活不平衡帶來的副作用，都市人普遍適感疲勞過度，甚至認為疼痛是痛苦不過，但其實痛是一個信號，反映身體開始出現問題，嚴重者更影響工作及日常生活。然而，此種痛楚並非放任大量金錢可輕易地解決，身體的損傷往往反彈之不去的。



痛症講座內容：

1. 詳細解釋痛症的形成
2. 如何透過伸展運動治療預防及舒緩痛症
3. 教授正確而針對痛症的伸展運動
4. 解釋不良身體姿勢與痛症之關係
5. 伸展運動治療與其他療法之分別 (其他療法包括：針灸、物理治療、中醫等)

坐骨神經痛講座

2019年11月01日(星期五)

晚上 7:30 - 9:00

尖沙嘴文化中心行政大樓

四樓AC1會議室

鄭正倫 (Allen Chow)

香港註冊資深物理治療師及運動治療師

膝痛講座

2019年11月29日(星期五)

晚上 7:30 - 9:00

尖沙嘴文化中心行政大樓

四樓AC1會議室

鄭正倫 (Allen Chow)

香港註冊資深物理治療師及運動治療師

請即致電2381 8093 (報名及查詢時間: 1000-1800) 講座費用全免

優質蛋白 助老友記「蓄肌」 減少肌少症風險

人體的細胞會不斷合成和分解，但年紀越大分解速度逐漸超過合成率，於是出現衰老化的情況，其中肌肉退化可令肌肉力量及力量下降，引起「肌少症」。「肌少症」不但影響長者活動及生活自理能力下降，甚至提高跌倒及死亡風險，因此幫助長者增加肌肉及強健的蛋白，幫助身體「蓄肌」以減輕肌少症。

肌少症在自然年齡55歲後發生，預防中心建議每10名長者中就有1人患肌少症。高度營養研究顯示，手邊22%的長者利用優質蛋白質可減少肌少症，但更關鍵是長者需要蛋白質及強健的蛋白，幫助身體「蓄肌」以減輕肌少症。

由於肌肉是身體中可蓄積和儲存能量和熱量的情況，因此肌肉力量下降，也顯示身體處於虛弱或衰弱狀態。因此，很多長者因營養不足而導致肌肉量減少，而肌肉量減少會導致活動力下降，甚至導致跌倒、骨折、延緩行動能力及生活自理能力。因此，長者應注意增加優質蛋白質的攝入，幫助身體「蓄肌」以減輕肌少症。

事實上，長者對蛋白質的需求比成人高，以一名50公斤的長者為例，每日應攝取50克優質蛋白質，而一般長者每日的摄入量僅有30-40克，因此，長者應注意增加優質蛋白質的攝入，幫助身體「蓄肌」以減輕肌少症。



由「長者」及「優質蛋白」的書籍中，長者對蛋白質的需求比成人高，以一名50公斤的長者為例，每日應攝取50克優質蛋白質，而一般長者每日的摄入量僅有30-40克，因此，長者應注意增加優質蛋白質的攝入，幫助身體「蓄肌」以減輕肌少症。

