

# 注意！申城首届牙博会报名最后2天！

## 知名电视节目主持人助阵，千人组团享盛惠，错过再等一年！

本周，由上海种植协会及沪上知名连锁老牌口腔机构，联合开展的中国(上海)第一届口腔健康大视界暨口腔修复博览会(简称“牙博会”)自开放报名通道以来，大批市民闻讯拨打爱牙热线咨询报名，场面十分火爆，其中很多来电甚至是来自崇明、金山等偏远城区，大家对本次的牙博会活动都非常期待。

本次牙博会福利更多、专家更牛！知名电视节目主持人惊喜到场助阵，十余位业界口腔大咖、留美留日口腔学者权威坐镇，更多惊喜、更多豪礼等你来！需要特别注意的是：报名仅剩最后2天，还没来得及预约牙博会的市民，可要抓紧时间报名了！

### 缺牙多、牙骨薄、身体素质差 牙博会现场专家团队为你解忧

“晚年幸不幸福，全靠有没有一口好牙，缺牙导致形象受损、饮食受限，长期缺牙更是严重影响全身健康。”来自杨浦区的姚女士打来电话咨询，她的老父亲今年88岁高龄，早在20年前就把全口牙齿拔光佩戴活动假牙了，多年来一直只能吃煮得稀烂的食物，

她看着自己的父亲身体每况愈下瘦骨嶙峋非常心疼。

期间姚女士曾咨询过多家医院，但给到的回复都是：年纪太大、牙骨条件太薄弱，只能长期佩戴活动牙。适逢牙博会，姚女士表示一定戴上老父亲会到现场来，与大咖专家面对面咨询交流，希望专家能给到满意的答案。

### 有专家、有福利、有黑科技 牙博会错过再等一年！

对于姚女士父亲这样的疑难缺牙问题，本次牙博会特约专家魏兵透露，针对高龄、缺牙多、牙骨薄、口腔状况糟糕特别是一部分存在高血压、糖尿病、心脏病的患者，本次牙博会还特邀了数十位种植领域的大咖，包括国内疑难种植学科带

头人、原三甲口腔医院等多位高职专家组成了疑难种植专家小分队，他们专注疑难种植领域数十年，突破高难度缺牙修复壁垒，有着丰厚的牙修复经验，届时将帮助七老八十曾被判定“无法拯救”的缺牙人重拾牙齿重生的希望！

1月8号首届牙博会来了  
看表演 抽大奖  
口福礼遇送不停

千万别错过！  
1月8日首届牙博会火爆开幕！  
现在报名免费抽幸运大礼包

1月8日第一届牙博会，福利更多、专家更牛！打破疑难缺牙修复壁垒，市民与种植牙大咖团零距离对话咨询，揭秘缺牙修复“内幕”，传授护齿秘笈，困扰多年的牙齿问题可得到全方位的解答。现场更有幸运大抽奖、曲艺表演、专家讲座等精彩环节。现在报名即有机会获得：电视机、电饭煲、冰箱等豪礼。

**新民健康特别提醒：由于活动福利过多，参展观众名额有限，市民可抢先电话预约！**

时间：1月8日周三上午9点  
地点：上海新世界丽笙大酒店南京西路88号

报名咨询热线：021-52921992  
或编辑短信“爱牙+姓名+联系方式”  
发送至：13331917156

### 部分专家介绍



**黎强**  
知名口腔疑难种植中心总监  
美国加州大学种植硕士  
ICOI国际种植牙医师协会会员  
多档电视节目特邀嘉宾



**魏兵**  
知名口腔疑难种植总监  
美国罗马琳达大学种植临床硕士  
ICOI国际种植专科医师协会会员  
中华口腔医学会会员、多档电视节目特邀嘉宾  
毕业于中国医科大学

## “重口味”饮食的危害

《黄帝内经》云：“五味所入，酸入肝，辛入肺，苦入心，咸入肾，甘入脾。”酸、苦、甘、辛、咸分别与人体的五脏相对应，各有其作用。复旦大学附属中山医院青浦分院中医科副主任医师谢立芳表示，虽然五脏各有所喜，但是如果饮食五味偏嗜或过量，则五味作用于人体太过或不及，就会造成脏腑功能偏盛偏衰，使脏腑之间这种相互制约的对立统一的平衡受到破坏，打乱人体平衡，对五脏造成损伤，导致疾病的发生。因此，饮食有节、五味均衡，适量、适度、适时才能保证五脏健康，身体健康。

泽，毛发容易脱落。所以当苦味食物摄入过多时，就会损伤肺的功能。易感冒、咳嗽、咳痰等肺气虚表现的人，要适当控制。

### 多食辛则伤肝

辛味可以补肺，常吃辣味食物葱、姜、辣椒等，可发散风寒、行气止痛，有助宣泄肺气，防止外邪犯肺。但多食辛易伤肝。“多食辛，则筋急而爪枯”，过量食用辛辣食物易引起肺气偏胜，克伐肝脏。肝藏血，主筋，辛味太多，会导致筋的弹性降低，血到不了四肢末梢，指甲就会易脆、易裂，也会影响血液输送。因此，经常有头晕目眩、面色无华、视物模糊等肝虚症状者，应少吃辣。

### 多食酸则伤脾

酸味可以补肝，柠檬、青梅、山楂等酸味的食物，具有收敛、固涩的作用，能克制肝火、补肝阴。但多食酸则伤脾。“多食酸，则肉消皮厚而唇开”，过多的酸味食物会引起肝气偏胜，克伐脾胃，导致脾胃功能失调。脾主肌肉，其华在唇，因此，消化功能不好、饭后胃胀、大便稀溏、语声低微等脾虚症状的人，要注意少吃酸食。

### 多食甘则伤肾

甘味可以补脾，榴莲、南瓜、红薯等甘味食物，是补养气血、调和脾胃的帮手。但多食甘则伤肾。“多食甘，则骨痛而发落”，过多的甜食会引起脾气偏胜，克伐肾脏。肾主骨藏精，其华在发，因此甜味的东西吃多了就会使头发失去光泽、脱落，肾主骨，齿为骨之余，肾气不足，则会导致牙疼、牙齿松动等。经常腰膝酸软、耳鸣、耳聋等肾虚症状的人，要适当控制甜食的摄取。(叶雪菲)

### 五味过量会造成哪些损伤？

《黄帝内经》云：“多食咸，则脉凝泣而色变；多食苦，则皮槁而毛拔；多食辛，则筋急而爪枯；多食酸，则肉消皮厚而唇开；多食甘，则骨痛而发落；此五味之所伤也”。

### 多食咸则伤心

咸味可以补肾，咸味食物是指海带、海藻、紫菜等天然咸鲜的食物，而不是多吃盐，它们与肾气相通，能滋养肾精、软坚散结。但多食咸易伤心。“多食咸，则脉凝泣而色变”，咸味吃多会造成肾气过盛而克制心气，损伤心的功能。心主血，其功能不足可使血脉凝滞，脸色变黑。有心悸、气短等不适的人，一定要少吃咸。

### 多食苦则伤肺

苦味能补心，常吃苦瓜、莲子心、绿茶等，能清热泻火，治疗心火旺盛引起的失眠、烦躁等。但多食苦易伤肺。“多食苦，则皮槁而毛拔”，过多的苦可能造成心火太旺，而克制了肺气。肺主皮毛，苦味太多，皮肤则会失去光

## 好灵芝 中科牌 专注灵芝研究35年

中科创新牌灵芝孢子油软胶囊(40粒/瓶)



用中科专利技术CO<sub>2</sub>萃取的中科灵芝孢子油。  
专利号：ZL 99 123952.0  
发明名称：一种灵芝孢子的超临界加工方法

中科牌爱特胶囊(100粒/瓶)



以葡聚糖含量高的姬松茸、云芝、香菇、灵芝、破壁孢子粉、虫草菌丝体等六种真菌组成。

## 中科灵芝2元体验计划

关爱市民健康，“中科灵芝2元体验计划”真情启航。符合条件的市民以2元的价格获得总价值960元的**中科灵芝孢子胶囊2瓶**。因领取者需符合条件，务必电话预约，否则无效！每人终身限领一次！

活动期限：长期不限额。  
领取条件：1、一年内享受过大病医保的（精神类疾病及肾移植除外）  
2、本人身份证  
领取步骤：电话预约——《申领表》复核审查通过——按通知时间前往。  
体验预约专线：**021-35110789**（活动详情请见店内海报或来电进行咨询！）

另外，为了帮助广大消费者更加清楚地认识破壁灵芝孢子粉，上海科院药房中科上海健康服务中心十几年来均为广大消费者提供免费灵芝孢子破壁检测服务！

中科创新牌灵芝孢子油软胶囊：国食健字G20100316号 不适宜人群：少年儿童。本品不能代替药物。中科牌爱特胶囊：卫食健字(2000)第0434号 保健功能：增强免疫力。适宜人群：免疫力低下者。不适宜人群：少年儿童。本品不能代替药物。中科牌灵芝孢子胶囊：卫食健字(1999)第133号 本品不能代替药品 不适宜人群：无“苏健广审(文)第2019110732号”广告

热线：021-34010789/64311772

上海科院药房地址：肇嘉浜路526号（近岳阳路） 南京中科药业有限公司出品