

상상도 못할 치약의 9가지 신기한 작용



1. 남자들이 면도를 할 때 치약으로 비누를 대체할수 있다. 치약에 유리아칼리가 함유되어있기에 피부에 대한 자극이 없을뿐더러 거품이 풍부하며 또한 냄새가 맑고 향긋하여 사람들로 하여금 시원하고 상쾌한 감을 느끼게 한다.
2. 여름철 몸에 땀띠가 나면
- 다스한 물로 땀띠부위를 깨끗이 씻어내고 치약을 한층 바르면 얼마지 지나지 않아 땀띠가 없어진다.
3. 피부에 작은 찰과상을 입어 국부가 부으면 상처부위에 치약을 조금 바른다. 이는 지통, 지혈 그리고 부기를 경감시키는 효과가 있을뿐더러 상

5. 목욕을 할 때 치약으로 비누를 대체하여 몸을 닦고 때를 벗기면 피부를 깨끗해지게 하는 뚜렷한 기능이 있을뿐더러 목욕후 온몸이 시원하고 상쾌해지게 하며 땀띠를 예방하는 작용도 한다.
6. 여름에 인체에는 쉽게 버짐이 생기는데 깨끗한 물로 환부를 씻고 닦은 다음 치약을 환부에 바르면 버짐을 치료하는데 도움이 된다.
7. 여름철에 사람들은 땀이 많이 나기에 옷깃, 소매 등 곳의 땀자국이 쉽게 씻어지지 않는다. 이런 부위를 치약으로 조금만 비비면 땀자국이 바로 없어진다.

8. 여름에 사람들은 쉽게 각기병에 걸리는데 치약과 으깬 아스피린을 혼합하여 환부에 바르기만 하면 열마름 증세를 완화시킬 수 있다.

9. 깨끗한 마른천에 치약을 묻혀 PU가죽가방을 닦으면 때를 제거할수 있다.

/생활

탱탱한 피부를 가꾸는 비결



도마도는 피부의 탄력을 유지하는데 없어서는 안될 식재료이다. 도마도를 꾸준히 먹거나 잘게 찌운 내어 밀가루와 함께 섞어 얼굴에 바르면 피부탄력을 더해줄수 있다.

우유안마 :
우유속의 단백질은 피부를 부드럽고 생기 있게 만들어준다. 잠을 자기전에 우유에 담갔던 솜으로 피부를 안마하면 탄력을 유지할수 있다. /여성

폐암, 악화 이전 20년 이상 잠복 가능

폐암은 갑자기 공격적으로 변하기 이전 20년 이상 수면상태로 숨어지낼수 있다는 연구결과가 나왔다. 영국 암연구센터 보고서는 9일(현지시간) 흡연자와 비흡연자를 포함해 7명의 폐암환자를 대상으로 조사한 결과 암을 유발하는 유전적요인 발생후 급속히 진전되기까지 폐암이 장기간 발견되지 않고 존재할수 있다는 사실을 알아냈다고 밝혔다. 연구진은 이번 보고서가 폐암의 조기발견에 도움을 줄것으로 기대하고 있다. 현재 폐암환자의 3분의 2는 암진단을

받았을 때 이미 상당히 진행된 상태여서 암치료 성공 확률이 높지 않다. 보고서 저자인 찰스 스완턴 교수는 "폐암은 새로운 치료방법의 효과가 제한적이기에 생존률이 여전히 저극히 낮다"며 "폐암이 어떻게 진전되는지를 이해함으로써 예견이 가능하게 됐다"고 말했다. 연구보고서는 폐암의 초기 유전적요인은 대부분 흡연에 있다고 지적했다. 보고서는 이어 폐암의 유전적요인은 매우 다양하기에 표적치료의 효과가 제한적일수밖에 없다고 밝혔다. 영국 암연구센터의 수석 과학자인 닉

존스 교수는 "이번 연구결과는 폐암을 초기단계에서 발견할수 있는 더 좋은 방법을 찾아낼 필요성을 제기했으며 폐암이 상이한 유전적 경로를 밟기 이전에 치료할수 있다면 환자생존에 도움을 줄수 있을것"이라고 말했다. 세계보건기구(WHO)에 따르면 폐암은 전세계에서 하루 4300명이 사망할 정도로 각종 암 가운데서도 가장 치명적이다. 폐암은 진단후 최소 5년간 생존할 확률이 10% 미만이기에 암연구의 최대 과제로 남아있다. /건강

적당히 굶으면 수명이 길어진다

새로운 장수방법 10가지

1. 남성은 여성과 많이 접촉하면 수명이 길어진다.
미국노쇠방지연구소의 최신 연구결과 여성과 비교적 많이 접촉한 남성의 수명이 길었다. 행복한 혼인생활은 생활질을 개선할뿐만 아니라 노쇠를 늦춘다.
2. 더욱 좋은 물질생활과 더욱 높은 정신경지를 추구하면 수명이 길어진다.
영국학자들의 연구에서 충족한 물질재부와 정신재부를 갖춘 사람들은 영양식을 하고 양호한 의료조건과 풍부한 업여생활을 즐긴다는것이 밝혀졌다. 그리고 이들의 몸에서 분비되는 일종 호르몬은 심장혈관질환위험을 낮추고 수명을 연장하는데 유조했다.
3. 조금 동똥한 체중의 사람들의 수명이 길다.
영국 과학자들이 12년간 1만명 성인들을 대상으로 조사한 결과
- 조금 동똥한 체중의 사람들이 기준형 체중의 사람보다 사망률이 낮았다.
4. 소리내어 노래하면 수명이 길어진다.
미국 예일대학 학자들의 연구에 따르면 경상적으로 노래하면 비타민을 복용하는것보다 건강촉진에 더욱 효과가 있다고 한다. 노래하면 압력을 줄이는데 유조할 뿐만아니라 심장, 폐, 복강과 등을 단련할수도 있다.
5. 성생활을 알맞춤하게 하면 수명이 길어진다.
영국의 한 조사결과에 따르면 건전한 성생활을 하는 부부들이 7살은 젊어보인다고 한다. 이는 성생활이 압력을 낮추고 만족감을 더해주고 수면질을 높여주는것과 연관될수도 있다. 연구학자들이 웨일스사람들을 대상으로 진행한 대규모 장수조사결과 매주 두번씩 성생활을 하는 사람에 비해 한

- 달에 한번정도 하는 사람들의 사망위험이 곱절 높았다.
6. 화초를 재배하면 수명이 길어진다.
원예노동은 심장혈관을 보호할수 있고 근육의 유연성 등을 단련해준다. 한시간동안 원예로동을 하면 약 5마일(약 8000미터) 산보하는 것과 같다.
7. 적당히 찬음식(冷餐)을 먹으면 수명이 길어진다.
적당히 찬음식을 먹으면 위장기능을 증강하고 유기체의 면역력을 높여줄수 있다. 샐러드무침과 같은것은 남새가운데 비타민을 최대한 보존해주며 조림, 볶음, 튀김 음식에 비해 일정한 정도에서 암유발물질이 적다.
8. 학자, 대가(大士)들이 장수한다.
단마르크의 조사에서 밝혀진데 의하면 창조력이 강한 사람들의

- 수명이 길었다. 창조력이 강한 사람들은 평소예 뇌를 많이 사용하기에 인식능력이 일반인보다 늦게 떨어지고 만성질환 발병률도 좀 낮다.
9. 적당히 굶으면 수명이 길어진다.
미국 과학자들의 최신연구결과에 따르면 정기적으로 적당히 굶으면 대뇌기능을 제고할수 있으며 체중을 줄이고 수명연장에도 유조하다고 한다. 그밖에 정기적인 금식이 장수에 유익한 원리는 동물들의 동면과 아주 비슷하다고 한다.
10. 차를 마시면 암을 방지한다.
차잎에 함유되어있는 폴리페놀은 자유기제거와 항산화작용이 있다. 동물실험에서 녹차 또는 홍차가 동물의 식도암, 위암, 피부암을 70% 줄일수 있다는것이 밝혀졌다.

/건강

폐암, 악화 이전 20년 이상 잠복 가능

간식을 먹되 스마트하게... 영양학자들은 다이어트를 할 때에도 배고픔을 느끼면 이를 무시하지 말고 건강에 좋은 음식으로 간식을 먹이라고 충고한다. 좋은 간식은 스트링 치즈 한 개나 땅콩버터 한 스푼, 과일 한 조각 등이다.

TV를 끄고 식사하라
TV 등을 보면서 식사를 하면 평소보다 40% 더 칼로리를 더 섭취한다는 연구결과가 있다. 밥을 먹으면서 문자 보내기 등 다른 한눈을 파는 행동을 하면 과식을 하게 된다. 특히 혼자 식사할 때에도 주의해야 한다.

하루 단 5분만 근육운동에 투자하라
하루에 5분이라도 팔굽혀펴기와 분지, 스쿼트를 30초의 간격을 두고 해

보라. 근육이 새로 생기고 강해진다. 근육이 많아질수록, 신진대사가 더 활발해져 더 많은 칼로리를 소모시키게 된다.

아침식사를 풍성하게 하라
약간의 지방과 함께 탄수화물과 단백질이 균형을 이룬 아침식사를 하면 혈당 수치를 적절하게 유지시켜 공복감이 사라지고 점심을 허겁지겁 먹지 않게 된다는 연구결과가 있다. 통곡물 토스트와 함께 달걀 등이 아침식사 메뉴로 좋다.

하루에 두 번 과일을 먹어라
과일에는 지방이 없고 수분이 가득차 있어 포만감을 느끼게 한다. 따라서 과일을 먹은 뒤에는 고칼로리 음식을 많이 먹지 않게 된다. 또 과일에

는 섬유질을 다량 함유하고 있는 건강에 좋은 탄수화물이 들어 있다.

잠을 충분히 자라
보통 때보다 30분 일찍 자고 30분 늦게 일어나면 건강에 더 좋은 음식을 선택하는 데 도움이 된다는 연구결과가 있다. 또한 잘 쉬고 난 뒤에는 피로나 스트레스로 인해 간식을 찾는 경향이 줄어드는 것으로 나타났다.

당신이 날씬해진 모습을 그려보라
다이어트를 할 때 의지력이 흔들린다면 당신이 날씬해졌을 때의 모습을 머릿속에 그려보라. 시각적인 자극은 체중 줄이기 목표에 더 집중을 할수 있게 하며 이를 수 있다는 확신을 가지게 한다. /건강

당뇨병 명약

郑州韩都药业集团有限公司
中美合研糖尿病康复高科技新产品

国药准字Z20064204胰岛活力原片

당뇨병을 확실하게 고쳐주는 특효 중약

- A. 服用7天见效，3个月后血糖正常，不反弹。
- B. 用6个月后，음식을 가리지 않고 정상적으로 드실수 있으며 술을 적당히 마셔도 괜찮습니다.
- C. 用1年左右，胰岛功能全部恢复正常，可停药。
- D. 인슐린을 맞는 2형 당뇨병자도 한달 내에 주사와 고별하게 되고 혈당도 정상수치로 조절됨.
- E. 初治疗程(110일) : 63만원 康复疗程(200일) : 99만원。 한국전화 : 070-7711-7555

黑龙江省厂家直销联系电话 : 188-4542-1628 전문가 상담전화 : 152-1466-5239

남성보약-虫草肾宝

心胀病，高血压患者均可服用，酒后服用不影响效果，对前列腺炎有康复作用。

【适合人群】用于阴茎短小，生殖器官发育不良，第二性特征不明显；阳痿早泄，性功能低下，腰膝酸痛，头晕耳鸣，精神衰弱，失眠多梦，肾虚心烦，前列腺炎等症。

一盒(三十天) : 8万元，
二盒(六十天) : 15万元。