

摘蓝莓 六月十三日,游客在该县洪和生态园采色的小果子... 蓝莓飘香



新华社发(胡学军摄) 洪江举行,迎接端午佳节的到来... 龙舟竞技



正在检查整修HXD3B型机车(徐斌) 的运输动力... 检查整修



领导嘉宾为智慧城市创新中心揭幕... 创新中心



营养快餐

早晨不该喝五种水

有一种说法,早晨喝第一杯水好处多多... 早晨不该喝五种水

早晨不能喝哪些饮品呢? 隔夜茶 冲泡好的茶水若放置时间过久... 淡盐水 淡盐水之所以被人们用作清晨第一杯水...

蜂蜜水 有人认为早起喝一杯蜂蜜水有利于缓解便秘... 果汁 不少女性喜欢晨起喝一杯鲜榨果汁... 碳酸饮料 碳酸饮料除了不能提供早起人体所需要的水分...

早晨第一杯水怎么喝

有的人喜欢早上起床以后喝冰箱里的冰水... 晨起喝水,喝与室温相同的开水最佳... 健康生活就从早晨的第一杯水开始吧。



扫一扫 欢迎关注科技改变生活微信公众号

人们往往认为肠道只是负责消化吸收的器官,其实它还是人体重要的免疫器官,发挥着阻挡有害菌的“保卫”功能。请关注——

生活有“肠”识 才会有健康

本报记者 李颖

打破砂锅

一项最新调查显示:九成人存在肠道健康问题... 肠道健康与“死亡四重奏”相关

传统中医说:“欲无病,肠无渣;欲长寿,肠常清。” 担负着人体吸收消化重要任务的肠道,有人体“国防部”之称...

我国肠道健康状况的社会调查显示,超过90%的人存在肠道健康问题,其中北京、黑龙江和四川超过50%的调查对象有便秘、胀气等肠道问题...

秘、胀气等肠道问题;并且肠道问题呈现行业聚集性,IT、广告、传媒行业从业者肠道问题最严重... 肠道菌群有健康配比率

“肠道中有有益菌和有害菌的配比关系,决定着肠道是否健康。”清华大学第一附属医院营养科主管营养师王玉梅表示...

“万病源自肠道”,广州中医药大学附属第一医院肛肠科李玉英主任医师介绍,肠道健康时,肠道内有益菌的数量大大超过有害菌数量...

望,谁占优势,就立即倒向优势一方。 专家表示,不同人群的肠道菌群配比有所区别。其中,强健身体的肠道菌群基本为:有益菌75%,有害菌15%,中性菌15%...

肠道不健康有六大表现 “万病源自肠道”,广州中医药大学附属第一医院肛肠科李玉英主任医师介绍,肠道健康时,肠道内有益菌的数量大大超过有害菌数量...

菌数量;人的食欲较好,排便定时通畅,大便呈现完美的香蕉状;皮肤看上去也会光泽、红润。 而一旦肠道出了问题,各种“摆不上台面”的麻烦事就会找上门来...

1.便秘:排便困难,排便时肛门出血;2.腹泻、肠易激:表现为急、慢性腹泻,大便不成形、水分增加,排便次数明显增加...

调节心态和情绪,保证每一天都有一份愉悦的心情。 “肠”识“肠”运动双管齐下 对于改善肠道健康的方法,大多数人会选择运动...



6月14日是第十二个世界献血者日,宁夏血液中心发布信息显示,从1998年至今,宁夏血液中心已累计接待无偿献血者36万多人次... 画中有话

北京免费WiFi平台或将进入“2.0版本”

数字时尚 已静悄悄存在四年之久的免费WiFi平台“My Beijing”或将进入更为市场化的“2.0版本”...



美国交通运输部研发了一种安装在汽车方向盘下面的酒精检测仪... 低碳生活

2012年8月,北京市经济和信息化委员会官方网站宣布,包括王府井商业街、西单商业街和北京西站在内的11大区域已经可以使用该网络...

阳市郊的中德金属生态城占地约25平方公里,计划总投资1500亿元。其目标是成为全产业链的绿色循环、宜业宜居新型产业生态新城...

“这是一套废旧汽车轮胎回收机器设备,它能够将旧轮胎等橡胶废弃物通过裂解反应分解成热油、燃气、碳和钢丝...”

德国柏林水务的技术,经过处理的电镀废水,除极少数部分蒸发外99.6%将转化为生产用水回用,重金属污染物也可收集转化为价值较高的金属盐或粗金属重新利用...

线上线下都能买到优质农产品

本报记者 张克 通讯员 张笑影

科学与生活 城市中的白领一族,很少有机会享用原汁原味的地方特色美食或食材... 线上与线下农产品电商的兴起...

让净水机不再成为费水机

本报记者 李颖

生活风向标 随着国人饮水安全意识的增强,各家电企业也纷纷抢滩国内净水机市场... 净水机行业亟待转型升级...

中德金属生态城实现真正“变废为宝”

本报记者 申明

低碳生活 阳市郊的中德金属生态城占地约25平方公里,计划总投资1500亿元。其目标是成为全产业链的绿色循环、宜业宜居新型产业生态新城...