

工作之余,泡泡温泉来使自己放松。温泉的热刺激使人肌肉、关节放松,扩张血管,促进血液循环,达到消除疲劳,加速人体新陈代谢的作用。另外,泉水中所含的丰富矿物质,有软化角质、美白肌肤等多种作用,放松身心的同时还有保健收获,可谓一举多得。

# 温泉洗浴那么多 适合自己很重要

在现代医学看来,温泉的保健作用是通过热刺激和其中所含的丰富化学物质来实现的。热刺激和泡热水澡的道理是相通的,温泉能“治百病”的秘密正在于其中所含的丰富矿物质。根据其所含矿物质的差异,对人体的保健作用也大不相同。

下面,教你怎么挑选一款适合自己的温泉:

## 大众之汤

●**单纯泉**:25℃以上的碱性单纯温泉,有温泉的一般性成分但刺激性相对低,是一般大众皆可享受泡汤之乐的温泉。

●**硫酸盐泉**:硫酸盐泉因成分不同可分为两种:一为含钠的硫酸盐泉,对高血压与动脉硬化有改善的作用,还能促进胆汁分泌。如果是可以饮用的泉水,饮用后对肠胃疾病有改善之效。

另一种为含钙的硫酸盐泉,对高血压、动脉硬化有改善的效果,还有优异的镇静效果,对风湿病、割伤、烧伤、皮肤病也有帮助。需要注意

的是,要想见到好效果,得常泡才行。

●**硫磺泉**:含硫磺的温泉,有软化皮肤角质层、止痒、解毒之效能,对慢性皮肤病有不错的疗效。但是因为硫磺的刺激性较强,所以肤质敏感的人在浸泡时要注意皮肤反应,如果感觉皮肤刺痛,要立即起身冲清水。

## 妇女之汤—铁泉

铁碳酸氢盐泉由于接触空气氧化后便会产生褐色沉淀物,所以温泉呈茶色或红土色。这类温泉是理想的疗养汤,由于含铁丰富,饮用此类泉水还有改善贫血的功效。

铁硫酸盐泉又称为绿矾泉,不仅在造血上有不错的功效,保温效果也不错。风湿病、更年期综合征、湿疹、子宫发育不全的人群适合此类温泉。一般说来,愈靠近泉源,汤质愈好。

## 肠胃之汤—硫酸氢盐泉

含钙镁元素的碳酸氢盐泉(重碳酸土类泉)对过敏体

质、慢性皮肤病与荨麻疹有疗效,还具有镇静的作用。

另外,含钠元素的碳酸氢盐泉(重曹泉)对皮肤的滋润效果很好,被誉为“美人汤”。这类泉质也对因烧、烫伤造成的肌肤伤处有改善之效。

如果是可以饮用的泉水,饮用后能中和胃酸,改善胃肠功能,适合肠胃病、糖尿病患者。

## 循环之汤—单纯碳酸泉

单纯碳酸泉是含有二氧化碳成分的温泉,虽然其温度较低,但是却能促进微血管扩张,帮助血液循环顺畅,并具有不错的保温效果,饮用后对肠胃疾病有改善之效。

## 抗癣之汤—酸性泉

酸性泉的成分中主要是硫化氢、绿矾、二氧化碳等,有强力杀菌的效果,尤其适合香港脚、皮肤癣患者。不过其刺激性强,如果肤质敏感,就要谨慎了,免得欲益反损。

(综合)

# 观唐温泉推出迎中秋特惠活动

“汤泉泉水沸且清,仙源遥自丹砂生,沐日浴月泛灵液,微波细浪流踪踪。”这是康熙皇帝泡过“汤泉”之后所做的一首诗。在我国,温泉文化的历史源远流长,从秦始皇兴建的“骊山汤”到唐明皇赐浴杨贵妃的“华清池”,历代帝王和贵族总是对温泉情有独钟。不过到了现代,温泉已经不再为封建贵族所独享,普通人闲暇时也可以泡泡温泉,享受一下大自然赐予人类的这

一特殊礼物。

离中秋还有一个多月的时间,临沂观唐温泉推出“中秋团圆夜·赏月在观唐”主题活动,不仅精心准备了丰富的娱乐项目,还推出多项优惠措施,让游客一边赏月一边“泡”汤的同时,还可以享用美食。

“中秋团圆夜·赏月在观唐”活动自8月8日持续至9月12日。期间推出“泉心泉意泉情卡”,充值越多,优惠越大。1000元赠送100

元,充值5000元赠送900元,充值10000元赠送2500元,充值20000元赠送6500元的优惠。不仅优惠折扣大,项目范围也非常广泛,包括温泉、餐饮、客房、会议等项目,一卡通用。

面向一家三口推出的温泉“家庭亲情卡”也适时推出,不仅可享受免费温泉一次,还可以享用一顿丰富的自助餐和家庭房一间,中秋之夜,让您尽享天伦之乐。(专刊记者 王鲁娜)

**金鹰家电商场** 全国售后服务质量满意单位

东方红店 水田桥店 步行街店 怡景丽家店 罗庄店

CHANGHONG 长虹 FHD 智能

金鹰家电商场 联合 长虹电视

## 3D 电视厂价直销风暴

今日登陆金鹰家电五大卖场 (仅限三天)

你购长虹电视 我送现金大奖

免单电视零惊喜 最高奖4888元

全城瞩目 聚焦长虹

40寸网络电视 原价 3888 抢购价 <b>2999元</b>	42寸3D智能网络 原价 5999 抢购价 <b>3590元</b>
55寸3D智能LED 原价 12808 抢购价 <b>8590元</b>	47寸3D智能网络 原价 5999 抢购价 <b>4590元</b>
50寸护眼电视 原价 6000 抢购价 <b>4999元</b>	55寸节能LED 原价 8999 抢购价 <b>6999元</b>

与其它活动不能重复参与,特价、团购、欠款、工程除外。商品图片仅供参考,以商场实物为准。

东方红店 8220268 / 水田桥店 8209309 / 步行街店 2971629 / 怡景丽家店 8690600 / 罗庄店 8246266

观唐温泉 国家AAAA级旅游景区 华东首席精品温泉

# 中秋团圆夜 赏月在观唐

◎中秋贺礼·泉心泉意泉情卡

充值额度	1000元	5000元	10000元	20000元
特惠赠送	100元	900元	2500元	6500元

◎亲情团圆卡·一享天伦之乐 (380元/张)

凭此卡三口之家(2成人+4米以下儿童)免费享受温泉一次,自助餐一次,家庭房一间。

专业承接企事业单位会议 山东观唐温泉(国际)度假村 山东·临沂·汤头 0539-8018888 www.sdgtwq.com