

# 智能筛查机器人 助你少肥胖更健康

产品名称	智能筛查机器人 助你少肥胖更健康
公司名称	北京康加科技有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	北京市朝阳区建华南路17号现代柏联大厦3层303
联系电话	010-85794494 17167658819

## 产品详情

“上班使人发胖”、“一工作就变胖”、“从前我是一个瘦子，自从上班后就一胖不复返了”——这是都市中我们很多人的困扰：自从工作后，人就越来越胖了！曾有网站对2848人的调查显示：有84.8%的受访者表示参加工作以后体重增加，其中33.2%人体重增加至超重。这中间，工作三年左右是变胖的高发期，超过1/4的人体重比入职时增加5kg。

这是职场人的肥胖病——因为职场人通常都承受很大压力，压力升高易致肾上腺皮质醇指数居高不下，增加人的食欲，提高了对碳水化合物的需求。而且在高压下，人们最爱吃的食物分别为甜品、奶油类食品和咸味小吃，这样想不胖都难吧？再加上上班族每天有6小时以上都是坐着，人长时间坐着不动，很容易催生肥胖和大肚腩。康加科技认为，这种“工作肥”属于一种亚健康状态。上班族工作压力大，饮食不规律、时常加班熬夜、睡眠不足、没时间运动，这样的生活状态不仅影响外表，还会损害健康。

工作虽忙，但身体才是革命的本钱！康加科技坚持以“提升国民生活质量、改善居民健康状况”为己任，旗下智能筛查机器人至今已为近千万用户提供了健康筛查服务，为了避免自己成为下一个胖子，康加科技建议大家平常要好好注意自己的身体。为此，康加科技也提供了以下几个方法，可以助你“远离”工作胖！

1, 多菜少肉七分饱——遵循“早餐吃好,午餐吃饱,晚餐吃少”的原则,尽量多菜少肉,吃饭吃到七分饱就好。这样能够保证营养均衡,也能避免因饮食不规律而导致肥胖。

2, 低糖少脂,注重营养均衡——日常饮食尽量选择低糖低脂的食物,不妨多食用全麦面包、五谷杂粮和蔬菜水果等,在裹腹之余能帮助你减少热量的摄入,从而慢慢瘦下来。

3, 睡眠充足,保证作息良好——尽量早睡早起,减轻肾脏的负担。同时,严格限制睡前的进食,避免因睡前进食过多影响睡眠质量。

4, 坚持运动,增强体质——每天保证半个小时的运动时间不仅能够增加氧气和营养物的供给量,增强体能,还消耗卡路里,减轻体重,避免体重的增长。

5, 坐姿拉伸,别让久坐屯脂肪——坐姿拉伸、座椅旋转、腿部后拉、前屈拉伸都是极好的健身小动作,告别一个姿势的久坐,让身体动起来!

康加科技表示,除了养成良好的饮食和生活习惯外,还要定期进行健康筛查,及时了解身体状况及变化趋势。在这一点上,康加智能筛查机器人或许能够帮助你,智能筛查机器人集合了中医数字化技术、脉搏波检测技术、生物电阻抗检测技术采集人体相关生物数据,通过云端大数据运算及智能分析,能够快速全面筛查评估人体亚健康状态,2分钟内为用户评估获得全身十大系统70多项指标状况,给出检测者专属的健康评估报告和改善建议,用户通过手机微信就能收到,长期检测还会得到自己专属的健康档案,帮助用户从膳食、营养素、运动、生活方式等方面给予全面合理的健康管理建议,逐步提高自己的健康管理水平。

目前,这款机器人已投放于事业单位、保险公司、银行、酒店、写字楼、社区、连锁养生会所、养老机构等公共场所,相信有了它的“监督”,能够对你的亚健康状态有所改善,助你“远离”工作肥。

健康是最值得投资的事。康加科技愿你事业有成,健康常驻!