

九州祛湿舱 肇庆祛湿舱 祛湿舱

产品名称	九州祛湿舱 肇庆祛湿舱 祛湿舱
公司名称	东莞市九州健康科技有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	广东省东莞市东城街道罗沙路东城段1号1111室
联系电话	13652559565

产品详情

量子养生舱，赤小豆量子养生舱，惠州量子养生舱，量子养生舱品牌

所以，祛除湿气分别要从健脾和祛湿两个方面着力。

分享5个祛湿方法

1、保持干燥的生活环境

利用除湿器或空调除湿功能将家里的湿气清除住，给自己营造一个干燥的生活环境。

2、运动除湿

最健康的祛湿方法就是运动了，运动后的汗液中就有身体内的湿气，所以，湿气重的人应该多多运动，尤其是在夏天。

3、热水泡脚

用热水泡脚也能发汗，同样能够很好的祛除体内湿气。

4、拔火罐

我国最传统的物理祛湿方法就属拔火罐了，拔火罐不仅能够祛除湿气，还能疏通经络、祛除淤滞、拔毒泻热。

5、食疗健脾祛湿

健脾食物有鸭子、鲫鱼、猪肚、胡萝卜、淮山、苹果、；祛湿食物有红豆、薏米、冬瓜、山药、莴笋等。湿气重或脾虚的朋友可以多吃这些食。

东莞市九州健康科技有限公司是一家以祛湿舱在健康领域应用为核心，集研发、制造、营销、服务于一体的国家高新技术企业。九州健康依托现代科技挖掘中医瑰宝，致力成为全家健康解决方案供应商，专注祛湿舱健康技术研究与应用，独有的调理技术帮助众多用户重获健康，产品与服务深受海内外市场喜爱。九州祛湿舱畅销海内外，并建立起遍及北美、欧洲、东亚、东南亚等多个国家和地区的销售与服务网络。九州健康紧跟行业市场发展趋势，从行业创新、人才创新、技术创新、产品创新、商业模式创新、渠道创新等方面入手，联合多方优质资源，形成产学研优质联动。

祛湿舱，赤小豆祛湿舱，量子祛湿舱，中山祛湿舱

湿气与的关系

纵观现在有湿气的人，有些是单纯的一个体质，有些是两种体质都夹杂有，那又怎么办呢？

中医理论认为：人体是平衡的有机整体，体弱的根本是阴阳失衡。寒体性质是身体内部阴气过剩，导致阴阳失调。寒湿也有湿、湿热也有湿，在除湿过程中，要解决寒与热的问题，而这两种病症的并不矛盾，兼顾调理，才能事半功倍。

中医讲诸湿肿满皆属于脾，湿邪最易脾，脾运化湿邪能力不足形成肿，造成肥胖；脾不主四末，导致浑身无力；脾化生气血不足，东莞祛湿舱，不养肉，伤及气，导致气虚。

《素问四法》中讲“ 正气存内邪不可干，邪之所凑，其气必虚 ”。正气不足才导致湿气重。五脏横通，则正气足、好，湿邪不得侵袭。

人之所以能吃能喝、能走能跳，都因气的缘故。人的先天元气存于肾脾肺中。肾气不足，人就怕冷、没劲；脾气不足，人精神不济、易疲劳乏累；肺气不足，中山祛湿舱，五脏皆没气力。人的后天之血存于脾肝心中。脾化生气血的源头；肝藏血供血之处；心是全身血脉流通的推动器。先天与后天之气，都与脾有关，所以脾受损，直接影响其他脏腑运行，由此可见单纯的祛湿解决不了根本问题，健脾、调理五脏才是正确的解决之法。

东莞市九州健康科技有限公司是一家以祛湿舱在健康领域应用为核心，集研发、制造、营销、服务于一体的国家高新技术企业。九州健康依托现代科技挖掘中医瑰宝，致力成为全家健康解决方案供应商，专注祛湿舱健康技术研究与应用，独有的调理技术帮助众多用户重获健康，产品与服务深受海内外市场喜爱。

九州祛湿舱畅销海内外，并建立起遍及北美、欧洲、东亚、东南亚等多个国家和地区的销售与服务网络。九州健康紧跟行业市场发展趋势，从行业创新、人才创新、技术创新、产品创新、商业模式创新、渠道创新等方面入手，联合多方优质资源，形成产学研优质联动。

祛除湿气的方法

1、多吃一些健脾的食物

比如苋菜、薏仁茶、扁豆、冬瓜、薏仁、绿豆、西瓜翠衣等。苋菜梗性凉味甘，它富含易被人体吸收的钙质，也有清热、通利小便、止血的作用。扁豆有滋补强壮、补脾、消暑化湿以及利水的功效。

2、保持屋内空气流通

房间内的湿气如果很重，建议多保持空气流通，让空气带走湿气。地板湿了，立即拖干，免得湿气滞留。如果外界湿气也很重，可以打开风扇、空调，借助这些电器保持空气的对流。

3、少食甜腻食物

在湿气如此重的环境中别吃伤脾胃的食物。比如，凉拌食品，冷饮。喜欢吃甜食的人也得禁禁口，因为“甜腻化湿”。

4、避开生冷食物

中医认为生冷食物、冰品或凉性蔬果，会让肠胃消化吸收功能停滞，肇庆祛湿舱，不宜无限量食用。

5、洗头时注意两点

在外洗头时，千万不要用了洗发精后湿头发，这样会使湿气进入头皮(要吹干头发后再)。洗完澡(头)后要充分擦干身体水分。

东莞市九州健康科技有限公司是一家以祛湿舱在健康领域应用为核心，集研发、制造、营销、服务于一体的国家高新技术企业。九州健康依托现代科技挖掘中医瑰宝，致力成为全家健康解决方案供应商，专注祛湿舱健康技术研究与应用，独有的调理技术帮助众多用户重获健康，产品与服务深受海内外市场喜爱。九州祛湿舱畅销海内外，并建立起遍及北美、欧洲、东亚、东南亚等多个国家和地区的销售与服务网络。九州健康紧跟行业市场发展趋势，从行业创新、人才创新、技术创新、产品创新、商业模式创新、渠道创新等方面入手，联合多方优质资源，形成产学研优质联动。未来，九州健康将积极响应国家中国制造2025政策方针，加大自主创新投入，祛湿舱，立足自身及行业发展需求，围绕创新驱动、智能转型、强化基础、绿色发展、人才为本等关键环节，推动祛湿舱健康事业发展，为打造健康中国贡献自己应有的力量。

九州祛湿舱(图)-肇庆祛湿舱-祛湿舱由东莞市九州健康科技有限公司提供。“祛湿舱”就选东莞市九州健康科技有限公司(www.qushicang.com)，公司位于：广东省东莞市东城街道罗沙路东城段1号1111室，多年来，九州坚持为客户提供好的服务，联系人：金先生。欢迎广大新老客户来电，来函，亲临指导，洽谈业务。九州期待成为您的长期合作伙伴！