

深圳祛湿仓 量子祛湿仓 祛湿仓

产品名称	深圳祛湿仓 量子祛湿仓 祛湿仓
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

祛湿舱，赤小豆祛湿舱，量子祛湿舱，肇庆祛湿舱

其实临床上也经常听到有人说湿气重，想尽各种办法祛湿，祛湿仓，但都不尽人意，甚至越祛越湿。为什么呢？因为没有辨证祛湿，湿气分湿热和寒湿，单纯地食疗祛湿，只能治标不治本。中医认为，要彻底祛湿，就要从脏腑调理上着手。

湿气重有哪些表现？

很多朋友问我，怎么判断自己湿气重不重？其实有一套很简单的方法，对照来看就能知道。

舌头腻不腻

? 健康舌淡红而润泽，舌苔薄白而清静，干湿适中。

? 如果舌苔白厚，看起来滑而湿润，则说明体内有寒；

? 如果舌苔粗糙或很厚、发黄发腻，则说明体内有湿热；

? 如果舌质赤红无苔，则说明体内已经热到一定程度伤阴了；

? 舌苔越厚越腻，说明湿邪越厉害。

皮肤痒不痒

? 湿气容易侵袭肌肤，当天气变得湿热，人身上出现或皮疹，特别是在下半身、脚等部位，这也证明体内有湿。

精神好不好

? 早上起床时总觉得困，头发昏，像是有东西裹着，打不起精神来，人觉得烦躁，说明体内湿气很重。

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，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。

量子养生舱，赤小豆量子养生舱，肇庆量子养生舱，量子养生舱订购

祛湿方法三：适当午睡，身体更轻盈。专家认为，睡好觉也能让我们的身体更轻盈。因为过度劳累容易耗伤气血，气血不足会进一步加重水湿内停。而夏季昼长夜短，再加上许多忙碌的职业人晚上加班，广州祛湿舱，夜间睡眠时间往往不足，应特别注意劳逸结合。

对于白领们来说，适当午睡可以补充晚间睡眠的不足，让大脑和身体各个系统都得到放松与休息，下午的工作效率得到极大的提高。利用公司的休息室，某个长沙发小憩一下，或者去附近的美容沙龙做个Facial睡个美容觉，哪怕就是在办公桌前打个小盹儿也好。而对于那些因受客观条件限制，中午不能很好地进行午休的女性而言，更要保证充足的晚间睡眠。

祛湿方法四：排水减重，从健脾开始。脾虚的人往往更容易湿气大，体重也会比其他人更重。中医认为脾有“运化水湿”的功能，脾胃受损后，不能正常地“运化”而使“水湿内停”。体内湿邪大量积聚后身体沉重、腹胀甚至腹泻，晨起眼睑浮肿等不适就全都找上门来。

夏季到来，如果冰激凌、冷饮吃太多，会加重脾虚的问题，让体重的困扰更深。专家提醒，除了常吃山药红枣等健脾食物，酷爱冰淇淋的你更要管住自己的嘴巴。即使吃也在中午前后吃，切忌在早上刚刚起床后或晚上睡前食用。另外，冰水也不宜多喝。

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。

蒸桑拿可以去除湿气吗

桑拿不但不能去除湿气，东莞祛湿舱，反而会使湿更重。如果确诊是体内湿气太重的话，平时饮食清淡些，湿邪过盛可致病。湿邪伤人有内外之分，外湿多由气候潮湿，坐卧湿地而致病;内湿多因喜食冷饮，贪吃生冷瓜果等寒凉之物，损伤人体阳气所致。

除湿方法：

- 1、运动：运动能帮助我们排出湿气，如果身上湿气重的话，每天坚持运动一个小时是可以祛湿的。可以采取跑步、游泳等方式运动。
- 2、泡脚：在自己的泡脚水里放置艾草，有助于体内去除湿寒，因为艾草具有很强的作用，使用泡脚能够有效的促进体内的血液循环，令体念的湿寒湿气排出体外。
- 3、口味太重：油腻、过咸、太甜等食物不易消化，会影响肠胃的功能。少吃太重口味的食物，多吃健脾祛湿的食物，例如、山药、苡米、苹果等。
- 4、排湿口——膝窝：膝窝又称腘窝，在膝窝的中心点上有一个重要的穴位叫委中穴，走的是膀胱经。膀胱经是人体祛湿通道。所以平时可拍打此处5—10分钟，至痧点显出，每一两周拍打一次。

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，立足自身及行业发展需求，深圳祛湿舱，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。

深圳祛湿舱-量子祛湿舱(在线咨询)-祛湿舱由东莞市九州健康科技有限公司提供。东莞市九州健康科技有

限公司 (www.qushicang.com) 是从事 “ 祛湿舱 ” 的企业，公司秉承 “ 诚信经营，用心服务 ” 的理念，为您提供优质的产品和服务。欢迎来电咨询！联系人：金先生。