

大家健康·服务

产妇“水桶腰”也能练成“A4腰”？ 杭妇院开出产后修复门诊 关注微信“好孕好育”公众号 价值6000元的修复体验名额免费送



关注好孕好育
助你好运

记者 俞茜茜 通讯员 王红丹

本报讯 四月不减肥，五月徒伤悲。最近，“减肥”成热门关键词，而“A4腰”更是成了好身材的“标准”。网络上，王丽坤、袁姗姗等明星纷纷晒出“A4腰”。

对于很多生完宝宝的妈妈来说，为了孕育宝宝，原先的纤细细腰变成了“水桶腰”。如何做到生完宝宝妈妈身材不走样？

市一医院集团杭州市妇产科医院（杭州市妇幼保健院）盆底中心开出产后修复门诊，专门针对女性产后肥胖、皮肤松弛、剖宫产疤痕等多种“后遗症”，为那些在产后也想拥有“A4腰”的妈妈助力。

今明（周四、周五）两天，只要关注快报微信公众号“好孕好育”报名，就有机会免费获得价值6000元的产后修复体验名额。

如果你想拥有“A4腰”，赶紧来报名吧！

杭妇院副院长、盆底疾病诊治专家李

香娟主任医师说，产后修复的理念，在欧美国家已很成熟。这一理念认为，女性产后通过修复调整，可拥有更健康的身体和心理状态，回归社会和家庭生活。

杭妇院从法国引进负压振动理疗设备（LPG），针对妈妈群体推出产后修复项目。

“通过体表的负压吸引，在无创前提下，重启自然抗衰机制，对纤维细胞和脂肪细胞进行机械刺激，使其产生胶原蛋白及弹性蛋白，促进细胞生长，改善血管和淋巴循环，促进脂肪细胞的活动，减少脂肪储存。”

李医师提醒，如果要进行产后修复，需在产后42天恶露干净后进行，避开月经期；治疗时须穿着专用治疗衣（疤痕治疗除外）；如果产后盆底肌肉受损，比如腹直肌分离严重者，建议在盆底治疗和盆腹动力治疗后再进行产后修复治疗。

“一般来说，完成相应疗程，可让脂肪细胞持续分解，代谢率增加70%左右。”李医师说，治疗期间不需刻意节食，如果加上

均衡的膳食和合适的运动，效果会更显著。大家可能认为LPG只是有产后修复需求的妇女可使用，其实，一般的肥胖人群也可使用。

日常就诊方式：至杭妇院挂盆底普通号即可

报名方式——

1.关注快报微信公众号“好孕好育”（二维码见上）；

2.回复“A4腰”。系统会跳出一条信息，点击“阅读全文”；

3.此时你会看到一张表格，请仔细填写（姓名、年龄、电话、身份证号码等）。填好后点击“提交”，即可完成报名。注意，请勿重复填写、提交。

报名截止时间：4月8日（周五）17:00

注意事项：1.届时将在所有报名者中，随机抽取2名幸运者，送出一个疗程瘦身修复体验名额（共10次），请报名者耐心等待电话通知；



2.瘦身修复体验仅限单个部位；
3.获得免费名额者，请在工作日（周一至周五），前往杭妇院门诊五楼盆底中心体验。

手机可查献血血液流向

记者 张姝 通讯员 胡秋月

本报讯 市民怎么了解自己无偿献血的血液去了哪里？浙江省血液中心说，除了电脑上网查询，现在又增加了手机查询。

献过血的人都知道，献血不久，会收到省血液中心的一条感谢短信；如果血液检测合格，在献血后5个工作日内，会收到省

血液中心发来的血液检测合格短信。

如何通过手机查询自己献出的血检测结果、流向哪里？其实操作也很简单——

1.关注浙江省血液中心官方微信公众账号（zjblood）。

2.进入该中心微信公众号，点击底部菜单栏中“血液查询”，进入查询页面。

3.输入13位数字的献血编号和验证码。（“献血编号”是袋血的唯一身份编码，在“献血证”上是“A”、“B”、“O”、“AB”打头的13位数字编号。一个献血编号对应一位献血者，不会与他人重复。）

4.阅读查询须知后，点击“已阅读”。

5.输入本人献血时的证件号码。

6.点击查询血液检测结果和去向。“血液去向”一般为三种结果：已流向某医院、还留在血库中、不合格。

省血液中心说，这一信息只限本人查询。血液如因不合格报废，其献血行为仍是被承认的。此外如Rh阴性类的血液可以保存10年时间，查询可能显示一直在库的状态。

都市旅游

都市快报广告部主办

接稿电话：85051502



杭州国际旅行社 0571-89711111

搭乘专列见证 广州-深圳-珠海-香港-澳门-桂林-韶山 南方七城十日之旅

错峰出游，多地出发

一次旅行，7个城市。

您是不是也憧憬过这样的旅程？5月，去吗旅游邀您一起一路向南。

出发时间：5月3日，避开五一小长假人流高峰。

多个出发地可选：杭州、绍兴、金华、义乌、江山。

线路设计科学，景点独具特色

本趟专列所去的景点都是非常具有纪念意义的景点，搭乘专列抵达深圳后，我们将前往香港参观香港会展中心、金紫荆广场、浅水湾、太平山、香港海洋公园，黄大仙庙以及维港夜景。到达澳门后，我们参观大三巴牌坊、妈祖庙、澳门回归标志莲花台。在珠海，我们还会游览著名的情侣路、渔女像和圆明新园。抵达桂林后，我们将泛舟漓江，游览兴坪渔村、世界溶洞奇观银子岩、七星公园、以及刘三姐大观园。进入湖南省后，我们还将游览毛主席故居韶山风景区、刘少奇故居花明楼等特色景点。

家人省心、儿女放心，专属于中老年朋友的完美旅行

专列是全列卧铺火车，整趟专列除了工作人员外，全部是游客，中途不换火车，一票到底，非常安全，减少中转旅途劳顿。全程保健医护跟踪服务，双重保障确保安全。



特价1780元起/人

报名即赠送价值380元的焖烧锅

硬卧上铺：1780元/人

硬卧中铺：2080元/人

硬卧下铺：2380元/人

此价格为全含价：

往返专列卧铺+用餐+酒店+交通+景点门票等费用

4月10日之前报名赠送一箱加多宝饮料

4月15日之前报名立减100元/人



广州



香港



桂林



韶山

直营门店

◆杭州大厦体验店 85058556
◆湖墅南路店 85802835
◆东部软件园店 85802919
◆古荡店 85385382

◆延安路总店 85060388
◆文二西路店 87215883
◆体育场路店 85211533
◆保俶路店 85385387

◆凤起东路店 85802859
◆朝晖路店 85800993
◆长庆街店 85067805
◆香积寺路店 87611780

◆萧山育才店 87337152
◆萧山金惠店 86980172
◆临平店 85802826
◆下沙店 86911006

企业单位 定制旅行
0571-85802772
许可证:L-ZJ-CJ00031

