吃药用什么水送服最好？诀窍大着呢！

补肾中药最好用淡盐水送服，维生素等六类药别用热开水

¨ „ß˜ª¨˘˛˝ ' »˜ ^ ¿˝˛fi ˛˝• , ˜˙^˙˙º˜ª˘¨˙ ˘ß , ˘º •¤, ˘ ˚ , —' '˛˝• ˚– ^ ß˘ † — »Æ, — ß '—§ ˜•¢» 。 « ¨ „ß˜ª ł > ^¿ ¨˝˛fi˛ †Ł˛fi» „ß >˛˝• „ , ˜˙^˙º˜ª ˝ ˝»» ˛ ^˙, ˛˝ —' "˛fi˝ »Æ Ł > » ‰ ˝ '—§。

^»˙ , ˛˝• ' ˛ ˜˛fi¶ '—§ —†»¿ ˝ ˚ ˜ ^。 †»˝< ˜ ' ˛ ¿ „, ^ ^˜˜ ˛fi˛˝• ? ¤… ˛˝˜ª ˘Œ˘,‰ ˙ 。

‡ '^»˘˘—§? ¿ ˜ ˚˙˛˝• ˜ ˛fi ^˙ ˙ ˛

˜¨•, ˛˝• ' ˛ ˜˛fi¶ '—§ —†»¿ ˝ ˚ ˜ ^。 –¨¨ ˘˝…, ' ˛ , »» » ˛fi˛˝• , , — œ •¢» '—§。

1、†„ — ', > ˛˛fi˛˝• ˙ø˛¶ »˝˝Ł —†„ ı ˜ ^, ‡£ ^ ˝• ˛¶œ^ø, ˘¥˛Æ ¨ 、 ˙˝„ ¯ « ¨ ı†» ªt¡ ¢。

^ > ˛˛fi˛˝• , ¿ ˚„˙ø˛¶ »˝˝Ł, ˝^ •¢» ^。˘ ˛ß ˛ ^ > ˛˛fi˛˝• ˜ —‡ '»„ —˙ †„ ı˝Ł、 „Ø˝Ł、Łß» »˝˝Ł、 ˝ »˝˝Ł、˛˝ æ˝Ł ¨, ¶ ˛˝ ˛˙˘ —ø ˜ —‡ '。

2、• ^ ˛fi, ¯ »—' —‡ ' —§„ß˝^

• ^ —¨ •˛ „¿¨、¨ ‡ƒ˝¤ –ª ¨„ƒ˜ 。•† ˛˙˘•˛ ¿¨˛ ı —ø ^¿¨、˘ „ — –ª^ ¨†¡ ¢ ˜ — ‡ ', • ^ ˛fi˛˝• ˛˝… 。¨¡• ^ 1—2 ‡ , … ¨º˛´˛fi —, ‰˙ ¨¿ ˛˝• ´Ø¨˚˝Ł、 ˝˝„ ‰ ˝Ł ¨。

3、 »• ˛ , ^¯£˜ ˛˝• »• ˛ ˚˙˘ ·†‡£ ^ ˜ » ^ ˘…˙, ˚ ´ ¿ <¨ — ' ˛ , ¿ • ˛ ˚ ´ ˙ †»˝Œ¨«, • ^»• ˛ ˝<˚–‰ł˚‡¿ · ‰ł ' ˛ ˚ , º ˛fi¨ — ˚‡˛ ˘ –¨, <¨ — ˚‡˛ —§ „ß, ˝^。 ¯£˜ ˚˙, <— ˚‡˛ , º »• ˛ ˝<• ¿ · ‰ł˜ ˛ ˚ , Æ , ' ˛ ˜ ˝ '¯¤¶¨。

—'˚‡˛ ‰ł '—§

‡ ˙˛˛˝• ' ˛ ˜˛fi, ˜ªt ˙˛ ˚†^˙•˚‡˛ †»Æ »¶¤‡ ¶¨ ˘ ˘ '—§ ˜•¢» 。 ¨ †» ' ˛ ¶… — ß˚‡‰ß.. , —'˚‡˛ •˙„ · †˜ „» ‰ł ' ˛ ˙˘—§。

1、‡ ª ˝, ˛< œ˛ , ˛ 。

˛ ¯‰¡¿ ß˚‡ ˜ ˜˘ … ,

˝ ˛‡ ˛˝†» ¨˛ ˜¯º … 。 †»„ , • ^˛< œ˛ A、D、E、K ˚–, ¿ †»˜ · ¯ «„ ˛ > ˜ ß˚‡。

…, ˛< œ˛ ¶…˚ <¨ — ˛< œ˛ , —Ł ˝ <• ‰Ø ˚†˜˜ ˝ ˝^ ˛ ˚ , •„†˛ —˚˚ —… —' ˝, » ‰ł˚‡ »—' ˝ < ˚‡˛ , ¨ ˝ ı、 ¨ 、…Æ„ß ¨, , — ß ˛ ^˙ ˜˜ ‰ ˝˝˛ ˚ 。

†»„ —Ł ˝ ¢ ˜˚˙, • ^ ˙ ‡ '˚–, ˝ ‡ ˝ < ˚‡˛ , ˛˝˙ ‡ '¶ ˛˝ <¨ — ' ˛ , » ‡ƒ ˜ •¢» †¿ ˛˙˘ ^。 ¨ „ß ª¨º„ ¶ ˝ <˝<˙¿, ˜˚‡˛ , ¨ … ´ ' ˛ –»„ ˛ ˚ , ‰ ˝ ˙˘—§。

2、• ß˜ ', ¶ ‡ ˝˙¶„ »—', ˝ „†¡˙˛• ^ ˜ »¨ß ^ 、 ˝ ¨ ß˜ ', ¨ ˚„˙ ˙¿ … ˝¤„ ˜ ˝˜˜‡ , … ´»œ ¨– … , ‡ ˘ •ƒ˙ƒ、¶æ–˜、˜»˝´、–˜ ´ ˚§‡£ ¨ ¢ ·。

• ^ ' ˛ ˚–, –ºº¶¤˜ † ˝… , ˘‰˚– † ƒ¶ ‡ ˝<… •Æ,» ˜ ˚‡˛ , ¨ ˝˙¶„、˝ ˚ 、 ˝• ¨˚ , ˘ª‰¶、 , Ø 、 ˜ß˚ ¨ ˛fi„ß, †/†˛、‰ ¶、¿ –˜†˛ ¨´ ¶˚ †˛。

… ˝· ˘, ß˜ , Ø fl˜˘» ˝ »Æ¨ ‰ ˛ ‡ , ·˛¿ »—'˝<… •Æ,» ˜˚‡˛ ‡ >˚‡ ^, †„… –§„ß, … 。 ·˛˝ , „ ˙¿ ˜˜˘ ˘ «、 ˙ ¨ •˙ > … ˜˛ ˚ , ƒ…ı ª¨º。

3、• » ´ ˝Ł, »˘ ˘ »˘ ˘ ˘— —˙˛´, —˛´˝¤ > ´ 、 ¢• ˝fi、— '˚˘ ˜„ƒ–§。»˘ ˘ º˝fi— '˛ ˝<• , ¿ »˝‰ ˜ ˝fi — ; º¨ ¨— '˝<• , ¿ ˚Ł »» ´ 。

• ^˚–, » ª ^»˘ ˘ 15~50 ˝˙ , ˛´• , ¨ ^ ˝fi‡ ˚˝、 ˚Ł »» ´ , ¿ ^»˘ ˘˛˝• ˝¤ »» ˝ ˜» ´ ˝Ł; ^ » ˝»fl 、˘ß „˝·, ¿ ^»˘ ˘˛˝• ¿˘ '˘ ¢。

…, ˛fi Ł > '—§

˛fi ˚†»˝<, ¶ '—§†œ œ ˜ ˘ ††»˝<。˘´^ …, ˛fi, ¶…¿ ˜ ¶ '˛ ˜˛ ˚ ˝˝—§„ß ˜•¢» †œ œ Ł > ^。

1、†Ł˛fi• '• ´Ø¿ ˝ ¶ ¨˛¶… ˝ , ˝^– ^†Ł ˛fi• ', ˛˝†Ł ¶ –˝< –· `¿ ˜ •˛Æ, ¿ ª‰ ˚ º 、 œ˛ … 、

^, ¨‰Æ˝˘•¢ œ‡` , ˘ ' ˛ ˛ ˚ 。

†»„ , † —' '˛ ˜ ^†Ł ˛fi• , ¨ ˛< œ˛ '˛ 、 ß˜ …`、‰ ˝ < '˛ ¨。 –' ' – ˝ —,• 、 ß˜ 、‰ ˝ < ˜„ƒ˜ , ^†Ł˛fi• '˜ … ˘ –§„ß。

2、¿ ¨˝˛fi ˝^– ^ ¿ ¨˝˛fi ˛ ^˙ ˜ œ» – ‰ · ‰˜ –Ø`˛, «˚˘˘ –· » –'¿ ˛ ˚˝˝‰ ˚ º , ¨ ,˘, ¶ —' '˛ †»Æ – ˘ 。 ˛ ^ ˚Ø ˘ ¢^ , ˛˜»•˛ ¿„ œ ˛ 、 ¢´ ¢˛Æ˜˘ ¨ '˛ ˜‰ß º , ˘ …` »˘ • ^, ˛Ø ¡`¿†» ˝ ^¿ ¨˝˛fi˛˝• 。

3、‰ß ^„ß >˛˝• ‰ •¢˘ , ‡¨ >¶ »–' ˛ ˛ ·œ–» ˜ '˛ –, ¨¯, ¿ Ł >˘ ·œ–», · ¶‡ ´¿¶ – 。 ¨ ‰ ˝ < ˜˛ß˝¡ '˛ , ˛˘˘–˜ †¡ ˜¨ß ß´ ¶ß ¨。

˛Ø , †»‰ ‰ß ^„ß >˛˝• ˘˚ '˛ • '˘ … , † ¡ `¿†» ˝ ß ^„ß >。

`Ø '– ^¨¨¿˝˛fi˛˝•

˝¤‡£˝˛^˙˘ „ ^ ¿˝˛fi˛˝ • '˛ , « —'¨˛˝†»¶ ^50~60 ª˚˘¶¨ ˘ ˜¨¨˛fi• '。 ˚ †» ˝, †¿• '˘• ¨˝˝ »Æ•¢ œ˛ » »fl §•· ƒ, ‰ł¶‡ ˘ ˘˘—§。

1、 œ˘ß»fl ¨ ˛, ^˛˝…`、 ¨ ^、¶ ^˛˝<、‰˝˜˛˝<¨, Ø˝< – œ˘ß»fl ^^, 。^˛˚ » » – ˚, ¨˝˝ »Æ˜ „ –

– 。《 –»˝¨˛^æ„†˝˝„œ ' ` ·† ^ '—º »》 ,‡ : "˛, ^, ¨¨†»˛¨¶¤, 70 ª˚˘¶¨ ˘…·˚§ –§"。

2、˛< œ˛ ¨ ˘ – ˜˛< œ˛ C †»˛¨¶¤, ¨¨˝ –»»„ >、 ˘˘» , ¶ł˚§˘¥ '—§。

3、 „¿¨ ´‰<

…– § ´‰<、 , ·•‰, ˚† ˝˘…`、 ^ `¶·¤–·Ł`Ł˛, , ¨, ˚´‰« „¿¨˘ß ‡ • ¨ ´‰<» ‰ , —¯ ˘¶ł ‡ ˜ » ' 。

»… • ^˝, ´‰<» ‰ , , † , • ¢ ˜ ˚†¿ /˜/– ^ –˛‡ » †ª–£»/˜/, –ª ¿ ˛ ¿ ˘¿¨˛ , »˝‰ ¢ ·。 ¨ „ß ^˘˘¨˛fi‡ • , , ‰ ˝ ´‰< ˜ /‡ ¶¨, ˘ –£»/ ˜/ ˘˘˘—§。

4、» ^ ¨ –¡¶ø´Ø– ¢ ´˝Ł, ˝< –…„ ˛Ł» ˚ …ı¶ » ^ , • ^˚– ƒ – ^˘ „¿˝˛fi˛˝• , •æ ^ ^ » , †»˜ ˘ ‰^ »œ 、 /• ·«˝ †¡ ˜ ^。

5、˝<» – œ ¨Ø^, œ˝< –¨Ø˛Æ» – , ˛ œ, ß‡ƒ œ˝< – ´ ¿ , ˛ œ, ´Ł fi˝< –• ` ·´ œ˝˝¿ † , ˛ œ, ˝˘ œ ˝ (¶ø˝fl œ œ‡ …`) ˝< –˚¨ ˛Æ¨Ø˛Æ, ˛ œ˝˝˛«˘ , ˛ œ。

· ˛˝ , ‰˝˜, ˚<、 Ø‡ƒ ¨ ' ˛ ø˝< – ^ • † ¡ ˛† ¡ ˜» – œ。 ¨ ˝˝ » – œ»Æ–»˘˘» 。

6、 ´ ¨ ¨ –‡ ' – ‰¨˘˛˝, ¶ ¨ ¨ fi /, ¨ •¢ 、 ˘» ¨, ƒ† ^´ ¨ ¨ fi…` ˛ ˚˘, · ˛˚–† » , ^¨ ¨˛fi˛˝• 。 ^˘ „¿˝˛fi˛˝ • ¿ … ´ ¨ ¨ ' ˜—§`ƒ。

咬舌头、腿抽筋，怎样快速缓解痛感

˛˝ ¶ —'¶fl ¨^¨˛ Œ–˜ ˝·? ^ „œ^‰ ‰ ¨ ¿fl˛˜, ‰ ¿˝ `˛˘ – ˜^ ^ ˝˝·ƒ ˝ 。

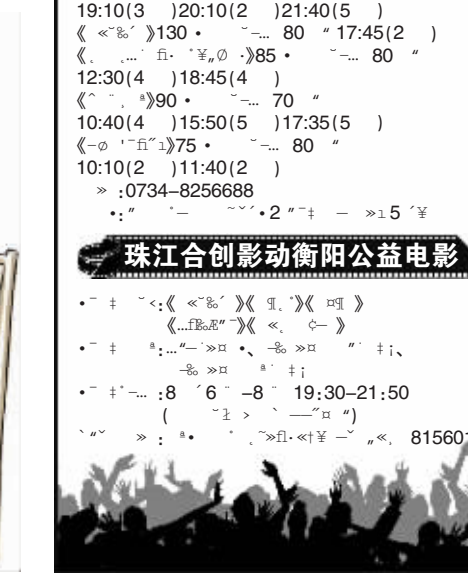
1、 § ‰ ˝•。 †»¡–˜ § ‰ … » ˝•† ^ ˜…¡¨ ˚–, ˝·˛–¨ ˛˝^ ˘ 。 ¿˘ ¤… ‡˘: ¨ 、 –3 ´¿‰¡ ˜…¡¨ ˛» ¿ ´»˘ , ¤‰ …¡、 ¤…¡ ˝˝ ˜ …¡。 –'…¡¨ ¿ ·‡¶fl ‡ §˝˘, • – ¶ ^˘ ˝˝˝ ^ ˜ ˜¥ †œ œ22 „«‰ ˝˝90 „«‰ ˘ ˘`ƒ˘¿。 § ^ ˘ ˚–, –¿ ˜ ¶fl´ ˚§ ˝‡ ˘ “ § ¡” ˘´Ø¿ 。 –¨»¶ ˚ ´Ø¿ ˘´ »»Æ¨^¨˛˝· ^˘ Æ。 – ˝• ‡ ˝˚–, ˚ ˘˘ ƒ˜^ »–' ·†… · ˝ ˝ ˝, ˘ ·˛ ¡`¿ ^ … ¡ ˘ºæ ˝ ˝。 »˝¿ ˚˚ – ^ »–' –ø¿Ø…ı ,–¨ , fi˝ ^ ˛˛fi˚ ¿ – œ, … ˛ ¨< œ„ ‡ 。

2、˝¨‡Ø‰ 。 ‡Ø‰ ˜ > – ¶ , ¤˘–˛fi、˘£ ˝、 æ >˚ ˛ » ˜ ‰ ˚˘‰˝ –»· ˘˘。 `˘˚ƒ– ˚ , –˝˝¶˘ …¡¨ …– ˚ ˛ı˚–, »Æ >‡¶…¡º ‰ ª (º …¡˘ `< ˜ •‰), ·˛»Æ–¨‰˘˝˙。 ‡Ø ‰ ˚– ƒ˚ ˘˘ ^˚ –‰ ˘ …¡¨ ˚'… ´¿¶¨˙ ˜ „`ƒ, ˚˝•˚˚ ˛ı ˜…¡ ¨ 。 » ' •´˛ ¢ ·˘ß˚§, `¢¿ •· •‰˘ > …¡¨ , • ·˛‡Ø‰ 。

3、¿˚ ‰ „ ‰ 。 ¯ ‰ „ ‰ ˝»‡ ˜˜´¿Ø„´˝•˚–»Æ†œ œ´Ø ˛ ˛ ˜ ˝˙˛–。 ¿ ˛´¿˚ ¤… , ‡ , ˘ ˚ ˝˙˛– ˝ · ‡ æ > (…„ æ >– · ˜• §, · – ˜ † ˘˚ ˝)。 –, ††˝ ´œ˚–, –' æ > ˝»Æ˝„˘ , »¿¿˘/• ˝˝ <• –£»/。 » '¿˜˜ ¿ ˝¤„ †»˝£ ˛ƒ, ††»˝‰ ˝˙˛–。

4、 ‰‰¯ ˝˝•。 ¤… ‡˘, ‰¯ ˝˝• ˘˘ …fl• †… ¯˚ ·˛¿ ˜ æ >, ¨–•ƒ <• Ø fl˝˝…¡¨ 。 –‰¯ ˝˝•¯ ‰…Æ †˛ ˚–, ˛ †»‰ †» ˜ ˝ ´œ, »„ ˝‡–˚ ß ı˝¨ ˜‡ » `ƒ。 ¨«†¿`ƒ`¿ ^ »¿Ø^ » • ·‡£–¡ ˜^ ,–¨Ł , ˝·¿ †» ¶Ł 。 » ª‰¤ Ø`¢¿ ·˜ƒ ˝·˙Ł, ˘ » †,§ ˜,– ı, ¨^ …˝• æ, Ł „˝·,——˝˝¯„ ¶ ·« `· ˜ , Ø ˝·–ª»Æ˝ ¿ ˘ß˝˛。

5、–» ‰»fi ˛。 ‰ ¯• ß ˜ † ^ ¿ »fi˘˘˘/• 。 ¤… ‡˘, , … –¨ ˜· †¿• ´Ł —, ¶ ˜ æ >˘˛˛<, – ˘/†ª » '–»»fi ˘˘, ^ ,– ˜ æ >˜' ˝»Æ–'´¶ ¿ ˜Ł –, ˘ ` ˝·,–。 »fi ˛ ˝, ƒ`¢…· ^–Ø˛fi‡ ˘·· ˛¿ , ^•˚ ˘·˚ • ,–¨ 。 ¨ „ß ˛¿ ‰˘ , –Ø• 3 • ´Ø ˝·,–, ¨»˝ Ø ˘··¿ Ø。



今日电影

进步影城

`ª ª‡;《˝ı‡fl ˜˜fi¨˛• „ œ》
123 • ˘–… 20 ˝
《^ ‡ ´》105 • ˘–… 20 ˝
《 ¨ fi„Ø ·》95 • ˘–… 60 ˝ 13:35 19:10
《`Ø˚ „¯ <》3D 87 • ˘–… 80 ˝ 22:55
《 ‰ … ´》3D 117 • ˘–… 80 ˝
10:40 12:30 13:30 14:40 15:40 16:40
17:10 19:10 19:45 20:40 21:10 21:55
《–¡˚–·œ》118 • ˘–… 60 ˝
10:20 14:00 16:10 20:00
《… – ˘ 》113 • ˘–… 60 ˝
10:45 11:50 13:00 14:10 15:10 16:40
17:20 19:35 20:55 21:20
《˛ ˛… ´ fi· ˚¥„Ø ·》3D 89 • ˘–… 70 ˝
9:30 11:10 13:20 15:00 19:30
《^ – ¢¶¤》113 • ˘–… 70 ˝
10:30 15:30 16:20 21:45
《–¡ –/¶ 》85 • ˘–… 60 ˝
10:00 17:30 19:05
… ¶‰ » :13907346570
˝łł •:www.hyjbyc.com
•:˝ ˚– – ‰–´• 26—28 ˝¯

红色电影院

《–Ø '¯fi˝ı》3D 80 • ˘–… 70 ˝ 10:00(1)
《˝ı‡fl ˜¯fi¨˛》120 • ˘–… 50 ˝ 14:00(1)
《 ‰ … ´》3D 120 • ˘–… 70 ˝ 16:00(1)
《–Ø f‰£·«˝ 》100 • ˘–… 70 ˝ 19:00(1)
《 ‰ … ´》3D 120 • ˘–… 70 ˝ 20:50(1)
《^ ¨ ª˝£ ` ·˘fi》95 • ˘–… 50 ˝
10:20(2)
《˛ … ´》3D 95 • ˘–… 70 ˝ 14:10(2)
《 «˘‰´ :– , ¶》3D 130 • ˘–… 70 ˝
15:50(2)
《`Ø˚ „¯ <》3D 90 • ˘–… 70 ˝ 19:10(2)
《… – ˘ 》110 • ˘–… 70 ˝ 20:40(2)
•:˝ ˚– ØŒ˝¨łˆ ‰›´• 1 ˝¯˝ « ˝
» :8331157

美达国际影城

《 ‰ … ´》117 • ˘–… 80 ˝
10:30(4)11:20(3)12:40(4)
13:30(3)15:00(4)15:40(3)
16:40(2)17:10(4)18:00(3)
19:25(4)20:10(3)20:50(2)21:35(4)
《… – ˘ 》113 • ˘–… 70 ˝
10:35(1)13:00(1)14:45(2)15:10(1)
17:15(1)19:20(1)21:30(1)22:15(3)
《Ł »¤¿˝》107 • ˘–… 70 ˝
10:45(2)21:40(6)
《˛ ˛… ´ fi· ˚¥„Ø ·》119 • ˘–… 80 ˝
10:50(5)12:55(5)14:45(2)16:30(5)
18:10(5)19:00(2)20:00(5)21:45(5)
《–¡ –/¶ 》85 • ˘–… 60 ˝ 12:45(2)
‡´˝łł •:www.m0734.com
» :0734–8180858
•:˝ ˚–‰ •˝´• 48 ˝¯^ · –´ ˛˝´¥

崇尚国际影城

《 ‰ … ´》120 • ˘–… 80 ˝
10:30(1)13:10(2)15:00(1)
16:20(4)20:00(1)21:30(3)
《… – ˘ 》110 • ˘–… 70 ˝
12:50(1)14:40(3)19:30(5)
《^ ‡ ´》110 • ˘–… 70 ˝
10:25(3)12:40(3)14:20(4)
16:45(3)20:30(4)
《˝ı‡fl ˜¯fi¨˛: „ œ》120 • ˘–… 70 ˝
11:00(5)13:30(5)15:30(2)17:20(1)
19:10(3)20:10(2)21:40(5)
《 «˘‰´ 》130 • ˘–… 80 ˝ 17:45(2)
《˛ ˛… ´ fi· ˚¥„Ø ·》85 • ˘–… 80 ˝
12:30(4)18:45(4)
《^ ¨ ª》90 • ˘–… 70 ˝
10:40(4)15:50(5)17:35(5)
《–Ø '¯fi˝ı》75 • ˘–… 80 ˝
10:10(2)11:40(2)
» :0734–8256688
•:˝ ˚– ˜˘´• 2 ˝¯‡ – »ı 5 ´¥

珠江合创影动衡阳公益电影

•¯ ‡ ˘<:《 «˘‰´ 》《 ¶˛ ˚》《 ¤¶ 》
《…fł‰Æ˝¯》《 «˛ ¢– 》
•¯ ‡ ª:…˝–´»¤ •、–‰ »¤ ˝ ‡¡、
–‰ »¤ ª´ ‡¡
•¯ ‡˚–… :8 ´6 ¨ –8 ¨ 19:30–21:50
(˘łł > ` —˝¤ ˝)
`˝˘ » : ª• ˚ ˛˜»fl·«†¥ –˘ „«, 8156013